Syekh Dr. Yedi Supriadi, M.Pd
Dr. Siti Fatimah, M.Hum

FILSAFAT KEMATIAN *dan* KEBERMAKNAAN HIDUP

(PERSPEKTIF FILSAFAT DAN TASAWUF)

CV. IMAN RIJALULLAH

Syekh Dr. Yedi Supriadi, M.Pd
Dr. Siti Fatimah, M.Hum

FILSAFAT KEMATIAN *dan* KEBERMAKNAAN HIDUP

(PERSPEKTIF FILSAFAT DAN TASAWUF)

CV. IMAN RIJALULLAH
PENERBIT & PERCETAKAN

UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA NOMOR 19
TAHUN 2002
TENTANG HAK CIPTA

PASAL 72 KETENTUAN **PIDANA** **SANKSI PELANGGARAN**
Barang siapa dengan sengaja dan tanpa hak mengumumkan atau memperbanyak suatu Ciptaan atau memberikan tanpa izin untuk itu, dipidana dengan pidana penjara paling singkat 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp.1.000.000,00 (SatuJuta Rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (tujuh) tahun, dan/atau denda paling banyak Rp. 5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).
Barang siapa dengan sengaja menyiarkan, memamerkan, mengedarkan atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran Hak Cipta atau hak terkait sebagaimana dimaksud pada ayat (1) Dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 {lima) tahun, dan/atau denda paling banyak Rp. 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah)

FILSAFAT KEMATIAN *dan* KEBERMAKNAAN HIDUP

(PERSPEKTIF FILSAFAT DAN TASAWUF)

Filosofi

MATAHARI TERBENAM

"Perbanyak mengingat Kematian,
agar tidak terlena dan terbuai kebahagiaan semu Fatamorgana,
sehingga akan damai di kehidupan setelah Kematian yang Kekal Abadi"

-Syekh Dr. Yedi Supriadi-

FILSAFAT KEMATIAN DAN KEBERMAKNAAN HIDUP (PERSPEKTIF FILSAFAT DAN TASAWUF)

Penulis :

1. **SYEKH Dr. YEDI SUPRIADI, M.Pd**
   - *Pembimbing Majelis Dzikir RIJALULLAH" Buniwangi, Palasah - Majalengka - Jawa Barat – INDONESIA*
   - *Pondok Pesantren RIJALULLAH, Berbasis Psikoterapi Islam*
   - *Conselor di Pascasarjana IAIN Syekh Nurjati Cirebon*
   - *Dosen STAI PUI Majalengka*
   - *Dosen UIN SIBER Syekh Nurjati Cirebon*
   - *Hp / WA : 0852-8008-4569*
   - *E-mail : yedisupriadi0111@gmail.com*
   - *Website : https://www.yedisupriadi.com/*

2. ***Dr. SITI FATIMAH, M.Hum***
   - *Dosen UIN SIBER Syekh Nurjati Cirebon*

Pengantar : *Syekh Dr. Yedi Supriadi, M.Pd*
Editor : *Bambang Trisetiadi (Yadi)*
Reviewer : *Wildan Na'fian, Lilis Kartini*
Desain Cover : *Team Rijalullah & Yadi*

Penerbit:
CV. IMAN RIJALULLAH
Perumahan Plumbon Pratama Blok D No.11 RT.024/RW.001
Desa Gombang – Kecamatan Plumbon – West Java – INDONESIA
Hp/WA: +62.8522.4100.054
E-mail: penerbitcirebon@gmail.com

Hak Cipta dilindungi undang-undang pada penulis All right reserved

ISBN :

Kata Pengantar

Bismillahirrahmanirrahim.

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, Dzat yang Maha Mengetahui dan Maha Mengatur segala sesuatu di langit dan bumi. Shalawat serta salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, sang pembawa risalah yang agung, serta kepada keluarga dan para sahabatnya yang setia.

Buku *Filsafat Kematian dan Kebermaknaan Hidup: Perspektif Filsafat dan Tasawuf*, hadir sebagai sebuah ikhtiar intelektual dan spiritual berupaya mempertemukan dua pendekatan besar dalam memahami kematian dan kebermaknaan hidup, yaitu filsafat eksistensial dan tasawuf. Dari perspektif filsafat eksistensial, khususnya melalui pemikiran Heidegger, Camus, dan Viktor Frankl, kematian dilihat sebagai cermin dan batas yang justru mendorong manusia untuk menjalani kehidupan yang autentik dan penuh kesadaran akan hakikat dirinya. Sementara itu, dalam pandangan tasawuf yang diwakili oleh tokoh-tokoh seperti Al-Ghazali, Jalaluddin Rumi, dan Ibn 'Arabi, kematian dipahami sebagai transisi ruhani menuju perjumpaan dengan Yang Maha Absolut—sebuah proses spiritual yang menuntun manusia kepada fana dan baqa.

Dengan menyandingkan kedua pendekatan ini, penulis berharap kajian ini tidak hanya memperluas cakrawala pemahaman akademik mengenai kematian dan makna hidup, tetapi juga memberikan kontribusi dalam membangun jembatan antara rasionalitas filsafat dan kedalaman spiritualitas. Di tengah krisis makna yang banyak dirasakan manusia modern, pendekatan integratif ini diharapkan mampu

menyuguhkan refleksi yang lebih utuh dan mendalam mengenai hakikat hidup, kematian, dan pencarian makna.

Harapan penulis, buku ini dapat menjadi ruang perenungan bagi siapa saja yang ingin memahami kehidupan secara lebih utuh bukan hanya melalui nalar, tetapi juga melalui rasa dan intuisi spiritual. Di tengah dunia modern yang sering kali tergesa dan kehilangan arah, kesadaran akan kematian mungkin adalah jalan paling sunyi namun paling jujur untuk kembali menemukan makna hidup.

Akhir kata, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, masukan, dan inspirasi selama proses penulisan buku ini. Semoga tulisan ini dapat memberikan sumbangsih intelektual yang bermakna, tidak hanya dalam pengembangan kajian filsafat dan tasawuf, tetapi juga sebagai pijakan reflektif bagi siapa pun yang sedang menapaki pencarian makna dalam hidupnya..

Wassalamu‘alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Penulis

DAFTAR ISI

Kata Pengantar vi
DAFTAR ISI viii

Jejak Kematian dalam Tradisi Filsafat 1
Kematian dalam Filsafat Kuno 1
Apologia Socrates dan Penerimaan atas Kematian 1
Stoik Amor Fati dan Ketenangan Jiwa 5
Kematian Penjaga Etika dan Kebijaksanaan Hidup 8
Apakah Kita Siap Mati seperti Socrates? 11
Kematian dalam Filsafat Modern 18
Kematian dalam Ranah Filsafat 18
René Descartes, Dualisme Jiwa-Tubuh, dalam Metafisika Cartesian .. 25
Transisi dalam Substansi Tunggal 31
Gottfried Wilhelm Leibniz Monade dan Kehidupan Abadi 37
Skeptisisme David Hume tentang Jiwa 42
Immanuel Kant tentang Akal, Noumena, dan Harapan Keabadian 47
Perbandingan dan Sintesis Pandangan Filsuf tentang Kematian 53
Relevansi Pemikiran Filsafat Modern terhadap
Isu Kematian Masa Kini 59
Filsafat Eksistensial dan Absurd 64
Filsafat Eksistensial dan Absurditas Keberadaan Manusia 64
Martin Heidegger Being-Toward-Death 68
Albert Camus: Absurditas Eksistensi dan
Paradigma Pemberontakan Manusia 74
Jean-Paul Sartre: Kebebasan Radikal dan

Tanggung Jawab Eksistensial dalam Perspektif Ontologi dan Etika 80
Kierkegaard: Analisis Konseptual Keputusasaan,
Pilihan Eksistensial, dan Lompatan Iman 84
Perbandingan Pemikiran Eksistensialisme Martin Heidegger,
Albert Camus, dan Jean-Paul Sartre..... 89
Filsafat Eksistensial sebagai Cermin Krisis Manusia dalam
Mencari Makna Hidup 94
Viktor Frankl dan Logoterapi 98
Sebuah Kajian tentang Logoterapi Viktor Frankl 98
Kehidupan, Pengalaman, dan Latar Belakang Viktor Frankl 102
Logoterapi: Pengertian dan Prinsip Utama 106
"Derita yang Bermakna" dalam Pemikiran Viktor Frankl 109
Logoterapi vs. Terapi Psikoanalitik: Konsep Manusia dan
Pencarian Makna 113
Kritikan dan Tantangan Terhadap Logoterapi:
Apakah Pencarian Makna Realistis dalam Semua Kondisi?..... 118
Pengaruh Logoterapi dalam Psikoterapi dan
Psikologi Kontemporer 122
Kritik terhadap Rasionalisme dan Ilusi Keabadian Manusia Modern.... 127
Rasionalisme 127
Kritik terhadap Rasionalisme: Batasan dan
Ketidaksempurnaan Akal 131
Ilusi Keabadian Manusia 136
Keabadian dalam Perspektif Filosofis:
Pencarian yang Tak Terjangkau 140
Keabadian dalam Masyarakat Modern 143
Kritik Filsafat Modern terhadap Rasionalisme dan Keabadian..... 149

Kematian dalam Perspektif Tasawuf 155
Hakikat Diri dan Kesementaraan Dunia 155
Pengertian Hakikat Diri dalam Perspektif Filosofis 155
Diri dalam Perspektif Spiritualitas dan Agama 160
Kesementaraan Dunia: Pemahaman Tentang Kefanaan 166
Keterbatasan Diri dan Pencarian Makna dalam
Dunia yang Sementara 171
Kesadaran Diri dan Tujuan Hidup 177
Fitrah Kehidupan dan Kerinduan untuk Kembali 184
Hakikat Ruh dalam Tasawuf 184
Dunia sebagai Tempat Singgah: Pandangan Kosmologis Sufi 186
Kerinduan Jiwa kepada al-Haqq (Allah) 189
Fana dan Baqa 192
Lenyapnya Aku dalam Cahaya Ketuhanan 192
Fana sebagai Pengalaman Mistis 196
Bertahan dalam Tuhan, Hidup dalam Kebenaran 200
Dialektika Ego dan Kesadaran Ilahiah dalam
Proses Takhalli, Tahalli, Tajalli 206
Praktik dalam Proses Takhalli, Tahalli, dan Tajalli: 213
Dzikir al-Mawt Mengingat Kematian sebagai Laku Spiritual 219
Signifikansi Dzikir Kematian dalam
Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) 219
Pengaruh Dzikir Kematian terhadap Perilaku dan
Kesadaran Ruhani 223
Kematian sebagai Cermin Kehidupan yang Bermakna 226
Al-Maut Qablal Maut 229
Makna Filosofis dan Mistis dari “Mati Sebelum Mati” 229

Pengalaman Spiritual dan Fenomena Kematian Ego 235
Praktik Kontemplatif untuk Mereduksi Sentralitas Ego 239
Mi'raj Ruhani: Kematian sebagai Perjumpaan Ilahi 244
Transformasi Kepribadian Menuju Kedamaian Batin 251
Jiwa yang Tenang (An-Nafs Al-Muthma'innah)
dalam Kesiapan Menghadapi Kematian 255
Fenomena Kematian Ego (Fenâ') dan Subsistensi Ilahi (Baqa') 258
Kematian Orang Suci (Waliyullah): Tanda dan Hikmah 261
Tanda-Tanda Kematian Khusnul Khatimah dalam Tradisi Sufi 261
Wafatnya Wali Sebagai Pelajaran Spiritual bagi Umat 265
Ziarah Kubur dan Barakah dari Orang-Orang Suci 268
Simbol dan Simfoni Kematian dalam Syair dan Hikmah Sufi 274
Simbolisme Kematian dalam Puisi Rumi dan Hafiz 274
Metafora Anggur, Kekasih, dan Malam:
Kematian sebagai Perjumpaan 278
Nyanyian Keheningan 282
Al-Ghazali dan Kimiya-i Sa'adat 287
Rumi: Kematian sebagai "Pernikahan dengan Kekasih Sejati" 292
Ibn 'Arabi: Kematian dan Realitas Wujud (Wahdat al-Wujud) 295
Warisan Pemikiran Sufi terhadap
Konsep Kehidupan dan Kematian 299
Hakikat Diri dan Kesementaraan Dunia 304
Pengertian Hakikat Diri dalam Perspektif Filosofis 304
Diri dalam Perspektif Spiritualitas dan Agama 310

Makna Hidup dalam Bayang-Bayang Kematian 315
Kematian sebagai Cermin Makna 315
Manusia sebagai Being-toward-death 315

Kematian dan Pertanyaan tentang 'Mengapa Ada Sesuatu,
dan Bukan Tiada?' 320
Ontologi Kebermaknaan:
Hidup sebagai Panggilan untuk Menjadi..... 324
Krisis Makna di Era Modern dan Kehilangan Sakralitas 328
Nihilisme dan Kematian Tuhan:
Warisan Nietzsche dalam Dunia Pasca-Sakral..... 334
Fragmentasi Makna dan Budaya Simulakra 341
Ketidakhadiran Kematian dalam Imajinasi Modern 348
Kehidupan Autentik dan Spirit Makna..... 354
Antara Kebebasan dan Keterlemparan 354
Autentisitas sebagai Keberanian Menyambut Kematian 358
Tanggung Jawab untuk Memberi Makna..... 362
Spiritualitas sebagai Jawaban atas Kekosongan Modernitas 367
Kebutuhan Transendensi dalam Dunia yang Tereduksi..... 367
Spiritualitas Tanpa Dogma 371
Kematian sebagai Jalan Pembuka Kesadaran Rohani..... 377
Menuju Hidup yang Penuh Kesadaran dan kebermaknaan:
Etika dari Kematian 383
Memento Mori 383
Konsep Kebermaknaan dalam Tasawuf dan Filsafat 387
Menghadapi Kematian dan Kematian:
Dialektika Perspektif Tasawuf dan Filsafat Eksistensial 394

Dialog Hening Mempertemukan Filsafat dan Tasawuf 401
Rasio dan Rasa dalam Memandang Mati 401
Filsafat dan Bahasa Diskursif:
Menyelidiki, Menganalisis, Menimbang 406

Tasawuf dan Bahasa Simbolik:
Merasakan, Menyerap, Menyatu 410
Antara Logos dan Kalbu 417
Kesadaran Kematian sebagai Jalan Kesadaran Diri dan Tuhan 421
Kematian dalam Filsafat sebagai Cermin Eksistensial 421
Kematian dalam Tasawuf sebagai Gerbang Kesatuan 426
Menemukan Diri dalam Ketakterhindaran 430
Konvergensi Kematian sebagai Transendensi dan Transformasi 433
Transendensi dalam Filsafat 433
Transformasi dalam Tasawuf 440
Kematian sebagai Titik Balik 444
Kritik atas Pandangan Sekuler tentang Kematian 448
Reduksi Kematian menjadi Fenomena Biologis semata 448
Kematian yang Dibisukan 452
Kebutuhan akan Wacana Spiritual dalam
Ruang Publik yang Sekuler 457
Menyatukan Refleksi Intelektual dan Pengalaman Batin 463
Menuju Sophia Perennis 463
Filsafat sebagai Jembatan Kesadaran,
Tasawuf sebagai Samudra Penghayatan 468
Dialog Hening: Ketika Kata Berhenti, dan
Makna Muncul dalam Keheningan 471

Merayakan Hidup, Merangkul Mati 479
Etika Hidup yang Sadar Mati 479
Mengingat Mati sebagai Tindakan Kesadaran 479
Etika Hidup yang Terbentuk oleh Kesadaran Kematian 485
Menemukan Makna Hidup di Tengah Keberlimpahan

yang Kosong 488
Keberlimpahan Konsumerisme dan Kehampaan Eksistensial 492
Kekayaan Batin vs. Kekayaan Materi 498
Apakah Kita Benar-benar Kaya? 503
Ketika Keberlimpahan Menjadi Beban 508
Menemukan Esensi Hidup di Tengah Keberlimpahan 513
Dari Kekosongan Menuju Keutuhan 518
Spiritualitas sebagai Perlawanan terhadap Kekeringan Makna 522
Mengapa Spiritualitas Diperlukan? 522
Spiritualitas Islam sebagai Perlawanan terhadap Kekosongan 527
Praktik Spiritual sebagai Praksis Perlawanan 532
Dimensi Kontemplasi dan Meditasi 535
Dzikir dan Doa dalam Kehidupan Muslim 538
Muhasabah: Introspeksi Spiritual sebagai Pilar
Pengembangan Diri Etis dalam Perspektif Islam 541
Melampaui Kontemplasi: Telaah Hakikat
Pelayanan dan Amal dalam Spiritualitas Otentik 544
Seni sebagai Jalur Gnosis Transformatif 547
Dari Kontemplasi ke Tindakan 550
Menghidupkan Makna dalam Setiap Momen 550
Mekanisme Transisi 555
Tindakan sebagai Perwujudan Spiritualitas 560
Ziarah Eksistensial 564
Hakikat Ziarah Eksistensial dan Kebutuhan Akan Kontemplasi 564
Hidup sebagai Perjalanan Spiritual 568
Kematian sebagai Titik Tujuan dari Pencarian Spiritual 573
Mati sebagai Cahaya 576

Fana Menuju Cahaya 576
Cahaya sebagai Simbol dalam Spiritualitas 581
Praktik "Mati Sebelum Mati" 586
Hidup dalam Cahaya Kematian 591
Mati sebagai Cahaya, Hidup sebagai Perjalanan Menuju Terang 595

Antara Kefanaan dan Keabadian 599
Kematian sebagai Transisi Menuju Kekekalan 602
Tujuan Hidup Melalui Refleksi dan Pengalaman Transenden 604
Catatan Akhir 607
Daftar Pustaka 658

Jejak Kematian dalam Tradisi Filsafat

Kematian dalam Filsafat Kuno

Apologia Socrates dan Penerimaan atas Kematian

Dalam sejarah panjang diskursus etika dan metafisika, konsep kematian seringkali menjadi titik sentral kontemplasi filosofis. Berbagai peradaban dan sistem pemikiran telah menyajikan perspektif yang beragam, mulai dari ketakutan primordial, harapan akan kehidupan setelah mati, hingga penerimaan sebagai keniscayaan alamiah. Di antara figur-figur klasik yang mendalaminya, Socrates (sekitar 470–399 SM), melalui penggambaran dalam karya muridnya, Plato, menampilkan sebuah paradigma etis yang unik dan radikal terkait dengan sikap filosofis terhadap kematian. Khususnya dalam *Apologia*, sebuah teks yang merekam pidato pembelaan Socrates di hadapan Mahkamah Athena, tergambar jelas bagaimana ia menghadapi dakwaan dan vonis hukuman mati bukan dengan keputusasaan atau penolakan, melainkan dengan sikap yang penuh refleksi dan integritas intelektual yang luar biasa[1].

Apologia (Pembelaan) Plato bukanlah sekadar laporan transkrip persidangan, melainkan sebuah teks sastra filosofis yang menangkap esensi pemikiran dan karakter Socrates di momen paling krusial dalam hidupnya[2]. Dihadapkan pada dakwaan merusak moral para pemuda dan tidak mengakui dewa-dewa negara, Socrates memilih untuk tidak merendahkan diri atau memohon

belas kasihan, melainkan mempertahankan prinsip-prinsip filsafat yang telah ia jalani sepanjang hidupnya[3]. Mahkamah memutuskan ia bersalah dan menjatuhkan hukuman mati. Dalam konteks sosial dan psikologis pada masanya, respons yang diharapkan dari seorang terpidana mati mungkin adalah ketakutan, penyesalan, atau upaya terakhir untuk melarikan diri. Namun, Socrates justru menunjukkan ketenangan yang mencengangkan dan menerima keputusan itu dengan sikap reflektif dan penuh keikhlasan[4]. Sikap ini kontras dengan naluri alamiah manusia untuk bertahan hidup, dan oleh karena itu, menuntut analisis lebih lanjut mengenai fundamen filosofis di baliknya[5].

Fundamen utama penerimaan Socrates terhadap kematian termuat dalam argumennya bahwa kematian, dalam dua kemungkinan substansialnya, sama sekali tidak buruk, dan bahkan berpotensi lebih baik daripada kehidupan yang dicela atau ditinggalkan. Pertama, Socrates mengemukakan kemungkinan bahwa kematian adalah keadaan tanpa kesadaran, layaknya tidur nyenyak tanpa mimpi[6]. Dalam perspektif ini, kematian hanyalah ketiadaan sensasi dan pengalaman. Mengingat bahwa tidur tanpa mimpi acapkali dianggap sebagai salah satu bentuk istirahat yang paling menyenangkan tanpa gangguan, ketiadaan total sensasi dalam kematian dapat dianggap bukan sebagai keburukan, melainkan sebagai kondisi netral atau bahkan positif bagi yang lelah[7]. Tidak ada penderitaan, tidak ada kesedihan, hanya ketiadaan eksistensi sadar. Kemungkinan kedua yang diajukan Socrates adalah bahwa kematian merupakan perpindahan jiwa dari dunia jasmani

fana ke dunia lain[8]. Dunia lain ini digambarkan sebagai tempat di mana jiwa dapat melanjutkan eksistensinya dan, yang terpenting bagi seorang filsuf seperti Socrates, berinteraksi dengan jiwa-jiwa para filsuf, pahlawan, dan tokoh-tokoh besar dari masa lalu[9]. Ia membayangkan kesempatan untuk berdiskusi dan menguji kebijaksanaan mereka, suatu aktivitas yang ia nilai lebih berharga daripada kehidupan di dunia fana yang dihabiskan untuk urusan-urusan remeh[10]. Dalam kedua skenario ini baik ketiadaan sensasi total maupun transisi ke ranah metafisik yang memungkinkan kelanjutan pencarian kebijaksanaan kematian kehilangan taringnya sebagai keburukan mutlak yang harus ditakuti[11].

Penerimaan Socrates terhadap kematian tidaklah bersifat fatalisme pasif, melainkan berakar kuat pada keyakinan filosofisnya bahwa inti dari praktik filsafat adalah latihan untuk mati[12]. Konsep ini, yang kemudian lebih eksplisit dikembangkan oleh Plato dalam *Phaedo*, dikenal sebagai *melete thanatou*, meditasi atau persiapan untuk kematian[13]. Bagi Socrates, filsuf sejati adalah mereka yang sepanjang hidupnya berupaya melepaskan diri dari gangguan dan keterbatasan tubuh fisik, yang seringkali menjadi penghalang dalam pencarian kebenaran dan kebijaksanaan[14]. Tubuh, dengan segala nafsu, kebutuhan, dan penyakitnya, mengalihkan perhatian jiwa dari objek-objek kontemplasi yang murni dan abadi, yaitu Forma atau Idea[15].

Kehidupan seorang filsuf adalah proses pemurnian (*katharsis*) jiwa dari keterikatan pada hal-hal jasmani dan mengarahkan pikirannya semata-mata pada realitas non-fisik[16]. Kematian, dalam

pandangan ini, bukanlah akhir dari proses pemurnian, melainkan puncaknya[17]. Saat kematian tiba, jiwa dibebaskan sepenuhnya dari penjara tubuh[18]. Bagi jiwa yang telah terlatih dan dimurnikan melalui praktik filosofi, kematian adalah momen kebebasan yang memungkinkan akses langsung atau setidaknya lebih mudah ke dunia kebenaran sejati[19]. Sebaliknya, jiwa yang terbebani oleh keterikatan jasmani mungkin akan kesulitan atau bahkan terperangkap dalam alam fana setelah kematian[20]. Kematian diterima Socrates bukan sebagai akhir dari eksistensi, melainkan sebagai kelanjutan logis dan integral dari proses eksistensial yang dimaknai dan dipersiapkan melalui filsafat[21].

Melalui narasi dalam *Apologia* Plato, Socrates menyajikan sebuah model etis yang revolusioner dalam menghadapi kematian. Sikapnya yang berani dan tenang di hadapan hukuman mati bukanlah hasil dari apatisme, melainkan refleksi mendalam dari pandangan filosofisnya tentang sifat kematian itu sendiri dan hakikat kehidupan seorang filsuf. Argumennya yang menguraikan dua kemungkinan nasib pasca-kematian ketiadaan sensasi atau transisi ke alam eksistensi lain menegasikan dasar ketakutan akan kematian[22]. Lebih fundamental lagi, akarnya penerimaan ini tertanam dalam keyakinannya bahwa filsafat sesungguhnya merupakan persiapan seumur hidup untuk momen kematian, sebuah proses pelepasan jiwa dari keterikatan jasmani demi pencarian kebenaran[23]. Dalam konteks ini, kematian bukan lagi musuh yang menakutkan, melainkan bagian tak terpisahkan dari perjalanan ontologis jiwa, suatu puncak dari proses pemurnian diri

yang dimulai dan dijalankan melalui kehidupan filosofis[24]. Kontribusi Socrates dalam *Apologia* tetap relevan sebagai studi kasus klasik mengenai bagaimana praksis filosofis dapat membentuk dan mengarahkan sikap manusia terhadap fenomena universal dan tak terhindarkan: kematian[25].

Stoik *Amor Fati* dan Ketenangan Jiwa

Filsafat Stoik, sebagai salah satu mazhab pemikiran Helenistik yang paling berpengaruh, menawarkan kerangka kerja yang mendalam mengenai cara memahami dan menghadapi realitas kehidupan, termasuk aspek yang paling menantang: mortalitas manusia. Berbeda dengan beberapa pandangan eskatologis lainnya yang berfokus pada kehidupan setelah kematian atau ritual berkabung kolektif, Stoikisme secara fundamental mengarahkan perhatian pada sikap dan respons internal individu terhadap fenomena universal ini. Inti dari pendekatan Stoik terhadap kematian bukanlah negasi atau ketakutan, melainkan penerimaan yang rasional dan mendalam sebagai bagian integral dari tatanan kosmis. Pandangan ini secara erat terjalin dengan konsep sentral *Amor Fati* (mencintai takdir) dan upaya pencapaian ketenangan jiwa (*Ataraxia*).[26]

Para pemikir Stoik terkemuka, seperti Seneca, Epictetus, dan Marcus Aurelius, secara konsisten menegaskan bahwa kematian adalah sebuah keniscayaan alamiah yang berada di luar kendali manusia. Dalam literatur Stoik, kematian sering digambarkan sebagai "kepulangan" ke elemen-elemen dasar dari mana kita berasal, atau sekadar penghentian fungsi biologis yang merupakan

bagian tak terpisahkan dari siklus kehidupan di alam[27]. Dari perspektif ini, menolak atau meratapi kematian dipandang sebagai tindakan irasional yang bertentangan dengan hukum alam (*Logos*) yang mengatur segala sesuatu. Emosi negatif seperti ketakutan atau kesedihan yang berlebihan terkait kematian dianggap muncul dari penilaian (*judgement*) yang keliru bahwa kematian adalah sesuatu yang buruk, padahal sesungguhnya ia hanyalah sebuah peristiwa netral (*indifferent*).

Dalam kerangka filosofis ini, konsep *Amor Fati* memainkan peran krusial. *Amor Fati* secara harfiah berarti "mencintai takdir." Konsep ini melampaui sekadar penerimaan pasif atau ketundukan apatis terhadap apa yang terjadi. Sebaliknya, ia adalah afirmasi aktif terhadap seluruh realitas sebagaimana adanya, termasuk peristiwa-peristiwa yang mungkin dianggap tidak menyenangkan atau tragis dari sudut pandang pribadi[28]. Dalam konteks kematian, *Amor Fati* berarti tidak hanya menerima fakta bahwa kematian akan datang, tetapi juga secara internal menyambutnya sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari keberadaan dan kehendak alam semesta yang lebih besar daripada kehendak personal. Ini adalah penerimaan radikal terhadap kenyataan bahwa kita adalah bagian dari proses alam yang terus berubah dan berakhir.

Penerimaan kematian melalui *Amor Fati* ini menjadi fondasi penting dalam pencapaian *Ataraxia*. *Ataraxia* merujuk pada kondisi ketenangan batin, kebebasan dari kecemasan, dan stabilitas mental yang merupakan tujuan utama etika Stoik. Ketakutan akan kematian adalah salah satu sumber kecemasan manusia yang paling

mendalam. Dengan secara rasional memahami dan menginternalisasi bahwa kematian adalah alamiah dan tak terhindarkan dan bahkan mencintainya sebagai bagian dari tatanan kosmis seseorang dapat melepaskan diri dari belenggu ketakutan tersebut. Stoikisme mengajarkan bahwa satu-satunya hal yang benar-benar dapat merusak jiwa adalah penilaian dan tindakan kita sendiri, bukan peristiwa eksternal seperti kematian.

Marcus Aurelius, seorang kaisar dan filsuf Stoik, dalam karyanya *Meditations*, secara reflektif membahas kematian sebagai pengingat (*memento mori*) untuk hidup dengan penuh kesadaran dan kebijaksanaan[29]. Ia menekankan bahwa manusia tidak memiliki jaminan atas waktu, dan oleh karena itu, setiap hari harus dijalani seolah-olah itu adalah hari terakhir. Ini bukan seruan untuk keputusasaan, melainkan dorongan untuk mempraktikkan kebajikan keadilan, kebijaksanaan, keberanian, dan pengendalian diri secara konsisten di setiap momen yang diberikan. Dengan memfokuskan energi pada apa yang dapat dikendalikan (penilaian dan tindakan internal) dan menerima apa yang tidak dapat dikendalikan (termasuk durasi hidup), seseorang mencapai ketenangan yang kokoh.

Pandangan Stoik terhadap kematian bukanlah fatalisme yang suram, melainkan sebuah strategi filosofis untuk hidup lebih baik. Kematian dipandang bukan sebagai musuh yang harus diperangi, melainkan sebagai guru yang mengajarkan kerendahan hati, pentingnya menata prioritas pada hal-hal yang benar-benar bernilai (yaitu kebajikan internal), dan urgensi untuk hidup sepenuhnya di

masa kini. Melalui disiplin penerimaan (*Amor Fati*) dan pemahaman rasional tentang tempat manusia dalam kosmos, Stoikisme menawarkan jalan menuju ketenangan jiwa (*Ataraxia*) yang tahan banting terhadap ketidakpastian terbesar dalam kehidupan.

Kematian Penjaga Etika dan Kebijaksanaan Hidup

Secara umum, kematian sering dipahami sebagai akhir biologis belaka, sebuah momen transisi dari keberadaan fisik menuju ketiadaan. Namun, dalam lensa filsafat, kematian melampaui definisi biologis dan diangkat menjadi konsep fundamental yang membentuk struktur makna, etika, dan kebijaksanaan dalam kehidupan manusia. Penelaahan filosofis terhadap kematian mengungkap fungsinya yang krusial, bukan sebagai antitesis total terhadap kehidupan, melainkan sebagai elemen integral yang secara paradoksal memberinya kedalaman dan nilai.

Dalam kajian filsafat, kematian bukanlah semata-mata fenomena biologis, melainkan memiliki peran krusial sebagai "penjaga etika" (*'guardian of ethics'*). Fungsi ini berakar pada kesadaran fundamental akan kefanaan (*finitude*) eksistensi manusia. Kesadaran bahwa hidup bersifat terbatas, bahwa setiap momen adalah unik dan tidak akan terulang, mendorong manusia untuk memaknai setiap langkah dan pilihan dengan penuh kesungguhan. Jika hidup ini abadi, mungkin kita akan menunda-nunda tindakan baik atau kurang peduli terhadap konsekuensi jangka panjang; namun, kefanaan membebankan urgensi moral. Prioritas etis menjadi lebih jelas ketika dihadapkan pada batasan waktu, menuntut integritas moral yang lebih tinggi dalam setiap tindakan

dan interaksi. Konsep ini bergema dalam tradisi 'memento mori' (ingatlah bahwa engkau akan mati), sebuah praktik reflektif kuno yang digunakan untuk mengarahkan pikiran pada hal-hal yang esensial dan etis, menjauhkan diri dari godaan duniawi yang fana[30]

Lebih jauh, pemikir eksistensialis Martin Heidegger secara mendalam menginvestigasi relasi antara *Dasein* (eksistensi manusia) dan kematian. Dalam magnum opusnya, *Being and Time* (*Sein und Zeit*), Heidegger memperkenalkan konsep bahwa struktur fundamental *Dasein* adalah 'menuju kematian' (*Sein zum Tode*). Kematian bukanlah suatu peristiwa eksternal atau akhir yang menimpa kita dari luar, melainkan suatu kemungkinan terdalam dan paling personal dari *Dasein* itu sendiri, yang secara inheren membentuk keberadaan kita. Menghadapi kematian sendiri (bukan kematian orang lain atau kematian secara umum) secara otentik ('authentically anticipating death') memaksa *Dasein* untuk kembali pada kemungkinan-kemungkinannya yang paling otentik (*eigentlichkeit*), membebaskannya dari anonimitas dan keterasingan (*'the they' - das Man*)[31]. Dalam kondisi keterbatasan inilah, eksistensi menjadi reflektif; ketakutan akan ketiadaan memaksa kita untuk mengapresiasi keberadaan, dan pilihan-pilihan hidup menjadi lebih bernilai, sarat dengan bobot ontologis yang signifikan[32].

Transisi dari kesadaran filosofis teoretis ke praksis kehidupan dapat diamati dalam kesiapan menghadapi kematian, seperti yang dicontohkan oleh filsuf klasik seperti Sokrates. Kesediaan Sokrates menerima takdirnya hingga teguh menghadapi eksekusi, seperti dituturkan dalam *Phaedo*, bukan sekadar demonstrasi keberanian

fisik, melainkan manifestasi dari kualitas hidup yang telah ia bangun berdasarkan prinsip-prinsip etis dan rasional[33]. Kesiapan untuk mati bukanlah mengenai keberanian *menghadapi* ajal semata, tetapi lebih dalam lagi, mengenai kualitas *hidup* yang secara sadar dibentuk oleh kesadaran akan kematian. Hal ini menciptakan dialektika eksistensial: hidup yang bermakna mempersiapkan individu untuk kematian yang diterima, dan pada saat yang sama, kesadaran akan kematian itulah yang mendesak pencarian dan perwujudan makna hidup.

Kematian yang dihadapi dengan kesadaran penuh, tanpa penolakan atau ilusi, merepresentasikan bentuk kebijaksanaan tertinggi. Kebijaksanaan ini bukan hasil dari akumulasi pengetahuan semata, melainkan penguasaan diri dan pemahaman mendalam tentang kondisi eksistensial. Menghadapi kefanaan membantu manusia untuk menguasai ketakutan primordial (akan non-eksistensi, kehilangan kendali) dan hasrat fundamental (untuk keabadian, akumulasi material tanpa batas) yang seringkali mendorong perilaku tidak etis atau pengejaran hal-hal yang superfisial[34]. Penerimaan kematian adalah bentuk pembebasan dari tirani ketakutan dan hasrat, memungkinkan individu untuk hidup dengan lebih bebas, jujur pada diri sendiri, dan arif dalam berinteraksi dengan dunia. Kebijaksanaan ini adalah hasil dari refleksi mendalam atas batasan eksistensi, yang paradoksalnya justru membuka pintu menuju potensi kemanusiaan yang paling penuh. Penelaahan filosofis atas kematian mengungkap fungsinya yang multifaset dalam membentuk lanskap etika dan kebijaksanaan

manusia. Kematian bertindak sebagai penjaga etika dengan mengingatkan kita akan kefanaan dan urgensi moral. Ia menjadi katalisator otentisitas dengan memaksa *Dasein* menghadapi kemungkinan terdalamnya. Dan, melalui penerimaan sadar atas akhirnya sendiri, kematian menjadi pintu gerbang menuju kebijaksanaan eksistensial, membebaskan manusia dari ketakutan dan hasrat dasar untuk hidup dengan lebih otentik, bertanggung jawab, dan bermakna. Alih-alih hanya menjadi akhir yang menakutkan, kematian, jika dipahami dan dihadapi dengan kesadaran, justru menjadi kekuatan pendorong bagi kehidupan yang lebih etis, otentik, dan penuh kebijaksanaan. Dengan demikian, merenungkan kematian bukanlah tindakan morbid, melainkan esensial bagi pencapaian eksistensi manusia yang utuh dan bermakna.

Apakah Kita Siap Mati seperti Socrates?

menggali relevansi ajaran filosofis Socrates mengenai kematian dalam konteks masyarakat modern. Berbeda dengan persepsi umum yang mungkin melihat kematian sebagai akhir yang menakutkan atau nihilistik, Socrates menawarkan pemahaman yang menempatkan kematian bukan sebagai tujuan yang harus dicari, melainkan sebagai aspek eksistensial yang tidak boleh menguasai hidup. Di tengah budaya kontemporer yang cenderung menabukan kematian melalui eufemisme, kemajuan teknologi medis, dan penolakan (denial), pelajaran Sokratik menjadi krusial: kesiapan menghadapi kefanaan adalah fondasi bagi kehidupan yang otentik dan bermakna. Dengan mengeksplorasi pandangan Socratic

mengenai kematian dan membandingkannya dengan sikap modern,.

Pertanyaan fundamental mengenai kesiapan menghadapi kematian telah menjadi subjek perenungan filosofis sepanjang sejarah peradaban manusia. Dalam tradisi Barat, sosok Socrates sering kali dianggap sebagai teladan unik dalam menghadapi kematian, bukan dengan ketakutan atau penolakan, melainkan dengan ketenangan dan integritas intelektual serta moral. Bagi Socrates, filosofi pada dasarnya adalah persiapan menuju kematian, bukan dalam artian mencari kematian itu sendiri, melainkan melatih jiwa untuk melepaskan diri dari keterikatan fisik dan hasrat duniawi[35]. Namun, di era modern, di mana narasi publik dan personal tentang kematian sering kali diselimuti oleh ketidaknyamanan, eufemisme medis, dan upaya maksimal untuk menundanya, kearifan Sokratik ini seolah tergerus. Teknologi medis telah memperpanjang harapan hidup secara signifikan, namun juga seringkali mengaburkan batas antara kehidupan dan kematian, serta mengubah pengalaman kematian menjadi sesuatu yang terinstitusionalisasi dan tersembunyi. Budaya populer pun cenderung menghindari diskursus terbuka tentang kefanaan, menciptakan semacam "penolakan kematian" massal yang, menurut beberapa sosiolog dan psikolog, justru menghambat individu untuk hidup sepenuhnya. Dalam konteks antagonisme antara pandangan Sokratik dan sikap modern terhadap kematian ini, timbul pertanyaan krusial: apakah kita, sebagai individu modern, telah menjalani hidup dengan cara yang memungkinkan kita

menghadapi kematian seperti Socrates, yakni tanpa dikuasai olehnya, dan bahkan mungkin, seperti yang ia katakan, melihatnya sebagai "berkah terbesar"?

Untuk memahami kesiapan Sokratik dalam menghadapi kematian, penting untuk menelaah pemikirannya yang terekam dalam dialog-dialog Plato, terutama *Phaedo*. Dalam dialog tersebut, Socrates menghabiskan jam-jam terakhirnya sebelum eksekusi dengan berdiskusi mengenai keabadian jiwa dan hakikat kematian bersama murid-muridnya. Bagi Socrates, tubuh adalah semacam penjara atau penghalang bagi jiwa dalam pencarian kebenaran dan pengetahuan sejati[36]. Hasrat dan kebutuhan fisik mengalihkan jiwa dari kontemplasi ide-ide abadi (bentuk-bentuk Platonis) yang merupakan objek sejati filsafat. Kematian, dalam pandangan ini, adalah pemisahan jiwa dari tubuh. Oleh karena itu, seorang filsuf, yang sepanjang hidupnya telah melatih diri untuk melepaskan keterikatan pada hal-hal fisik dan mengarahkan perhatiannya pada kebenaran spiritual dan intelektual, pada hakikatnya sedang mempersiapkan diri untuk kematian. Kematian bukanlah akhir yang nihilistik, melainkan potensi pembebasan jiwa dari belenggu fisik, memungkinkannya mencapai kemurnian dan pengetahuan yang lebih tinggi[37]. Inilah yang dimaksud Socrates dengan menjadikan filosofi sebagai persiapan menuju kematian. Kesiapan ini tidak berarti mencari kematian, tetapi menjalani hidup sedemikian rupa sehingga ketika kematian datang, jiwa tidak terbelenggu oleh ketakutan akan kehilangan hal-hal fisik atau penyesalan atas kehidupan yang materialistis.

Kontras dengan pemahaman Sokratik yang mengintegrasikan kematian sebagai bagian integral dan bahkan potensial positif dari perjalanan jiwa, masyarakat modern cenderung memperlakukan kematian sebagai kegagalan yang harus dihindari dengan segala cara[38]. Perkembangan pesat dalam bidang kedokteran dan bioetika telah menghasilkan teknologi yang mampu menopang kehidupan buatan, seringkali memperpanjang proses sekarat dalam lingkungan institusional seperti rumah sakit atau panti jompo[39]. Diskusi terbuka tentang kematian, proses berduka, dan perencanaan akhir kehidupan (end-of-life care) seringkali dihindari dalam percakapan sehari-hari, digantikan oleh eufemisme yang melunakkan realitas keras kematian. Fenomena "penolakan kematian" (*denial of death*) sebagai mekanisme pertahanan psikologis, sebagaimana diuraikan oleh Ernest Becker, berargumen bahwa kesadaran akan kefanaan adalah sumber kecemasan eksistensial terdalam yang mendorong manusia membangun struktur budaya, simbol, dan ideologi untuk meredam teror ini[40]. Dalam budaya yang demikian, di mana kematian disingkirkan dari pandangan publik dan personal, gagasan Sokratik tentang persiapan diri melalui refleksi mendalam dan pelepasan keterikatan fisik menjadi semakin menantang untuk diinternalisasi dan dipraktikkan.

Jika Socrates tidak mengajarkan untuk mencari kematian melainkan untuk tidak dikuasai olehnya, maka pertanyaannya adalah bagaimana kita "tidak dikuasai" oleh kematian dalam konteks modern. Ajaran kuncinya bukanlah pada ritual kematian itu sendiri, melainkan pada cara kita menjalani *kehidupan*. Kesiapan Sokratik

berakar pada gagasan "hidup yang teruji" (βίος ἀνεξέταστος οὐ βιωτὸς ἀνθρώπῳ), yaitu kehidupan yang direfleksikan secara kritis, di mana individu secara sadar memeriksa keyakinan, nilai-nilai, dan tindakan mereka[41]. Kehidupan yang tidak teruji, sebaliknya, adalah kehidupan yang dijalani secara otomatis, dikendalikan oleh kebiasaan, opini publik, atau hasrat tidak reflektif.

Dalam konteks kematian, hidup yang teruji memungkinkan individu untuk menghadapi akhir eksistensi dengan kesadaran penuh dan integritas. Ini membawa kita pada pertanyaan-pertanyaan kunci yang diajukan dalam premis awal dan yang relevan secara mendalam bagi kesiapan Sokratik di era modern:

1. Apakah kita hidup dengan cara yang memungkinkan kita untuk mati tanpa penyesalan? Socrates menghadapi kematian tanpa penyesalan karena ia merasa telah hidup sesuai dengan prinsip filosofisnya, memprioritaskan kebenaran di atas keselamatan fisik[42]. Hidup tanpa penyesalan tidak berarti hidup tanpa kesalahan, melainkan hidup dengan kesadaran penuh, di mana pilihan-pilihan penting dibuat berdasarkan nilai-nilai yang direfleksikan, bukan sekadar reaksi impulsif atau kepatuhan buta. Hal ini menuntut otentisitas (authenticity), yaitu keselarasan antara diri internal dan tindakan eksternal[43].
2. Apakah kita menyuarakan kebenaran, atau bersembunyi dalam kenyamanan? Socrates memilih kematian daripada mengkompromikan pencarian dan penyampaian kebenaran (meskipun interpretasi ini dapat diperdebatkan, ia menolak tawaran untuk melarikan diri dan mengasingkan diri dari

misinya)[44]. Dalam dunia modern yang kompleks, "kebenaran" mungkin tampak relatif, namun prinsip Sokratik ini dapat diartikan sebagai keberanian moral (moral courage) untuk berdiri teguh pada keyakinan yang direfleksikan secara etis, bahkan ketika itu tidak populer atau mengancam zona nyaman pribadi atau sosial. Penolakan konformitas demi integritas intelektual dan etis adalah aspek krusial dari persiapan Sokratik menghadapi kematian.

3. Apakah hidup kita hasil dari kebetulan sosial, atau pilihan moral yang reflektif? Banyak aspek kehidupan kita memang dipengaruhi oleh faktor-faktor eksternal seperti latar belakang sosial-ekonomi, budaya, dan sejarah. Namun, ajaran Sokratik menekankan pentingnya agensi (agency) dan otonomi (autonomy) dalam membentuk karakter dan arah hidup[45]. Kehidupan yang teruji adalah kehidupan di mana individu secara sadar memilih nilai-nilai mereka, menentukan tujuan etis mereka, dan bertindak sesuai dengan pilihan tersebut, alih-alih sekadar terhanyut oleh arus kebiasaan atau ekspektasi sosial. Kesiapan menghadapi kematian terletak pada kesadaran bahwa, terlepas dari takdir sosial, makna hidup kita sangat bergantung pada pilihan moral dan intelektual yang kita buat.

Menjawab pertanyaan-pertanyaan ini dengan jujur adalah inti dari persiapan Sokratik menghadapi kematian di era modern. Ini bukan tentang mempelajari ritual kematian atau membiasakan diri dengan pemandangan kematian, tetapi tentang menjalani kehidupan yang kokoh secara etis dan intelektual, di mana kematian

hanyalah transisi terakhir dalam perjalanan yang telah dijalani dengan kesadaran penuh.

"Death may be the greatest of all human blessings." Kata-kata ini, yang diatributkan kepada Socrates, mungkin tampak paradoksal bagi pikiran modern yang cenderung melihat kematian sebagai bencana terbesar. Namun, dari perspektif Sokratik, "berkah" ini dapat dimaknai dalam beberapa cara. Pertama, seperti yang dibahas sebelumnya, kematian adalah pemisahan jiwa dari tubuh yang, dalam pemikiran Sokratik, adalah sumber godaan dan hambatan bagi pengetahuan sejati[46]. Kedua, bagi jiwa yang telah hidup dengan benar dan mengabdikan diri pada kebaikan dan kebijaksanaan, kematian mungkin adalah kembalinya ke keadaan yang lebih murni atau persatuan dengan kebenaran mutlak (bentuk-bentuk) yang dicari sepanjang hidup[47]. Ketiga, dalam konteks pengadilan dan eksekusinya, kematian adalah alternatif terhormat daripada mengkhianati keyakinan dan misinya sebagai filsuf, menjadikannya semacam validasi pamungkas atas integritas hidupnya[48]. Dalam pengertian ini, kematian menjadi berkah karena mengukuhkan makna dan nilai hidup yang telah dijalani sesuai dengan prinsip-prinsip tertinggi.

Socrates menawarkan kepada kita sebuah paradigma yang kuat untuk menghadapi kematian, sebuah paradigma yang kontras dengan kecenderungan modern untuk menolak atau menabukan kefanaan. Kesiapan Sokratik bukanlah tentang menunggu kematian, melainkan tentang menjalani hidup dengan kesadaran, integritas, dan keberanian moral. Ini adalah tentang mempraktikkan "filosofi"

dalam arti aslinya: cinta kebijaksanaan yang membimbing setiap pilihan dan tindakan kita, sehingga ketika akhir itu tiba, kita tidak dikuasai oleh ketakutan atau penyesalan, melainkan dapat menghadapinya dengan ketenangan, sebagaimana Socrates sendiri menghadapinya[49].

Dalam dunia yang serba cepat, penuh gangguan, dan seringkali dangkal secara eksistensial, pelajaran dari Socrates menjadi semakin relevan. Pertanyaan "Apakah kita siap mati seperti Socrates?" bukan sekadar pertanyaan hipotetikal tentang keberanian menghadapi momen akhir, melainkan undangan mendesak untuk memeriksa secara mendalam cara kita menjalani *setiap hari*. Apakah hidup kita adalah hasil dari inersia sosial atau pilihan moral yang disengaja? Apakah kita memiliki keberanian untuk menyuarakan kebenaran, bahkan jika itu tidak nyaman? Dan yang terpenting, apakah kita hidup dengan cara yang sedang membangun fondasi untuk kematian yang tidak akan kita sesali? Refleksi jujur atas pertanyaan-pertanyaan ini adalah langkah pertama menuju kesiapan Sokratik, menuju kehidupan yang, terlepas dari kefanaannya, dapat dianggap "teruji" dan karenanya, bermakna.

Kematian dalam Filsafat Modern

Kematian dalam Ranah Filsafat

Kematian, sebagai fenomena universal yang tak terhindarkan dalam rentang kehidupan manusia, telah berabad-abad menjadi salah satu poros utama diskursus filsafat. Lebih dari sekadar peristiwa biologis, kematian memunculkan pertanyaan mendasar yang merambah dimensi terdalam keberadaan manusia. Kajian

filosofis tentang kematian memungkinkan eksplorasi hakikat eksistensi, pencarian makna di tengah kefanaan, serta perenungan atas keterbatasan yang melekat pada pengetahuan manusia mengenai realitas puncak atau akhir. Evolusi pemikiran filosofis terkait kematian dapat dipetakan melalui konteks historis, menunjukkan pergeseran paradigma yang signifikan dari era klasik hingga modern dalam cara manusia memahami dan menghadapi kematian serta implikasinya terhadap eksistensi.

Pada periode filsafat klasik, khususnya di antara para filsuf Yunani kuno terkemuka seperti Socrates, Plato, dan Aristoteles, kematian umumnya dipandang sebagai bagian integral dari siklus alam atau takdir kosmis. Socrates, sebagaimana tercatat dalam dialog *Apology*, menunjukkan sikap stoik terhadap kematian, menganggapnya bukan sebagai sesuatu yang perlu ditakuti melainkan sebagai bagian tak terpisahkan dari nasib manusia. Ia berargumen bahwa ketidakpastian mengenai kondisi setelah kematian seharusnya tidak menuntun pada ketakutan, melainkan pada penerimaan bijak. Dengan demikian, Socrates menyampaikan pandangan yang meredefinisi persepsi terhadap kematian: "Kematian bisa menjadi hal yang baik, karena jika kita mati, kita akan masuk ke dalam suatu keadaan yang tidak kita ketahui, dan jika itu adalah tidur yang abadi, maka itu adalah keadaan yang damai"[50]. Pandangan ini menekankan potensi kematian sebagai transisi menuju keadaan yang mungkin lebih baik atau setidaknya damai.

Plato, melalui karyanya yang berpengaruh seperti *Phaedo*, mengelaborasikan gagasan bahwa kematian adalah momen

pemisahan jiwa (*psyche*) dari tubuh fisik. Dalam pandangan Platonian, jiwa dipandang sebagai entitas abadi yang terpenjara sementara dalam tubuh material. Kematian melepaskan jiwa dari keterbatasan indrawi dan membawanya kembali ke alam ide atau realitas yang lebih murni dan abadi. Konsepsi ini melihat kematian sebagai proses pemurnian esensial, di mana jiwa yang terbebaskan dapat kembali menyatu dengan sumber hakikatnya di dunia ide yang sempurna.

Berbeda dengan Plato, perspektif Aristoteles mengenai kematian lebih berakar pada biologi dan fungsi organisme. Dalam *De Anima*, Aristoteles memahami jiwa (*psuche*) sebagai prinsip kehidupan yang inheren pada tubuh, tidak sebagai entitas terpisah yang dapat eksis independen. Kematian, dari sudut pandang Aristoteles, dipandang sebagai berakhirnya fungsi-fungsi vital tubuh, dan tidak ada indikasi kuat mengenai kelangsungan eksistensi jiwa setelah kematian. Pandangan ini cenderung menempatkan kematian sebagai akhir definitif dari kehidupan fisik, tanpa adanya kelangsungan eksistensi dalam bentuk metafisik.

Transisi ke filsafat modern membawa pergeseran fundamental dalam pendekatan terhadap kematian. René Descartes, sering dianggap sebagai peletak dasar filsafat modern, memperkenalkan dualisme substansial antara pikiran (*res cogitans*) dan tubuh (*res extensa*). Descartes memandang tubuh sebagai mekanisme yang tunduk pada hukum fisika dan akan berhenti berfungsi saat kematian, sementara pikiran atau kesadaran dianggap sebagai substansi non-fisik yang dapat eksis terpisah. Pandangan ini

membuka ruang bagi spekulasi tentang kelangsungan kesadaran terlepas dari kehancuran fisik. Dalam *Meditations on First Philosophy*, pernyataan ikonis Descartes, "Cogito, ergo sum" (aku berpikir, maka aku ada), menegaskan eksistensi diri yang primer pada kesadaran, yang implisitnya tidak sepenuhnya terikat pada keberadaan tubuh fisik. Pergeseran ini menandai awal dari pendekatan yang lebih individualistik dan epistemologis dalam memahami eksistensi dan implikasi kematian, berbeda dengan kerangka kosmik atau metafisik era klasik.

Secara ontologis, kematian memprovokasi pertanyaan fundamental mengenai status keberadaan manusia. Apakah kematian merupakan penghentian total eksistensi individu, atau adakah aspek dari diri seperti kesadaran, jiwa, atau entitas lain yang tetap ada setelah disintegrasi fisik? Dalam filsafat kontemporer, debat ini terus hidup. Beberapa filsuf materialis, seperti Thomas Metzinger, berargumen bahwa kesadaran sepenuhnya merupakan produk aktivitas neurobiologis di otak[51]. Dari perspektif ini, kematian, yang identik dengan berhentinya fungsi otak, secara definitif mengakhiri kesadaran dan, karenanya, mengakhiri eksistensi individu dalam pengertian apapun yang relevan dengan *siapa* orang itu. Pandangan ini didasarkan pada asumsi bahwa tidak ada bukti empiris untuk keberadaan kesadaran di luar aktivitas otak.

Sebaliknya, filsuf dalam tradisi fenomenologi, seperti Edmund Husserl, mendekati pertanyaan eksistensi dari sudut pandang pengalaman subjektif. Bagi Husserl, kematian adalah fenomena

yang tidak dapat dipahami secara menyeluruh dari perspektif objektif, melainkan harus direfleksikan dari dalam arus kesadaran yang hidup itu sendiri[52]. Dalam kerangka fenomenologis, kematian hadir sebagai horizon tak terelakkan yang membingkai eksistensi temporer, suatu 'kemungkinan yang tidak mungkin lagi' yang membentuk pemahaman kita tentang makna hidup. Dari sudut pandang ini, kematian tetap menjadi misteri transenden yang melampaui kapasitas pemahaman rasional empiris semata, menuntut introspeksi mendalam terhadap kondisi manusia.

Pertanyaan epistemologis seputar kematian berkaitan dengan kapasitas manusia untuk mengetahui atau memahami hakikat kematian dan apa (jika ada) yang terjadi setelahnya. Mengingat bahwa pengalaman kematian itu sendiri tidak dapat diakses melalui metode empiris atau indra dalam kehidupan normal, bagaimana mungkin kita memperoleh pengetahuan yang valid mengenai hal tersebut? Para filsuf skeptis, seperti David Hume, berpendapat bahwa pengetahuan manusia sangat terbatas pada pengalaman indrawi (*impressions*) dan gagasan yang diturunkan darinya[53]. Dengan demikian, klaim mengenai kehidupan setelah kematian dianggap sebagai spekulasi metafisik yang tidak didukung oleh pengalaman empiris yang dapat diandalkan. Hume, dalam *A Treatise of Human Nature*, menyatakan: "Apa yang kita ketahui tentang kehidupan setelah mati hanyalah spekulasi belaka, dan kita tidak bisa mengandalkan pengalaman untuk memberikan kita pengetahuan yang benar tentangnya"[54]. Perspektif ini menekankan keterbatasan fundamental rasio dan pengalaman dalam menembus

tabir kematian. Namun, filsuf eksistensialis seperti Martin Heidegger menawarkan cara pandang yang berbeda terhadap kematian, bukan sebagai objek pengetahuan empiris tentang kondisi *pasca-mortem*, melainkan sebagai struktur konstitutif dari eksistensi manusia (*Dasein*) itu sendiri. Dalam *Being and Time*, Heidegger mengemukakan konsep "Being-towards-Death" (*Sein zum Tode*)[5]. Kematian bagi Heidegger bukanlah hanya akhir kronologis kehidupan, melainkan kemungkinan paling otentik dari *Dasein* kemungkinan yang mengakhiri semua kemungkinan lainnya. Kesadaran akan kefanaan ini, menurut Heidegger, adalah apa yang memungkinkan *Dasein* untuk memahami dirinya dalam totalitasnya dan hidup secara otentik, menghadapi keterbatasan temporalnya. Dari perspektif ini, pengetahuan tentang kematian bukanlah pengetahuan tentang 'apa yang ada di sana', melainkan pengetahuan eksistensial tentang kondisi fundamental keberadaan kita yang terbatas waktu.

Perbandingan antara filsafat klasik dan modern dalam menyoal kematian menyingkap pergeseran mendasar dalam fokus dan metode. Filsafat klasik, terpengaruh oleh kerangka kosmologis dan metafisik yang lebih luas, cenderung melihat kematian dalam konteks transendental atau spiritual. Kematian seringkali dipahami sebagai bagian dari tatanan alam semesta yang lebih besar, transisi jiwa ke alam lain, atau pembebasan dari dunia material. Fokusnya adalah pada pencarian makna universal dan tujuan akhir di balik eksistensi fana. Sebaliknya, filsafat modern, yang semakin dipengaruhi oleh perkembangan ilmu pengetahuan empiris dan

rasionalisme, cenderung mendekati kematian sebagai fenomena yang lebih bersifat biologis, psikologis, atau eksistensial dalam kerangka individual. Penekanan bergeser ke pemahaman tentang kesadaran, hubungan pikiran-tubuh, dan implikasi kematian terhadap keberadaan individu di dunia ini. Pandangan materialistik, yang menempatkan kesadaran sebagai produk fisik, seringkali dominan, cederung mengabaikan atau menolak dimensi spiritual atau metafisik karena kurangnya bukti empiris. Perbedaan ini mencerminkan evolusi filsafat itu sendiri dari pandangan dunia yang didominasi oleh kosmologi dan metafisika menuju pandangan yang lebih berpusat pada rasionalitas, subjek, dan bukti empiris sebagai ukuran pengetahuan.

Diskursus filsafat mengenai kematian adalah cerminan kompleksitas upaya manusia untuk memahami hakikat eksistensinya baik secara fisik, ontologis, maupun epistemologis. Rentang pemikiran dari filsafat klasik hingga modern menunjukkan perubahan signifikan dalam cara pandang terhadap kematian, beralih dari konsepsi yang seringkali berorientasi transendental dan spiritual menuju pemahaman yang lebih materialistik, psikologis, dan eksistensial. Meskipun berbagai teori dan pandangan ontologis serta epistemologis telah diajukan sepanjang sejarah filsafat, kematian pada akhirnya tetap merupakan misteri fundamental yang tidak sepenuhnya tersingkap oleh rasio atau metode empiris. Namun, justru misteri inilah yang secara berkelanjutan memicu refleksi mendalam mengenai makna hidup, tujuan eksistensi, keterbatasan pengetahuan manusia, dan urgensi untuk menghadapi

kondisi fundamental kita sebagai makhluk terbatas. Filsafat, dengan demikian, tidak hanya mencoba 'menjawab' kematian, tetapi juga menggunakan kematian sebagai cermin untuk memahami kehidupan itu sendiri.

René Descartes, Dualisme Jiwa-Tubuh, dalam Metafisika Cartesian

Teori dualisme substansi yang diajukan oleh René Descartes, salah seorang filsuf paling berpengaruh dalam tradisi Barat, khususnya implikasinya terhadap pemahaman mengenai kematian. Descartes membedakan secara fundamental antara *res cogitans* (substansi berpikir, jiwa/pikiran) dan *res extensa* (substansi terentang, tubuh material). Pemisahan ontologis ini membentuk dasar bagi dualisme Cartesian dan menawarkan perspektif unik tentang hakikat jiwa yang abadi serta tubuh yang fana. Analisis ini juga akan mencakup bagaimana dualisme ini memandang kematian bukan sebagai akhir keberadaan total, melainkan sebagai pemisahan antara jiwa dan tubuh, serta meninjau beberapa kritik signifikan terhadap pandangan Cartesian ini, termasuk isu interaksi jiwa-tubuh dan tantangan dari sudut pandang ilmiah modern.

René Descartes (1596–1650) menduduki posisi sentral dalam sejarah filsafat modern, seringkali dianggap sebagai bapak filsafat modern itu sendiri. Kontribusi paling signifikannya terletak pada perumusan teori dualisme substansi, sebuah pandangan yang memisahkan realitas menjadi dua jenis substansi yang mendasar dan berbeda: pikiran (atau jiwa) dan materi (atau tubuh). Teori ini, yang dikenal luas sebagai dualisme Cartesian, memiliki implikasi yang mendalam bagi metafisika, epistemologi, dan, secara khusus,

pemahaman tentang hakikat manusia, kehidupan, dan kematian. Dalam kerangka pemikiran Descartes, hubungan antara jiwa dan tubuh bukanlah hubungan kesatuan substansial tunggal, melainkan hubungan antara dua entitas yang berbeda secara kualitatif, yang masing-masing memiliki atribut esensial yang unik.

Inti dari dualisme Cartesian terletak pada pembedaan tegas antara dua substansi utama yang membentuk realitas, terutama dalam konteks keberadaan manusia. Descartes menguraikan pembedaan ini secara rinci dalam karyanya yang paling terkenal, *Meditationes de Prima Philosophia* (*Meditasi tentang Filsafat Pertama*)[55]. Ia mengidentifikasi *res cogitans*, atau substansi berpikir, sebagai entitas yang esensinya adalah pemikiran, kesadaran, keraguan, pemahaman, kehendak, dan penolakan[56]. *Res cogitans* bersifat non-material, tidak memiliki dimensi ruang, dan tidak tunduk pada hukum-hukum fisika mekanistik[57]. Keberadaannya dipahami melalui kesadaran diri dan aktivitas mental.

Sebaliknya, Descartes mendefinisikan *res extensa*, atau substansi terentang, sebagai substansi fisik atau material yang esensinya adalah keluasan (ekstensi) dalam ruang. Tubuh manusia, dalam pandangan ini, adalah bagian dari *res extensa*, yang memiliki dimensi panjang, lebar, dan tinggi, serta tunduk sepenuhnya pada hukum-hukum alam yang bersifat mekanistik dan dapat diukur[58]. *Res extensa* berfungsi seperti mesin yang kompleks, di mana segala gerakannya dapat dijelaskan melalui prinsip-prinsip fisika murni. Pemisahan yang mendalam antara dua jenis substansi

ini yang satu bersifat non-material dan sadar, yang lain bersifat material dan mekanistik menjadi fondasi bagi dualisme substansi yang diusung Descartes.

Dari pemisahan antara *res cogitans* dan *res extensa*, muncul implikasi signifikan mengenai hakikat jiwa dan potensinya untuk keabadian. Bagi Descartes, karena jiwa (*res cogitans*) adalah substansi non-material yang tidak memiliki bagian dan tidak tunduk pada hukum fisika yang menyebabkan pelapukan atau kehancuran materi, maka jiwa secara inheren berbeda dari tubuh yang fana. Eksistensi jiwa dibuktikan melalui aktivitas berpikir, sebagaimana dirangkum dalam adagium terkenalnya: *"Cogito, ergo sum"* (Aku berpikir, maka aku ada). Pernyataan ini menegaskan bahwa bahkan jika semua persepsi indrawi mengenai tubuh bisa diragukan, fakta bahwa "aku" sedang berpikir adalah bukti tak terbantahkan akan keberadaan entitas yang berpikir, yaitu jiwa atau pikiran.

Karena jiwa tidak terdiri dari bagian-bagian fisik yang dapat terurai atau berhenti berfungsi seperti mesin, Descartes berpendapat bahwa jiwa tidak dapat binasa bersama tubuh. Jiwa dianggap sebagai substansi tunggal yang utuh dan tidak dapat dibagi, sifat yang kontras dengan tubuh material yang dapat dibagi menjadi bagian-bagian. Pandangan ini memberikan dasar filosofis bagi keyakinan bahwa jiwa memiliki potensi untuk eksis secara independen dari tubuh fisik dan, karenanya, memiliki sifat abadi. Keberadaan sadar dan berpikir merupakan bukti keberadaan jiwa yang tetap ada, meskipun tubuh mungkin mengalami kerusakan fisik atau berhenti berfungsi.

Sementara jiwa dipandang sebagai substansi berpikir non-material yang abadi, tubuh justru dilihat oleh Descartes sebagai entitas material murni yang sepenuhnya tunduk pada hukum alam dan proses mekanis. Tubuh manusia adalah *res extensa*, mesin biologis yang terdiri dari bagian-bagian fisik yang berinteraksi secara kausal sesuai dengan prinsip-prinsip fisika konvensional. Descartes melihat tubuh, termasuk aspek-aspek fisiologisnya, sebagai sesuatu yang dapat dipahami melalui model mekanistik, mirip dengan jam atau mesin otomatis lainnya[59]. Pandangan ini menempatkan tubuh dalam domain objek-objek material yang fana, yang mengalami perubahan, kerusakan, dan pada akhirnya, kematian.

Kematian, dalam konteks tubuh sebagai *res extensa*, dipahami sebagai berhentinya fungsi-fungsi mekanis yang menjaga tubuh tetap hidup. Proses biologis berhenti, dan struktur material tubuh mulai terurai, tunduk pada hukum-hukum termodinamika dan fisika lainnya. Dalam pandangan Cartesian, tubuh tidak memiliki kesadaran atau kemampuan berpikir; kesadaran hanya terkait dengan jiwa. Dengan demikian, kematian tubuh adalah akhir dari eksistensi fisik dan mekanistik, tetapi ini hanya mempengaruhi satu aspek dari keberadaan manusia dalam kerangka dualisme Descartes.

Implikasi utama dari dualisme substansi Descartes terhadap pemahaman tentang kematian adalah bahwa kematian tubuh tidak identik dengan akhir eksistensi total individu. Karena jiwa (*res cogitans*) adalah substansi yang berbeda dan abadi, terlepas dari tubuh (*res extensa*), kematian fisik tubuh dianggap sebagai proses

pemisahan kedua substansi tersebut. Tubuh, sebagai mesin material, berhenti berfungsi dan hancur; namun, jiwa, sebagai entitas non-material yang berpikir, tetap ada dan terus eksis secara terpisah dari tubuh[60].

Dalam kerangka ini, kematian dilihat bukan sebagai kehancuran total, melainkan sebagai transisi atau pemisahan. Jiwa tidak terpengaruh oleh kerusakan fisik tubuh dan keberadaannya tidak bergantung pada fungsi organ-organ material. Ini membuka kemungkinan filosofis untuk keberadaan jiwa setelah kematian jasmani, sebuah konsep yang memiliki resonansi kuat dengan banyak pandangan agama dan metafisika tentang kehidupan setelah kematian. Descartes menyediakan argumen filosofis mengenai mengapa kematian tubuh tidak harus berarti akhir dari kesadaran atau identitas diri, karena kesadaran dan identitas itu berakar pada jiwa yang non-material dan abadi, bukan pada tubuh yang fana.

Meskipun dualisme Cartesian sangat berpengaruh, pandangan ini juga menghadapi berbagai kritik serius sejak masa Descartes hingga era kontemporer. Salah satu masalah sentral yang menjadi sumber kritik adalah "masalah interaksi" (the problem of interaction). Jika jiwa dan tubuh adalah dua substansi yang berbeda secara fundamental satu non-material dan tidak memiliki dimensi ruang, yang lain material dan terentang bagaimana mungkin keduanya bisa saling berinteraksi dan memengaruhi satu sama lain? Descartes sendiri mengusulkan bahwa interaksi ini mungkin terjadi di kelenjar pineal di otak, tetapi penjelasan mekanismenya tetap tidak jelas dan menimbulkan banyak pertanyaan. Bagaimana

sesuatu yang non-fisik dapat menyebabkan perubahan fisik, atau sebaliknya, bagaimana perubahan fisik dapat memengaruhi entitas non-fisik?

Filsuf abad ke-20, Gilbert Ryle, melancarkan kritik keras terhadap dualisme Cartesian, menyebutnya sebagai "hantu di dalam mesin" (*the ghost in the machine*)[61]. Ryle berpendapat bahwa Descartes melakukan "kesalahan kategori" (category mistake) dengan memperlakukan pikiran seolah-olah ia adalah substansi yang berada di dunia yang sama dengan tubuh, meskipun dalam kategori yang berbeda. Bagi Ryle, konsep "pikiran" atau "jiwa" bukanlah nama untuk entitas terpisah, melainkan merujuk pada cara atau disposisi perilaku tubuh yang cerdas dan kompleks.

Selain kritik filosofis, dualisme Cartesian juga ditantang kuat oleh perkembangan ilmu pengetahuan modern, terutama neurosains. Studi neurologis menunjukkan korelasi yang sangat erat, bahkan ketergantungan, antara fungsi mental (pikiran, kesadaran, emosi) dan aktivitas otak fisik. Kerusakan pada area otak tertentu dapat secara langsung memengaruhi kemampuan berpikir, merasakan, atau bahkan kesadaran itu sendiri. Paradigma materialistik dalam neurosains cenderung melihat pikiran dan kesadaran sebagai hasil *muncul* (emergent properties) dari proses fisik dan kimia kompleks di otak, bukan sebagai fungsi dari substansi non-material yang terpisah. Dari perspektif ini, kematian otak dianggap sebagai akhir dari kesadaran dan eksistensi mental, meniadakan gagasan tentang jiwa yang abadi dan terpisah dari tubuh.

Teori dualisme substansi René Descartes yang memisahkan *res cogitans* dan *res extensa* telah memberikan kerangka kerja yang kuat untuk memahami hakikat manusia dan hubungannya dengan realitas. Pandangan ini secara radikal mengubah cara filsafat memikirkan pikiran dan tubuh, serta menawarkan perspektif bahwa jiwa adalah substansi non-material yang berpotensi abadi, sementara tubuh adalah mesin material yang fana dan tunduk pada kematian fisik. Dalam kerangka Cartesian, kematian tubuh dipahami sebagai pemisahan jiwa dari wadah fisiknya, bukan sebagai akhir total dari kesadaran atau eksistensi diri.

Namun, dualisme Cartesian, khususnya dalam hal mekanisme interaksi jiwa-tubuh dan klaim keabadian jiwa dalam menghadapi bukti neurosains modern, telah menjadi subjek kritik dan perdebatan yang berkelanjutan. Masalah interaksi tetap menjadi teka-teki filosofis, sementara kemajuan dalam memahami otak cenderung mendukung pandangan yang lebih monistik atau materialistik. Meskipun demikian, warisan Descartes dalam memunculkan pertanyaan-pertanyaan fundamental tentang hakikat pikiran, tubuh, dan keberadaan setelah kematian tetap relevan dan terus menginspirasi diskusi filosofis hingga hari ini. Dualisme Cartesian, dengan perspektifnya tentang kematian sebagai pemisahan, menawarkan salah satu model klasik dalam upaya memahami batas-batas eksistensi manusia.

Transisi dalam Substansi Tunggal

Pandangan Baruch Spinoza mengenai kematian, mengintegrasikannya dalam kerangka metafisika monistiknya yang

berpusat pada konsep Substansi Tunggal *(Deus sive Natura*). Berbeda dengan pandangan dualistik tradisional, Spinoza memahami seluruh realitas sebagai manifestasi dari entitas tunggal yang tidak terbagi. Dalam perspektif ini, kematian tidak dilihat sebagai akhir eksistensi atau transisi ke alam supernatural terpisah, melainkan sebagai perubahan bentuk atau *modus* dalam Substansi yang abadi. Analisis ini juga menyentuh implikasi etis dari pandangan Spinoza, di mana pemahaman rasional tentang kematian sebagai bagian dari hukum alam mendorong kebebasan dari ketakutan dan memfasilitasi kehidupan yang selaras dengan nalar.

Filsafat Baruch Spinoza (1632-1677) menawarkan sebuah sistem pemikiran yang sangat koheren dan sistematis, yang berpuncak pada konsep metafisika yang radikal: hanya ada satu Substansi yang ada secara mandiri, yakni Tuhan atau Alam (Deus sive Natura). Dalam kerangka monisme substansial ini, segala sesuatu yang eksis, baik itu benda material (yang termasuk dalam atribut Ekstensi) maupun pikiran (yang termasuk dalam atribut Pikiran), tidak lain adalah *modus* atau modifikasi dari Substansi Tunggal tersebut[62]. Perspektif ini memberikan dasar yang unik untuk memahami berbagai fenomena, termasuk fenomena kehidupan dan kematian, yang sering kali menjadi subjek interpretasi dualistik atau supernatural.

Inti dari sistem Spinoza adalah doktrin bahwa hanya ada satu Substansi absolut dan tak terbatas yang mengekspresikan dirinya melalui berbagai atribut yang tak terhingga, dua di antaranya yang kita kenal adalah Pikiran (*Cogitatio*) dan Ekstensi (*Extensio*). Dunia

yang kita alami, baik sebagai objek mental maupun fisik, adalah *modus* dari atribut-atribut ini. Dalam pandangan ini, tidak ada pemisahan esensial antara Tuhan dan Alam; keduanya identik. Segala fenomena alamiah, termasuk proses biologis dan mental, adalah ekspresi yang niscaya dari hukum-hukum internal Substansi ini.

Dalam konteks ini, keberadaan individu baik manusia maupun entitas lain dipahami sebagai *modus* yang kompleks dari Substansi. Tubuh adalah *modus* dari atribut Ekstensi, sementara pikiran atau jiwa adalah *modus* dari atribut Pikiran. Spinoza menolak dualisme Descartes yang memandang jiwa dan tubuh sebagai dua Substansi yang berbeda dan berinteraksi. Sebaliknya, ia melihat keduanya sebagai dua cara yang berbeda namun paralel dalam melihat dan mengekspresikan realitas yang sama dari Substansi Tunggal. Korespondensi yang sempurna antara tubuh dan pikiran dijelaskan melalui doktrin paralelisme: setiap peristiwa dalam tubuh memiliki padanan dalam pikiran, dan sebaliknya, bukan karena interaksi kausal antara keduanya, melainkan karena keduanya adalah ekspresi dari *modus* yang sama dalam Substansi dilihat dari atribut yang berbeda.

Dengan fondasi metafisika ini, pandangan Spinoza tentang kematian secara fundamental berbeda dari interpretasi yang melihat kematian sebagai kehancuran total atau transisi ke alam spiritual yang terpisah. Bagi Spinoza, kematian tubuh adalah perubahan dalam konfigurasi *modus* dari atribut Ekstensi yang membentuk tubuh individu. Tubuh sebagai *modus* berhenti berada

dalam konfigurasi spesifiknya, namun materi penyusunnya, yang merupakan bagian dari atribut Ekstensi Substansi, tidak menghilang begitu saja. Materi tersebut terus ada, namun dalam bentuk dan pengaturan yang baru, sesuai dengan hukum-hukum alam yang niscaya.

Demikian pula, kematian tubuh memiliki implikasi pada *modus* atribut Pikiran, yaitu jiwa atau pikiran individu. Spinoza berargumen bahwa pikiran manusia tidak sepenuhnya musnah bersama dengan tubuh. Sebagian dari pikiran, bagian yang mampu memahami realitas secara rasional dan intuitif (*sub specie aeternitatis* dari sudut pandang keabadian), memiliki potensi untuk bertahan dalam cara tertentu. Kelangsungan ini bukan dalam bentuk kesadaran pribadi seperti dalam konsep keabadian jiwa tradisional, melainkan sebagai bagian dari Pengetahuan (atribut Pikiran) yang berkorespondensi dengan esensi abadi tubuh dalam Substansi. Olehmikian itu, kematian dipandang sebagai transisi: perubahan *modus* eksistensi dari satu bentuk terorganisir (individu hidup) ke bentuk lain yang berbeda, tetapi tetap berada dalam kerangka Substansi Tunggal yang abadi.

Pandangan Spinoza tentang kematian memiliki implikasi etis yang mendalam. Ia menganggap rasa takut terhadap kematian sebagai salah satu bentuk hasrat atau afek yang timbul dari ketidakpahaman rasional tentang hakikat realitas[63]. Dengan memahami bahwa diri (tubuh dan pikiran) adalah *modus* yang niscaya dari Substansi dan bahwa kematian adalah bagian dari proses perubahan alami dalam Substansi tersebut, individu dapat

mengatasi ketakutan yang tidak berdasar. Kematian bukanlah sesuatu yang "buruk" dalam arti moral, melainkan hanya fakta alami, konsekuensi niscaya dari hukum-hukum universal[64]. Spinoza menyatakan secara tegas bahwa manusia bebas tidak memikirkan apapun kurang dari kematian, dan kebijaksanaannya bukanlah meditasi tentang kematian, melainkan tentang kehidupan.

Kehidupan yang baik, menurut Spinoza, adalah kehidupan yang diarahkan oleh rasio, yaitu kehidupan yang selaras dengan pemahaman tentang hukum-hukum alam dan hakikat diri sebagai bagian dari Substansi. Penerimaan terhadap kematian sebagai bagian dari tatanan alam semesta yang sempurna bukanlah bentuk fatalisme pasif, melainkan hasil dari pemahaman aktif terhadap keniscayaan alam. Dengan memahami bahwa *conatus* (dorongan untuk mempertahankan keberadaan diri) adalah usaha untuk meningkatkan daya bertindak seseorang melalui pemahaman rasional, individu menyadari bahwa ketakutan akan kematian justru menghambat daya bertindak tersebut[65]. Sebaliknya, pemahaman rasional dan afirmasi terhadap seluruh realitas, termasuk kematian, memungkinkan individu untuk hidup lebih autentik dan rasional, bebas dari kecemasan yang mengikat.

Penting untuk digarisbawahi bahwa naturalisme Spinoza tidak menyisakan ruang bagi interpretasi kematian yang supernatural atau religius dalam pengertian konvensional. Tidak ada jiwa abadi yang terpisah dari tubuh dan pergi ke surga atau neraka. Tidak ada penilaian ilahi setelah kematian dalam arti personal. Kematian adalah sepenuhnya proses alami yang berlangsung dalam Substansi

itu sendiri. Kelangsungan bagian pikiran yang rasional setelah kematian tubuh bukanlah kelangsungan kesadaran personal, melainkan semacam partisipasi dalam pengetahuan abadi Substansi, yang diperoleh melalui pemahaman rasional selama hidup.

Pandangan ini menantang pandangan dunia dualistik yang mendominasi banyak tradisi filosofis dan agama. Dengan melihat kematian sebagai perubahan *modus* dalam Substansi Tunggal, Spinoza menawarkan kerangka berpikir yang menekankan pada keutuhan dan keteraturan alam semesta. Kematian adalah bukti dari dinamika abadi Substansi, transformasi yang tak terhindarkan yang merupakan bagian dari ekspresi realitas itu sendiri.

Dalam sistem filsafat Baruch Spinoza, kematian bukanlah akhir yang menakutkan, melainkan transisi alami dalam Substansi Tunggal yang abadi. Konsep ini berakar kuat pada metafisika monistiknya, di mana segala sesuatu baik tubuh maupun pikiran adalah *modus* dari Tuhan atau Alam. Kematian tubuh adalah perubahan *modus* dalam atribut Ekstensi, yang berkorespondensi dengan perubahan dalam *modus* atribut Pikiran. Dengan memahami kematian dalam kerangka rasional ini, Spinoza berargumen bahwa manusia dapat mengatasi ketakutan dan kecemasan, mencapai kedamaian batin, dan hidup yang lebih rasional dan selaras dengan hukum alam. Perspektif Spinoza tentang kematian menegaskan kembali naturalisme radikalnya, menolak interpretasi supernatural, dan menggarisbawahi keutuhan serta ketaktersendirian segala sesuatu dalam Substansi Tunggal.

Gottfried Wilhelm Leibniz Monade dan Kehidupan Abadi

Gottfried Wilhelm Leibniz (1646–1716), seorang polimatik terkemuka dari Jerman, meninggalkan warisan intelektual yang mendalam dalam bidang filsafat, matematika, dan sains. Salah satu kontribusinya yang paling orisinal dan berpengaruh adalah sistem metafisikanya yang berpusat pada konsep monade. Dalam karyanya yang ikonik, *Monadology* (ditulis 1714, diterbitkan 1720), Leibniz menyajikan pandangan dunia yang radikal, menentang dualisme substansi (seperti Descartes) dan menolak sepenuhnya materialisme mekanistik yang mendominasi pemikiran ilmiah pada masanya. Bagi Leibniz, realitas fundamental tidak terdiri dari materi yang dapat dibagi, melainkan entitas-entitas sederhana yang bersifat spiritual: monade. Konsep ini tidak hanya menjelaskan struktur alam semesta, tetapi juga menawarkan perspektif unik mengenai sifat jiwa, keabadian, dan hubungan antara entitas-entitas diskret dalam sebuah tatanan ilahi.[66]

Leibniz memulai ontologinya dengan postulat bahwa realitas fundamental tidak dapat merupakan sesuatu yang memiliki bagian atau ekstensi spasial. Jika suatu entitas memiliki bagian, maka ia adalah komposit, dan komposit selalu tersusun dari sesuatu yang lebih mendasar. Untuk mencapai elemen dasar yang sejati, kita harus tiba pada entitas yang tidak memiliki bagian, tidak dapat dibagi, dan karenanya, tidak memiliki dimensi fisik. Entitas inilah yang disebut Leibniz sebagai monade. Monade bukanlah atom fisik seperti yang dipahami dalam materialisme; sebaliknya, monade adalah substansi spiritual atau metafisik.

Setiap monade adalah pusat aktivitas dan persepsi. Meskipun tidak memiliki jendela (monades n'ont point de fenêtres)[67] artinya tidak dapat dipengaruhi secara lahiriah oleh monade lain melalui interaksi fisik setiap monade memiliki prinsip perubahan internal yang disebut *appetition* (kehendak atau dorongan internal) dan *perception* (representasi internal dari keadaan monade lain dan alam semesta secara keseluruhan). Persepsi monade bervariasi dalam tingkat kejelasannya, mulai dari 'persepsi kecil' yang tidak disadari hingga kesadaran diri yang tinggi pada monade yang lebih sempurna (seperti jiwa manusia). Leibniz menyatakan: *"Monade adalah substansi tanpa bagian, yang tidak memiliki bentuk eksternal, melainkan mengandung dalam dirinya esensi dan gerakan sendiri. Tiap monade mencerminkan seluruh alam semesta dalam cara yang unik."* [68]

Pandangan ini secara fundamental berbeda dari fisika mekanistik yang menjelaskan fenomena sepenuhnya melalui gerak partikel materi dalam ruang. Bagi Leibniz, materi yang kita amati hanyalah fenomena belaka yang muncul dari agregat monade. Hanya monade itu sendirilah realitas substansial yang sejati.

Dalam hierarki monade berdasarkan kejelasan persepsi dan tingkat kesadaran, jiwa manusia menempati posisi istimewa. Jiwa adalah bentuk monade yang memiliki kesadaran diri (apperception) dan kemampuan penalaran. Sebagai monade, jiwa juga merupakan substansi yang tidak memiliki bagian dan prinsip perubahannya bersifat internal. Aktivitas fundamental jiwa adalah berpikir dan mempersepsi.

Konsekuensi penting dari sifat jiwa sebagai monade adalah keabadiannya. Karena monade tidak terdiri dari materi yang dapat hancur atau dibagi, ia tidak dapat diciptakan atau dimusnahkan melalui proses alamiah. Penciptaan dan pemusnahan monade hanya dapat dilakukan secara langsung oleh Tuhan. Artinya, jiwa manusia, sebagai monade, bukanlah sesuatu yang muncul dari pengorganisasian materi dan lenyap ketika tubuh mati. Sebaliknya, jiwa memiliki eksistensi yang inheren dan abadi, independen dari komposit fisik yang disebut tubuh. Leibniz menegaskan: *"Jiwa adalah monade yang paling sempurna, yang memiliki potensi untuk aktif secara independen dari tubuh. Ia tidak bisa mati, karena tidak terbuat dari materi yang bisa dihancurkan."*[69]

Ini berarti bahwa transisi yang dialami jiwa ketika tubuh fisik tidak lagi berfungsi bukanlah akhir dari keberadaannya, melainkan perubahan dalam keadaan persepsinya atau susunan monade yang berasosiasi dengannya. Jiwa tetap ada sebagai entitas spiritual yang utuh.

Mengikuti logika monadologi, kematian fisik bukanlah peristiwa pemusnahan substansi jiwa. Sebaliknya, kematian adalah proses di mana agregat monade yang membentuk tubuh fisik mengalami disolusi atau reorganisasi, dan asosiasi spesifik antara jiwa (monade dominan) dengan agregat monade tubuh tersebut terhenti atau berubah secara drastis. Jiwa itu sendiri, sebagai monade yang tidak dapat dibagi, tidak mengalami kerusakan atau penghancuran.

Leibniz berpendapat bahwa jiwa akan terus ada dan berfungsi setelah kematian tubuh, meskipun mungkin dengan modalitas

persepsi yang berbeda. Ia mungkin berasosiasi dengan agregat monade lain yang lebih halus atau berada dalam keadaan di mana persepsinya tidak lagi terkait erat dengan organ-organ indera fisik. Dalam *Monadology*, Leibniz mengindikasikan bahwa transisi ini dapat membawa jiwa menuju keadaan yang lebih baik: *"Kematian tubuh hanya memisahkan monade dari dunia fisik; jiwa tetap hidup dan melanjutkan perjalanan dalam bentuk spiritual, menuju keadaan yang lebih baik dan sempurna."*[70]

Pernyataan ini menyiratkan adanya evolusi atau perkembangan spiritual bagi jiwa setelah kematian, sejalan dengan prinsip *appetition* internal monade yang selalu berusaha mencapai keadaan yang lebih sempurna. Kematian tubuh dilihat sebagai pelepasan jiwa dari keterbatasannya dalam merepresentasikan alam semesta melalui organ-organ fisik.

Pertanyaan krusial yang muncul dalam monadologi adalah bagaimana monade-monade yang 'tidak berjendela' dapat tampak berinteraksi dan membentuk alam semesta yang teratur dan koheren. Bagaimana jiwa dan tubuh (sebagai agregat monade) dapat berkorespondensi secara sempurna, meskipun jiwa tidak secara langsung memengaruhi tubuh dan sebaliknya? Leibniz menolak gagasan interaksi kausal langsung (interactionism) maupun okasionalisme (di mana Tuhan menengahi setiap interaksi).

Solusi Leibniz adalah konsep *pre-established harmony* (keharmonisan pra-eternal). Menurutnya, pada saat penciptaan, Tuhan telah mengatur setiap monade sedemikian rupa sehingga urutan perubahan internalnya (persepsi dan *appetition*-

nya) berkorespondensi secara sempurna dengan urutan perubahan pada semua monade lainnya. Ini seperti dua jam yang sempurna yang disinkronisasikan pada awal waktu dan akan selalu menunjukkan waktu yang sama tanpa pernah berinteraksi satu sama lain.

Dalam harmoni ini, keadaan setiap monade mencerminkan (meskipun dari perspektif yang unik) keadaan seluruh alam semesta. Perubahan dalam satu monade 'selaras' dengan perubahan dalam monade lain karena sinkronisasi ilahi, bukan karena sebab-akibat langsung. Leibniz menjelaskan mekanisme ini: "Setiap monade, meskipun tidak berhubungan langsung satu sama lain, bergerak dalam keharmonisan yang ditentukan sejak awal oleh Tuhan, yang memastikan bahwa segala sesuatu berjalan dengan cara yang sempurna."[71]

Konsep ini sangat relevan dengan pandangan Leibniz tentang kematian dan kehidupan abadi. Transisi jiwa setelah kematian tubuh fisik juga terjadi dalam kerangka harmoni pra-eternal. Perubahan keadaan pada jiwa 'selaras' dengan perubahan tatanan monade lainnya, membentuk realitas spiritual atau eksistensi pasca-kematian yang juga merupakan bagian dari rencana ilahi yang harmonis. Kematian tubuh bukanlah gangguan acak terhadap tatanan, melainkan fase yang telah diprogram dalam perkembangan abadi jiwa dalam harmoni dengan alam semesta.

Metafisika monade Leibniz menawarkan kerangka kerja yang kompleks namun koheren untuk memahami realitas, jiwa, dan prospek kehidupan abadi. Dengan menolak materialisme dan

dualisme substansi, Leibniz membangun sistem di mana entitas dasar adalah monade spiritual yang tak terbagi, masing-masing mencerminkan alam semesta dari perspektif uniknya. Jiwa manusia adalah bentuk monade yang memiliki kesadaran diri dan, sebagai substansi spiritual, bersifat abadi. Kematian fisik bukanlah akhir dari eksistensi jiwa, melainkan transisi keadaan dalam perjalanan abadi monade tersebut. Semua perubahan dan 'interaksi' antar monade dijelaskan melalui konsep keharmonisan pra-eternal yang telah ditetapkan Tuhan sejak awal, memastikan bahwa setiap aspek realitas, termasuk transisi pasca-kematian, berlangsung dalam tatanan yang sempurna dan bermakna. Pandangan Leibniz ini memberikan alternatif filosofis yang kaya terhadap pandangan dunia yang semata-mata mekanistik, menekankan sifat spiritual dan keabadian esensi diri.

Skeptisisme David Hume tentang Jiwa

David Hume (1711-1776), salah seorang figur sentral dalam tradisi empirisme Skotlandia, menghadirkan sebuah paradigma filosofis yang radikal, khususnya terkait dengan konsepsi metafisika mengenai jiwa, identitas pribadi, dan eksistensi pasca-kematian. Berbeda dengan arus utama pemikiran filosofis yang cenderung menerima keberadaan entitas non-material yang tetap dan abadi, Hume menerapkan pendekatan empiristik dan skeptisnya untuk membongkar fondasi gagasan-gagasan tersebut. Melalui karya-karya monumentalnya seperti *A Treatise of Human Nature* (1739-1740) dan *An Enquiry Concerning Human Understanding* (1748), Hume secara sistematis menantang klaim metafisik yang tidak dapat

diverifikasi melalui pengalaman inderawi, termasuk gagasan tentang jiwa sebagai substansi yang terpisah dan identitas pribadi sebagai entitas yang lestari.

Pilar utama dalam bangunan skeptisisme Hume adalah penolakannya terhadap pemahaman tradisional mengenai jiwa (atau *mind*) sebagai suatu substansi yang independen, utuh, dan tidak berubah. Pandangan ini, yang sangat dipengaruhi oleh filsafat rasionalis seperti René Descartes,mengasumsikan adanya sebuah entitas non-material yang menjadi dasar dari kesadaran dan eksistensi diri. Namun, Hume berpendapat bahwa kita tidak memiliki akses empiris atau bukti pengalaman langsung yang mendukung keberadaan substansi semacam itu. Metodologi Hume bersumber dari introspeksi dan observasi terhadap apa yang sesungguhnya kita alami dalam pikiran.

Menurut Hume, saat kita mencoba mencari "diri" atau "jiwa" di dalam diri, yang kita temukan hanyalah serangkaian persepsi yang terus-menerus berubah kesan (sensasi dan perasaan) dan ide (salinan kesan). Ia menuliskan pengamatannya dengan lugas: *"When I enter most intimately into what I call myself, I always stumble on some perception or other, of heat or cold, light or shade, love or hatred, pain or pleasure. I never can catch myself at any time without a perception, and never can observe anything but the perception*."[72] Kutipan ini secara tegas menyatakan bahwa apa yang kita sebut "diri" atau "jiwa" bukanlah substansi tunggal yang stabil, melainkan hanya kontinuitas dari persepsi-persepsi yang muncul dan menghilang. Gagasan tentang jiwa sebagai entitas tetap,

menurut Hume, lebih merupakan konstruksi logis atau kebiasaan berpikir (hasil dari asosiasi gagasan) daripada realitas yang dapat diamati atau diverifikasi secara empiris. Berkaitan erat dengan kritik terhadap jiwa sebagai substansi, Hume juga mengajukan pandangan skeptis mengenai identitas pribadi (*personal identity*). Jika tidak ada substansi tetap yang menjadi inti diri baik itu jiwa atau entitas lain maka gagasan mengenai adanya "diri" yang sama dan konsisten sepanjang waktu menjadi problematis. Hume berargumen bahwa identitas pribadi, yang sering dianggap sebagai esensi yang abadi atau setidaknya lestari, hanyalah sebuah ilusi yang timbul dari hubungan dan urutan persepsi-persepsi yang kita alami.

Dalam *A Treatise of Human Nature*, Hume menjelaskan pandangannya ini dengan analogi yang terkenal: *"We are nothing but a bundle or collection of different perceptions, which succeed each other with an inconceivable rapidity, and are in a perpetual flux and movement*."[73] Menurutnya, pikiran (atau apa yang disebut sebagai diri) dapat diibaratkan sebagai kumpulan atau ikatan (bundle) dari berbagai persepsi yang saling mengikuti dengan kecepatan yang luar biasa dan senantiasa dalam aliran dan gerakan yang abadi. Identitas yang kita rasakan bukanlah karena adanya inti tetap, melainkan karena adanya hubungan kasual (seperti memori) dan kemiripan antara persepsi-persepsi yang berurutan, yang kemudian diorganisir oleh imajinasi atau kebiasaan mental kita. Identitas pribadi bukanlah atribut intrinsik dari suatu substansi, melainkan fenomena relasional dan temporal yang bersifat dinamis dan tidak memiliki dasar yang substansial.

Implikasi logis dari pandangan Hume mengenai jiwa dan identitas pribadi sangatlah signifikan ketika berbicara tentang kematian. Jika diri atau identitas pribadi hanyalah sebuah "ikatan persepsi," maka kematian tidak dapat dipahami sebagai proses transisi jiwa abadi ke alam lain, atau sebagai pemisahan entitas non-material dari tubuh fana. Sebaliknya, dalam kerangka empirisme Hume, kematian menandai penghentian total dari aliran persepsi yang selama ini membentuk kesadaran individu.

Saat aktivitas organik yang menopang persepsi berhenti, maka persepsi itu sendiri juga berhenti. Dengan berhentinya aliran persepsi, maka "ikatan" yang membentuk identitas pribadi pun bubar. Kematian bagi Hume bukanlah gerbang menuju kehidupan abadi, melainkan akhir dari eksistensi empiris yang kita kenal, yaitu akhir dari fenomena persepsi. Hume tidak menganggap kematian sebagai sesuatu yang harus ditakuti dari sudut pandang hilangnya jiwa abadi, karena konsep jiwa abadi itu sendiri tidak memiliki dasar empiris dalam filsafatnya. Sikap skeptis Hume terhadap gagasan kehidupan setelah mati (*afterlife*) adalah konsekuensi langsung dari pendekatan empiristiknya. Ia menekankan bahwa semua pengetahuan yang valid harus berakar pada pengalaman inderawi dan penalaran kausal yang didasarkan pada pengalaman tersebut. Klaim mengenai eksistensi setelah kematian, menurut Hume, tidak memenuhi standar ini. Kita tidak memiliki pengalaman langsung mengenai kondisi pasca-kematian, dan tidak ada pengamatan empiris yang dapat memverifikasi klaim tentang kelangsungan kesadaran atau identitas setelah kematian fisik.

Dalam *An Enquiry Concerning Human Understanding*, Hume dengan tegas menolak klaim-klaim metafisik atau supranatural yang tidak didukung oleh bukti empiris. Mengenai kehidupan setelah mati, ia secara implisit menyiratkan bahwa spekulasi mengenai subjek ini berada di luar jangkauan penyelidikan rasional dan empiris. Pandangannya yang skeptis termuat dalam argumennya melawan mukjizat, yang menerapkan prinsip bahwa klaim luar biasa membutuhkan bukti proporsional yang luar biasa bukti yang, dalam kasus kehidupan setelah mati, dianggapnya tidak ada. Ia dengan skeptis menyatakan bahwa klaim mengenai kehidupan setelah mati tidak lebih dari spekulasi yang tidak dapat dipertanggungjawabkan secara rasional atau ilmiah[74]. Lebih lanjut, Hume menekankan bukan hanya kurangnya bukti, tetapi juga kewajiban intelektual untuk menolak klaim yang tidak terbukti: *"It is not our interest, nor our duty, to give credit to these fanciful opinions, for the evidence is never sufficient to support them*."[75] Pernyataan ini menegaskan bahwa, dari sudut pandang rasional dan empiris, tidak ada dasar yang kuat untuk mempercayai adanya kehidupan setelah mati.

Skeptisisme David Hume mengenai jiwa, identitas pribadi, dan kematian merupakan salah satu kontribusi yang paling menantang dan berpengaruh dalam sejarah filsafat. Berakar pada komitmennya yang teguh terhadap empirisme, Hume secara radikal menolak pemahaman tradisional tentang jiwa sebagai substansi tetap dan abadi. Ia menggantikannya dengan konsepsi diri atau identitas pribadi sebagai sebuah "ikatan" atau "kumpulan" persepsi yang terus-menerus berubah sebuah fenomena, bukan entitas. Dalam

kerangka pandangan ini, kematian dipahami sebagai penghentian total dari aliran persepsi yang membentuk kesadaran dan identitas, bukan sebagai transisi ke alam lain atau kelangsungan eksistensi jiwa. Sikap skeptis Hume terhadap kehidupan setelah mati didasarkan pada keyakinannya bahwa tidak ada bukti empiris yang memadai untuk mendukung klaim semacam itu, sejalan dengan penolakannya terhadap segala bentuk klaim metafisik yang melampaui batas pengalaman inderawi. Pandangan Hume ini tidak hanya merevolusi cara berpikir tentang diri dan eksistensi, tetapi juga menetapkan standar ketat bagi penyelidikan filosofis yang mengutamakan pengalaman dan bukti empiris.

Immanuel Kant tentang Akal, Noumena, dan Harapan Keabadian

Immanuel Kant (1724-1804), salah seorang filsuf paling berpengaruh dari era Pencerahan Jerman, mendedikasikan upaya intelektualnya untuk menyelidiki struktur dan batas-batas pengetahuan manusia. Dalam karyanya yang monumental, *Critique of Pure Reason* (1781), Kant melakukan "revolusi Kopernikan" dalam epistemologi, menggeser fokus dari objek pengetahuan itu sendiri kepada subjek yang mengetahui, yaitu struktur kognitif akal manusia. Pemikiran fundamental Kant membedakan secara tajam antara dunia sebagaimana tampak bagi kita (fenomena) dan dunia sebagaimana adanya, terlepas dari persepsi kita (*noumena*). Distingsi krusial ini tidak hanya menetapkan batas kemampuan akal teoretis, tetapi juga membuka ruang bagi keyakinan moral yang melampaui empirisme, termasuk gagasan tentang kehidupan setelah mati.

Dalam sistem kritisisme Kant, realitas terbagi menjadi dua ranah: dunia fenomenal dan dunia noumenal. Dunia fenomena adalah dunia pengalaman, yaitu segala sesuatu yang kita sadari melalui indera kita dan yang kemudian dibentuk oleh struktur bawaan akal bentuk intuisi murni (ruang dan waktu) dan kategori pemahaman (seperti kausalitas, substansi, resiprositas). Fenomena adalah objek pengetahuan empiris kita, subjek hukum-hukum alam yang dapat dipahami oleh sains. Sebaliknya, dunia noumena, atau "benda itu sendiri" (*Ding an sich*), merujuk pada realitas yang ada secara independen dari persepsi kita. Noumena adalah entitas yang *tidak* dapat kita alami atau ketahui melalui indera atau kategori pemahaman, karena instrumen kognitif kita hanya berlaku pada data empiris.

Kant menegaskan bahwa akal manusia memiliki batas-batas intrinsik dalam usahanya untuk memahami kenyataan. Pengetahuan kita selalu terbatas pada dunia fenomena. Upaya akal teoretis untuk menembus ranah noumena melalui metafisika spekulatif hanya akan menghasilkan antinomi (kontradiksi yang sama-sama valid) dan paralogisma (kesimpulan keliru mengenai jiwa), seperti yang dijelaskan rinci dalam *Critique of Pure Reason*. Kant menyatakan, "Apa yang dapat kita ketahui adalah fenomena, yang terbentuk dari pengalaman inderawi kita dan dikonstruksi oleh bentuk intuisi murni serta kategori pemahaman, namun hakikat yang ada di balik fenomena tersebut noumena atau *Ding an sich* adalah sesuatu yang tidak dapat dijangkau oleh akal teoretis manusia"[76]. Pembatasan ini berarti isu-isu metafisik tradisional seperti hakikat Tuhan,

kebebasan kehendak absolut, dan keabadian jiwa, tidak dapat dibuktikan maupun disangkal melalui akal spekulatif atau sains empiris.

Meskipun akal teoretis tidak dapat memberikan pengetahuan tentang jiwa abadi atau kehidupan setelah mati, Kant tidak menolaknya sepenuhnya. Sebaliknya, ia menempatkan konsep ini dalam ranah rasio praktis, bukan sebagai objek pengetahuan spekulatif, tetapi sebagai *ide regulatif* atau *postulat moral*. Dalam kerangka pemikiran Kantian, ide-ide rasio (seperti jiwa, dunia sebagai totalitas, dan Tuhan) memiliki fungsi regulatif: mereka tidak memberikan *konstitusi* pengetahuan tentang objek-objek transenden, tetapi *mengatur* penggunaan akal dalam pencarian kesatuan dan sistematisasi pengetahuan, atau dalam kasus rasio praktis, memandu tindakan moral.

Konsep keabadian jiwa menjadi esensial bagi Kant dalam konteks tugas moral manusia. Moralitas, bagi Kant, menuntut kesempurnaan sebuah keselarasan penuh kehendak dengan hukum moral (imperatif kategoris). Pencapaian kesempurnaan moral (*holy will*) adalah proses tak terbatas yang tidak mungkin terselesaikan dalam kurun waktu kehidupan duniawi yang terbatas. Oleh karena itu, agar tugas moral ini masuk akal dan tidak sia-sia, diperlukan asumsi adanya keberlangsungan eksistensi yang tak berhingga, yaitu keabadian jiwa. Kant menjelaskan, *"Konsep tentang kehidupan setelah mati bukanlah suatu objek pengetahuan yang dapat diterima oleh akal teoretis manusia, melainkan merupakan suatu ide rasional yang harus diterima sebagai landasan moral untuk*

memberi harapan dan tujuan pada tindakan manusia dalam upaya mencapai kesempurnaan moral yang tak terbatas"[77]. Ide ini berfungsi sebagai pengandaian yang dibutuhkan oleh tugas moral itu sendiri, memberikan prospek bagi subjek moral untuk terus menerus berprogres menuju kesempurnaan.

Dalam *Critique of Practical Reason* (1788), Kant menguraikan postulat rasio praktis keyakinan yang tidak dapat dibuktikan secara teoretis, tetapi harus diterima demi kelayakan dan kelengkapan sistem moral. Dua postulat utama adalah keberadaan Tuhan dan keabadian jiwa, yang keduanya diperlukan untuk mewujudkan *Sumpaian Tertinggi* (*Summum Bonum*). *Summum Bonum* adalah kondisi ideal di mana moralitas (kesempurnaan moral) dan kebahagiaan berpadu secara proporsional yaitu, individu yang paling bermoral adalah yang paling berbahagia.

Kant berargumen bahwa dalam pengalaman duniawi, tidak ada jaminan bahwa kebajikan secara otomatis mengarah pada kebahagiaan yang sepadan; seringkali sebaliknya yang terjadi. Untuk mempertahankan keyakinan pada tujuan akhir moralitas, kita harus mengpostulasikan kondisi yang memungkinkan perpaduan ini. Keabadian jiwa, seperti disebutkan sebelumnya, memungkinkan kemajuan tanpa batas menuju kesempurnaan moral. Keberadaan Tuhan diperlukan sebagai pribadi moral yang mahakuasa dan mahatahu yang dapat menjamin distribusi kebahagiaan yang sepadan dengan tingkat kesempurnaan moral, baik dalam kehidupan ini maupun di kehidupan yang akan datang. Kant menyatakan, *"Keberadaan Tuhan dan keabadian jiwa harus*

diterima sebagai postulat moral yang memungkinkan pencapaian Sumpaian Tertinggi (Summum Bonum), karena hanya dengan dasar ini, moralitas dapat mencapai tujuannya, yaitu kebahagiaan yang seimbang dan adil sepadan dengan kesempurnaan moral"[78]. Tanpa keyakinan pada postulat ini, tugas moral, meskipun tetap mengikat karena berasal dari akal praktis itu sendiri, akan kehilangan harapan akan realisasi penuh dari tujuan akhirnya, yaitu dunia yang adil di mana moralitas memimpin pada kebahagiaan yang layak.

Kematian, sebagai realitas tak terhindarkan dari keberadaan fenomenal kita yang terbatas, menggarisbawahi urgensi dan sekaligus kesulitan dari tugas moral Kantian mencapai kesempurnaan moral dalam batas waktu yang singkat. Namun, bagi Kant, kesadaran akan kematian, bersama dengan keterbatasan akal teoretis dalam memahami apa yang ada setelahnya, justru memperkuat peran harapan dalam kerangka rasionalitas praktis. Harapan akan kehidupan setelah mati dan keadilan yang dijaminkan oleh Tuhan menjadi sumber motivasi penting bagi subjek moral.

Meskipun kita tidak memiliki pengetahuan empiris tentang kematian dan apa yang menyertainya, harapan akan keabadian jiwa memungkinkan kita untuk melihat tindakan moral kita tidak hanya dalam konteks keberadaan fana ini, tetapi dalam perspektif keberlangsungan yang tak terbatas. Harapan ini, berdasarkan postulat rasio praktis, memungkinkan individu untuk terus mempertahankan kewajiban moral bahkan di tengah kesulitan atau ketidakadilan di dunia ini, dengan keyakinan bahwa pada akhirnya, moralitas akan beresonansi dengan keadilan ilahi. Kant menulis,

"Kesadaran akan kematian memaksa kita untuk menghadapi keterbatasan kita sebagai makhluk yang fana dalam menggapai kesempurnaan moral, namun harapan akan kehidupan yang abadi (keabadian jiwa) memungkinkan kita untuk tidak putus asa dan terus bertindak secara moral, dengan keyakinan bahwa ada keadilan dan kebahagiaan yang menanti sepadan dengan upaya moral kita di dunia ini"[79]. Harapan akan kehidupan setelah mati bukan sekadar penghiburan emosional, melainkan elemen struktural dalam arsitektur moral Kantian, yang esensial untuk menyempurnakan rasionalitas praktis.

Filosofi Immanuel Kant menetapkan batas yang jelas bagi akal teoretis manusia, membatasi jangkauan pengetahuannya pada dunia fenomena dan menyatakan dunia noumena sebagai ranah yang tak terakses secara kognitif. Dalam konteks ini, isu-isu metafisik seperti keabadian jiwa dan keberadaan Tuhan tidak dapat menjadi objek pengetahuan ilmiah atau spekulasi murni. Namun, Kant tidak membuang konsep-konsep ini; sebaliknya, ia merelokasikannya ke dalam ranah rasio praktis sebagai *ide regulatif* dan *postulat moral*.

Bagi Kant, keyakinan akan keabadian jiwa dan keberadaan Tuhan, meskipun tidak dapat dibuktikan, adalah prasyarat yang diperlukan untuk memberikan kelengkapan dan tujuan bagi sistem moral yang rasional. Keabadian memungkinkan kemajuan tak terbatas menuju kesempurnaan moral, sementara Tuhan menjamin realisasi *Summum Bonum* kebahagiaan yang sepadan dengan moralitas. Kematian, dalam pandangan ini, berfungsi sebagai pengingat akan keterbatasan duniawi kita, yang justru memperkuat

kebutuhan akan harapan keabadian untuk menopang tugas moral kita. Dengan demikian, Kant berhasil mendamaikan keterbatasan akal teoretis dengan tuntutan rasio praktis, menunjukkan bahwa meskipun kita tidak dapat *mengetahui* kehidupan setelah mati, kita memiliki alasan kuat, berdasarkan kebutuhan moral, untuk *mengharap*kannya.

Perbandingan dan Sintesis Pandangan Filsuf tentang Kematian

Kematian, sebagai salah satu fenomena yang paling mendalam dan tak terhindarkan dalam siklus eksistensi manusia, telah menjadi subjek perenungan filosofis yang intensif sepanjang sejarah. Berbagai tradisi pemikiran dan individu filsuf telah menginisiasi beragam pandangan mengenai hakikat kematian, sifat eksistensi manusia yang fana, dan potensi kelanjutan kesadaran atau jiwa. Di antara para pemikir yang mendalami topik ini, kontribusi René Descartes dan David Hume, meskipun sangat berbeda dalam pendekatan dan kesimpulannya, menawarkan wawasan fundamental mengenai cara filsafat memahami akhir hidup. Perbandingan dan sintesis pandangan Descartes dan Hume, yang mewakili arus utama rasionalisme dan empirisme, memberikan gambaran kontras namun juga titik temu dalam hal bagaimana kematian dianggap sebagai batas pengetahuan manusia, melintasi ranah metafisika, epistemologi, dan etika[80].

Inti perbedaan fundamental antara pandangan Descartes dan Hume tentang kematian berakar pada asumsi ontologis dan epistemologis mereka. Ontologi, cabang filsafat yang mengkaji hakikat keberadaan, dan epistemologi, yang berfokus pada asal-

usul, sifat, dan batas pengetahuan, menjadi landasan divergen dalam pemikiran keduanya.

René Descartes, dalam kerangka metafisikanya, mengedepankan dualisme substansi yang radikal: *res cogitans* (substansi berpikir atau jiwa) dan *res extensa* (substansi fisik atau tubuh). Bagi Descartes, tubuh adalah entitas material yang tunduk pada hukum mekanika dan pada akhirnya akan mengalami kematian. Namun, jiwa, sebagai substansi immaterial yang tidak memiliki dimensi spasial, dianggap abadi dan tidak terpengaruh oleh disintegrasi fisik tubuh. Dalam pandangan ini, kematian tubuh hanyalah pemisahan permanen antara jiwa dan tubuh, bukan akhir dari eksistensi jiwa itu sendiri. Jiwa, sebagai esensi diri yang sadar dan berpikir, tetap ada dalam bentuk non-material setelah tubuh berhenti berfungsi. Descartes dengan jelas menunjukkan pandangannya bahwa jiwa adalah substansi yang tidak tergantung pada tubuh, yang memberi landasan ontologis bagi pandangan tentang kehidupan setelah mati sebagai kelanjutan dari keberadaan jiwa dalam bentuk non-material.

Sebaliknya, David Hume, seorang empiris dan skeptis, menolak gagasan metafisik tentang jiwa sebagai substansi yang abadi dan terpisah. Bagi Hume, tidak ada dasar empiris untuk postulat adanya "jiwa" atau "diri" yang tetap dan permanen. Yang kita alami melalui introspeksi bukanlah entitas tunggal yang stabil, melainkan hanya "seikat" atau "kumpulan" (*bundle*) persepsi (kesan dan ide) yang terus-menerus berubah dan berganti secara cepat. Pandangan Hume ini menekankan sifat fenomenal dan tidak permanennya

identitas pribadi yang kita pahami. Kematian, dalam perspektif Hume, adalah akhir dari aliran persepsi yang membentuk apa yang kita sebut sebagai diri, dan dengan demikian, tidak ada dasar untuk mengklaim adanya kelanjutan eksistensi setelah kematian dalam bentuk apapun[81]. Hume menolak gagasan tentang jiwa sebagai entitas yang terpisah dan menganggapnya sebagai ilusi belaka yang tidak bisa dipertanggungjawabkan secara empiris[82].

Dalam ranah epistemologi, perbedaan mereka juga mencolok. Descartes, meskipun menerapkan skeptisisme metodis terhadap pengetahuan indrawi, meyakini bahwa melalui kekuatan akal (rasio) dan introspeksi mendalam, manusia dapat mencapai kebenaran pasti, termasuk mengenai eksistensi jiwa yang abadi dan Tuhan. Meskipun pengetahuan rinci tentang kehidupan setelah mati mungkin terbatas, keyakinan rasional akan keabadian jiwa membuka kemungkinan adanya kelanjutan eksistensi. Sebaliknya, Hume berargumen keras bahwa semua pengetahuan kita berasal dari pengalaman indrawi (impresi dan ide). Klaim-klaim yang melampaui batas pengalaman, terutama klaim metafisik seperti adanya jiwa abadi atau kehidupan setelah mati, tidak dapat diverifikasi secara empiris dan oleh karena itu harus ditolak atau setidaknya dianggap sebagai subjek spekulasi tanpa dasar rasional yang kuat. Baginya, pengetahuan kita terbatas pada pengalaman yang bisa diuji dan diverifikasi melalui indera, dan karena tidak ada bukti pengalaman mengenai kehidupan setelah mati, klaim-klaim tersebut tidak dapat diterima secara rasional[83].

Meskipun ontologi dan epistemologi Descartes dan Hume sangat berbeda, terdapat tema umum yang menyatukan pandangan mereka terkait kematian: pengakuan bahwa kematian merupakan batas signifikan bagi pengetahuan manusia, meskipun dengan alasan yang berbeda. Bagi Descartes, meskipun akal dapat menyimpulkan keabadian jiwa, rincian dan sifat eksistensi setelah kematian tetap berada di luar jangkauan pemahaman manusia yang terikat pada mode berpikir saat bersatu dengan tubuh. Pengetahuan kita terutama berkaitan dengan dunia material dan ide-ide yang dapat diakses oleh akal, sedangkan kondisi jiwa yang terpisah dari tubuh setelah kematian adalah suatu bentuk eksistensi yang berbeda dan sulit dipahami sepenuhnya oleh kapasitas kognitif kita saat ini. Kematian tetap menyimpan misteri epistemologis.

Hume, dari sudut pandang empirisnya, melihat batas pengetahuan yang jauh lebih ketat. Karena pengetahuan hanya berasal dari pengalaman, dan kematian mengakhiri pengalaman dalam bentuk yang kita kenal, maka tidak ada dasar empiris sama sekali untuk mengetahui apa pun tentang keadaan setelah kematian jika memang ada keadaan seperti itu. Kematian secara definitif mengakhiri aliran persepsi yang merupakan dasar pengetahuan kita tentang diri dan dunia. Setiap klaim tentang kehidupan setelah mati dianggap sebagai spekulasi metafisik yang tidak memiliki landasan dalam pengalaman yang dapat diuji, sehingga berada di luar batas pengetahuan yang sah menurut Hume.

Perbedaan mendasar antara Descartes dan Hume juga memengaruhi cara mereka memandang hubungan antara kematian

dan landasan moralitas manusia. Descartes, dengan keyakinannya pada jiwa yang abadi dan entitas rasional, cenderung mendasarkan etika pada prinsip-prinsip rasional yang diakses oleh jiwa. Moralitas dipandang sebagai upaya jiwa untuk mengendalikan hasrat tubuh dan mengarahkan tindakan sesuai dengan kebenaran rasional yang bersifat universal dan abadi, tidak terikat oleh kondisi fisik yang fana. Kematian sebagai akhir dari tubuh tetapi bukan jiwa memberikan kerangka transenden bagi moralitas; nilai-nilai dan tujuan moral mungkin terkait dengan nasib jiwa di alam keabadian.

Di sisi lain, Hume merelokasi sumber moralitas dari ranah metafisik ke ranah pengalaman dan sentimen manusia. Sebagai seorang empiris, ia berpendapat bahwa penilaian moral tidak didasarkan pada kebenaran rasional yang objektif, tetapi pada perasaan atau sentimen kesetujuan atau ketidaksetujuan yang timbul dalam diri kita ketika mengamati tindakan atau karakter. Etika, bagi Hume, lebih merupakan produk dari sifat dasar manusia, empati, dan konvensi sosial yang berkembang untuk mempromosikan kesejahteraan dan keharmonisan dalam kehidupan duniawi. Dalam pandangan ini, kematian tidak menyediakan kerangka metafisik untuk tujuan moral; sebaliknya, kesadaran akan kefanaan hidup (yang diindikasikan oleh kematian) seharusnya memotivasi manusia untuk mengejar kebaikan, kebahagiaan, dan kebajikan dalam waktu terbatas yang mereka miliki. Moralitas lebih terkait dengan bagaimana kita hidup *dalam* dunia ini dan berinteraksi dengan sesama manusia, bukan dengan persiapan untuk kehidupan setelah mati.

Pandangan-pandangan kontras antara Descartes dan Hume telah meninggalkan jejak signifikan dalam pembentukan pandangan modern mengenai akhir hidup. Dualisme Descartes, dengan penekanannya pada jiwa abadi yang terpisah dari tubuh, secara historis telah memberikan dasar filosofis bagi banyak tradisi teologis dan religius. Dalam kerangka ini, kematian tubuh sering dianggap sebagai transisi, titik balik menuju bentuk keberadaan lain di alam spiritual atau akhirat. Etika dalam konteks ini sering menekankan keselamatan jiwa, pemurnian diri, dan kesesuaian dengan kehendak ilahi sebagai persiapan untuk kehidupan setelah mati.

Berlawanan dengan itu, skeptisisme Hume terhadap gagasan metafisik dan penekanannya pada pengalaman empiris telah menginspirasi banyak pendekatan sekuler dan materialistis terhadap kematian. Pandangan ini cenderung melihat kematian sebagai akhir definitif dari eksistensi individu, menganggap kesadaran sebagai fenomena yang sepenuhnya terkait dengan fungsi otak fisik. Dalam perspektif ini, makna hidup dan nilai moral ditemukan sepenuhnya dalam rentang kehidupan di dunia ini. Fokus beralih dari persiapan untuk kehidupan setelah mati ke memaksimalkan kualitas hidup saat ini dan meninggalkan warisan (baik dalam bentuk karya, hubungan, atau dampak sosial) dalam kerangka eksistensi yang terbatas. Pandangan ini lebih selaras dengan paradigma ilmu pengetahuan modern, terutama dalam bidang biologi dan neurosains, yang cenderung menjelaskan fenomena mental dan kesadaran dalam kerangka proses fisik.

Perbandingan pandangan Descartes dan Hume tentang kematian menyingkap kontur utama perdebatan filosofis Barat mengenai hakikat diri, batas pengetahuan, dan basis moralitas di hadapan kefanaan. Sementara Descartes menawarkan jalan metafisik yang membuka ruang bagi keabadian jiwa, Hume menarik batas epistemologis yang ketat berdasarkan pengalaman, mengarahkan perhatian pada signifikansi kehidupan dalam batas-batas dunia yang dapat diamati. Kedua pandangan ini, meski berbeda, sama-sama menandai kematian sebagai titik kritis yang memaksa manusia untuk merenungkan hakikat eksistensinya, sumber nilainya, dan batas-batas pengetahuannya.

Relevansi Pemikiran Filsafat Modern terhadap Isu Kematian Masa Kini

Kematian, sebagai sebuah fenomena eksistensial yang tidak terelakkan, telah menjadi pusat perdebatan dalam berbagai tradisi filosofis sepanjang sejarah manusia. Pemikiran filsafat modern, yang berkembang sejajar dengan pesatnya kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, menawarkan perspektif yang khas dalam upaya memahami dan menghadapi kematian, khususnya dalam konteks kontemporer yang ditandai oleh era teknologi dan sains. Dalam kurun waktu ini, pandangan terhadap kematian sering kali terpengaruh secara signifikan oleh terobosan-terobosan di bidang kedokteran, bioteknologi, dan rekayasa genetika, yang secara kolektif membangkitkan harapan baru terkait kemungkinan perpanjangan kehidupan, bahkan potensi untuk mengatasi kematian itu sendiri. Dalam konteks ini, berbagai aliran pemikiran

filsafat modern, seperti eksistensialisme, fenomenologi, dan filsafat analitik, menyediakan kerangka penting untuk memahami bagaimana masyarakat dewasa ini memaknai dan berinteraksi dengan kematian dalam koridor pemikiran yang lebih rasional dan ilmiah.

Di satu sisi, kemajuan teknologi dalam bidang kedokteran dan bioteknologi, yang mencakup teknik-teknik seperti pengawetan tubuh (*cryonics*), transplantasi organ, hingga riset intensif mengenai kecerdasan buatan, telah menjadi katalisator bagi kebangkitan pandangan transhumanisme. Arus pemikiran ini bercita-cita untuk melampaui batasan-batasan biologis manusia melalui modifikasi fisik, peningkatan kognitif, atau bahkan melalui digitalisasi kesadaran. Dalam narasi transhumanisme, kematian dipandang bukan lagi sebagai batas absolut, melainkan sebagai tantangan teknis yang berpotensi untuk diatasi melalui inovasi berkelanjutan. Filsafat transhumanisme, yang telah mengalami perkembangan pesat dalam beberapa dekade terakhir, secara fundamental mengusulkan bahwa manusia memiliki imperatif untuk secara aktif mengatasi keterbatasan biologis alami dan mencari cara untuk memperpanjang atau bahkan mencapai keabadian eksistensi manusia. Pandangan ini, meskipun didorong oleh semangat pembebasan dari penderitaan fisik dan keterbatasan eksistensial, kerap kali menuai kritik pedas dari berbagai spektrum pemikiran, terutama menyangkut pertanyaan mendasar apakah upaya untuk mengatasi kematian justru akan menggerus atau bahkan menghilangkan makna intrinsik dari kehidupan itu sendiri.[84]

Di sisi lain spektrum pemikiran modern, filsafat eksistensial dan fenomenologis, yang diinspirasi oleh tokoh-tokoh berpengaruh seperti Jean-Paul Sartre dan Martin Heidegger, menyajikan analisis yang lebih mendalam mengenai relasi kematian dengan kesadaran fundamental manusia akan sifat eksistensinya yang terbatas. Heidegger, secara khusus, menegaskan bahwa kesadaran akan "menuju-kematian" (Being-towards-death) merupakan elemen konstitutif dan sentral dari keberadaan manusia (Dasein), karena kesadaran inilah yang mendorong individu untuk menginterpretasikan dan menjalani hidupnya dalam cara yang otentik dan bermakna.[85] Dalam lanskap dunia modern yang kian terfragmentasi dan cenderung didominasi oleh logika teknologi serta materialisme, Heidegger menawarkan pengingat krusial bahwa manusia seyogyanya menghadapi fakta kematian dengan sikap yang lebih reflektif dan sadar. Kehidupan yang otentik, menurut pandangan Heidegger, prinsipnya hanya dapat tergapai jika kita secara jujur menerima realitas bahwa kita adalah makhluk fana, dan penerimaan inilah yang kemudian membebaskan kita untuk secara sadar memilih cara hidup yang benar-benar resonan dengan nilai-nilai terdalam yang kita miliki.

Lebih lanjut, relevansi hubungan antara filsafat modern dan spiritualitas kontemporer semakin menonjol dalam diskursus mengenai kematian. Dalam struktur masyarakat modern yang acapkali mengalami disrupsi atau bahkan teralienasi dari tradisi keagamaan yang lebih mapan, banyak individu beralih mencari pemahaman dan dukungan dari berbagai bentuk spiritualitas

alternatif yang menawarkan perspektif lebih mendalam mengenai kematian dan kemungkinan eksistensi pasca-kematian. Di sini, filsafat modern memainkan peran penting dalam menyediakan kerangka rasional yang mampu mengakomodasi pencarian makna dan tujuan hidup yang melampaui penjelasan murni sains empiris. Sebagai ilustrasi, konsep-konsep seperti kesadaran universal atau konektivitas spiritual yang sering ditemui dalam tradisi-tradisi New Age, seringkali berinteraksi dengan pandangan humanistik dari filsafat modern, sebagaimana tercermin dalam pemikiran Viktor Frankl yang menggarisbawahi pencarian makna hidup sebagai respons fundamental terhadap penderitaan dan kefanaan manusia.[86]

Namun demikian, kritik terhadap humanisme sekuler juga bergema dalam kaitannya dengan pandangan kematian di masa kini. Humanisme sekuler, yang mendasarkan diri pada penekanan nilai-nilai kemanusiaan, otoritas rasio, dan kebebasan individu tanpa bergantung pada doktrin keagamaan transenden, acapkali dihadapkan pada tantangan signifikan dalam merumuskan makna yang memadai terkait kematian. Tanpa adanya postulat atau keyakinan mengenai kehidupan setelah kematian atau dimensi transendental, humanisme sekuler cenderung memfokuskan orientasi pada aktualisasi dan pencapaian nilai-nilai kemanusiaan selama rentang kehidupan di dunia ini, namun seringkali dinilai kurang memadai dalam memberikan penjelasan komprehensif terhadap aspek spiritual atau transendental dari eksistensi manusia. Realitas ini menciptakan semacam kesenjangan yang kian lebar

antara pencapaian materi dan upaya pencarian makna eksistensial yang lebih dalam, sebuah kondisi yang pada gilirannya membuka ruang bagi berkembangnya pandangan-pandangan alternatif seperti transhumanisme dan berbagai bentuk spiritualitas kontemporer.[87]

Sementara itu, pandangan transhumanisme yang kian memperoleh popularitas di kalangan ilmuwan dan teknolog ini secara eksplisit mencerminkan aspirasi untuk meredefinisi esensi kematian melalui medium teknologi, dengan tujuan utama memperpanjang usia manusia secara radikal, bahkan mengatasi kematian melalui proses hipotetik seperti digitalisasi kesadaran atau pengunggahan pikiran. Pemikiran ini secara fundamental menggugah pertanyaan-pertanyaan yang mendalam mengenai hakikat identitas manusia, keberlangsungan kesadaran, dan makna hidup itu sendiri dalam sebuah tatanan yang sangat bergantung pada kemajuan teknologi. Pertanyaan sentral yang diajukan oleh transhumanisme adalah apakah kehidupan yang diperpanjang secara ekstrem, atau bahkan tak berkesudahan, masih dapat dimaknai sebagai kehidupan yang penuh makna dan esensi, ataukah justru akan mengarah pada degradasi atau hilangnya esensi kemanusiaan itu sendiri. Pandangan ini seringkali dipertanyakan oleh mereka yang mengkhawatirkan bahwa dalam pencarian keabadian teknologis, manusia akan tercerabut dari kontak dengan dimensi spiritual dan eksistensial yang lebih dalam, yang mana bagi mereka, merupakan inti fundamental dari makna sebuah kehidupan.[88]

Secara konklusif, dapat ditegaskan bahwa pemikiran filsafat modern terus memainkan peran yang krusial dan dinamis dalam mengkonfigurasi cara kita memahami, menginterpretasikan, dan menghadapi realitas kematian di era yang ditandai oleh laju kemajuan teknologi dan sains yang akseleratif. Baik melalui lensa kritik terhadap keterbatasan humanisme sekuler dalam menghadapi kematian, refleksi mendalam eksistensial mengenai signifikansi kesadaran akan kefanaan, maupun melalui tantangan-tantangan radikal yang diajukan oleh paradigma transhumanisme, filsafat modern secara konsisten menyajikan wawasan esensial mengenai bagaimana kematian dipahami dan dihadapi dalam konteks masyarakat kontemporer. Di tengah gelombang inovasi teknologi dan penemuan ilmiah yang terus bergulir, diskursus filsafat modern tetap menjadi instrumen intelektual yang vital untuk menggali dan menyikapi pertanyaan-pertanyaan pokok mengenai kehidupan, kematian, dan hakikat fundamental eksistensi manusia.

Filsafat Eksistensial dan Absurd

Filsafat Eksistensial dan Absurditas Keberadaan Manusia

Filsafat eksistensial muncul sebagai respons filosofis terhadap krisis makna yang melanda kesadaran manusia modern dalam menghadapi realitas yang dirasakan semakin terfragmentasi, tidak pasti, dan tampaknya abai terhadap kebutuhan fundamental manusia akan makna dan tujuan inheren. Aliran pemikiran ini, yang secara signifikan dipengaruhi oleh para pemikir seperti Søren Kierkegaard, Friedrich Nietzsche, Jean-Paul Sartre, dan Albert Camus, berpusat pada premis bahwa *eksistensi mendahului*

esensi (*l'existence précède l'essence*). Konsepsi ini menandakan bahwa manusia pertama-tama hadir (eksis) tanpa kodrat atau tujuan yang telah ditentukan sebelumnya, dan kemudian, melalui tindakan dan pilihan sadar, ia mendefinisikan esensinya sendiri. Dalam kerangka ontologis semacam ini, manusia dipahami sebagai subjek yang "dilemparkan" (*thrownness*, atau *Geworfenheit* dalam terminologi Heideggerian) ke dalam keberadaan tanpa peta jalan metafisik yang pasti[89]. Gagasan sentral ini secara intrinsik terjalin dengan konsep absurditas sebuah term yang mendeskripsikan konfrontasi fundamental antara dorongan intrinsik manusia untuk mencari makna, keteraturan, dan kejelasan, dengan keheningan alam semesta yang dingin, tidak rasional, dan tampaknya tidak mampu memberikan jawaban objektif serta final atas pencarian tersebut[90].

Albert Camus, dalam esai filosofisnya yang monumental, *Le Mythe de Sisyphe* (The Myth of Sisyphus), secara eksplisit merumuskan ide absurditas sebagai ketegangan yang tak terhindarkan antara kerinduan fundamental manusia akan rasionalitas dan kesatuan, dengan alam semesta yang secara inheren irasional dan terpecah-pecah. Menurut analisis Camus, absurditas bukanlah kondisi yang dapat dieliminasi atau diatasi melalui rasionalisasi atau lompatan keyakinan, melainkan suatu realitas eksistensial yang harus dihadapi, diinsafi, dan dijalani secara penuh kesadaran (*lucidity*). Ia secara tegas menolak solusi ekstrem seperti bunuh diri, yang dianggapnya sebagai bentuk pelarian dari absurditas, dan sebagai gantinya mengusulkan apa yang disebutnya sebagai pemberontakan

metafisik (*révolte métaphysique*). Pemberontakan ini bukan berarti melawan dunia secara fisik, melainkan penegasan kesadaran manusia di hadapan irasionalitas eksistensi menerima absurditas tanpa ilusi, dan terus hidup di dalamnya dengan intensitas dan integritas[91]. Perspektif ini secara radikal menantang tradisi pemikiran rasionalis Barat yang cenderung berasumsi bahwa realitas dapat sepenuhnya dipahami dan dikuasai oleh akal manusia, menggantinya dengan pengakuan jujur akan keterbatasan epistemologis manusia dalam memahami eksistensi secara mutlak.

Sementara itu, Jean-Paul Sartre, dalam kerangka eksistensialisme ateistiknya, memperdalam gagasan bahwa manusia "terkutuk untuk bebas" (*condamné à être libre*) dan tidak memiliki kodrat yang telah ditetapkan sebelumnya. Karena ketiadaan Tuhan dalam pandangan Sartre, tidak ada fondasi transendental untuk moralitas objektif atau rencana kosmis yang mengarahkan kehidupan. Konsekuensinya, manusia sepenuhnya bertanggung jawab atas penciptaan makna dan nilainya sendiri melalui setiap pilihan dan tindakan yang diambil. Dalam konteks inilah absurditas termanifestasi: dalam keterpaksaan mutlak untuk memilih, untuk bertindak, dan untuk memikul tanggung jawab penuh atas eksistensinya secara individual, tanpa adanya struktur nilai eksternal, norma ilahi, atau kodrat biologis yang dapat dijadikan sandaran atau dalih[92]. Kebebasan radikal ini, yang terbebani oleh tanggung jawab total, melahirkan kecemasan (*angoisse*) yang menjadi ciri fundamental kesadaran manusia dalam pandangan Sartre.

Paradoks absurditas, dalam konteks filsafat eksistensial, bukanlah semata-mata diagnosis kondisi negatif atau nihilistik, melainkan justru menjadi titik tolak etis yang mendalam. Jika keberadaan manusia tidak lagi terikat pada esensi ilahi, hukum alam universal, atau norma sosial yang mutlak, maka ia dipahami sebagai proyek terbuka (*projet*) yang terus-menerus dibentuk dan ditentukan oleh kesadaran reflektif dan tindakan-tindakannya[93]. Dalam perspektif ini, penginsafan akan absurditas dapat berfungsi sebagai katalisator pembebasan. Dengan menyadari bahwa tidak ada makna yang diberikan dari luar, manusia justru memperoleh kebebasan substansial untuk mendefinisikan dirinya sendiri, menjadi autentik (*authentique*), kreatif, dan hidup secara sadar tidak dengan menolak realitas tragis dunia yang tidak menawarkan kepastian moral maupun metafisik, melainkan dengan menghadapinya secara langsung. Absurditas, dengan demikian, membongkar belenggu determinisme dan esensialisme, membuka ruang bagi subjektivitas radikal dan kreasi nilai.

Di tengah ketidakpastian dan ketiadaan fondasi eksternal ini, filsafat eksistensial tidak menawarkan solusi dogmatis atau pelarian spiritual. Sebaliknya, ia mendorong manusia untuk menghadapi keberadaan dengan keberanian, integritas, dan keterlibatan penuh (*engagement*). Eksistensialisme mengajak manusia untuk "hadir sepenuhnya" (*être-là*, atau *Dasein* dalam Heideggerian) di dalam dunia yang tidak sempurna dan seringkali absurd, dan melalui keterlibatan aktif dalam realitas inilah, manusia mengafirmasi kehidupannya sendiri. Dalam keberanian untuk menghadapi

absurditas tanpa menyerah pada keputusasaan atau ilusi, manusia eksistensialis bertransformasi menjadi subjek etis yang merdeka yang bukan berarti tanpa beban, melainkan justru memikul tanggung jawab yang tidak ringan atas pilihan-pilihan eksistensialnya, baik terhadap diri sendiri maupun, dalam pandangan Sartre, terhadap kemanusiaan secara keseluruhan[94].

Dengan demikian, filsafat eksistensial tidak hanya sekadar mendeskripsikan absurditas sebagai kondisi objektif manusia modern, tetapi juga menyediakan kerangka kerja reflektif yang kritis dan berpotensi membebaskan dalam memahami eksistensi secara personal dan historis. Ia adalah ajakan untuk menjalani kehidupan yang disadari, di mana absurditas bukanlah tanda keputusasaan yang harus dihindari, melainkan realitas mendasar yang memerlukan respon keberanian, autentisitas, dan komitmen untuk menciptakan makna dalam ketiadaan makna yang inheren. Kehidupan yang absurd bukanlah kehidupan yang sia-sia, melainkan kehidupan yang menuntut keberanian untuk tetap bermakna melalui tindakan dan kesadaran, tanpa bergantung pada ilusi kepastian atau tujuan pra-tertentu[95].

Martin Heidegger *Being-Toward-Death*

Martin Heidegger (1889–1976), seorang arsitek pemikiran dalam filsafat kontinental abad ke-20, secara mendalam mengubah horizon pemahaman kita tentang Being (Sein) dan eksistensi manusia melalui karyanya yang monumental, *Being and Time* (*Sein und Zeit*), yang diterbitkan pada tahun 1927. Dalam risalah ini, Heidegger memperkenalkan konsep Dasein, entitas yang unik dalam

mode keberadaannya, yang secara harfiah dapat diterjemahkan sebagai "ada di sana" atau "berada di sana", namun secara filosofis merujuk pada keberadaan manusia sebagai entitas yang bagi Being-nya, Being itu sendiri menjadi isu baginya[96]. Ini membedakan Dasein dari segala entitas lain yang hanya "hadir di tangan" (present-at-hand) atau "sedia di tangan" (ready-to-hand)[97]. Fokus utama Heidegger adalah pada Being Dasein, bukan sekadar pada manusia sebagai objek biologis atau psikologis, melainkan sebagai keberadaan yang selalu dalam proses memahami dan memproyeksikan dirinya di dunia (being-in-the-world)[98]. Salah satu tema paling radikal dan fundamental dalam analisis eksistensial (Existentialanalytik) Heidegger adalah konsep Being-Toward-Death (Sein zum Tode), yang menyoroti bagaimana kenyataan kematian yang tak terhindarkan secara intrinsik membentuk ontologi Dasein. Melalui penyelidikan yang teliti terhadap struktur temporal dan prospektif Dasein, Heidegger mengundang sebuah kontemplasi mendalam mengenai makna autentisitas, individualitas, dan pemahaman diri di hadapan kefanaan yang pasti.

Heidegger memulai jejak filosofisnya dari tradisi fenomenologi yang dirintis oleh gurunya, Edmund Husserl (1859–1938), yang bertujuan untuk kembali ke "benda-benda itu sendiri" yakni, struktur esensial dari pengalaman sadar. Namun, Heidegger melampaui fokus Husserl pada kesadaran transendental untuk menyelidiki makna Being (die Seinsfrage) itu sendiri, menjadikan Dasein sebagai "tempat" istimewa di mana pertanyaan ini dapat diajukan dan dijawab[99]. Dasein adalah entitas yang secara mendasar

bersifat temporal (temporal), historis (geschichtlich), dan berada dalam relasi (relational) dengan dunianya serta terhadap dirinya sendiri sebagai kemungkinan. Keberadaan Dasein bukanlah kondisi statis, melainkan sebuah "ek-sistensi" (Ek-sistenz) suatu "berdiri keluar" ke dalam kemungkinan-kemungkinannya sendiri di dunia[100]. Pemahaman mengenai temporality atau kesejarahan waktu menjadi krusial, karena Dasein senantiasa terentang antara masa lalu (sebagai keterlemparan atau Geworfenheit), masa kini (sebagai kejatuhan atau Verfallenheit), dan masa depan (sebagai proyeksi atau Entwurf)[101]. Dalam rentangan temporal inilah, kematian tidak hanya muncul sebagai peristiwa di akhir, tetapi sebagai struktur yang inheren dan membentuk seluruh eksistensi Dasein.

Inti dari analisis Heidegger mengenai kefanaan manusia terangkum dalam konstruksi Being-Toward-Death. Kematian, bagi Heidegger, bukanlah sekadar akhir biologis yang menunggu di masa depan yang jauh, melainkan sebuah kemungkinan yang senantiasa mendasari dan mewarnai setiap momen keberadaan Dasein[102]. *Being-Toward-Death* bukanlah mode "menunggu-kematian" pasif seperti menunggu hujan, melainkan sebuah cara *berada* sebuah "ada-menuju" (towardness) yang aktif terhadap kemungkinan paling ekstrem dari Dasein itu sendiri[103]. Heidegger secara tegas menyatakan bahwa kematian adalah kemungkinan Dasein yang paling *pribadi* (ownmost), *non-relasional* (non-relational), dan *tak terlampaui* (insurpassable)[104]. Ini berarti bahwa pengalaman kematian adalah sesuatu yang secara absolut milik individu, tidak dapat dibagi, diwakilkan, atau diambil alih oleh orang

lain. Dasein harus menghadapi kematiannya sendiri, sendirian. Sebagai kemungkinan yang paling pribadi dan pasti, kematian senantiasa memanggil Dasein pada individualitasnya yang paling tunggal (singularity)[105].

Sebagai kemungkinan yang paling personal dan tak terhindarkan, kematian adalah struktur fundamental dari eksistensi Dasein itu sendiri. Ia tidak datang dari sumber eksternal, melainkan adalah mode berada yang menyertai seluruh proyeksi, tindakan, dan keterlibatan Dasein di dunia[106]. Kesadaran (atau setidaknya potensi kesadaran) akan kemungkinan kematian ini memainkan peranan vital dalam memungkinkan Dasein untuk memahami dirinya dalam keseluruhannya yakni, sebagai keberadaan yang terbatas dalam waktu dan karena itu, memungkinkan Dasein untuk memilih cara berada yang autentik atau genuine.

Heidegger membedakan secara tajam antara mode eksistensi yang autentik (Eigentlichkeit) dan inautentik (Uneigentlichkeit)[107]. Dasein secara default, dalam rutinitas sehari-hari, cenderung tenggelam dalam mode inautentik. Mode ini dicirikan oleh kejatuhan (Verfallen) Dasein ke dalam dunia sehari-hari (everydayness) dan penyerahannya pada "mereka" (das Man)[108]. *Das Man* merepresentasikan anonimitas publik, opini umum, norma-norma sosial, dan cara-cara umum memahami dunia dan diri yang tidak dipertanyakan. Dalam mode inautentik, Dasein hidup *sesuai dengan* apa yang "orang katakan", "orang lakukan", atau "orang pikirkan", kehilangan individualitasnya yang tunggal dan tenggelam dalam kesibukan (Besorgen) dan obrolan (Gerede) dunia

publik[109]. Salah satu mekanisme utama Dasein inautentik untuk menghindari kecemasan eksistensial yang datang dari kesadaran akan kefanaan adalah dengan mengabaikan, menekan, atau mereduksi kematian menjadi sekadar kejadian umum yang menimpa "orang-orang", bukan kemungkinan pribadi yang paling unik dan mendasar[110].

Eksistensi autentik, di sisi lain, bukanlah mode yang "lebih baik" secara moral dalam pengertian konvensional, tetapi sebuah cara *berada* yang telah menghadapi dan mengambil alih Being Dasein dalam keseluruhannya. Autentisitas terungkap ketika Dasein menghadapi kemungkinan kematiannya sendiri secara radikal. Menghadapi kematian secara autentik bukanlah berarti mati, melainkan "mengantisipasi" kematian (Vorlaufen zum Tode) sebagai kemungkinan pribadinya yang paling ekstrem[111]. Anticipasi ini, atau "berlari ke depan menuju kematian", membawa Dasein pada sebuah kecemasan fundamental (Angst)[112]. *Angst* berbeda dari rasa takut terhadap objek tertentu; ia adalah kecemasan tanpa objek yang spesifik, yang mengungkapkan ketiadaan dasar Dasein (groundlessness) dan ketidakberartian dunia dalam arti bahwa tidak ada fondasi eksternal yang pasti yang dapat menopang keberadaannya[113]. Dalam menghadapi kecemasan ini, Dasein ditarik keluar dari penyerahan diri pada anonimitas *das Man* dan dihadirkan pada dirinya sendiri sebagai individu yang harus memilih kemungkinannya sendiri di hadapan horison kefanaan yang tak terlampaui[114]. Inilah kondisi di mana Dasein berpotensi meraih autentisitas hidup dalam kesadaran penuh akan keterbatasan

temporalnya, mengambil alih keterlemparannya, dan membuat pilihan-pilihan yang benar-benar miliknya sendiri, bukan sekadar mengikuti arus *das Man*[115].

Heidegger, meskipun tidak secara eksplisit melancarkan kritik sosiologis, secara implisit menunjukkan bagaimana struktur sosial, ekonomi, dan budaya dalam masyarakat modern cenderung mendorong Dasein ke dalam mode inautentisitas dan keberadaan massa. Masyarakat massal sering kali menyediakan berbagai bentuk pengalihan (distraction) dan pelarian dari pertanyaan-pertanyaan eksistensial fundamental, termasuk kematian[116]. Konsumerisme, hiburan yang tak henti, dan banjir informasi dapat berfungsi sebagai mekanisme pelarian dari *Angst* yang muncul dari kesadaran akan Being-Toward-Death[117]. Dalam keberadaan yang tenggelam dalam *das Man*, individu menjadi terasing (alienated) dari dirinya sendiri dan dari kemungkinan autentiknya[118]. Mereka hidup dalam kerangka pemahaman yang ditetapkan oleh "mereka" tanpa refleksi kritis, menjalankan peran-peran yang diharapkan tanpa mempertanyakan makna yang lebih dalam. Alienasi ini, menurut analisis Heidegger, berakar pada penghindaran terhadap kemungkinan autentik dari Dasein, yang paling menonjol adalah Being-Toward-Death. Hanya melalui keberanian untuk menghadapi kematian sebagai bagian yang tak terpisahkan dari struktur eksistensinya bukan sebagai peristiwa di masa depan, tetapi sebagai mode berada yang mendasari Dasein memiliki potensi untuk membebaskan diri dari alienasi dalam *das Man* dan hidup dengan lebih tulus, sadar, dan bermakna dalam waktu yang dimilikinya.

Dengan demikian, Being-Toward-Death bukan akhir dari analisis, melainkan kunci pembuka gerbang menuju pemahaman ontologis Dasein dalam keseluruhannya dan potensi autentisitasnya.

Albert Camus: Absurditas Eksistensi dan Paradigma Pemberontakan Manusia

Eksistensi manusia senantiasa dihadapkan pada pertanyaan fundamental mengenai makna dan tujuan di tengah bentang alam semesta yang luas dan sering kali terasa acuh tak acuh. Dalam ranah filsafat abad ke-20, sedikit pemikir yang merangkum pergulatan ini dengan kedalaman dan kejelian seperti Albert Camus. Meskipun sering dikaitkan dengan eksistensialisme, Camus sendiri secara konsisten menolak label tersebut, memilih untuk memposisikan pemikirannya sebagai eksplorasi terhadap kondisi manusia (the human condition) dan respons etis terhadapnya, berangkat dari pengalaman langsung akan dunia dan sejarah. Inti dari sumbangan filosofis Camus terletak pada analisisnya mengenai 'absurditas eksistensi' dan tawaran solusinya yang khas: 'paradigma pemberontakan manusia'. Camus mendefinisikan absurditas bukan sebagai kondisi intrinsik dunia itu sendiri, melainkan sebagai hasil dari sebuah 'konfrontasi' atau 'dialog' antara dua entitas: manusia dengan kebutuhannya yang mendalam akan kejelasan, rasionalitas, dan makna di satu sisi, dan alam semesta yang irasional, sunyi, dan misterius di sisi lain. Dalam esai filosofisnya yang paling terkenal, *Le Mythe de Sisyphe* (Mitos Sisyphus), Camus menyatakan bahwa absurditas lahir "dari konfrontasi antara seruan manusia dan keheningan dunia yang irasional"[119]. Ini bukan sekadar pengamatan

pesimistis tentang nihilisme, melainkan pengakuan jujur atas ketidaksesuaian mendasar antara kesadaran yang mencari keteraturan dan alam semesta yang menolak untuk memberikan jawaban definitif atau tujuan akhir. Dunia itu sendiri tidak absurd; yang absurd adalah benturan antara keinginan manusia untuk memahami dan ketidakmampuannya untuk menemukan makna universal yang diberikan[120].

Pengalaman absurditas dapat muncul dalam berbagai bentuk dalam kehidupan sehari-hari. Ia bisa terasa ketika kita merasakan keanehan dalam rutinitas yang berulang, ketika waktu menjadi beban alih-alih alur linear, atau ketika kesadaran akan kematian yang tak terhindarkan menyergap pikiran[121]. Ketidakmampuan ilmu pengetahuan atau sistem filsafat tradisional untuk memberikan jawaban yang memuaskan atas pertanyaan mendasar tentang "mengapa saya ada?" atau "apa gunanya semua ini?" semakin mempertegas jurang pemisah ini[122]. Manusia, dengan nalurinya untuk mencari kejelasan dan kesatuan, terus menerus membentur dinding kebisuan kosmik. Absurditas, bagi Camus, adalah sensasi dari 'keterasingan' dan 'ketidaksesuaian' antara diri yang sadar dan dunia yang tidak koheren. Ini adalah kesadaran lucid bahwa hasrat kita untuk kekal dan memahami akan selalu bertabrakan dengan kefanaan dan irasionalitas realitas[123].

Menghadapi kesadaran akan absurditas ini, Camus mengamati bahwa terdapat beberapa cara umum yang dipilih manusia, namun sebagian besar dianggapnya sebagai 'pelarian' atau 'bunuh diri filosofis'. Bunuh diri fisik, tentu saja, adalah bentuk penyerahan diri

total terhadap absurditas, namun Camus menganggapnya sebagai pengingkaran terhadap salah satu sisi persamaan absurditas yaitu, kesadaran manusia itu sendiri[124]. Bentuk pelarian lainnya adalah 'bunuh diri filosofis', yaitu meloncat ke dalam sistem kepercayaan transendental, baik agama maupun ideologi, yang menawarkan makna atau harapan di luar kehidupan duniawi. Bagi Camus, ini adalah pengingkaran terhadap sisi lain persamaan absurditas yaitu, keheningan dunia yang irasional[125]. Baik bunuh diri fisik maupun filosofis pada dasarnya menghindari konfrontasi langsung dengan absurditas; keduanya berusaha menghilangkan ketegangan yang mendefinisikan kondisi tersebut.

Setelah mengidentifikasi absurditas dan menolak jalan keluar melalui pelarian, Camus menawarkan respons ketiga: pemberontakan (*révolte*). Pemberontakan Camusian bukanlah revolusi politik dalam pengertian dogmatis atau nihilistik, meskipun ia banyak menulis tentang sejarah revolusi dalam *L'Homme Révolté* (Manusia Pemberontak). Sebaliknya, pemberontakan adalah sikap eksistensial, penolakan terus-menerus untuk menyerah pada absurditas sambil tetap sepenuhnya sadar akan kehadirannya[126]. Ini adalah afirmasi terhadap kehidupan dan nilai-nilai manusia *di dalam* keterbatasan absurditas, bukan di luarnya[127].

Inti dari pemberontakan, menurut Camus, adalah ungkapan "Tidak!". Pemberontak adalah seseorang yang mengatakan "tidak" terhadap penghinaan, ketidakadilan, atau kondisi yang merendahkan harkat manusia[128]. Namun, di balik penolakan ini terkandung afirmasi: penolakan terhadap sesuatu menyiratkan

adanya sesuatu lain yang dianggap berharga atau layak dipertahankan. Dengan mengatakan "tidak" terhadap penindasan, pemberontak seolah mengatakan "ya" terhadap batas tertentu, terhadap martabat yang tidak boleh dilanggar[129]. Pemberontakan, dalam pengertian ini, adalah penegasan akan adanya batas (*limit*) inheren dalam kondisi manusia yang tidak boleh dilanggar, baik oleh tirani politik maupun oleh proses dunia yang acuh tak acuh.

Lebih lanjut, Camus melihat pemberontakan sebagai fenomena yang inheren kolektif. Ketika seseorang memberontak terhadap ketidakadilan yang menimpanya, ia sering kali melakukannya atas nama nilai yang lebih luas yang ia rasakan dibagi dengan orang lain[130]. Pemberontakan individu membuka kesadaran akan solidaritas dengan orang lain yang berbagi kondisi atau penindasan yang serupa. Di sinilah letak dasar etika Camus: bukan berdasarkan perintah ilahi atau hukum universal, melainkan berdasarkan kesadaran akan kondisi absurd yang sama-sama dihadapi manusia, dan pengakuan terhadap nilai intrinsik yang muncul dari perjuangan bersama melawan kondisi itu[131]. Solidaritas ini, yang lahir dari pemberontakan, menjadi satu-satunya sumber nilai otentik dalam alam semesta yang tanpa makna transendental.

Kembali pada Mitos Sisyphus, Sisyphus yang dihukum untuk selamanya mendorong batu besar ke puncak gunung, hanya untuk melihatnya menggelinding kembali, adalah lambang kondisi absurd[132]. Namun, di mana letak pemberontakannya? Pemberontakan Sisyphus bukanlah dalam keberhasilan mendorong batu itu hingga menetap di puncak (yang mustahil), melainkan

dalam kesadarannya saat ia berjalan kembali menuruni gunung. Di momen *descent* inilah Sisyphus, meskipun tahu nasibnya, menyadari absurditasnya dan *tetap memilih untuk terus hidup dan menjalankan tugasnya*. Ia tidak putus asa; ia tidak bunuh diri. Kesadarannya, penerimaannya yang lucid terhadap nasib tanpa menyerah, itulah pemberontakan. Kebahagiaan Sisyphus, jika ada, bukan di puncak, melainkan dalam langkah kakinya yang sadar dan penuh penerimaan saat menuruni lereng gunung[133].

Paradigma pemberontakan Camus memiliki implikasi mendalam bagi pemahaman kita tentang aksi, nilai, dan makna dalam dunia kontemporer. Ia menolak baik nihilisme yang pasif maupun dogmatisme yang berbahaya, baik dalam bentuk keagamaan maupun ideologi politik. Camus mengajarkan bahwa meskipun kita tidak dapat menemukan makna universal atau tujuan akhir dari alam semesta, kita dapat menciptakan makna melalui perjuangan kita sendiri, melalui aksi-aksi solidaritas, dan melalui penegasan nilai-nilai manusiawi dalam menghadapi ketidakadilan dan kematian. Kehidupan, dalam pandangan Camus, bernilai bukan karena diberikan makna dari luar, melainkan justru karena ketiadaan makna itulah yang menuntut kita untuk terus menerus memberontak dan menegaskan nilai-nilai kita sendiri.

Dalam konteks sosial dan politik, *L'Homme Révolté* menjadi kritik tajam terhadap revolusi totaliter yang, dalam upayanya menciptakan surga di bumi, berakhir dengan menumpahkan darah dan menghancurkan nilai-nilai yang seharusnya dipertahankan oleh pemberontakan awal[134]. Camus berpendapat bahwa

pemberontakan sejati selalu menghormati batas, menghargai kehidupan manusia, dan berakar pada solidaritas, bukan pada dogma yang mengorbankan individu demi cita-cita masa depan[135]. *La Peste* (Sampar), sebuah novel yang sering dibaca sebagai alegori, menggambarkan perjuangan tanpa henti para karakter melawan wabah sebagai bentuk pemberontakan Camusian perjuangan konsisten dan tanpa ilusi melawan kematian dan absurditas, yang mengukuhkan solidaritas dan kemanusiaan mereka[136].

Gagasan Albert Camus tentang absurditas eksistensi dan paradigma pemberontakan manusia menawarkan kerangka berpikir yang kuat untuk menghadapi tantangan mendasar keberadaan manusia. Ia secara jujur mengakui ketegangan antara hasrat manusia akan makna dan kesunyian alam semesta. Namun, alih-alih jatuh ke dalam keputusasaan nihilistik, Camus mengajak kita pada sebuah bentuk respons yang heroik namun membumi: pemberontakan. Pemberontakan ini bukanlah upaya untuk mengatasi absurditas, melainkan untuk hidup sepenuhnya di dalamnya, dengan kesadaran yang jernih (*lucidité*) dan penolakan yang gigih untuk menyerah[137].

Melalui pemberontakan, manusia menegaskan martabatnya, mengukuhkan solidaritas dengan sesamanya, dan menciptakan nilai dalam dunia yang rapuh dan fana. Warisan filosofis Camus terletak dalam kemampuannya untuk menggabungkan pengamatan yang tajam tentang kondisi manusia dengan seruan etis untuk aksi dan solidaritas. Dalam menghadapi dunia yang terus berubah dan sering

kali terasa tanpa kemudi, pemikiran Camus tentang absurditas dan pemberontakan tetap menjadi sumber kontemplasi yang relevan dan inspirasi untuk hidup dengan keberanian dan integritas, bukan dengan mencari pelarian transendental, melainkan dengan merangkul perjuangan imanen.

Jean-Paul Sartre: Kebebasan Radikal dan Tanggung Jawab Eksistensial dalam Perspektif Ontologi dan Etika

Jean-Paul Sartre, seorang filsuf Prancis yang memegang posisi sentral dalam kanon eksistensialisme abad ke-20, menawarkan sebuah kerangka filosofis yang mendalam mengenai kondisi manusia, yang secara fundamental dibedakan dari keberadaan entitas non-sadar. Dalam magnum opusnya, *L'Être et le Néant* (Being and Nothingness), Sartre mengartikulasikan ontologi dualistik yang membedakan secara tegas antara *être-en-soi* (keberadaan pada dirinya sendiri) dan *être-pour-soi* (keberadaan bagi dirinya sendiri)[138]. Entitas *en-soi* merujuk pada objek-objek material, benda mati, yang memiliki esensi tetap dan pasif; mereka 'adalah' apa adanya. Sebaliknya, *pour-soi* adalah kesadaran, subjek, manusia, yang dicirikan oleh kapasitas untuk negasi (ketiadaan) dan kebebasan transendental. Paradigma sentral dalam pandangan ini adalah proposisi bahwa pada manusia, eksistensi mendahului esensi[139]. Ini berarti bahwa manusia pertama-tama ada, muncul di dunia, dan baru kemudian mendefinisikan 'apa' dirinya melalui tindakan, pilihan, dan proyek-proyeknya. Tidak ada sifat atau takdir bawaan yang menentukan manusia dari awal; ia adalah proyek yang terus menerus dalam proses menjadi.

Dari fondasi ontologis ini, Sartre menyimpulkan bahwa kebebasan adalah kondisi inheren yang tak terpisahkan dari *pour-soi*. Kebebasan ini bukanlah sekadar kapasitas untuk memilih di antara alternatif, melainkan akar dari keberadaan sadar itu sendiri. Menjadi *pour-soi* berarti menjadi bebas. Namun, kebebasan sartrean ini bukanlah pengalaman yang ringan atau menyenangkan; sebaliknya, ia adalah beban eksistensial yang mencekam. Dalam alam semesta yang, menurut Sartre, absen dari kehadiran Tuhan atau nilai-nilai moral absolut yang telah ditetapkan, manusia dihadapkan pada kenyataan bahwa ia sepenuhnya bertanggung jawab atas segala sesuatu yang ia lakukan dan, melalui tindakannya, turut mendefinisikan kemanusiaan. Sartre secara dramatis menyatakan kondisi ini sebagai "dikutuk untuk bebas" (*condamné à être libre*)[140]. Frasa ini secara efektif menangkap paradoks kebebasan radikal: meskipun manusia secara ontologis bebas, ia tidak memiliki pilihan *untuk tidak* bebas. Bahkan upaya untuk melepaskan diri dari kebebasan misalnya, dengan menyerahkan tanggung jawab kepada takdir, otoritas, norma sosial, atau struktur eksternal justru merupakan tindakan pilihan itu sendiri, dan dengan demikian, merupakan afirmasi dari kebebasan yang disangkal.

Konsep *mauvaise foi* (itikad buruk) muncul sebagai deskripsi fenomena di mana manusia menyangkal kebebasannya yang radikal dan tanggung jawab yang menyertainya. *Mauvaise foi* adalah kebohongan pada diri sendiri tentang kondisi eksistensial fundamental seseorang; upaya untuk melarikan diri dari kecemasan (anguish) yang disebabkan oleh kesadaran akan kebebasan

penuh[141]. Sartre memberikan contoh klasik pelayan kafe yang "memainkan" perannya dengan berlebihan, seolah-olah "pelayan" adalah esensi yang sepenuhnya menentukan dirinya, bukan pilihan peran yang ia ambil[142]. Dalam tindakan ini, individu mencoba untuk menyamakan dirinya dengan *en-soi* objek pasif yang ditentukan oleh sifat atau perannya dan dengan demikian menolak subjektivitas, transendensi, dan kebebasannya sendiri. *Mauvaise foi* adalah bentuk pelarian dari tanggung jawab atas keberadaan diri dengan berpura-pura bahwa diri sepenuhnya ditentukan oleh faktor eksternal atau identitas sosial.

Menghadapi *mauvaise foi*, Sartre mengedepankan ideal otentisitas (*authenticité*). Kehidupan otentik adalah kehidupan yang dijalani dengan kesadaran penuh dan penerimaan terhadap kebebasan radikal dan tanggung jawab total seseorang[143]. Ini melibatkan pengakuan bahwa tidak ada makna yang sudah ada sebelumnya di dunia; makna harus diciptakan oleh individu melalui proyek-proyek dan tindakan-tindakannya. Otentisitas bukanlah pencapaian esensi yang tetap, melainkan keterlibatan aktif dalam proses penciptaan diri dan dunia. Individu yang otentik tidak melarikan diri dari kecemasan yang datang bersama kebebasan, melainkan menghadapinya dan bertindak meskipun demikian. Ini adalah bentuk eksistensi tertinggi dalam filsafat Sartre keberanian untuk menciptakan nilai dan makna di tengah ketiadaan dasar metafisik, dan hidup sesuai dengan proyek diri yang dipilih dengan penuh kesadaran.

Dimensi lain yang tak terpisahkan dari eksistensi manusia menurut Sartre adalah keberadaan orang lain (*les autres*). Meskipun kebebasan adalah fundamental bagi *pour-soi* individu, kesadaran individu beroperasi dalam dunia yang dihuni oleh *pour-soi* lainnya. Interaksi dengan orang lain memperkenalkan tantangan eksistensial yang signifikan. Sartre menganalisis pengalaman "tatapan" (*le regard*) orang lain, di mana individu merasa dirinya diobjektifikasi dilihat dan dikategorikan sebagai *en-soi* oleh kesadaran lain. Pernyataan terkenal Sartre, "L'enfer, c'est les autres" (Neraka adalah orang lain), sering disalahartikan sebagai penolakan terhadap hubungan sosial secara keseluruhan. Sebaliknya, ungkapan ini menyoroti ketegangan inheren dalam interaksi antar-subjek: risiko objektifikasi yang mengancam subjektivitas dan kebebasan diri[144]. Kehadiran orang lain memaksa individu untuk menghadapi realitas dirinya sebagaimana ia muncul di mata orang lain, sebuah dimensi keberadaan yang tidak sepenuhnya dapat ia kendalikan, dan dengan demikian menjadi sumber potensi konflik dan kecemasan. Mengelola hubungan ini secara otentik, tanpa mereduksi diri menjadi objek atau mereduksi orang lain, merupakan bagian integral dari proyek eksistensial individu.

Jean-Paul Sartre menyajikan pandangan radikal tentang manusia sebagai makhluk yang fundamentalnya bebas, meskipun "dikutuk" oleh kebebasan tersebut untuk menanggung tanggung jawab penuh atas keberadaannya. Dalam dunia yang absurd, yang kosong dari nilai-nilai atau tujuan yang telah ditetapkan secara ilahi atau metafisik, manusia dihadapkan pada pilihan: melarikan diri ke

dalam *mauvaise foi* atau merangkul otentisitas. Otentisitas menuntut penerimaan kebebasan dan tanggung jawab, serta komitmen untuk menciptakan makna melalui proyek hidup seseorang di tengah interaksi yang kompleks dan kadang menegangkan dengan orang lain. Kontribusi Sartre terletak pada penekanannya yang kuat pada agensi individu dan etika penciptaan diri dalam menghadapi ketiadaan dasar eksistensial, menawarkan jalan keluar dari nihilisme melalui afirmasi keberadaan yang otentik.

Kierkegaard: Analisis Konseptual Keputusasaan, Pilihan Eksistensial, dan Lompatan Iman

Pemikiran Søren Kierkegaard (1813-1855), seorang filsuf dan teolog Denmark abad ke-19, merupakan salah satu tonggak penting dalam sejarah filsafat Barat, secara luas diakui sebagai pelopor eksistensialisme. Karyanya yang seringkali disajikan melalui pseudonim, menilik secara mendalam kondisi manusia, khususnya dimensi subjektif dan spiritualitas individu, sebagai reaksi terhadap sistem filosofis universalistik, terutama Hegelianisme, yang dianggap mengabaikan eksistensi konkret. Tiga konsep sentral yang saling terkait dalam korpus Kierkegaard adalah keputusasaan (désespoir), pilihan eksistensial (existential choice), dan lompatan iman (leap of faith). Analisis ini bertujuan untuk mengelaborasi konsep-konsep tersebut secara terperinci, menyoroti interkoneksi dan signifikansinya dalam memahami strukturalitas diri dan relasi individu dengan keabadian.

Keputusasaan, sebagaimana dibahas secara mendalam dalam karya *Sygdommen til Døden* (The Sickness unto Death), bukanlah

sekadar emosi melankolis atau kesedihan, melainkan sebuah kondisi fundamental dari diri (the self) yang gagal berada dalam relasi yang tepat dengan dirinya sendiri. Menurut Kierkegaard, diri adalah sintesis dari unsur jasmani dan rohani, waktu dan keabadian, kemungkinan dan keniscayaan, yang harus mereferensikan dirinya sendiri kembali kepada Kekuatan yang menciptakannya. Keputusasaan muncul ketika diri gagal dalam relasi ini; ia adalah "penyakit sampai mati" karena ia adalah keadaan 'tidak ingin menjadi diri sendiri' atau 'ingin menjadi diri sendiri yang lain' di hadapan keabadian, suatu siksaan spiritual yang membuat eksistensi terasa hampa dan tanpa dasar. Keputusasaan bisa hadir dalam berbagai bentuk, mulai dari ketidaksadaran akan keputusasaan itu sendiri, hingga keputusasaan yang sangat sadar dan bahkan memberontak melawan eksistensinya atau Kekuatan yang mendasari dirinya. Namun, kesadaran akan keputusasaan dipandang sebagai langkah awal yang krusial, menunjukkan bahwa diri memiliki keterarahan potensial pada kondisi yang melampaui keadaan patologis ini, yakni iman. Keputusasaan, dalam analisis Kierkegaard, dengan demikian adalah ekspresi dari ketidakberdayaan diri yang teralienasi dari dasarnya, namun sekaligus merupakan indikator subjektif akan adanya dimensi abadi dalam diri yang menuntut relasi yang benar.[145]

Dalam konteks pemahaman diri ini, pilihan eksistensial memegang peran fundamental dalam membentuk identitas dan signifikansi subjek. Kierkegaard menyajikan konsep ini terutama melalui karyanya *Enten - Eller* (Either/Or), yang menggambarkan

dua tahap atau "lingkup eksistensi" (spheres of existence) utama: tahap estetis dan tahap etis. Tahap estetis dicirikan oleh pencarian kesenangan, kebaruan, dan keunikan sesaat. Individu estetis hidup dalam keimanan ('immediacy'), menghindari komitmen serius, dan menganggap kehidupan sebagai serangkaian momen yang bisa dinikmati atau dihindari demi menghindari kebosanan. Namun, gaya hidup ini pada akhirnya mengarah pada keputusasaan, karena diri gagal untuk mencapai kesinambungan, tanggung jawab, dan kedalaman yang diperlukan untuk menjadi diri yang kokoh. Transisi dari tahap estetis ke tahap etis ditandai oleh sebuah "pilihan" yang mendalam dan radikal. Ini bukanlah pilihan antara A dan B, tetapi pilihan *akan* melakukan pilihan itu sendiri pilihan untuk menerima tanggung jawab, untuk berkomitmen pada nilai-nilai universal, dan untuk hidup di bawah hukum moral. Di tahap etis, individu menemukan diri melalui kewajiban, tugas, dan partisipasi dalam komunitas.[146] Melalui pilihan ini, individu etis berusaha untuk menjadi diri universal, yang sesuai dengan prinsip-prinsip moral yang sah untuk semua orang. Namun, Kierkegaard berargumen bahwa tahap etis pun memiliki keterbatasannya. Individu etis dapat menghadapi keputusasaan dalam bentuk rasa bersalah atau kesadaran akan ketidakmampuannya untuk sepenuhnya memenuhi tuntutan moral, atau dalam kesadaran bahwa bahkan universalitas moral tidak dapat sepenuhnya menyelesaikan masalah eksistensi individu yang unik dan terisolasi.

Keterbatasan tahap etis membuka jalan menuju tahap selanjutnya, yakni tahap religius, yang dicapai melalui apa yang

disebut Kierkegaard sebagai lompatan iman. Lompatan iman, yang paling eksplisit digambarkan dalam *Frygt og Bæven* (Fear and Trembling) melalui analisis ulang kisah Abraham dan Ishak, adalah tindakan radikal yang melampaui baik rasionalitas estetis maupun universalitas etis. Ini adalah 'suspensi teleologis dari yang etis', di mana individu, seperti Abraham yang diperintahkan untuk mengorbankan putranya, Ishak, harus bertindak berdasarkan perintah ilahi yang tampaknya bertentangan dengan prinsip-prinsip etis yang paling dasar.[147] Lompatan iman bukanlah hasil dari penalaran logis atau argumen objektif; sebaliknya, ia adalah komitmen subjektif yang penuh gairah dan paradoksis kepada Tuhan, yang melaluinya individu menemukan dasar yang kokoh untuk dirinya sendiri di luar ranah keputusasaan estetis dan keterbatasan etis. Iman, bagi Kierkegaard, bukanlah penerimaan dogma secara pasif, melainkan sebuah hubungan pribadi yang intens dengan keabadian, yang memungkinkan individu untuk, secara paradoks, menemukan diri sejatinya justru ketika ia sepenuhnya menyerahkan diri kepada Kekuatan mutlak. Lompatan ini memerlukan keberanian eksistensial untuk berdiri sendiri di hadapan Tuhan, menanggung kegelisahan dan ketidakpastian yang menyertainya, dan mempercayakan segalanya pada kemungkinan yang absurd dari keabadian.[148]

Dalam sintesis pemikiran Kierkegaard, ketiga konsep ini merupakan bagian dari dialektika internal dalam eksistensi manusia. Keputusasaan membangkitkan kesadaran akan kebutuhan akan dasar eksistensial yang lebih kokoh. Pilihan eksistensial, terutama

transisi dari estetis ke etis, adalah upaya untuk mendirikan diri melalui komitmen dan tanggung jawab, namun akhirnya mengungkapkan keterbatasan upaya manusiawi murni. Lompatan iman adalah respons radikal terhadap keterbatasan ini, sebuah tindakan kepercayaan yang melampaui ranah rasional dan etis, yang memungkinkan individu untuk berhubungan kembali dengan dasar abadi dirinya dan mengatasi keputusasaan secara fundamental. Kebenaran, bagi Kierkegaard, bersifat subjektif; kebenaran eksistensial adalah kebenaran yang dialami dan dihidupi oleh individu dalam relasinya dengan Tuhan, yang dicapai melalui pilihan-pilihan sulit dan lompatan iman yang penuh risiko.[149]

Kesimpulannya, analisis Kierkegaard tentang keputusasaan, pilihan eksistensial, dan lompatan iman menyajikan pandangan mendalam tentang perjuangan individu dalam menemukan makna dan keberadaan otentik di dunia. Keputusasaan bukanlah akhir, melainkan potensi awal untuk kesadaran diri. Pilihan eksistensial adalah medium melalui mana diri dibentuk dan dibatasi oleh dunia. Lompatan iman adalah jalan menuju kebebasan sejati dan relasi otentik dengan keabadian, yang hanya dapat dicapai melalui komitmen subjektif yang radikal. Pemikiran Kierkegaard tetap relevan hingga kini, menawarkan kritik tajam terhadap upaya untuk mereduksi keberadaan manusia menjadi sistem objektif atau universal, dan sebaliknya menekankan pentingnya gairah, pilihan, dan hubungan pribadi individu dengan yang transenden.

Perbandingan Pemikiran Eksistensialisme Martin Heidegger, Albert Camus, dan Jean-Paul Sartre

Pemikiran eksistensialisme, sebagai sebuah gerakan filosofis dan kultural, muncul dari pergolakan intelektual yang mendalam mengenai hakikat keberadaan manusia, kebebasan, tanggung jawab, dan pencarian makna di tengah dunia yang seringkali terasa tidak rasional atau acuh tak acuh. Meskipun sering dikelompokkan bersama, para tokoh utamanya memiliki pendekatan, fokus, dan bahkan kesimpulan yang sangat beragam. Artikel ini bertujuan untuk menguraikan dan membandingkan secara cermat pemikiran empat figur sentral yang kerap diasosiasikan dengan eksistensialisme: Søren Kierkegaard, Martin Heidegger, Jean-Paul Sartre, dan Albert Camus. Perbandingan ini akan menyoroti kesamaan dalam penekanan pada individu dan keberadaan konkret, sekaligus perbedaan fundamental dalam pemahaman mereka mengenai *Being*, kebebasan, absurdisti, dan peran (atau ketiadaan) Tuhan.

Søren Kierkegaard, filsuf Denmark abad ke-19, sering disebut sebagai bapak eksistensialisme, meskipun ia tidak menggunakan istilah tersebut. Pemikirannya berpusat pada "individu tunggal" (*det enkelte Individ*) dan penekanan pada kebenaran subjektif, iman, dan gairah, sebagai antitesis terhadap sistem filsafat objektif dan impersonal yang dominan pada masanya, terutama Hegelianisme. Bagi Kierkegaard, keberadaan manusia adalah soal pilihan-pilihan fundamental yang dihadapi dalam kesendirian eksistensial, di mana kecemasan (*Angest*) muncul dari kesadaran akan kebebasan dan kemungkinan-kemungkinan tak terbatas yang belum terealisasi,

termasuk kemungkinan dosa[150]. Ia membedakan antara tiga tahapan eksistensi: estetis, etis, dan religius, dengan tahap religius yang tertinggi, yang dicapai melalui "lompatan iman" (*leap of faith*) sebuah keputusan rasional yang melampaui pemahaman rasional, untuk mengikatkan diri pada Tuhan di tengah ketidakpastian dan paradoks eksistensi[151]. Kecemasan dalam pandangan Kierkegaard bukanlah patologi, melainkan kondisi esensial yang mengiringi kebebasan manusia dan merupakan prasyarat bagi kesadaran diri dan iman[152].

Beranjak ke abad ke-20, Martin Heidegger, seorang filsuf Jerman yang dipengaruhi oleh fenomenologi Husserl, mengalihkan perhatian dari subjektivitas individual Kierkegaard ke pertanyaan mendasar mengenai *Being* (Sein). Karyanya yang monumental, *Sein und Zeit* (Being and Time), memulai analisis terhadap Dasein istilah yang digunakannya untuk merujuk pada mode keberadaan manusia, karena Dasein adalah satu-satunya entitas yang bagi dirinya sendiri, keberadaannya menjadi isu baginya[153]. Heidegger memahami Dasein sebagai *Being-in-the-world* (In-der-Welt-sein), menunjukkan bahwa keberadaan manusia tidak dapat dipisahkan dari dunia tempatnya berada dan dari relasinya dengan entitas lain[154]. Kecemasan (*Angst*) bagi Heidegger bukanlah kecemasan akan hal tertentu, melainkan kecemasan yang mengungkapkan ketiadaan (*das Nichts*) dan menyingkapkan keterlemparan (*Geworfenheit*) Dasein ke dalam keberadaan serta kemungkinannya yang terdalam: kematian (*Sein zum Tode*, Being-towards-Death)[155]. Pemahaman akan kefanaan ini membuka kemungkinan bagi Dasein untuk meraih

keaslian (*Authentizität*), yaitu hidup sesuai dengan kemungkinannya sendiri, alih-alih tenggelam dalam keberadaan yang tidak otentik (*Uneigentlichkeit*) yang didominasi oleh "mereka" (*das Man*), norma-norma publik, dan rutinitas sehari-hari. Meskipun memiliki kesamaan dalam penekanan pada kecemasan dan kefanaan, proyek Heidegger lebih bersifat ontologis, berfokus pada hakikat *Being* itu sendiri, bukan hanya pada eksistensi manusia sebagai subjek yang bebas.

Jean-Paul Sartre, filsuf Prancis yang membawa eksistensialisme ke puncak popularitasnya pasca-Perang Dunia II, mengadopsi dan mengadaptasi banyak gagasan dari pendahulunya, terutama Heidegger, meskipun dengan interpretasi yang berbeda. Inti dari pemikiran Sartre, terutama dalam *L'Être et le Néant* (Being and Nothingness), adalah adagium "eksistensi mendahului esensi" (*l'existence précède l'essence*)[156]. Ini berarti, tidak seperti objek (yang esensinya definisinya sudah ditentukan sebelum dan di atas keberadaannya), manusia pertama-tama ada, muncul di dunia, dan baru *setelah itu* mendefinisikan dirinya melalui pilihan dan tindakannya[157]. Sartre menekankan kebebasan radikal manusia; kita "terkutuk untuk bebas" (*condamnés à être libres*)[158]. Kebebasan ini membawa serta tanggung jawab yang berat, tidak hanya untuk diri sendiri tetapi, dalam arti tertentu, untuk seluruh umat manusia, karena dalam memilih untuk diri sendiri, kita menciptakan citra manusia yang seharusnya ada. Kecemasan (anguish) bagi Sartre adalah kesadaran akan kebebasan ini dan tanggung jawab yang menyertainya. Ia juga mengenalkan konsep "itikad buruk"

(*mauvaise foi*), yaitu penipuan diri di mana seseorang menyangkal kebebasan dan tanggung jawabnya sendiri, dengan mencoba meyakinkan diri bahwa ia terikat oleh keadaan atau esensi yang sudah ditetapkan[159]. Berbeda dengan Kierkegaard yang teistik dan Heidegger yang netral terhadap Tuhan (atau lebih tepat, tidak menjadikannya fokus ontologis), Sartre secara tegas ateistik; tidak adanya Tuhan berarti tidak ada nilai atau makna pra-eksisten yang dapat membenarkan pilihan kita, sehingga keberadaan manusia sepenuhnya merupakan hasil dari kebebasan dan tanggung jawabnya untuk menciptakan makna di dunia yang absurd.

Albert Camus, meskipun sering dikaitkan dengan eksistensialisme, lebih memilih untuk menyebut pemikirannya sebagai filsafat absurdisti. Baginya, masalah fundamental adalah "absurd" perselisihan (*confrontation*) antara pencarian makna dan kejelasan yang inheren pada akal budi manusia dengan keheningan yang tidak masuk akal (*unreasonable silence*) dari alam semesta[160]. Dalam *Le Mythe de Sisyphe* (The Myth of Sisyphus), Camus mengidentifikasi tiga kemungkinan respons terhadap absurd: bunuh diri (menyangkal absurd dengan menghancurkan salah satu pihak dalam perselisihan), lompatan iman (menyangkal absurd dengan melarikan diri ke harapan transenden, yang dikritiknya karena melampaui akal sehat), dan pemberontakan (*révolte*)[161]. Pemberontakan adalah respons otentik: mengakui dan hidup *di dalam* absurd, bukan menyangkalnya atau melarikan diri darinya. Kebebasan bagi Camus muncul dari kesadaran akan absurd; dengan tidak adanya makna atau nilai transenden, individu bebas untuk

menentukan nilai-nilainya sendiri dan bertindak berdasarkan kesadarannya yang terbatas. Namun, kebebasan ini bukan kebebasan radikal penciptaan makna seperti Sartre, melainkan kebebasan yang dibatasi oleh *fakta* absurd itu sendiri. Camus menekankan solidaritas manusia dalam menghadapi absurd, yang terefleksikan dalam karya-karya seperti *La Peste* (The Plague). Ia berbeda dari Sartre dalam beberapa hal penting, termasuk kritik Camus terhadap potensi kekerasan dan dehumanisasi dalam komitmen politik absolut yang dapat diatribusikan pada pandangan Sartre tentang tanggung jawab universal yang abstrak.

Membandingkan keempat pemikir ini, kita menemukan benang merah yang sama dalam penekanan pada keberadaan individu, kesadaran akan kefanaan atau ketiadaan, dan pengalaman kecemasan. Namun, perbedaan substansial terletak pada sumber masalah dan solusinya. Bagi Kierkegaard, masalahnya adalah keterasingan dari Tuhan dan solusinya adalah lompatan iman. Bagi Heidegger, masalahnya adalah "kelupaan akan Being" dan solusinya adalah pemahaman ontologis tentang Dasein dan Being, yang membuka jalan menuju keaslian. Bagi Sartre, masalahnya adalah ketiadaan esensi yang pra-eksisten dan solusinya adalah penerimaan kebebasan dan tanggung jawab radikal. Bagi Camus, masalahnya adalah absurd dan solusinya adalah pemberontakan dan hidup di dalam kesadaran absurd dengan solidaritas humanis.

Perbedaan paling mencolok lainnya adalah posisi mereka terhadap agama. Kierkegaard adalah seorang teolog Kristen yang sangat personalistis. Heidegger secara filosofis tidak menujukan

pertanyaan teistik, meskipun ada perdebatan tentang implikasi religius atau spiritual dari pemikiran akhirnya. Sartre secara terang-terangan ateistik, menjadikan ateisme sebagai titik tolak bagi doktrin kebebasan dan tanggung jawabnya. Camus, meskipun tidak teistik, menunjukkan simpati terhadap nilai-nilai kemanusiaan yang kadang diasosiasikan dengan tradisi moral tertentu, tanpa terikat pada dogma religius.

Meskipun perbedaan-perbedaan ini signifikan, mereka semua berbagi komitmen untuk mengalihkan fokus filsafat dari spekulasi abstrak atau sistem totalitas menuju pengalaman konkret keberadaan manusia. Mereka mengajak kita untuk merenungkan kondisi kita yang terbatas dan penuh kemungkinan, menghadapi kecemasan yang tak terhindarkan, dan merangkul tanggung jawab untuk menciptakan makna atau menemukan cara hidup yang otentik di tengah realitas keberadaan yang rumit. Warisan mereka tetap relevan dalam pemahaman kita tentang kebebasan, identitas, dan pencarian makna di dunia modern.

Filsafat Eksistensial sebagai Cermin Krisis Manusia dalam Mencari Makna Hidup

Pencarian makna adalah ciri khas manusia, sebuah dorongan fundamental yang melampaui kebutuhan biologis dasar. Dalam lintasan sejarah, manusia sering kali menemukan makna dalam kerangka kosmologis, narasi keagamaan, atau struktur sosial yang mapan. Namun, dunia modern, dengan disrupsi tradisi, kemajuan ilmu pengetahuan yang menyingkap ketidakpastian, dan pengalaman traumatis seperti perang dan bencana, telah mengikis

fondasi-fondasi lama tersebut. Di tengah "kematian Tuhan," pergeseran nilai, dan kesadaran akan kebebasan yang membebani, manusia kontemporer kerap kali dihadapkan pada sebuah krisis eksistensial: sebuah kekosongan mendalam yang kesulitan diisi oleh sumber-sumber makna tradisional. Dalam konteks inilah, filsafat eksistensial muncul bukan sekadar sebagai aliran pemikiran, melainkan sebagai sebuah cermin yang merefleksikan secara tajam dan mendalam krisis manusia dalam menavigasi lautan eksistensi yang tampak tanpa jangkar.

Filsafat eksistensial, dalam berbagai coraknya dari Søren Kierkegaard hingga Jean-Paul Sartre, Albert Camus, dan Martin Heidegger, berakar pada premis sentral bahwa "eksistensi mendahului esensi" (*l'existence précède l'essence*). Ini adalah pernyataan radikal yang menolak gagasan bahwa ada kodrat, tujuan, atau makna yang sudah ditetapkan bagi manusia. Tidak seperti benda mati atau alat yang diciptakan dengan esensi atau fungsi tertentu di benaknya, manusia "terlempar" (*geworfenheit*) ke dalam eksistensi tanpa cetak biru ilahi atau alamiah. Kita ada terlebih dahulu, dan kemudian, melalui pilihan dan tindakan kita, kita mendefinisikan siapa diri kita dan menciptakan makna bagi keberadaan kita. Kebebasan radikal ini, meskipun tampak sebagai anugerah, justru menjadi sumber utama krisis. Jika tidak ada nilai atau perintah moral yang inheren atau transenden, manusia sepenuhnya bertanggung jawab atas setiap pilihan yang dibuat, tidak hanya untuk dirinya sendiri tetapi, dalam pandangan Sartre, juga untuk seluruh umat manusia. Beban kebebasan mutlak ini

melahirkan "kecemasan" (*angst/anxiety*), bukan sekadar rasa takut pada objek tertentu, melainkan kegelisahan mendalam yang muncul dari kesadaran akan kebebasan itu sendiri dan "ketiadaan" (le néant) yang mendasarinya ketiadaan esensi yang pasti, ketiadaan jaminan.

Anguis (kecemasan) dan kebebasan erat kaitannya dengan konsep "keabsurdan" (*the absurd*) yang dikembangkan oleh Camus. Keabsurdan muncul dari konfrontasi antara keinginan bawaan manusia akan makna, keteraturan, dan kejelasan di satu sisi, dengan keheningan alam semesta yang tidak masuk akal dan acuh tak acuh di sisi lain. Manusia mencari rumah spiritual di alam semesta, tetapi yang ditemukan hanyalah keterasingan dan ketidakmungkinan koherensi universal. Sisyphus, yang dihukum untuk selamanya mendorong batu ke puncak gunung hanya agar batu itu menggelinding turun kembali, menjadi metafora puitis bagi perjuangan manusia dalam menghadapi keabsurdan ini. Krisis muncul ketika manusia secara penuh menyadari diskonseksi fundamental ini bahwa kehidupan, dalam kerangka universal, mungkin tanpa makna inheren. Reaksi umum terhadap keabsurdan adalah mencoba melarikan diri darinya, baik melalui "bunuh diri filosofis" (menerima dogma atau keyakinan yang menghilangkan keabsurdan) atau bunuh diri fisik. Namun, kaum eksistensialis mengusulkan respons yang berbeda: pemberontakan (*revolt*). Pemberontakan eksistensial bukanlah revolusi politik, melainkan penegasan nilai dan makna yang diciptakan *di dalam* kondisi absurd itu sendiri.

Krisis mencari makna juga termanifestasi dalam fenomena "itikad buruk" (*bad faith*) menurut Sartre[162]. Itikad buruk adalah bentuk penipuan diri di mana individu menyangkal kebebasan dan tanggung jawabnya. Ini terjadi ketika seseorang berpura-pura bahwa dia ditentukan oleh keadaan, peran sosial, atau kodrat tertentu, sehingga menghindari kecemasan yang menyertai kebebasan mutlak. Seorang pelayan kafe yang secara berlebihan memainkan perannya, atau seseorang yang pasif menerima nasib buruk dengan dalih "memang begini adanya," keduanya menunjukkan itikad buruk. Mereka memperlakukan diri mereka seolah-olah memiliki esensi yang tetap, seperti sebuah benda, padahal mereka adalah "ketiadaan" yang bebas untuk selalu mendefinisikan ulang diri. Krisis makna diperparah oleh itikad buruk karena alih-alih menghadapi tantangan untuk menciptakan makna secara otentik, individu terjebak dalam penolakan diri, hidup dalam ketidakjujuran yang membuat pencarian makna menjadi mustahil.

Filsafat eksistensial tidak menawarkan resep universal untuk menemukan makna hidup. Sebaliknya, ia menyoroti fakta bahwa makna bukanlah sesuatu yang ditemukan di luar diri, melainkan sesuatu yang harus diciptakan melalui tindakan, pilihan, dan komitmen dalam kesadaran penuh akan kebebasan dan tanggung jawab. Menghadapi krisis berarti mengakui keabsurdan, memikul beban kebebasan, dan hidup secara "otentik" (*authenticity*)[163] yaitu, selaras dengan kondisi eksistensial yang radikal, menerima kecemasan sebagai bagian tak terhindarkan dari keberadaan, dan terus-menerus menciptakan diri melalui pilihan.[164] Otentisitas

bukanlah menemukan "siapa saya sebenarnya," melainkan terus-menerus menjadi "siapa saya melalui tindakan saya."

Pada hakikatnya, filsafat eksistensial berfungsi sebagai cermin yang tak kenal kompromi bagi krisis manusia modern. Ia tidak menghibur dengan ilusi makna yang sudah jadi, melainkan memaksa kita untuk menatap jurang kebebasan, tanggung jawab, dan potensi ketiadaan. Dalam menamakan kecemasan, keabsurdan, dan itikad buruk, eksistensialisme memberikan kosakata untuk memahami disorientasi yang dirasakan banyak orang dalam dunia yang kehilangan pusat gravitasinya. Krisis makna yang dicerminkan oleh filsafat eksistensial bukanlah patologi yang harus disembuhkan, melainkan kondisi eksistensial yang abadi, diperparah oleh konteks modern. Dengan memahami refleksi ini, manusia mungkin tidak lantas "menemukan" makna hidup dalam arti tradisional, tetapi setidaknya dapat memulai perjalanan untuk *menciptakannya*, sepotong demi sepotong, dalam keberanian menghadapi ketiadaan dan kebebasan yang adalah hakikat dirinya[165].

Viktor Frankl dan Logoterapi

Sebuah Kajian tentang Logoterapi Viktor Frankl

Pencarian makna dalam kehidupan manusia merupakan tema fundamental dalam berbagai tradisi filsafat dan psikologi. Sejak zaman klasik hingga modern, banyak pemikir telah berusaha memahami apa yang memberikan hidup manusia makna, baik dari perspektif metafisik, moral, maupun psikologis. Dalam konteks psikologi, pencarian makna ini menjadi salah satu isu utama yang mendasari perkembangan teori-teori psikoterapi, yang berupaya

untuk memahami dan membantu individu menemukan tujuan serta arti dalam kehidupan mereka. Salah satu pendekatan psikoterapi yang paling menarik dalam hal ini adalah logoterapi, yang dikembangkan oleh Viktor Frankl. Teori ini menawarkan pandangan yang unik tentang cara manusia menghadapi penderitaan dan ketidakpastian hidup, serta bagaimana mereka dapat menemukan makna dalam setiap aspek eksistensi mereka.

Sebelum munculnya logoterapi, psikologi dan psikoterapi didominasi oleh aliran-aliran seperti psikoanalisis dan behaviorisme. Psikoanalisis, yang dikembangkan oleh Sigmund Freud, berfokus pada pemahaman bawah sadar manusia, konflik internal, dan bagaimana trauma masa kecil membentuk perilaku individu. Freud menganggap bahwa penderitaan manusia sebagian besar berasal dari perasaan tertekan yang tidak disadari dan berusaha mengatasi masalah tersebut melalui pengungkapan dan analisis masa lalu. Di sisi lain, behaviorisme, yang dipelopori oleh tokoh seperti B.F. Skinner, lebih berfokus pada pengamatan perilaku manusia dan bagaimana lingkungan membentuk reaksi individu. Pendekatan ini menekankan pengkondisian dan perubahan perilaku melalui reinforcement dan hukuman.

Namun, meskipun kedua aliran ini memberikan kontribusi besar dalam memahami aspek-aspek psikologis manusia, keduanya kurang memberikan ruang untuk pertanyaan-pertanyaan yang lebih dalam mengenai makna hidup dan tujuan eksistensial. Sering kali, pemikiran Freud dan Skinner mengabaikan pencarian makna dan arti dalam kehidupan, yang merupakan aspek penting dalam

kehidupan manusia yang lebih luas dan lebih mendalam. Oleh karena itu, munculnya logoterapi oleh Viktor Frankl membawa angin segar dalam psikoterapi, karena berfokus pada pencarian makna sebagai inti dari eksistensi manusia, terlepas dari pengalaman traumatis atau kesulitan yang dihadapi seseorang.

Viktor Frankl lahir pada tahun 1905 di Wina, Austria, dan menjadi salah satu tokoh paling berpengaruh dalam psikologi abad ke-20. Sebelum mengembangkan logoterapi, Frankl adalah seorang psikolog dan psikiater yang memiliki pemahaman mendalam tentang kondisi manusia, baik dari segi ilmiah maupun pengalaman pribadi. Salah satu pengalaman yang sangat membentuk pemikirannya adalah ketika ia menjadi tahanan di kamp konsentrasi Nazi selama Perang Dunia II. Selama berada di kamp konsentrasi, Frankl menyaksikan penderitaan manusia yang tak terbayangkan, dan merasakan sendiri kehancuran fisik dan emosional yang dialami oleh banyak orang di sekitarnya.

Namun, meskipun berada dalam kondisi yang sangat mengerikan, Frankl mulai menyadari bahwa ada orang-orang yang mampu bertahan hidup meskipun dalam penderitaan yang luar biasa, sementara yang lain cepat menyerah pada keputusasaan dan kematian. Frankl berpendapat bahwa kunci untuk bertahan dalam kondisi ekstrem tersebut bukanlah kekuatan fisik atau keberuntungan, melainkan kemampuan untuk menemukan makna dalam penderitaan itu sendiri. Pengalaman ini mengarah pada pengembangan teori logoterapi, yang berfokus pada pencarian makna sebagai motivasi utama dalam kehidupan manusia, bahkan

ketika seseorang dihadapkan pada penderitaan yang tidak terhindarkan.

Dalam bukunya yang terkenal *Man's Search for Meaning* (1946), Frankl mengemukakan bahwa makna hidup dapat ditemukan dalam tiga cara utama: melalui pekerjaan yang bermakna, melalui pengalaman cinta yang mendalam, dan melalui sikap kita terhadap penderitaan yang tidak dapat dihindari. Dengan teori ini, Frankl membedakan dirinya dari banyak teori psikoterapi lainnya, yang lebih menekankan pada penghilangan gejala atau perubahan perilaku, dan menekankan pada pentingnya makna dalam hidup manusia.

Pencarian makna dalam hidup adalah masalah yang dihadapi oleh banyak individu, baik dalam konteks eksistensialisme maupun dalam psikologi. Eksistensialisme, sebagai sebuah aliran filsafat, memandang kehidupan sebagai sesuatu yang intrinsik mengandung ketidakpastian dan absurditas. Bagi eksistensialis seperti Jean-Paul Sartre dan Albert Camus, pencarian makna dalam hidup adalah usaha untuk menemukan tujuan dalam dunia yang tampaknya tidak memiliki makna objektif. Sartre, misalnya, berpendapat bahwa manusia adalah makhluk yang "terkutuk untuk bebas", dengan kebebasan untuk menciptakan makna dalam hidup mereka sendiri, meskipun dunia tidak memberikan makna objektif.

Dalam psikologi, masalah pencarian makna ini juga dihadapi oleh banyak individu yang mengalami krisis eksistensial atau kehilangan arah hidup. Frankl menyoroti bahwa banyak orang yang menderita bukan karena kekurangan fisik atau materi, tetapi karena perasaan

bahwa hidup mereka tidak memiliki tujuan atau makna. Melalui logoterapi, Frankl menawarkan pendekatan yang berfokus pada pencarian makna sebagai cara untuk mengatasi kecemasan, depresi, dan perasaan hampa dalam hidup. Ia berpendapat bahwa manusia selalu memiliki kebebasan untuk memilih sikap mereka terhadap penderitaan yang mereka alami, dan dalam sikap inilah makna hidup dapat ditemukan. Frankl menulis: *"Hidup memiliki makna di bawah segala kondisi, bahkan dalam penderitaan, dan pencarian makna adalah sumber utama motivasi manusia*"[166].

Penting untuk dicatat bahwa pencarian makna ini tidak selalu berarti menemukan jawaban yang pasti atau objektif. Bagi Frankl, pencarian makna adalah suatu proses yang bersifat personal dan dinamis, yang melibatkan usaha untuk menghadapi dan menerima kenyataan hidup, termasuk penderitaan dan kematian, serta menemukan cara untuk memberi makna pada pengalaman-pengalaman tersebut.

Kehidupan, Pengalaman, dan Latar Belakang Viktor Frankl

Viktor Frankl, seorang psikiater dan filsuf asal Austria, merupakan salah satu tokoh penting dalam bidang psikologi dan pemikiran eksistensial. Lahir pada tahun 1905, Frankl mengembangkan pendekatan psikoterapi yang dikenal dengan istilah *logoterapi*, yang menekankan pencarian makna dalam hidup sebagai inti dari pengalaman manusia. Pendekatan ini berkembang seiring dengan pengalamannya yang sangat mendalam selama berada di kamp konsentrasi Auschwitz, yang memberikan perspektif

unik mengenai ketahanan psikologis manusia dalam menghadapi penderitaan ekstrem.

Frankl menyelesaikan studi kedokteran dan psikiatri di Universitas Wina pada tahun 1930-an. Sebelum Perang Dunia II, ia sudah mulai bekerja di bidang psikoterapi, terutama dengan pasien-pasien yang mengalami depresi dan kecemasan eksistensial. Salah satu pengaruh penting dalam karier awalnya adalah pengalaman bekerja di klinik yang membantu pasien bunuh diri, yang memberinya wawasan mendalam mengenai penderitaan manusia dan pencarian makna hidup.

Sebagai seorang psikiater, Frankl terinspirasi oleh ajaran-ajaran filsuf-filsuf eksistensial seperti Friedrich Nietzsche dan Søren Kierkegaard, yang menekankan pentingnya individu dalam menciptakan makna hidupnya sendiri. Namun, pemikiran Frankl berkembang lebih lanjut ketika ia terlibat langsung dalam pengalaman ekstrem yang membentuk pandangannya mengenai kehidupan dan penderitaan. Pandangan ini semakin kuat dan mendalam setelah ia menghabiskan waktu di kamp konsentrasi selama Perang Dunia II, yang nantinya membentuk dasar pemikiran logoterapi yang dikenal dunia.

Salah satu momen penting dalam hidup Viktor Frankl adalah ketika ia dan keluarganya dipenjarakan oleh Nazi dan dibawa ke berbagai kamp konsentrasi, termasuk Auschwitz. Pada saat itu, Frankl menyaksikan dan mengalaminya sendiri penderitaan yang tidak terbayangkan, tetapi ia tetap menemukan bahwa meskipun berada dalam situasi yang sangat ekstrem, individu memiliki

kapasitas untuk memilih sikap mereka terhadap penderitaan tersebut.

Dalam bukunya yang terkenal, *Man's Search for Meaning*, Frankl menulis bahwa meskipun para tahanan kamp konsentrasi dihancurkan secara fisik dan emosional, mereka masih memiliki kebebasan untuk memilih cara mereka merespons penderitaan yang mereka alami.[167] Frankl mengobservasi bahwa beberapa tahanan dapat bertahan lebih baik dengan memfokuskan diri pada makna hidup mereka, seperti mengingat orang yang mereka cintai atau berharap suatu hari bisa kembali melanjutkan hidup mereka setelah perang. Bagi Frankl, makna hidup tidak ditemukan dalam kondisi material atau fisik yang baik, melainkan dalam cara seseorang mengatasi penderitaan dan membangun tujuan yang lebih tinggi, meskipun di tengah kehancuran.

Frankl berpendapat bahwa pencarian makna dalam hidup adalah kebutuhan dasar yang tidak bisa diabaikan, bahkan dalam kondisi paling mengerikan sekalipun. Ia menekankan bahwa penderitaan bukanlah sesuatu yang bisa dihindari atau dihindari sepenuhnya dalam kehidupan manusia, namun melalui pencarian makna, individu dapat menemukan tujuan dan kekuatan untuk bertahan. Dalam hal ini, *logoterapi* mengusulkan bahwa makna bukanlah sesuatu yang diberikan atau ditemukan secara pasif, tetapi sesuatu yang harus diciptakan oleh individu melalui tindakannya, bahkan dalam penderitaan[168].

Pengalaman Frankl di kamp konsentrasi memberikan wawasan psikologis yang sangat mendalam tentang bagaimana manusia

dapat menghadapi penderitaan yang paling mengerikan. Di tengah kematian yang menghantui, penderitaan fisik yang tak terhingga, dan kehilangan identitas yang terjadi akibat kondisi kamp, Frankl mengamati bahwa respons terhadap penderitaan bervariasi antara individu. Beberapa tahanan menunjukkan ketahanan luar biasa dengan berfokus pada makna hidup mereka, sementara yang lain jatuh ke dalam keputusasaan dan kehilangan semangat hidup.

Frankl mencatat bahwa kunci untuk bertahan hidup bukanlah sekadar kekuatan fisik, tetapi lebih pada kekuatan mental dan kemampuan untuk mempertahankan harapan, meskipun dalam situasi yang paling putus asa sekalipun. Ia mengamati bahwa mereka yang bisa menemukan makna dalam penderitaan mereka, meski hanya dengan berpikir tentang suatu tujuan yang lebih besar, cenderung lebih tahan lama dan lebih mampu menghadapinya. Bagi Frankl, kematian yang mendekat dan penderitaan yang terus-menerus memberikan kesempatan bagi individu untuk membuat pilihan moral yang menentukan bagaimana mereka akan bertahan dalam situasi itu.

Sebagai contoh, Frankl menceritakan tentang pengalamannya sendiri ketika ia berusaha untuk mengatasi kesulitan-kesulitan yang luar biasa dalam kamp. Ia menemukan bahwa satu-satunya cara untuk bertahan adalah dengan memberi makna pada penderitaan yang dialami, misalnya dengan berusaha untuk membantu tahanan lainnya, atau dengan terus memikirkan keluarganya dan tujuan hidup yang lebih besar. Ia mengobservasi bahwa mereka yang tidak dapat menemukan makna dalam hidup mereka cenderung jatuh

dalam keputusasaan dan cepat menyerah pada kondisi brutal di kamp. Sebaliknya, mereka yang mampu melihat penderitaan sebagai bagian dari perjalanan hidup mereka yang lebih luas sering kali dapat bertahan lebih lama dan tetap menjaga semangat hidup mereka.

Logoterapi: Pengertian dan Prinsip Utama

Logoterapi, yang diperkenalkan oleh Viktor Frankl pada pertengahan abad ke-20, adalah pendekatan psikoterapi yang berfokus pada pencarian makna hidup (dari kata Yunani *Logos* yang berarti makna). Berbeda dengan banyak teori psikologi yang menekankan pada faktor-faktor biologis, emosi, atau pengaruh sosial dalam kehidupan manusia, logoterapi berfokus pada dimensi eksistensial dan spiritual dari keberadaan manusia. Frankl, yang selamat dari perburuan Nazi dan mengalami penderitaan ekstrem di kamp konsentrasi, menyaksikan langsung bagaimana pencarian makna hidup menjadi kekuatan yang menentukan dalam bertahan hidup dan mengatasi penderitaan. Logoterapi, dengan demikian, bukan hanya merupakan teori psikoterapi, tetapi juga sebuah filsafat kehidupan yang mendalam, yang menawarkan solusi terhadap krisis eksistensial yang dihadapi banyak individu di dunia modern.[169]

Salah satu prinsip utama dari logoterapi adalah konsep "kehendak akan makna," yang menyatakan bahwa pencarian makna hidup merupakan motivasi utama manusia. Frankl berpendapat bahwa motivasi ini lebih dalam dan lebih mendasar dibandingkan dengan pencarian kebahagiaan atau kekuasaan, dua hal yang sering dianggap sebagai tujuan utama dalam banyak teori psikologi.

Menurut Frankl, bahkan dalam kondisi yang paling penuh penderitaan, manusia tetap memiliki kebutuhan untuk menemukan makna dalam hidup mereka. Kehendak akan makna ini tidak hanya berlaku dalam situasi yang penuh penderitaan, tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari, di mana individu terus-menerus berusaha mencari tujuan dan makna yang lebih tinggi, baik dalam pekerjaan, hubungan, maupun pengalaman pribadi mereka. Pencarian makna ini, menurut Frankl, tidak bisa digantikan oleh pencapaian material atau kepuasan instan; ia merupakan elemen yang lebih fundamental dalam eksistensi manusia.[170]

Prinsip kedua dari logoterapi adalah "kebebasan dalam memilih makna," yang mengacu pada kemampuan individu untuk memilih bagaimana mereka memberi makna pada pengalaman hidup mereka, meskipun dalam keterbatasan dan penderitaan yang tak terhindarkan. Frankl menegaskan bahwa meskipun banyak aspek kehidupan manusia berada di luar kendali individu seperti faktor-faktor biologis, sosial, atau historis manusia tetap memiliki kebebasan untuk memilih sikap mereka terhadap peristiwa-peristiwa tersebut. Kebebasan ini adalah inti dari pengalaman manusia dan merupakan aspek yang membedakan manusia dari makhluk hidup lainnya. Dalam konteks penderitaan, misalnya, meskipun individu tidak dapat menghindari rasa sakit atau kesulitan yang mereka alami, mereka memiliki kemampuan untuk memilih bagaimana mereka meresponsnya. Dalam banyak kasus, ini berarti bahwa meskipun penderitaan itu tak terhindarkan, cara seseorang

menghadapi dan memberi makna pada penderitaan tersebut akan mempengaruhi kualitas hidup mereka.[171]

Prinsip ketiga dari logoterapi adalah konsep "transendensi," yang menyatakan bahwa manusia dapat menemukan makna bahkan dalam penderitaan yang paling parah sekalipun. Bagi Frankl, penderitaan bukanlah sesuatu yang harus dihindari atau dilawan dengan segala cara, tetapi sesuatu yang bisa diubah menjadi sumber makna dan kekuatan. Dengan kata lain, transendensi dalam logoterapi berhubungan dengan kemampuan individu untuk melampaui kesulitan mereka dan menemukan makna yang lebih tinggi dalam pengalaman yang sulit. Bagi Frankl, transendensi ini dapat tercapai dengan cara-cara seperti mengembangkan sikap positif terhadap penderitaan, menemukan tujuan yang lebih besar dalam hidup meskipun dalam situasi yang sangat sulit, atau berkomitmen untuk sesuatu yang lebih besar daripada diri sendiri, seperti cinta, pekerjaan, atau misi pribadi. Pandangan ini memberikan kekuatan psikologis yang luar biasa bagi individu, karena mereka merasa memiliki kendali dan makna meskipun berada dalam situasi yang tidak dapat mereka ubah. Frankl sendiri, dalam pengalamannya di kamp konsentrasi, mengamati bahwa individu yang mampu menemukan makna dalam penderitaan mereka memiliki peluang yang lebih besar untuk bertahan hidup dibandingkan dengan mereka yang merasa hidup mereka tidak berarti.[172]

Logoterapi menawarkan sebuah perspektif yang sangat berharga dalam psikoterapi, terutama dalam menghadapi krisis eksistensial

dan penderitaan manusia. Melalui tiga prinsip utamanya kehendak akan makna, kebebasan dalam memilih makna, dan transendensi logoterapi mengajak individu untuk tidak hanya bertahan dalam hidup, tetapi untuk menemukan makna dan tujuan yang lebih besar dalam setiap pengalaman yang mereka hadapi. Prinsip-prinsip ini tidak hanya relevan dalam konteks psikoterapi, tetapi juga dalam konteks kehidupan sehari-hari, di mana banyak orang dihadapkan pada perasaan kosong dan kehilangan arah. Dengan logoterapi, Frankl memberikan panduan untuk mencari makna dalam dunia yang sering kali terasa tidak pasti dan penuh dengan penderitaan, membuka jalan bagi individu untuk menemukan harapan, tujuan, dan kekuatan dalam kehidupan mereka.

"Derita yang Bermakna" dalam Pemikiran Viktor Frankl

Keberadaan manusia sering kali diwarnai oleh spektrum pengalaman yang luas, meliputi sukacita, pencapaian, namun tak terhindarkan pula penderitaan. Dalam lanskap pemikiran psikologi dan filsafat eksistensial abad ke-20, Viktor E. Frankl (1905-1997), seorang psikiater dan penyintas Holocaust asal Austria, menawarkan sebuah paradigma revolusioner mengenai hubungan antara penderitaan dan pencarian makna hidup[173]. Berbeda dengan pandangan yang melihat penderitaan semata-mata sebagai tragedi yang harus dihindari atau diatasi, Frankl, melalui pengamatan mendalam dan pengalaman personalnya, mengemukakan sebuah konsep fundamental: *derita yang bermakna* (meaningful suffering). Konsep ini menjadi inti dari aliran psikoterapinya, Logoterapi, yang menekankan bahwa dorongan utama manusia bukanlah pada

pencarian kesenangan atau kekuasaan, melainkan pada pencarian makna[174].

Dalam karya monumentalnya, *Man's Search for Meaning*, Frankl secara gamblang menjelaskan bahwa penderitaan adalah bagian inheren dari eksistensi manusia. Penderitaan, dalam berbagai bentuknya baik fisik, psikologis, maupun eksistensial bukanlah sebuah anomali atau kegagalan yang harus disingkirkan dari narasi kehidupan manusia. Sebaliknya, ia adalah sebuah konstanta universal yang melintasi batas budaya, sosial, dan sejarah. Dalam perspektif Frankl, penerimaan terhadap ketidakpastian dan kepastian adanya penderitaan ini adalah langkah awal menuju pemahaman yang lebih mendalam tentang kondisi manusia. Penderitaan, pada hakikatnya, adalah suatu tantangan eksistensial yang memaksa individu untuk merefleksikan nilai-nilai mereka dan tujuan keberadaan mereka di dunia[175].

Konsep sentral "derita yang bermakna" bukanlah afirmasi terhadap penderitaan itu sendiri, melainkan penegasan bahwa makna dapat ditemukan *di dalam* dan *melalui* pengalaman penderitaan. Frankl berpendapat bahwa penderitaan itu sendiri mungkin tak terhindarkan dalam banyak situasi, tetapi cara individu merespons penderitaan itulah yang menentukan kualitas dan signifikansi dari pengalaman tersebut[176]. Respons ini bukan hanya reaksi emosional atau perilaku spontan, melainkan pilihan sadar yang melibatkan dimensi kognitif, afektif, dan volisional. Dengan kata lain, meskipun manusia mungkin tidak memiliki kontrol atas terjadinya penderitaan, mereka selalu memiliki kebebasan bahkan

dalam kondisi paling ekstrem untuk memilih sikap mereka terhadap penderitaan itu.

Ilustrasi paling kuat dari konsep ini berasal dari pengalaman pribadi Frankl selama di kamp konsentrasi Nazi. Di tengah kondisi yang penuh dehumanisasi, kelaparan, kehilangan orang-orang terkasih, dan ancaman kematian setiap saat, Frankl mengamati bahwa mereka yang memiliki "alasan untuk hidup" makna yang masih ingin mereka capai atau seseorang yang ingin mereka temui kembali cenderung memiliki peluang bertahan hidup (secara fisik dan mental) yang lebih besar. Dalam situasi di mana segala sesuatu dirampas, satu-satunya kebebasan yang tersisa adalah kebebasan untuk memilih sikap internal. Frankl menemukan makna dalam penderitaannya dengan membayangkan dirinya memberikan kuliah tentang psikologi kamp konsentrasi, atau dengan mempertahankan gambaran istrinya dalam benaknya. Pengalaman ini meneguhkan pandangannya bahwa makna tidak diberikan oleh situasi, tetapi ditemukan oleh individu melalui respons mereka terhadap situasi tersebut. Penderitaan, dari sudut pandang ini, bukanlah akhir dari harapan, melainkan sebuah ruang di mana makna eksistensial dapat terungkap dan diteguhkan.

Paradigma ini secara fundamental menolak pandangan deterministik yang melihat manusia sepenuhnya ditentukan oleh faktor biologis, psikologis, atau sosiologis mereka[177]. Frankl berargumen bahwa meskipun faktor-faktor ini memang ada dan memengaruhi, manusia memiliki dimensi spiritual atau eksistensial yang memberikan mereka kapasitas untuk melampaui (self-

transcendence) batasan-batasan tersebut. Kebebasan untuk memilih sikap ini adalah manifestasi dari "kehendak untuk mencari makna" (will to meaning), yang menurut Frankl, adalah kekuatan motivasi primer pada manusia. Saat seseorang dihadapkan pada penderitaan yang tak dapat diubah, mereka memiliki kesempatan unik dan tanggung jawab untuk mengubah diri mereka sendiri. Penderitaan menjadi katalisator bagi transformasi eksistensial, membuka jalan menuju pemahaman diri yang lebih dalam, penguatan karakter, dan penemuan makna yang bahkan mungkin tidak terlihat dalam kondisi yang nyaman .

Oleh karena itu, Frankl melihat "derita yang bermakna" sebagai sebuah paradox yang kuat: kondisi yang paling menyakitkan dalam kehidupan manusia dapat menjadi sumber potensi pertumbuhan dan penemuan makna terbesar. Ini bukan berarti menganjurkan pencarian penderitaan, namun lebih pada pengakuan bahwa ketika penderitaan datang, ia membawa serta sebuah pertanyaan eksistensial mendalam yang menuntut jawaban. Jawaban ini terletak pada penemuan makna makna dalam mencintai, makna dalam berkarya, dan yang terpenting, makna dalam menghadapi penderitaan itu sendiri dengan martabat dan tujuan. Kemampuan untuk menemukan makna dalam penderitaan inilah yang membedakan manusia dan memberikan dasar bagi harapan bahkan dalam situasi yang paling sura. Frankl, melalui Logoterapinya, tidak hanya menawarkan teori, tetapi juga sebuah panduan praktis untuk membantu individu dalam perjalanan sulit menemukan makna di tengah badai kehidupan.

Logoterapi vs. Terapi Psikoanalitik: Konsep Manusia dan Pencarian Makna

Manusia, entitas rumit yang berlayar di samudra eksistensi, telah lama menjadi subjek penyelidikan intensif dalam ranah psikologi dan filsafat. Dari insting primitif yang menggerakkan hingga puncak kesadaraan yang mencari kebenaran absolut, spektrum pengalaman manusia menawarkan ladang subur bagi berbagai teori untuk mencoba menjelaskan apa artinya menjadi manusia dan apa yang mendorong kita. Dalam lanskap terapi psikologis modern, dua pendekatan menonjol dengan arsitektur konseptual yang sangat berbeda mengenai hakikat manusia dan sumber penderitaan psikologis: Terapi Psikoanalitik, yang akar-akarnya menjulur jauh ke dalam ketidaksadaran dan sejarah individu, dan Logoterapi, yang memandang ke depan menuju potensi pemenuhan makna.

Terapi Psikoanalitik, yang dipelopori oleh Sigmund Freud, menghadirkan gambaran manusia yang secara fundamental dibentuk dan didorong oleh kekuatan-kekuatan biologis dan instingtual yang berakar dalam ketidaksadaran.[178] Freud mempostulasikan arsitektur psikis yang terdiri dari tiga entitas: Id, gudang insting primitif yang beroperasi berdasarkan prinsip kenikmatan; Ego, bagian rasional yang menengahi tuntutan Id dan realitas eksternal berdasarkan prinsip realitas; dan Superego, internalisasi norma dan nilai sosial yang berfungsi sebagai hati nurani dan ideal diri.[179] Dalam pandangan ini, energi psikis (libido dan, kemudian, Thanatos atau insting kematian) adalah motor penggerak utama perilaku manusia. Konflik internal antara ketiga struktur ini, sering kali berakar pada pengalaman traumatis atau

frustrasi di masa kanak-kanak, dianggap sebagai penyebab utama neurosis dan berbagai bentuk penderitaan psikologis.[180]

Konsep manusia dalam psikoanalisis klasik sering digambarkan sebagai *Homo Natura*, makhluk yang terikat pada hukum-hukum alam dan dorongan biologisnya. Makna atau tujuan hidup, dari perspektif ini, cenderung dilihat sebagai sublimasi atau rasionalisasi dari dorongan-dorongan instingtual ini, bukan sebagai dorongan primer itu sendiri. Pencarian kepuasan insting, terutama yang berkaitan dengan seksualitas dan agresi, serta upaya untuk mengelola kecemasan yang timbul dari konflik internal, menjadi fokus utama penyelidikan terapeutik.[181] Penyembuhan dicapai melalui proses membuat ketidaksadaran menjadi sadar, menganalisis transferensi, dan mengungkap mekanisme pertahanan untuk memperkuat Ego dan membebaskan individu dari belenggu masa lalu yang tidak terselesaikan.[182] Dalam kerangka ini, penderitaan psikologis adalah sinyal dari konflik instingtual yang ditekan atau kebutuhan yang tidak terpenuhi, dan makna, jika ada, muncul sebagai produk sampingan dari resolusi konflik-konflik ini.

Berbeda secara mendasar, Logoterapi yang dikembangkan oleh Viktor E. Frankl, menawarkan pandangan yang secara eksplisit melampaui determinisme biologis dan psikologis yang mendominasi pemikiran psikologi pada masanya.[183] Frankl, yang pengalamannya di kamp konsentrasi Nazi memberinya wawasan mendalam tentang ketahanan spiritual manusia, memandang manusia sebagai "makhluk yang mencari makna" (*Homo quaerens sensum*).[184] Alih-alih didorong oleh prinsip kenikmatan (seperti dalam psikoanalisis

Freud) atau prinsip kekuasaan (seperti dalam psikologi individual Adler), Frankl berpendapat bahwa dorongan motivasional utama manusia adalah "kehendak untuk bermakna" (*Wille zum Sinn*).[185]

Logoterapi memperkenalkan konsep dimensi noëtika (atau spiritual), yang merupakan ranah khas manusia yang tidak dapat direduksi menjadi dimensi biologis atau psikologis. Di sinilah terletak kebebasan manusia untuk memilih sikapnya bahkan dalam menghadapi kondisi yang paling sulit; di sinilah kesadaran dan hati nurani bersemayam; dan di sinilah kehendak untuk bermakna beroperasi.[186] Dalam pandangan ini, manusia bukanlah sekadar produk dari insting, lingkungan, atau masa lalu, melainkan memiliki kemampuan untuk bertransendensi dan melampaui kondisinya. Penderitaan, alih-alih semata-mata menjadi sinyal patologi, dipandang sebagai bagian tak terpisahkan dari keberadaan manusia (*Homo patiens*), dan bahkan dalam penderitaan yang tak terhindarkan sekalipun, makna dapat ditemukan melalui sikap yang diambil terhadapnya.[187] Frankl menyebut neurosis yang berakar pada frustrasi kehendak untuk bermakna atau kekosongan eksistensial sebagai "neurosis noögenik".[188]

Celah yang menganga antara apa yang disebut manusia untuk lakukan dan apa yang dia alami sebagai kenyataan hidup, atau perasaan hampa dan tanpa tujuan, merupakan sumber utama penderitaan psikologis dalam kerangka Logoterapi.[189] Tugas terapi bukanlah menggali masa lalu atau menganalisis insting, melainkan membantu individu menemukan makna unik mereka dalam kehidupan, baik melalui penciptaan karya, pengalaman nilai (seperti

cinta), atau melalui sikap yang diambil terhadap penderitaan yang tak terhindarkan.[190] Manusia dilihat sebagai entitas yang bertanggung jawab untuk mewujudkan potensi makna dalam setiap situasi, dan terapis berperan sebagai fasilitator dalam dialog pencarian makna ini.

Perbandingan langsung antara kedua pendekatan ini mengungkapkan divergensi fundamental dalam pemahaman mereka tentang sumber daya dan kerentanan manusia, serta peta jalan menuju kesejahteraan psikologis. Psikoanalisis melihat manusia berjuang dengan bayangan masa lalu dan dorongan internal yang mengancam untuk membanjiri Ego, sementara Logoterapi melihat manusia berjuang dengan kekosongan yang muncul dari kurangnya pemenuhan makna di masa kini dan masa depan.[191]

Sumber utama penderitaan dalam Psikoanalisis adalah konflik tak sadar dan trauma masa lalu yang belum terselesaikan; dalam Logoterapi, itu adalah kekosongan eksistensial dan frustrasi kehendak untuk bermakna. Tujuan terapeutik dalam Psikoanalisis adalah pengungkapan ketidaksadaran, resolusi konflik, dan restrukturisasi kepribadian dari bawah ke atas; dalam Logoterapi, itu adalah penemuan dan perwujudan makna, aktivasi dimensi noëtika, dan penerimaan tanggung jawab eksistensial. Fokus dalam Psikoanalisis cenderung pada "mengapa" (akar masalah di masa lalu), sedangkan dalam Logoterapi lebih pada "untuk apa" (tujuan dan makna di masa depan).[192]

Sementara Psikoanalisis melihat makna sebagai turunan dari proses psikis yang lebih mendasar, Logoterapi memandangnya sebagai kebutuhan fundamental dan sumber utama pendorong motivasi. Ini bukan hanya perbedaan teoretis, tetapi juga perbedaan dalam praktik klinis. Sesi psikoanalitik sering melibatkan eksplorasi mimpi, asosiasi bebas, dan analisis transferensi yang cermat terhadap terapis.[193] Sesi logoterapi, di sisi lain, mungkin melibatkan dialog Sokrates tentang nilai-nilai, refleksi atas tanggung jawab, dan teknik seperti derefleksi (mengalihkan perhatian dari fokus diri yang berlebihan) dan niat paradoks (menggunakan ironi terapeutik untuk mengatasi kecemasan).[194]

Meskipun ada perbedaan yang tajam ini, penting untuk dicatat bahwa kedua pendekatan ini mungkin tidak selalu bersifat saling eksklusif dalam praktik klinis yang terintegrasi. Seseorang mungkin memiliki konflik instingtual yang belum terselesaikan *dan* berjuang dengan pertanyaan eksistensial mengenai makna. Namun, sebagai kerangka konseptual untuk memahami esensi manusia, Psikoanalisis dan Logoterapi menawarkan dua kutub yang berbeda: yang satu melihat ke bawah ke dalam kedalaman naluriah dan sejarah pribadi, yang lain melihat ke atas ke dimensi spiritual, kebebasan, dan kemungkinan makna.

Psikoanalisis dan Logoterapi mewakili dua paradigma yang sangat berbeda dalam memahami hakikat manusia dan sumber penderitaan serta pemenuhan psikologis. Psikoanalisis, dengan penekanannya pada *Homo Natura* yang didorong oleh insting dan dibayangi oleh masa lalu, melihat makna sebagai fenomena

sekunder yang berasal dari dinamika psikis bawah sadar. Logoterapi, dengan pengakuannya terhadap dimensi noëtika dan konsep *Homo Patiens* yang berjuang namun bebas, menempatkan "kehendak untuk bermakna" sebagai dorongan primer dan elemen kunci dalam ketahanan dan kesejahteraan manusia.

Kontras ini menyoroti perdebatan abadi dalam psikologi: Sejauh mana kita ditentukan oleh biologi dan sejarah kita, dan sejauh mana kita adalah agen bebas yang mampu melampaui kondisi kita dan membentuk tujuan kita sendiri? Kedua teori ini memberikan wawasan yang berharga, masing-masing menerangi aspek yang berbeda dari kompleksitas manusia. Namun, dalam dunia yang semakin ditandai dengan kekosongan eksistensial dan pencarian otentisitas, pandangan Logoterapi tentang manusia sebagai pencari makna dan kemampuan untuk menemukan tujuan bahkan dalam penderitaan menawarkan perspektif yang sangat relevan dan memberdayakan.[195] Studi dan perbandingan lebih lanjut antara kedua perspektif ini, termasuk potensi integrasi mereka, tetap menjadi domain penting untuk memperdalam pemahaman kita tentang apa artinya menjadi utuh di dunia yang penuh tantangan.

Kritikan dan Tantangan Terhadap Logoterapi: Apakah Pencarian Makna Realistis dalam Semua Kondisi?

Logoterapi, sebuah aliran psikoterapi yang didirikan oleh psikiater dan penyintas Holokaus Viktor Frankl, menawarkan perspektif yang kuat tentang hakikat manusia dan sumber penderitaan psikologis. Berakar pada filsafat eksistensial, premis sentral Logoterapi adalah bahwa dorongan primer manusia bukanlah kehendak akan

kenikmatan (seperti yang diusulkan oleh beberapa teori psikoanalitik) atau kehendak akan kekuasaan (seperti dalam psikologi individual), melainkan *Kehendak akan Makna* (Will to Meaning)[196]. Frankl berpendapat bahwa pencarian dan penemuan makna dalam hidup adalah motivasi paling mendasar, dan kehilangan makna (kekosongan eksistensial) adalah akar dari banyak neurosis dan penderitaan modern. Pengalaman pribadinya yang luar biasa dalam kamp konsentrasi memberikannya dasar empiris yang tragis dan meyakinkan bagi teorinya, menunjukkan bahwa bahkan dalam kondisi yang paling mengerikan sekalipun, manusia dapat menemukan makna dan tujuan, yang memungkinkan mereka untuk bertahan.

Pengaruh Logoterapi dalam bidang psikologi, psikiatri, dan filsafat sangat signifikan. Konsep-konsep seperti *tragic triad* (penderitaan, rasa bersalah, dan kematian) sebagai aspek tak terhindarkan dalam kehidupan yang dapat ditransformasikan menjadi pencapaian[197], serta teknik seperti *paradoxical intention* dan *dereflection*, telah memberikan kontribusi berharga dalam praktik klinis dan membantu banyak individu menghadapi kesulitan hidup. Namun, seiring dengan penerimaannya yang luas, Logoterapi juga menghadapi serangkaian kritikan dan tantangan yang signifikan, terutama terkait dengan klaim universalitas dan realisme pencarian makna itu sendiri dalam beragam kondisi manusia yang ekstrem dan kompleks. Pertanyaan kunci yang sering muncul adalah: apakah pencarian makna benar-benar realistis dan dapat dicapai dalam *semua* kondisi, bagi *setiap* individu?

Salah satu tantangan paling mendasar terhadap Logoterapi berkaitan dengan aplicabilitasnya dalam konteks penderitaan yang parah dan traumatis. Meskipun pengalaman Frankl menunjukkan kemungkinan penemuan makna dalam kondisi ekstrem seperti kamp konsentrasi, beberapa kritikus mempertanyakan apakah ini dapat digeneralisasi ke semua individu yang mengalami trauma mendalam atau penderitaan kronis[198]. Kondisi seperti depresi berat, psikosis akut, atau *complex post-traumatic stress disorder* (C-PTSD) sering kali melibatkan disorientasi kognitif, kekosongan emosional yang ekstrem, atau kerusakan parah pada persepsi realitas dan kapasitas refleksi diri. Dalam keadaan seperti ini, kemampuan individu untuk secara aktif mencari atau mengkonstruksi makna bisa sangat terganggu atau bahkan absen sama sekali. Menekankan "pencarian makna" pada seseorang yang secara psikologis lumpuh oleh trauma atau penyakit mental parah dapat terasa seperti beban tambahan atau bahkan menyalahkan korban karena "gagal" menemukan makna dalam penderitaannya.

Lebih lanjut, sifat dari "makna" itu sendiri dalam konteks Logoterapi juga menjadi subjek perdebatan filosofis dan teoretis. Logoterapi cenderung melihat makna sebagai sesuatu yang *ditemukan* di dunia luar atau dalam sikap seseorang terhadap takdir, meskipun ada ruang untuk interpretasi kreatif[199]. Namun, apakah makna bersifat obyektif, subyektif, atau intersubyektif? Jika maknanya sangat subyektif, bagaimana seorang terapis dapat "membimbing" pasien untuk menemukannya tanpa memaksakan nilai-nilai atau pandangan dunianya sendiri? Jika maknanya dianggap obyektif,

berdasarkan apa objektivitas tersebut ditetapkan? Perdebatan ini mengarah pada pertanyaan tentang netralitas terapis dan potensi implikasi etis dalam praktik Logoterapi, terutama ketika berhadapan dengan individu dari latar belakang budaya atau keyakinan yang sangat berbeda.

Aspek lintas budaya juga menghadirkan tantangan bagi Logoterapi. Meskipun konsep penderitaan dan pencarian tujuan adalah pengalaman manusia universal, cara penderitaan diinterpretasikan, makna dipahami, dan tujuan hidup diartikulasi sangat bervariasi antar budaya[200]. Logoterapi berakar kuat dalam tradisi filosofi eksistensial Barat, yang sering menekankan pada individualisme, otonomi, dan penemuan makna pribadi. Dalam budaya kolektivis, di mana identitas dan makna sering kali terkait erat dengan kelompok, keluarga, atau komunitas, penekanan pada pencarian makna *pribadi* mungkin tidak sepenuhnya relevan atau bahkan kontradiktif. Kritik muncul mengenai apakah model "kekosongan eksistensial" dan "Kehendak akan Makna" sebagai dorongan primer benar-benar berlaku secara universal atau lebih merupakan konstruksi yang spesifik secara budaya.

Secara metodologis dan praktis, Logoterapi juga menghadapi tantangan dalam hal pengukuran dan validasi empiris yang ketat[201]. Meskipun berbagai instrumen telah dikembangkan untuk mengukur "tujuan dalam hidup" (Purpose-in-Life Test) atau kekosongan eksistensial, mengukur konstruksi sekompleks "penemuan makna" atau "realisasi nilai" secara objektif dalam metode penelitian kuantitatif masih menjadi tantangan. Proses terapeutik untuk

mencapai penemuan makna seringkali bersifat naratif, kontemplatif, dan sangat personal, yang membuatnya sulit untuk diisolasi dan diuji secara empiris dibandingkan dengan teknik terapi yang berfokus pada perubahan perilaku atau kognisi spesifik. Hal ini terkadang menyulitkan integrasi Logoterapi sepenuhnya ke dalam kerangka psikologi berbasis bukti (*evidence-based psychology*) yang dominan saat ini.

Sebagai penutup, Logoterapi Viktor Frankl tetap menjadi kontribusi monumental dalam pemahaman kita tentang ketahanan manusia dan peran sentral makna dalam kehidupan. Namun, sebagaimana halnya teori psikologis besar lainnya, Logoterapi tidak luput dari kritik dan tantangan yang valid. Pertanyaan mengenai realisme pencarian makna dalam semua kondisi, terutama dalam konteks penderitaan ekstrem atau dalam kerangka budaya non-Barat, serta tantangan dalam pendasaran teoretis dan pengukuran empirisnya, mendorong dialog kritis yang penting. Kritik-kritik ini tidak harus dilihat sebagai penolakan terhadap Logoterapi, melainkan sebagai ajakan untuk menyempurnakan pemahaman, merefleksikan batas-batas aplikasinya, dan terus mengeksplorasi kompleksitas pencarian makna dalam berbagai lapisan pengalaman manusia.

Pengaruh Logoterapi dalam Psikoterapi dan Psikologi Kontemporer

Viktor E. Frankl, seorang psikiater dan neurolog Austria, dikenal sebagai pendiri Logoterapi, sebuah aliran psikoterapi yang muncul dari pengalaman pribadinya yang mendalam di kamp konsentrasi Nazi. Lebih dari sekadar serangkaian teknik terapeutik, Logoterapi merupakan sebuah pandangan filosofis tentang keberadaan

manusia, yang menempatkan pencarian makna sebagai kekuatan pendorong utama dalam kehidupan.[202] Paradigma ini secara fundamental berbeda dari pendekatan psikodinamik yang berfokus pada dorongan bawah sadar (Freud) atau pendekatan behavioristik yang menekankan kondisi dan penguatan (pavlov, skinner). Logoterapi, sebagai "Sekolah Ketiga Wina dalam Psikoterapi," menawarkan perspektif eksistensial yang kaya, menekankan kebebasan, tanggung jawab, dan dimensi spiritualitas atau noëtik manusia.[203]

Inti ajaran Logoterapi berakar pada tiga konsep filosofis-psikologis utama yang saling terkait: kebebasan berkehendak (freedom of will), kehendak akan makna (will to meaning), dan makna dalam kehidupan (meaning in life). Frankl berargumen bahwa manusia, terlepas dari kondisi eksternal yang paling menindas sekalipun, memiliki kebebasan untuk memilih sikap (attitude) terhadap penderitaannya. Ini adalah kebebasan internal yang tidak dapat direnggut oleh kekuatan eksternal mana pun.[204] Konsepsi kebebasan ini menjadi fondasi bagi konsep "kehendak akan makna," yang dianggap Frankl sebagai motivasi primer manusia. Berbeda dengan "kehendak akan kenikmatan" (will to pleasure) atau "kehendak akan kekuasaan" (will to power), kehendak akan makna adalah dorongan intrinsik untuk menemukan dan memenuhi makna dalam keberadaan seseorang.[205] Ketika dorongan fundamental ini terhalang atau tidak terpenuhi, individu dapat mengalami apa yang disebut "kekosongan eksistensial" (existential vacuum), suatu kondisi perasaan hampa, apatis, dan tanpa tujuan yang sering

bermanifestasi dalam bentuk neurosis noögenik atau perilaku kompensatif seperti agresi, adiksi, atau depresi.[206]

Makna dalam kehidupan, menurut Logoterapi, bukanlah sesuatu yang diciptakan atau diberikan, melainkan sesuatu yang dapat ditemukan (detected) melalui tiga cara utama: pertama, melalui karya atau pencapaian (creative values); kedua, melalui pengalaman sesuatu atau seseorang (experiential values), terutama dalam pengalaman cinta, keindahan, atau kebenaran; dan ketiga, melalui sikap yang diambil terhadap penderitaan yang tak terhindarkan (attitudinal values).[207] Frankl secara mendalam mengeksplorasi bagaimana bahkan dalam menghadapi "Trias Tragis" penderitaan, rasa bersalah, dan kematian manusia masih memiliki kapasitas untuk menemukan makna. Menemukan makna dalam penderitaan, bukannya *karena* penderitaan itu sendiri, tetapi *meskipun* ada penderitaan, adalah puncak dari kapasitas manusia untuk mengatasi dan melampaui diri (self-transcendence). Ini adalah aspek kunci dari dimensi noëtik manusia, dimensi spiritual atau eksistensial yang membedakan manusia dari organisme lain dan menjadi domain tempat makna dan nilai-nilai tertinggi berada.[208]

Dalam praktik psikoterapi, Logoterapi tidak hanya bertujuan untuk meredakan gejala, tetapi untuk membantu individu menemukan atau mengenali makna dalam hidup mereka, termasuk dalam situasi yang sulit. Terapis Logoterapi berperan sebagai fasilitator yang membantu klien memperluas pandangan mereka tentang kehidupan, mengenali sumber makna potensial, dan bertanggung jawab atas pilihan-pilihan mereka. Dua teknik yang paling dikenal

dalam Logoterapi adalah Derefleksi (Dereflection) dan Niat Paradoks (Paradoxical Intention). Derefleksi digunakan untuk mengatasi hiper-refleksi atau hiper-intensi yang umum terjadi pada neurosis obsesif atau fobia, dengan mengalihkan perhatian klien dari gejala kepada sesuatu yang bermakna di luar diri mereka.[209] Sementara itu, Niat Paradoks meminta klien untuk secara ironis mengharapkan atau menginginkan apa yang paling mereka takuti, yang seringkali dapat memutus lingkaran setan kecemasan antisipatif dan mengurangi kekuatan gejala.[210] Pendekatan ini telah terbukti relevan dalam menangani berbagai isu, mulai dari kecemasan dan depresi hingga adiksi dan trauma, dengan berfokus pada penguatan "kehendak akan makna" klien sebagai sumber resiliensi.

Pengaruh Logoterapi melampaui praktik klinis dan telah meresap ke dalam berbagai cabang psikologi kontemporer. Sebagai salah satu pelopor dalam gerakan psikologi humanistik dan eksistensial, Logoterapi memberikan kontribusi signifikan pada pemahaman tentang kondisi manusia, kebebasan, tanggung jawab, dan pentingnya pencarian makna.[211] Ide-ide Frankl memberikan fondasi yang kokoh bagi perkembangan psikologi eksistensial, yang berfokus pada tantangan dan peluang yang melekat dalam keberadaan manusia, seperti kematian, kebebasan, isolasi, dan ketiadaan makna. Lebih lanjut, Logoterapi secara jelas memiliki resonansi yang kuat dengan bidang psikologi positif (positive psychology) yang muncul di akhir abad ke-20. Konsep seperti kehendak akan makna, kekuatan melampaui diri (self-transcendence), dan penemuan makna dalam penderitaan sangat selaras dengan studi psikologi

positif tentang kebahagiaan, kesejahteraan, resiliensi, tujuan hidup, dan kekuatan karakter.[212] Penelitian dalam psikologi positif sering kali mengutip Frankl ketika membicarakan pentingnya tujuan (purpose) dan makna (meaning) sebagai komponen kunci dari kesejahteraan yang mendalam dan bertahan lama, melampaui sekadar kesenangan hedonis.[213] Logoterapi juga relevan dalam psikologi naratif, yang menekankan bagaimana individu membentuk dan menemukan makna melalui cerita-cerita yang mereka rangkai tentang kehidupan mereka.[214] Dalam konteks trauma, kehilangan, dan perawatan paliatif, penekanan Logoterapi pada penemuan makna, bahkan di tengah penderitaan yang paling parah, menawarkan kerangka kerja yang kuat untuk membantu individu beradaptasi dan menemukan kedamaian.[215]

Meskipun Logoterapi kadang-kadang dianggap tumpang tindih dengan psikologi humanistik atau eksistensial secara umum, penekanannya yang unik pada "kehendak akan makna" sebagai motif fundamental dan dimensi noëtik sebagai arena di mana makna ditemukan memberikannya identitas tersendiri. Di era kontemporer yang sering ditandai oleh disorientasi nilai, transiensi, dan kekosongan eksistensial, ajaran Logoterapi tetap relevan dan bahkan semakin urgen. Ini bukan hanya sebuah metode terapeutik, tetapi sebuah panggilan bagi manusia untuk menyadari potensi mereka untuk bertanggung jawab dan menemukan makna di tengah tantangan eksistensi. Pengaruhnya terus meluas, menginspirasi para terapis, peneliti, dan individu yang mencari pemahaman lebih dalam

tentang apa artinya menjadi manusia dan bagaimana menjalani kehidupan yang bermakna.

Kritik terhadap Rasionalisme dan Ilusi Keabadian Manusia Modern
Rasionalisme

Peranan rasionalisme dalam sejarah filsafat, terutama pada abad ke-17 dan ke-18, sangat signifikan. Periode ini sering dianggap sebagai "zaman keemasan" rasionalisme kontinental, dengan tokoh-tokoh seperti René Descartes, Baruch Spinoza, dan Gottfried Wilhelm Leibniz menjadi arsitek utamanya[216]. Masing-masing filsuf ini, meskipun dengan pendekatan yang berbeda-beda, berbagi keyakinan fundamental bahwa akal murni dapat mengungkapkan kebenaran yang pasti dan universal.

René Descartes, sering dijuluki "Bapak Filsafat Modern," memulai pencariannya untuk pengetahuan yang pasti dengan menerapkan metode keraguan sistematis. Ia meragukan segala sesuatu yang bisa diragukan, termasuk informasi dari indra dan bahkan keberadaan dunia luar[217]. Namun, ia menemukan satu kepastian yang tak tergoyahkan: tindak keraguannya itu sendiri membuktikan keberadaan dirinya sebagai subjek yang berpikir ("Cogito ergo sum" - Saya berpikir, maka saya ada)[218]. Dari kepastian ini, Descartes membangun kembali sistem pengetahuannya berdasarkan "ide-ide jernih dan berbeda" (clear and distinct ideas) yang dipandang sebagai bawaan akal (innate ideas), bukan berasal dari pengalaman[219].

Baruch Spinoza, melalui karyanya yang monumental, *Ethics*, mengembangkan sistem metafisika monistik yang sangat rasionalistik. Ia berpendapat bahwa hanya ada satu substansi

tunggal, yaitu Tuhan atau Alam (Deus sive Natura), yang memiliki atribut tak terbatas, termasuk pemikiran dan ekstensi[220]. Seluruh realitas, termasuk manusia, adalah mode atau modifikasi dari substansi tunggal ini. Spinoza menggunakan metode geometris, serupa dengan Euclid dalam matematika, untuk menyajikan argumentasinya secara deduktif dari definisi dan aksioma, mencerminkan keyakinan kuatnya pada kekuatan nalar logis untuk memahami struktur fundamental realitas[221].

Gottfried Wilhelm Leibniz, di sisi lain, mengembangkan sistem monadologi. Ia berpendapat bahwa realitas terdiri dari unit-unit fundamental yang tak terpecah dan bersifat spiritual, yang disebut monad[222]. Setiap monad adalah pusat persepsi dan memiliki "program" internal yang menentukan perkembangannya. Untuk menjelaskan harmoni di alam semesta tanpa interaksi langsung antar-monad, Leibniz mengemukakan doktrin harmoni pra-stabilisasi (pre-established harmony), yang menyatakan bahwa Tuhan pada saat penciptaan telah menyelaraskan seluruh monad seperti jam-jam yang sangat akurat[223]. Konsep ini dan prinsip-prinsipnya yang lain, seperti prinsip alasan yang mencukupi (principle of sufficient reason), menekankan bahwa segala sesuatu memiliki alasan yang memadai untuk keberadaannya, suatu prinsip yang hanya dapat diakses melalui penalaran akal.

Ketiga filsuf ini, dengan cara masing-masing, menunjukkan komitmen terhadap rasionalisme sebagai jalan menuju pengetahuan yang pasti dan pemahaman yang mendalam tentang alam semesta, meletakkan dasar bagi perkembangan pemikiran selanjutnya. Transformasi yang dimulai oleh para rasionalis klasik

menemukan puncaknya dalam Era Pencerahan (Abad ke-18), sebuah periode yang secara luas dijuluki sebagai "Zaman Akal" (Age of Reason). Pencerahan adalah sebuah gerakan intelektual dan budaya yang kuat, yang didorong oleh keyakinan bahwa akal manusia dan sains dapat digunakan untuk mendapatkan pengetahuan, kebebasan, dan kemajuan[224]. Rasionalisme menjadi salah satu fondasi utama dari semangat Pencerahan, mendorong penolakan terhadap takhayul, dogma agama yang tidak beralasan, dan otoritas tradisional yang tidak kritis.

Dalam konteks Pencerahan, pandangan bahwa akal manusia dapat menjelaskan segala sesuatu di alam semesta menjadi sentral. Ini bukan hanya berlaku pada hukum-hukum fisika atau matematika, tetapi diperluas untuk mencakup fenomena kehidupan dan kematian[225]. Para pemikir Pencerahan percaya bahwa melalui observasi sistematis, eksperimen (yang meskipun empiris, seringkali diinterpretasikan dalam kerangka rasional), dan penalaran deduktif, misteri-misteri alam dapat diungkap. Kehidupan dipandang sebagai proses biologis yang dapat dipahami melalui mekanisme rasional, dan bahkan kematian, meskipun tetap menjadi misteri eksistensial, diteorikan dan dipahami dalam kerangka dunia alami yang tunduk pada hukum-hukum yang dapat ditangkap oleh akal[226].

Pengaruh rasionalisme dalam Pencerahan melahirkan optimisme terhadap potensi manusia untuk memecahkan masalah, meningkatkan kondisi sosial, dan membangun masyarakat yang lebih rasional dan adil. Ide-ide tentang hak asasi manusia, kedaulatan rakyat, dan pemisahan kekuasaan, yang menjadi

fundamental bagi demokrasi modern, sangat dipengaruhi oleh filsafat Pencerahan yang berakar pada rasionalisme[227]. Akal dipandang sebagai alat pembaruan yang memungkinkan manusia keluar dari "ketidakdewasaan yang disebabkan oleh dirinya sendiri" (Sapere aude! - Beranilah mengetahui!) sebagaimana yang diungkapkan oleh Immanuel Kant, salah satu filsuf terbesar yang sintesis antara rasionalisme dan empirisme[228].

Pada intinya, rasionalisme bertumpu pada keyakinan mendalam terhadap kapabilitas akal manusia. Kaum rasionalis memandang akal bukan sekadar alat untuk memproses informasi yang diterima dari indra, melainkan sumber pengetahuan yang *inheren* dan *aktif*[229]. Akal memiliki kemampuan untuk memahami prinsip-prinsip universal, kebenaran yang niscaya (seperti kebenaran logis dan matematis), dan struktur mendalam dari realitas yang mungkin tidak dapat diakses oleh pengalaman indrawi yang terbatas dan seringkali menipu.

Dengan mengandalkan akal, kaum rasionalis percaya bahwa manusia dapat mencapai pengetahuan yang *pasti* (certain knowledge). Pengetahuan ini berbeda dari keyakinan atau opini yang didasarkan pada kebiasaan, tradisi, atau sensasi yang tidak stabil. Pengetahuan yang pasti berasal dari deduksi logis dari prinsip-prinsip yang terang benderang atau ide-ide bawaan yang telah diverifikasi oleh akal itu sendiri[230]. Misalnya, kebenaran matematis seperti "jumlah sudut dalam segitiga adalah 180 derajat" adalah pengetahuan yang diperoleh melalui penalaran, bukan melalui pengukuran setiap segitiga yang mungkin ada. Keyakinan pada akal

ini juga memungkinkan manusia untuk mengatasi berbagai batasan eksistensial dan epistemologis. Batasan indrawi, yang hanya menyajikan aspek permukaan dari realitas, dapat dilewati oleh akal yang mampu menembus hingga esensi atau struktur dasarnya[231]. Batasan dogmatisme, yang membelenggu pikiran pada ajaran tanpa kritik, dapat diatasi oleh akal yang menuntut bukti dan alasan yang memadai. Bahkan dalam menghadapi misteri eksistensi seperti makna hidup atau sifat alam semesta, rasionalisme menawarkan alat untuk mencoba memahami pertanyaan-pertanyaan mendasar ini melalui spekulasi metafisik dan penalaran logis, meskipun jawaban yang ditemukan mungkin tidak selalu memberikan kenyamanan emosional[232].

Kritik terhadap Rasionalisme: Batasan dan Ketidaksempurnaan Akal

Rasionalisme, sebagai salah satu mazhab pemikiran epistemologis yang paling berpengaruh dalam sejarah filsafat Barat, menganugerahkan kedudukan istimewa kepada akal budi atau rasio sebagai sumber utama atau bahkan satu-satunya sumber pengetahuan yang sah. Dari Descartes dengan keraguannya yang metodis hingga Leibniz dan Spinoza dengan sistem metafisika deduktif mereka, rasionalisme abad ke-17 meyakini bahwa kebenaran fundamental dapat diakses melalui penalaran *a priori*, independen dari pengalaman inderawi[233]. Fondasi klaim ini terletak pada keyakinan akan ide-ide bawaan (innate ideas), prinsip-prinsip logis universal, dan kemampuan akal untuk secara jernih dan berbeda (clear and distinct) memahami realitas[234]. Era Pencerahan

pun banyak dibangun di atas keyakinan ini, mempromosikan rasio sebagai mercusuar yang menerangi kegelapan takhayul dan dogma. Namun, seiring evolusi pemikiran, klaim-klaim fundamental rasionalisme ini tidak luput dari serangkaian kritik tajam yang menyingkap batasan inheren dan ketidaksempurnaan akal itu sendiri sebagai penopang tunggal bangunan pengetahuan. Artikel ini akan menyelami berbagai bentuk kritik terhadap rasionalisme, mengeksplorasi bagaimana filsafat dan ilmu pengetahuan modern telah menimbang ulang kapasitas dan keterbatasan rasio manusia.

Gelombang kritik awal yang paling signifikan datang dari tradisi empirisme Britania. Filsuf seperti John Locke dengan tegas menolak doktrin ide-ide bawaan, berargumen bahwa akal pada awalnya adalah *tabula rasa* atau papan tulis kosong yang diisi oleh pengalaman inderawi[235]. Locke menegaskan bahwa semua pengetahuan kita berasal dari sensasi (pengalaman objek eksternal) dan refleksi (pengalaman operasi internal pikiran)[236]. Kritik ini secara fundamental menantang kapasitas akal untuk menghasilkan konten pengetahuan yang substansial tanpa input dari dunia luar. Selanjutnya, David Hume membawa kritik empiris ke puncaknya, terutama dalam analisisnya terhadap kausalitas atau hubungan sebab-akibat. Hume berargumen bahwa ide kausalitas, yang sering dianggap oleh rasionalis sebagai hubungan logis yang niscaya, sebenarnya hanyalah produk kebiasaan mental yang terbentuk dari pengamatan berulang atas kejadian-kejadian yang berurutan[237]. Akal, menurut Hume, tidak dapat secara *a priori* memastikan adanya hubungan kausal yang niscaya di dunia empiris; klaim

semacam itu pada akhirnya bergantung pada asumsi-asumsi tentang masa depan yang didasarkan pada masa lalu, suatu masalah yang dikenal sebagai problem induksi[238]. Dengan demikian, para empiris menunjukkan bahwa bahkan klaim-klaim universal akal tampaknya berakar pada atau setidaknya memerlukan konfirmasi dari pengalaman.

Immanuel Kant, dalam usahanya mendamaikan rasionalisme dan empirisme, secara paradoksal justru menunjukkan batasan fundamental akal murni ketika ia melangkah melampaui batas pengalaman yang mungkin. Kant berargumen bahwa meskipun pengetahuan dimulai dengan pengalaman (sesuai klaim empiris), ia tidak seluruhnya berasal dari pengalaman[239]. Akal menyediakan struktur bawaan dalam bentuk bentuk-bentuk intuisi (ruang dan waktu) dan kategori-kategori pemahaman (seperti substansi, kausalitas, modalitas) yang membentuk pengalaman kita[240]. Namun, Kant juga menunjukkan bahwa ketika akal teoretis mencoba menerapkan kategori-kategorinya pada objek yang berada di luar pengalaman yang mungkin yaitu, hal-dalam-dirinya (noumenal world) atau ide-ide transendental seperti Tuhan, jiwa, dan kebebasan ia terjebak dalam antinomi atau kontradiksi yang tak terpecahkan[241]. Ini menunjukkan bahwa akal memiliki domain aplikasinya sendiri, yaitu dunia fenomena yang dapat dialami, dan menjadi tidak kompeten serta menghasilkan ilusi ketika ia mengklaim pengetahuan mutlak tentang realitas yang transenden dari pengalaman. Kritik Kant menegaskan bahwa meskipun akal memainkan peran formatif dalam pengetahuan, ia tidak dapat

menjadi sumber pengetahuan *tentang* segala sesuatu secara mandiri.

Lebih jauh dari perdebatan klasik filsafat, kritik terhadap rasionalisme juga merambah ranah psikologi dan ilmu kognitif modern, menyingkap ketidaksempurnaan fungsional akal dalam praktik. Penelitian perintis oleh Daniel Kahneman dan Amos Tversky, misalnya, mengungkap keberadaan berbagai bias kognitif dan heuristik jalan pintas mental yang secara sistematis memengaruhi penalaran dan pengambilan keputusan manusia[242]. Pola pikir kita sering kali tidak murni rasional dalam arti formal-logis, melainkan dipengaruhi oleh intuisi (Sistem 1) yang cepat namun rentan kesalahan, bahkan ketika kita *berpikir* kita menggunakan rasio (Sistem 2)[243]. Konsep "rasionalitas terbatas" (bounded rationality) yang diperkenalkan oleh Herbert Simon semakin memperkuat pandangan ini[244]. Simon berargumen bahwa keputusan manusia tidak didasarkan pada optimalisasi sempurna berdasarkan semua informasi yang tersedia (seperti yang diasumsikan oleh model rasionalis ideal), melainkan pada "satisficing" memilih solusi yang memuaskan atau cukup baik karena keterbatasan kapasitas kognitif, waktu, dan informasi[245]. Ini menunjukkan bahwa akal manusia dalam realitasnya adalah alat yang memiliki batasan dan tidak selalu beroperasi sesuai prinsip-prinsip rasionalitas ideal.

Selain itu, pandangan yang memisahkan secara tajam antara akal murni dan aspek lain dari keberadaan manusia, seperti emosi dan tubuh, juga telah dikritik. Antonio Damasio, dalam karyanya yang berpengaruh "Descartes' Error", berargumen bahwa emosi justru

memainkan peran krusial dalam penalaran dan pengambilan keputusan yang efektif[246]. Individu dengan kerusakan pada area otak yang memproses emosi seringkali menunjukkan defisit parah dalam kemampuan membuat keputusan rasional, meskipun kemampuan logis kognitif mereka utuh[247]. Ini menantang pandangan rasionalis bahwa akal beroperasi secara independen dari (atau bahkan terhambat oleh) emosi, menunjukkan bahwa penalaran yang baik adalah produk interaksi kompleks antara proses kognitif dan afektif. Kritikus kontemporer lainnya juga menekankan sifat akal yang terangkai dalam tubuh (embodied) dan terkontekstualisasi secara sosial, menolak pandangan tentang akal yang universal dan terlepas dari kondisi partikular[248].

Pada akhirnya, kritik terhadap rasionalisme dari berbagai disiplin ilmu mulai dari filsafat empiris dan Kantian hingga psikologi kognitif dan neurosains tidak serta merta meniadakan *nilai* akal budi, melainkan *mengontekstualisasikan* dan *membatasi* klaimnya. Akal tetap merupakan fakultas yang luar biasa, penting untuk analisis, pemecahan masalah, dan konstruksi sistem pengetahuan. Namun, ia bukanlah sumber pengetahuan yang mutlak, otonom, atau sempurna. Pengalaman inderawi menyediakan data fundamental tentang dunia; emosi dan bias kognitif memengaruhi proses penalarannya; dan domain operasinya terbatas pada ranah yang dapat diakses. Memahami batasan dan ketidaksempurnaan akal tidak mengurangi pentingnya, melainkan mengundang kita untuk mengadopsi pandangan yang lebih holistik dan realistis tentang bagaimana kita memperoleh dan memvalidasi pengetahuan suatu

proses yang melibatkan interaksi kompleks antara rasio, pengalaman, intuisi, emosi, dan konteks sosial-historis. Pandangan kontemplatif ini mengarahkan pada apresiasi yang lebih dalam terhadap kompleksitas epistemologi manusia, di mana akal hanyalah salah satu dari banyak benang sari yang terjalin dalam permadani pengetahuan kita.

Ilusi Keabadian Manusia

Beberapa perkembangan teknologi modern kerap dikaitkan dengan potensi mengatasi kematian atau memperpanjang usia secara dramatis, bahkan hingga keabadian. Salah satu contoh paling menonjol adalah *cryonics*, sebuah praktik pembekuan tubuh manusia (atau otak) setelah kematian legal dengan harapan bahwa teknologi di masa depan akan mampu menghidupkan kembali dan menyembuhkan penyebab kematian atau penuaan[249]. Meskipun praktik ini didasarkan pada prinsip-prinsip kriobiologi, perlu ditekankan bahwa *cryonics* saat ini merupakan prosedur eksperimental dengan keberhasilan teoretis dan belum pernah terbukti mampu menghidupkan kembali organisme mamalia kompleks, apalagi manusia, dari kondisi beku-mati[250]. Harapan yang dipegang oleh para pendukung *cryonics* sepenuhnya bergantung pada kemajuan teknologi dan pengetahuan di masa depan yang belum pasti terwujud, menjadikannya lebih sebagai taruhan pada teknologi masa depan daripada solusi keabadian kontemporer. Selain itu, perkembangan dalam kecerdasan buatan (AI) dan komputasi juga memunculkan spekulasi tentang bentuk keabadian non-biologis. Gagasan seperti pengunggahan pikiran (*mind*

uploading), di mana kesadaran seseorang dipindai dan ditransfer ke dalam substrat digital atau komputasional, seringkali disebut sebagai jalur potensial menuju eksistensi abadi[251]. Dalam skenario ini, AI dapat berperan dalam memproses data neurologis yang sangat besar atau bahkan menjadi substrat digital itu sendiri. Namun, konsep pengunggahan pikiran masih berada di ranah fiksi ilmiah. Pemahaman ilmiah saat ini tentang kesadaran masih sangat terbatas, dan tidak ada mekanisme yang diketahui untuk memindai atau mereplikasi kompleksitas otak manusia dan kesadarannya dalam bentuk digital[252]. Lebih lanjut, isu identitas personal apakah entitas digital yang dihasilkan benar-benar merupakan individu yang sama menimbulkan pertanyaan filosofis yang mendalam yang belum terjawab. Oleh karena itu, meskipun AI merevolusi banyak bidang, potensinya sebagai alat untuk mencapai keabadian pribadi, terutama melalui pengunggahan pikiran, tetap sangat spekulatif dan menghadapi hambatan ilmiah dan konseptual yang fundamental.

Gagasan-gagasan tentang penggunaan teknologi untuk mengatasi keterbatasan manusia, termasuk kematian, terangkum secara komprehensif dalam filsafat dan gerakan yang dikenal sebagai transhumanisme. Transhumanisme adalah pandangan yang mengadvokasi penggunaan sains dan teknologi mutakhir seperti rekayasa genetika, bioteknologi, nanoteknologi, dan kecerdasan buatan untuk meningkatkan kemampuan fisik dan kognitif manusia, serta memperluas umur manusia secara signifikan atau bahkan mencapai keabadian[253]. Para transhumanis memandang penuaan dan kematian bukan sebagai keniscayaan biologis yang tak

terhindarkan, melainkan sebagai masalah teknis yang dapat dipecahkan melalui inovasi dan intervensi.

Namun, paradigma transhumanisme yang ambisius ini tidak luput dari kritik tajam, baik dari sudut pandang etika maupun eksistensial. Secara etika, kekhawatiran utama meliputi potensi ketidaksetaraan akses terhadap teknologi peningkatan manusia, yang dapat menciptakan jurang pemisah baru antara "manusia super" yang mampu membeli peningkatan dan mayoritas populasi[254]. Pertanyaan lain muncul mengenai definisi "manusia" itu sendiri; sejauh mana modifikasi atau fusi dengan mesin dapat dilakukan sebelum seseorang dianggap kehilangan esensi kemanusiaannya[255]. Selain itu, risiko keamanan, konsekuensi yang tidak diinginkan dari intervensi biologis atau digital yang kompleks, dan isu privasi data (terutama terkait pengunggahan pikiran) merupakan tantangan etika yang signifikan.

Dari perspektif eksistensial dan filosofis, pencarian keabadian melalui teknologi juga menimbulkan pertanyaan mendasar tentang makna kehidupan. Beberapa filsuf berpendapat bahwa justru kefanaan dan kesadaran akan kematianlah yang memberikan urgensi, makna, dan nilai pada pengalaman dan pencapaian manusia[256]. Keabadian yang abadi mungkin menghilangkan motivasi untuk bertindak, berinovasi, atau menghargai momen-momen singkat. Selain itu, isu kebosanan dan stagnasi dalam eksistensi tak terbatas, serta pertanyaan tentang identitas dalam rentang waktu yang tak terbatas dan melalui transformasi radikal, menjadi dilema filosofis yang serius[257]. Kritik ini menunjukkan bahwa bahkan jika

keabadian teknologi mungkin tercapai di masa depan (sebuah prospek yang masih sangat tidak pasti), ini mungkin bukan bentuk eksistensi yang diinginkan atau bermakna.

Melihat dari kacamata sains dan filsafat kontemporer, gagasan keabadian manusia yang dapat dicapai melalui teknologi *saat ini* atau *dalam jangka pendek* cenderung bersifat ilusi. Dari sudut pandang ilmiah murni, penuaan adalah proses biologis yang sangat kompleks dan multifaktorial, mencakup kerusakan pada tingkat seluler dan molekuler yang terus menumpuk seiring waktu. Meskipun penelitian tentang penuaan (*gerontology*) dan perpanjangan usia (*life extension*) telah membuat kemajuan dalam memahami mekanisme ini dan menemukan cara untuk memperlambat beberapa aspek penuaan pada organisme model, tidak ada penemuan ilmiah yang secara meyakinkan menunjukkan bahwa penghentian atau pembalikan penuaan apalagi pencapaian keabadian biologis adalah target yang realistis dengan teknologi yang ada[258]. Tantangan untuk mengatasi degradasi entropis alami pada sistem biologis yang kompleks tampaknya fundamental.

Keyakinan pada keabadian teknologi seringkali menghadapi dilema moral dan filosofis karena konsep ini secara inheren menuntut kita untuk merefleksikan kembali apa artinya menjadi manusia, nilai kehidupan, dan struktur masyarakat. Mengejar keabadian berpotensi mengalihkan sumber daya dari masalah mendesak lainnya, seperti memerangi penyakit yang dapat disembuhkan atau meningkatkan kualitas hidup bagi semua orang, bukan hanya mereka yang mampu mengakses teknologi

perpanjangan hidup ekstrem. Secara filosofis, konsep ini memaksa kita untuk mempertanyakan apakah tujuan utama eksistensi adalah durasi semata, ataukah kualitas, makna, dan kontribusi dalam batas waktu yang diberikan.

Keabadian dalam Perspektif Filosofis: Pencarian yang Tak Terjangkau

Filsafat eksistensial, yang berakar pada pemikiran Søren Kierkegaard dan berkembang pesat melalui tokoh-tokoh seperti Martin Heidegger dan Albert Camus, menawarkan pandangan radikal mengenai mortalitas manusia. Berbeda dengan pandangan umum yang melihat kematian sebagai akhir yang tragis atau kegagalan yang harus dihindari, filsafat eksistensial mengintegrasikan kematian sebagai bagian intrinsik dan tak terpisahkan dari struktur eksistensi manusia itu sendiri. Martin Heidegger, dalam magnum opusnya, Being and Time, memperkenalkan konsep Sein zum Tode atau "Ada-menuju-Kematian" (Being-towards-Death). Menurut Heidegger, Dasein (eksistensi manusia) dicirikan oleh kesadarannya akan kemungkinannya sendiri untuk tidak-lagi-ada. Kesadaran akan kematian ini bukanlah sekadar kenyataan biologis di masa depan, melainkan kemungkinan yang mengintai Dasein setiap saat.[259]

Penerimaan autentik terhadap Sein zum Tode memungkinkan Dasein untuk mengatasi cara hidup yang "tidak autentik" (seperti larut dalam keramaian publik atau rutinitas sehari-hari) dan menghadapi individualitasnya yang unik serta kebebasannya untuk

menentukan makna hidupnya sendiri dalam menghadapi ketiadaan final.

Senada dengan Heidegger, Albert Camus, dalam karyanya yang membahas absurditas, seperti *The Myth of Sisyphus*, juga bergulat dengan mortalitas. Camus menyoroti kontradiksi fundamental antara kerinduan manusia akan kejelasan dan makna di satu sisi, dengan keheningan alam semesta dan kepastian kematian di sisi lain inilah inti dari absurditas.[260] Namun, respons terhadap absurditas bukanlah keputusasaan atau pelarian (termasuk ilusi keabadian), melainkan pemberontakan. Pemberontakan di sini berarti menjalani hidup sepenuhnya, merangkul pengalaman, dan menciptakan makna melalui tindakan dan kesadaran yang intens, *meskipun* dihadapkan pada kefanaan dan ketiadaan makna inheren.[261] Bagi Camus, penerimaan akan mortalitas bukanlah penyerahan diri, melainkan fondasi untuk kebebasan dan intensifikasi pengalaman hidup. Kedua filsuf ini mengajarkan bahwa keautentikan tidak terletak pada penafian atau penghindaran kematian, tetapi justru pada pengakuannya sebagai konstituen penting dari eksistensi.

Berkembangnya sains dan teknologi, terutama dalam bidang bioteknologi, kedokteran regeneratif, dan kecerdasan buatan (AI) melalui narasi transhumanisme, telah menghidupkan kembali gagasan tentang pencapaian kehidupan abadi atau sangat diperpanjang melalui sarana teknologis.[262] Namun, dari perspektif filosofis yang berakar pada tradisi eksistensial dan fenomenologis, upaya ini sering kali dikritik karena mengabaikan esensi kehidupan

itu sendiri. Para kritikus berpendapat bahwa pencarian keabadian melalui rekayasa biologis atau transfer kesadaran (jika itu mungkin) memperlakukan kehidupan sebagai mekanisme yang dapat diperbaiki atau dipertahankan tanpa batas, seolah-olah durasi fisik adalah satu-satunya atau aspek terpenting dari keberadaan.[263]

Pandangan ini dianggap mengabaikan dimensi kualitatif dan ontologis dari kehidupan manusia, yang secara hakiki terikat pada *temporaritas*, *ketidakpastian*, dan *batasan*. Kehidupan, dalam pandangan filosofis ini, dibentuk oleh horizon waktu yang terbatas. Pengalaman kita, pilihan kita, hubungan kita, dan proyek kita semuanya memiliki makna dan urgensi karena keterbatasan waktu yang tersedia.[264] Menghilangkan batasan waktu ini, seperti yang diimpikan oleh pencarian keabadian, berisiko menghilangkan struktur naratif dan teleologis yang memberikan bentuk dan makna pada perjalanan hidup. Kritik ini tidak serta-merta menolak kemajuan medis yang memperpanjang usia dan meningkatkan kualitas hidup, tetapi menolak ilusi bahwa perpanjangan durasi tak terbatas sama dengan "kehidupan yang lebih baik" dalam arti eksistensial.[265] Sebaliknya, fokus pada kuantitas waktu mengalihkan perhatian dari pertanyaan kualitatif tentang bagaimana kita hidup *dalam* batasan waktu yang ada.

Puncak dari argumen filosofis ini adalah pandangan bahwa kematian bukanlah musuh makna, melainkan justru sumbernya yang tak terhindarkan. Gagasan ini, yang kerap muncul dalam berbagai tradisi pemikiran, menegaskan bahwa kefanaan memberikan dimensi urgensi dan berharga pada kehidupan. Jika

hidup bersifat abadi, bukankah momen-momen akan kehilangan bobotnya? Jika selalu ada waktu untuk melakukan segalanya, mengapa kita harus memilih atau memprioritaskan?[266] Kepastian akan akhir yang tak terhindarkan memaksa manusia untuk menghadapi pertanyaan mendasar tentang nilai dan prioritas. Mortalitas menggarisbawahi kelangkaan waktu, dan kelangkaan inilah yang membuat setiap momen, setiap pengalaman, setiap hubungan menjadi berharga.

Dalam menghadapi kematian, manusia didorong untuk mengevaluasi kembali apa yang benar-benar penting. Proyek hidup, ambisi, dan hubungan memperoleh makna dan intensitas karena harus diwujudkan atau dipelihara dalam rentang waktu yang terbatas.[267] Kematian berfungsi sebagai horison penutup yang, paradoksnya, membuka kemungkinan untuk hidup dengan penuh kesadaran dan tujuan. Tanpa "akhir" yang nyata atau kemungkinan "tidak-lagi-ada", konsep seperti "urgensi", "penyesalan", "pencapaian", atau bahkan "warisan" akan kehilangan signifikansinya. Dengan demikian, kematian bukanlah sekadar peristiwa biologis, melainkan sebuah kondisi eksistensial yang secara fundamental membentuk dan memperkaya pengalaman manusia, memberikan struktur dan kedalaman pada pencarian makna dalam hidup.

Keabadian dalam Masyarakat Modern

Manusia sepanjang sejarah telah bergulat dengan konsep mortalitas, memunculkan berbagai respons budaya, agama, dan filsafat. Dalam konteks masyarakat modern, pencarian akan

keabadian, atau setidaknya perpanjangan usia yang signifikan, telah berevolusi menjadi fenomena sosial dan budaya yang kompleks. Ketakutan akan kematian dan hasrat akan keabadian merupakan bagian intrinsik dari pengalaman manusia. Berbagai peradaban telah menciptakan mitos, ritual, dan sistem kepercayaan untuk memahami, menghadapi, atau bahkan mengatasi batas biologis keberadaan. Di era modern, yang ditandai oleh pesatnya kemajuan sains, teknologi, dan perubahan sosial, konsep keabadian dan cara manusia berinteraksi dengannya telah mengalami transformasi signifikan. Fenomena ini tidak lagi terbatas pada ranah metafisik atau keyakinan semata, melainkan telah merambah ke dalam praktik sosial sehari-hari, pasar ekonomi, dan bahkan identitas personal. Analisis ini akan merinci bagaimana masyarakat kontemporer menghadapi ketidakberdayaan di hadapan kematian melalui mekanisme penolakan budaya, eksploitasi komersial, dan penelusuran makna spiritual.

Dalam banyak masyarakat pra-modern atau tradisional, kematian seringkali merupakan peristiwa publik dan terintegrasi dalam siklus kehidupan komunitas. Proses duka, ritual pemakaman, dan peringatan kematian merupakan bagian penting dari kehidupan sosial. Namun, sosiolog seperti Norbert Elias telah menggambarkan bagaimana masyarakat Barat modern cenderung 'menyingkirkan' kematian dari ruang publik, menjadikannya urusan pribadi yang ditangani di institusi medis atau pemakaman tertutup[268]. Fenomena ini berkembang menjadi apa yang dapat disebut sebagai "kultur anti-kematian" (anti-death culture), di mana pembicaraan tentang

kematian menjadi tabu, proses penuaan sebisa mungkin ditunda, dan fokus utama beralih pada perpanjangan usia dan pemeliharaan tampilan awet muda.

Kultur ini didorong oleh berbagai faktor, termasuk kemajuan medis yang membuat kematian akibat penyakit menular atau cedera parah menjadi kurang umum di usia muda, serta pergeseran nilai yang lebih menekankan individualisme, otonomi, dan pemenuhan diri di masa kini. Kematian, dalam pandangan ini, dianggap sebagai kegagalan yang harus dihindari atau ditunda sebisa mungkin, bukan sebagai bagian alami dari keberadaan. Hal ini tercermin dalam meluasnya industri anti-penuaan, peningkatan popularitas gaya hidup sehat ekstrem, dan kecenderungan untuk menyembunyikan tanda-tanda penuaan fisik. Penolakan institusional dan kultural terhadap kematian ini menciptakan disonansi dalam kesadaran kolektif, di mana ketidakabadian biologis adalah fakta yang diketahui, tetapi secara psikologis dan sosial seringkali diabaikan atau ditekan[269].

Seiring dengan penolakan kultural terhadap kematian, muncul pula eksploitasi ekonomi terhadap hasrat untuk hidup lebih lama dan tetap muda. Ini terwujud dalam fenomena "komersialisasi keabadian", di mana berbagai perusahaan dan industri menawarkan produk dan layanan yang menjanjikan perpanjangan usia, peningkatan vitalitas, atau setidaknya perlambatan signifikan dari proses penuaan. Pasar ini mencakup segala sesuatu mulai dari kosmetik anti-penuaan, suplemen nutrisi, terapi sel punca,

cryotherapy, hingga teknologi medis canggih dan program gaya hidup terpersonalisasi[270].

Dalam konteks konsumerisme, apa yang sering disebut sebagai "ilusi keabadian" bukanlah janji harfiah tentang kehidupan abadi, melainkan persepsi atau keyakinan bahwa melalui konsumsi produk atau layanan tertentu, seseorang dapat secara substansial mengatasi atau menghindari batas biologis mortalitas, terutama dalam hal penuaan dan kemunduran fisik. Ini adalah ilusi karena produk-produk tersebut, seberapa pun canggihnya, tidak dapat memberikan keabadian biologis sejati. Namun, strategi pemasaran yang cermat memanfaatkan ketakutan fundamental manusia terhadap kematian dan penuaan, menawarkan harapan yang dapat dibeli dalam bentuk botol pil, krim, atau prosedur medis. Sosiolog Ernest Becker secara mendalam menganalisis bagaimana banyak dorongan manusia, termasuk konsumerisme, dapat dilihat sebagai upaya terselubung untuk menyangkal atau melarikan diri dari kesadaran akan kematian[271]. Pasar keabadian yang dikomersialkan ini juga mencerminkan dan memperkuat ketidaksetaraan sosial. Teknologi dan layanan yang paling canggih dan menjanjikan seringkali sangat mahal, hanya dapat diakses oleh segelintir elit global. Hal ini membangkitkan potensi skenario masa depan di mana "keabadian" atau setidaknya umur panjang luar biasa menjadi komoditas yang hanya tersedia bagi yang mampu, menciptakan jurang pemisah demografis dan sosial yang baru.

Berbeda dengan pendekatan sekuler dan fisik yang dominan dalam kultur anti-kematian dan komersialisasi keabadian, agama

dan spiritualitas telah lama menawarkan narasi dan kerangka kerja yang berbeda untuk memahami mortalitas dan keabadian. Dalam berbagai tradisi agama besar dunia, konsep keabadian tidak terkait dengan kelangsungan hidup fisik tak terbatas di dunia material, melainkan dengan kelangsungan entitas non-fisik seperti jiwa atau roh, atau dengan partisipasi dalam realitas transendental di luar batas-batas tubuh manusia.

Kepercayaan pada jiwa yang abadi, kehidupan setelah kematian (seperti surga, neraka, alam baka), atau siklus kelahiran dan kematian (reinkarnasi) menyediakan mekanisme koping yang kuat terhadap ketakutan akan kematian. Sistem kepercayaan ini menawarkan harapan akan kelanjutan eksistensi dalam bentuk lain, memberikan makna pada penderitaan di dunia, dan menyediakan panduan moral untuk mencapai kondisi keabadian spiritual yang diinginkan[272]. Bagi banyak orang, pencarian keabadian melalui jalur agama melibatkan praktik devosi, ketaatan pada ajaran, dan upaya untuk mencapai pencerahan atau keselamatan, bukan melalui intervensi fisik atau teknologi, melainkan melalui transformasi internal dan koneksi dengan Yang Ilahi atau Realitas Tertinggi.

Meskipun masyarakat modern semakin sekuler, hasrat untuk memahami dan mengatasi kematian melalui spiritualitas tetap kuat. Bahkan dalam bentuk-bentuk spiritualitas yang tidak terikat pada institusi agama formal, terdapat penekanan pada pertumbuhan pribadi, kesadaran, dan pencarian makna yang melampaui eksistensi fisik yang terbatas. Agama dan spiritualitas, dalam banyak hal, menawarkan respons terhadap mortalitas yang berpusat pada

makna dan transendensi, sebagai alternatif atau pelengkap dari upaya fisik dan teknologi untuk memperpanjang kehidupan.

Ketiga manifestasi pencarian keabadian ini penolakan budaya, komersialisasi, dan penelusuran spiritual meskipun berbeda dalam pendekatan, semuanya berakar pada hasrat fundamental manusia untuk mengatasi keterbatasan waktu dan eksistensi fisik. Kultur anti-kematian menciptakan ruang psikologis dan sosial untuk penolakan, yang kemudian dimanfaatkan oleh komersialisasi keabadian dengan menawarkan solusi fisik yang tampak 'nyata' (meskipun seringkali ilusif). Sementara itu, agama dan spiritualitas terus menyediakan narasi alternatif yang berfokus pada dimensi transendental, menawarkan keabadian dalam ranah yang berbeda dari keberadaan fisik.

Masyarakat modern menghadapi paradoks: di satu sisi, kita memiliki kemampuan teknologis yang belum pernah ada sebelumnya untuk menunda kematian dan memperpanjang usia; di sisi lain, diskursus terbuka tentang kematian semakin berkurang. Komersialisasi menawarkan janji yang menggiurkan tetapi berpotensi dangkal, sementara agama tetap menjadi sumber makna mendalam bagi banyak orang. Pertanyaan filosofis dan etis muncul mengenai sejauh mana upaya perpanjangan hidup harus dilakukan, bagaimana mendefinisikan kualitas hidup versus kuantitas, dan bagaimana memastikan akses yang adil terhadap teknologi yang menjanjikan umur panjang.

Pencarian keabadian dalam masyarakat modern menampilkan lanskap yang kompleks dan multi-dimensi. Dari penolakan halus

dalam kultur anti-kematian, melalui janji-janji materi dalam komersialisasi keabadian, hingga harapan transendental dalam agama dan spiritualitas, manusia terus mencari cara untuk berdamai atau mengatasi fakta mortalitas. Analisis fenomena sosial dan budaya ini menunjukkan bahwa meskipun cara kita menghadapi kematian telah berubah secara dramatis akibat kemajuan modernitas, hasrat mendasar untuk melampaui keterbatasan eksistensi fisik tetap menjadi pendorong kuat dalam perilaku individu dan struktur masyarakat. Memahami dinamika ini penting untuk merefleksikan nilai-nilai kita, prioritas sosial, dan masa depan hubungan manusia dengan mortalitas dalam era teknologi dan konsumerisme.

Kritik Filsafat Modern terhadap Rasionalisme dan Keabadian

Era modern, yang ditandai oleh Proyek Pencerahan (Enlightenment), menempatkan rasio atau akal budi sebagai fondasi utama dalam pencarian kebenaran, pengetahuan, dan kemajuan sosial. Rasionalisme modern mengklaim kemampuan akal untuk mencapai objektivitas universal, memahami esensi realitas, dan bahkan membangun sistem etika serta politik yang kokoh. Dalam kerangka ini, konsep-konsep fundamental seperti makna hidup, kematian, dan bahkan keabadian seringkali dicari atau diinterpretasikan melalui lensa rasionalitas, entah sebagai prinsip metafisik yang dapat dijangkau nalar atau sebagai struktur logis yang memberikan stabilitas. Namun, perkembangan pemikiran filsafat, khususnya di paruh kedua abad ke-20, menyaksikan munculnya disensus yang signifikan terhadap klaim universalitas dan

objektivitas rasionalisme ini. Filsafat yang sering dikategorikan sebagai "postmodern" menjadi garda depan dalam kritik ini, menyoroti keterbatasan akal murni dan menantang asumsi-asumsi mendasar modernitas.

Filsafat modern, sejak era Descartes, menempatkan rasionalisme sebagai metode dan sumber utama pengetahuan. Pengetahuan yang pasti diyakini dapat dicapai melalui deduksi logis dari prinsip-prinsip yang jelas dan terang (clare et distincte percipere) yang diakses oleh akal[273]. Proyek ini tidak hanya terbatas pada epistemologi; ia meluas ke metafisika, etika, dan politik, dengan tujuan membangun sistem pemikiran yang universal, objektif, dan fondasional. Gagasan tentang tatanan dunia yang rasional, prinsip moral universal yang dapat diturunkan dari nalar, dan kemungkinan kemajuan tanpa batas melalui aplikasi akal menjadi ciri khas era ini. Dalam konteks ini, pencarian makna dan pemahaman tentang keberadaan (termasuk konsep keabadian, baik dalam pengertian metafisik maupun sebagai pencapaian nilai-nilai abadi) seringkali dibingkai dalam kerangka upaya nalar untuk memahami prinsip-prinsip fundamental yang stabil dan melampaui partikularitas historis atau budaya[274]. Penekanan pada akal sebagai penentu kebenaran ini memberikan landasan bagi perkembangan ilmu pengetahuan modern yang pesat dan transformasi sosial yang radikal. Keyakinan pada kapasitas akal untuk memecahkan masalah dan menciptakan kemajuan membentuk "meta-narasi" (meta-narrative) mengenai emansipasi manusia dari takhayul dan tradisi yang dianggap irasional. Narasi besar ini berjanji untuk membawa

manusia menuju pemahaman yang objektif tentang diri dan alam semesta, seringkali menyiratkan adanya tatanan atau prinsip yang bersifat permanen atau "abadi" yang dapat ditangkap oleh nalar[275]. Namun, di balik janji-janji tersebut, terdapat potensi kerentanan yang akan terungkap seiring waktu, khususnya ketika klaim universalitas dan objektivitas akal mulai dipertanyakan.

Filsafat postmodern muncul sebagai reaksi kritis terhadap apa yang dianggap sebagai kegagalan atau keterbatasan mendasar dari proyek modernitas dan klaim sentralnya, yaitu rasionalisme universal[276]. Postmodernisme menolak gagasan bahwa ada satu kebenaran objektif atau satu fondasi rasional tunggal yang dapat menjelaskan seluruh realitas. Sebaliknya, ia berpendapat bahwa pengetahuan dan "kebenaran" bersifat majemuk, fragmentaris, dan sangat bergantung pada konteks spesifik historis, budaya, linguistik, dan kekuasaan[277].

Kritik utama postmodern terhadap rasionalisme modern berpusat pada penolakan terhadap 'meta-narasi'. Jean-François Lyotard mendefinisikan postmodern sebagai "skeptisisme terhadap meta-naratif", termasuk narasi emansipasi melalui sains dan akal budi[278]. Klaim rasionalisme untuk objektivitas universal dianggap sebagai upaya untuk memaksakan satu cara pandang atau 'diskursus' di atas yang lain, seringkali untuk tujuan kekuasaan atau kontrol[279]. Pengetahuan tidak lagi dilihat sebagai cerminan pasif dari realitas independen, melainkan sebagai *konstruksi* aktif yang dibentuk oleh bahasa, institusi, praktik sosial, dan relasi kekuasaan[280]. Dengan demikian, klaim rasionalisme bahwa akal

semata dapat mencapai kebenaran yang melampaui semua bias dan konteks dianggap sebagai ilusi. Akal budi itu sendiri, menurut pandangan postmodern, tidak pernah murni atau netral, melainkan selalu terbebani oleh asumsi-asumsi budaya dan struktur kekuasaan di mana ia beroperasi.

Implikasi dari kritik postmodern terhadap rasionalisme sangat mendalam, terutama dalam hal pemahaman kita tentang makna dan konsep-konsep fundamental eksistensi seperti hidup, kematian, dan keabadian. Jika tidak ada fondasi rasional universal atau kebenaran objektif yang dapat diakses oleh akal murni, maka makna tidak lagi dapat diturunkan dari prinsip-prinsip abadi atau tatanan kosmis yang objektif. Sebaliknya, makna menjadi bersifat *relatif* dan *kontingen* bergantung pada "permainan bahasa" (language games) Wittgenstein, "bentuk kehidupan" (forms of life), atau "diskursus" (discourse) Foucault yang partikular[281].

Dalam perspektif ini, konsep-konsep seperti "makna hidup" atau "keabadian" tidak memiliki definisi universal yang tetap. Artinya bervariasi secara dramatis antarbudaya, antarperiode sejarah, dan bahkan antarindividu[282]. Konsep keabadian, misalnya, bisa diartikan sebagai kelangsungan jiwa setelah kematian dalam satu tradisi agama, sebagai warisan budaya atau ilmiah yang dikenang oleh generasi mendatang dalam konteks sekuler, atau bahkan sebagai momen intensitas eksistensial yang melampaui waktu dalam pengalaman subyektif. Tidak ada satu pun dari interpretasi ini yang dapat diklaim sebagai "kebenaran rasional" yang objektif dan melampaui semua yang lain. Mereka adalah konstruksi makna yang muncul dalam konteks sosial, budaya, dan linguistik tertentu.

Pandangan ini menantang keyakinan modernis akan adanya makna atau tujuan hidup yang universal dan dapat dijangkau oleh akal, menggantinya dengan lanskap makna yang terfragmentasi dan terus dinegosiasi.

Pergeseran dari klaim rasionalisme universal dan kemungkinan makna/struktural keabadian yang stabil menuju pengakuan akan relativitas dan kontingensi makna memiliki konsekuensi signifikan terhadap pengalaman hidup di era modern dan postmodern. Jika fondasi rasional yang kokoh dan narasi besar yang memberikan arahan dan makna universal telah terkikis atau ditolak (sebagaimana dikritik oleh filsafat postmodern), maka individu dihadapkan pada dunia yang terfragmentasi dan tanpa jangkar metafisik atau epistemik yang jelas. Ini sering kali bermanifestasi sebagai "krisis makna"[283].

Di dunia modern, ironisnya, meskipun rasionalisme dan kemajuan ilmiah membawa kemakmuran materiil dan pemahaman teknik yang luar biasa, banyak orang justru merasa teralienasi dan mengalami kesulitan menemukan makna yang stabil atau tujuan yang koheren dalam hidup mereka. Ilusi keabadian, baik sebagai kepastian metafisik maupun sebagai stabilitas makna yang abadi, dihadapkan pada realitas perubahan yang cepat, pluralisme nilai, dan ketidakpastian fundamental. Zygmunt Bauman menggambarkan kondisi ini sebagai "modernitas cair" (*liquid modernity*), di mana segala sesuatu bersifat sementara dan rapuh, termasuk ikatan sosial dan kerangka nilai[284]. Krisis ini bukan hanya ketiadaan makna, melainkan juga disorientasi yang timbul dari hilangnya kerangka referensi yang stabil yang pernah dijanjikan oleh

proyek rasionalisme modern. Individu dibiarkan mengambang di lautan pilihan dan makna yang bersaing, tanpa peta universal untuk menavigasi. Pencarian makna menjadi tugas individu yang otonom, tetapi dalam ketiadaan fondasi yang diakui secara luas, tugas ini dapat terasa membebani dan mengarah pada kecemasan eksistensial atau nihilisme[285].

Kritik filsafat, khususnya yang berasal dari tradisi postmodern, telah secara mendalam menantang klaim sentral rasionalisme modern akan objektivitas, universalitas, dan kemampuan akal untuk mencapai kebenaran yang melampaui konteks. Kritik ini berargumen bahwa pengetahuan adalah konstruksi sosial dan historis, serta makna, termasuk konsep-konsep mendasar seperti hidup, kematian, dan keabadian, bersifat relatif dan terikat pada konteks budaya, linguistik, dan individu. Penolakan terhadap fondasi rasional universal dan pengakuan akan relativitas makna ini memiliki implikasi signifikan, berkontribusi pada krisis makna yang dialami oleh banyak orang di dunia modern. Di tengah arus perubahan yang cepat dan fragmentasi nilai, ilusi keabadian dalam bentuk stabilitas makna atau prinsip abadi telah memudar, meninggalkan individu dihadapkan pada lanskap eksistensial yang kompleks dan seringkali membingungkan. Memahami kritik ini adalah langkah penting untuk merefleksikan tantangan dalam menemukan makna di era pasca-fondasionalis, di mana tugas membangun makna tidak lagi dapat didelegasikan kepada sistem rasional yang universal, melainkan menjadi tugas yang terus-menerus dan kontekstual bagi setiap individu dan komunitas.

Kematian dalam Perspektif Tasawuf

Hakikat Diri dan Kesementaraan Dunia

Pengertian Hakikat Diri dalam Perspektif Filosofis

Pengkajian terhadap hakikat diri merupakan salah satu pertanyaan paling fundamental dan abadi dalam sejarah filsafat. Pertanyaan "Siapakah aku?" atau "Apa yang mendefinisikan keberadaan esensial diri ini?" telah merangsang pemikiran para cendekiawan lintas peradaban dan era, menghasilkan beragam pandangan yang kompleks dan terkadang kontradiktif.

Secara umum, "hakikat diri" dapat dipahami sebagai inti terdalam, esensi, atau sifat fundamental yang membuat sesuatu (dalam hal ini, individu) menjadi dirinya sendiri. Namun, dalam diskursus filsafat, definisi ini menjadi jauh lebih kompleks. Pertanyaan mendasar yang muncul adalah apakah hakikat diri itu identik dengan tubuh fisik yang dapat diamati, atau justru bersemayam dalam entitas non-fisik seperti jiwa, pikiran, atau kesadaran? Apakah hakikat diri itu statis dan abadi, atau dinamis dan selalu berubah?[286]

Filsafat mencoba menggali di balik penampilan fisik dan fungsi biologis untuk menemukan konstituen esensial dari 'aku'. Sebagian tradisi berpendapat bahwa diri adalah kesatuan substansial, sementara yang lain melihatnya sebagai kumpulan proses atau fenomena yang saling terkait. Perdebatan ini seringkali berkaitan

erat dengan isu dualisme versus monisme, serta pertanyaan tentang identitas pribadi seiring waktu.

Tradisi filsafat Barat menawarkan berbagai kerangka kerja untuk memahami hakikat diri, seringkali berfokus pada peran akal, kesadaran, dan eksistensi individu.

1. René Descartes: Salah satu tokoh paling berpengaruh dalam filsafat modern, René Descartes, secara radikal mempertanyakan segala sesuatu yang dapat diragukan dalam upayanya menemukan kebenaran yang tak tergoyahkan. Melalui metode keraguannya, ia sampai pada kesimpulan bahwa satu hal yang tidak dapat diragukan adalah fakta bahwa ia sedang berpikir. Frasa terkenalnya, "*Cogito, ergo sum*" (Saya berpikir, maka saya ada), menjadi landasan pandangannya tentang diri[287]. Bagi Descartes, hakikat diri adalah *res cogitans*, substansi yang berpikir, berbeda sepenuhnya dari *res extensa*, substansi yang memiliki keluasan (tubuh fisik). Diri esensial, menurutnya, adalah pikiran rasional yang terpisah dari materi tubuh.
2. Immanuel Kant: Immanuel Kant mengajukan perspektif yang berbeda, menempatkan diri sebagai subjek transcendental yang aktif dalam membentuk pengalamannya tentang dunia. Dalam *Critique of Pure Reason*, Kant berargumen bahwa akal budi bukanlah penerima pasif informasi sensorik, melainkan secara aktif menstruktur pengalaman melalui kategori-kategori bawaan (seperti ruang, waktu, dan kausalitas)[288]. Diri, bagi Kant, bukanlah entitas substansial yang dapat diamati seperti benda di dunia (diri empiris), melainkan subjek pemersatu (diri

transcendental) yang menjadi prasyarat bagi kemungkinan adanya pengalaman yang koheren. Diri ini bukan sesuatu yang dapat kita kenal dalam dirinya sendiri (*Ding an sich*), tetapi fungsinya sebagai pusat kesadaran yang mengorganisir fenomena.

3. Filsafat Eksistensial: Filsafat eksistensial, dengan para tokoh seperti Jean-Paul Sartre dan Martin Heidegger, menggeser fokus dari esensi statis ke eksistensi konkret dan temporer individu. Sartre, dalam karyanya *Being and Nothingness*, menekankan bahwa bagi manusia, "eksistensi mendahului esensi"[289]. Ini berarti manusia tidak dilahirkan dengan sifat atau hakikat yang telah ditentukan sebelumnya; sebaliknya, mereka menciptakan diri mereka melalui pilihan dan tindakan mereka dalam kebebasan yang radikal. Hakikat diri, dalam pandangan ini, bukanlah substansi permanen melainkan proyek yang terus-menerus dibentuk melalui kesadaran akan kebebasan dan tanggung jawab. Sementara itu, Heidegger, terutama dalam *Being and Time*, menganalisis keberadaan manusia (*Dasein*) dalam hubungannya dengan waktu dan kematian[290]. Diri dipahami sebagai "berada-di-dunia" (being-in-the-world) dan dicirikan oleh kekhawatiran (concern) dan orientasi menuju kemungkinan terakhirnya, yaitu kematian. Hakikat diri adalah keberadaan yang bersifat temporal dan selalu dalam proses menjadi.

Tradisi filsafat Timur, khususnya dari anak benua India, menawarkan pandangan yang sangat berbeda dan seringkali lebih

berorientasi pada pencarian kesadaran spiritual dan pembebasan dari siklus penderitaan.

1. Konsep Atman dalam Filsafat Hindu: Dalam tradisi filsafat Hindu, terutama yang berakar pada Upanishad, hakikat diri yang mendasar dan abadi dikenal sebagai Atman[291]. Atman dipandang sebagai roh individu, jiwa abadi, yang merupakan percikan atau identik dengan Brahman, realitas tertinggi yang universal dan tak terbatas. Hakikat diri bukanlah tubuh atau pikiran yang sementara, melainkan esensi spiritual yang mengalami siklus kelahiran kembali (samsara). Tujuan utama kehidupan spiritual adalah realisasi bahwa Atman sejati (diri individu) adalah Brahman (diri universal), yang mengarah pada pembebasan (moksha) dari siklus samsara. Dalam perspektif ini, diri sejati bersifat abadi dan tidak terpengaruh oleh perubahan fisik atau mental.
2. Konsep Jiwa dalam Filsafat Buddha: Berbeda secara signifikan dari Hindu, Buddhisme mengajarkan doktrin *Anatta* (dalam bahasa Pali) atau *Anātman* (dalam bahasa Sanskerta), yang berarti "tanpa inti diri" atau "tanpa jiwa permanen"[292]. Buddha mengajarkan bahwa apa yang kita anggap sebagai 'diri' sebenarnya hanyalah kumpulan dari lima agregat (skandhas): bentuk fisik, perasaan, persepsi, formasi mental, dan kesadaran. Agregat-agregat ini terus-menerus berubah dan saling bergantung. Tidak ada entitas permanen dan tidak berubah di baliknya yang dapat disebut sebagai 'diri' yang esensial. Pemahaman tentang *Anatta*, bersama dengan ajaran tentang

penderitaan (*Dukkha*) dan ketidakkekalan (*Anicca*), merupakan inti dari jalan menuju pencerahan dan pembebasan dari penderitaan. Dalam pandangan ini, ilusi tentang adanya diri yang permanen adalah akar dari keterikatan dan penderitaan.

Perbedaan pandangan mengenai hakikat diri secara langsung berkaitan dengan konsep keabadian. Jika hakikat diri dipahami sebagai entitas spiritual yang terpisah atau identik dengan realitas abadi (seperti Atman dalam Hindu atau jiwa non-fisik dalam beberapa interpretasi Barat), maka ada dasar untuk meyakini keabadian diri setelah kematian fisik[293]. Konsep reinkarnasi dalam Hindu adalah manifestasi langsung dari keyakinan pada Atman yang abadi yang berpindah dari satu bentuk kehidupan ke bentuk lainnya. Demikian pula, pandangan dualisme Cartesian membuka kemungkinan kelangsungan eksistensi pikiran setelah tubuh binasa.

Namun, jika hakikat diri dilihat sebagai fenomena yang bersifat sementara, kumpulan proses yang terus berubah (seperti dalam Buddhisme dengan Anatta), atau sebagai proyek eksistensial yang terkait erat dengan keberadaan temporal (seperti dalam eksistensialisme), maka konsep keabadian diri dalam pengertian tradisional menjadi problematis atau bahkan tertolak. Buddhisme secara eksplisit menolak gagasan jiwa yang abadi dan kekal. Eksistensialisme memfokuskan pada pentingnya eksistensi *di sini dan saat ini*, dengan kematian dipandang sebagai akhir dari proyek eksistensial individu, meskipun mungkin ada diskusi tentang warisan atau makna yang ditinggalkan.

Pengkajian filosofis tentang hakikat diri mengungkapkan spektrum pandangan yang luar biasa luas, mencerminkan kerumitan dan kedalaman pertanyaan itu sendiri. Dari diri sebagai substansi pemikir yang abadi (Descartes), subjek transcendental yang menstruktur realitas (Kant), proyek kebebasan yang terus dibentuk (Eksistensialisme), roh universal yang abadi (Hindu Atman), hingga ilusi yang tersusun dari agregat temporer (Buddha Anatta), setiap tradisi menawarkan wawasan unik yang kaya.

Tidak ada konsensus universal mengenai sifat sejati dari diri. Perbedaan pandangan ini tidak hanya membentuk pemahaman kita tentang identitas pribadi dan kesadaran, tetapi juga memiliki implikasi mendalam terhadap cara kita memandang kehidupan, kematian, penderitaan, dan tujuan eksistensi. Pencarian untuk memahami hakikat diri tetap menjadi inti dari upaya manusia untuk memahami tempatnya di alam semesta, sebuah perjalanan filosofis yang tampaknya tak pernah berakhir.

Diri dalam Perspektif Spiritualitas dan Agama

Pertanyaan fundamental mengenai hakikat diri merupakan inti dari pencarian eksistensial manusia yang telah dieksplorasi secara mendalam oleh berbagai tradisi spiritual dan agama di seluruh dunia. Artikel ini mengkaji pandangan tentang diri dari tiga tradisi besar: Islam, Kristianitas, dan Buddhisme. Melalui analisis konsep-konsep kunci seperti *Nafs, Ruh, dan Qalb* dalam Islam, pemahaman tentang *jiwa (soul)* dan *roh (spirit)* dalam Kristianitas, dan konsep *Anatta* dalam Buddhisme.

Pencarian atas identitas diri dan makna keberadaan adalah salah satu dorongan terdalam dalam jiwa manusia. Sepanjang sejarah, berbagai cabang ilmu mulai dari filsafat, psikologi, hingga neurosains telah berusaha mengungkap misteri tentang "siapa saya?". Namun, tradisi spiritual dan agama menawarkan perspektif yang unik dan mendalam, yang tidak hanya berfokus pada aspek fisik atau psikologis semata, melainkan juga pada dimensi metafisik dan transenden dari diri. Dalam konteeks agama, pemahaman tentang diri seringkali terkait erat dengan konsep Ilahi, tujuan penciptaan, dan prospek kehidupan setelah kematian[294].

Pandangan Islam tentang hakikat diri adalah kompleks dan berlapis, mencakup dimensi fisik dan metafisik yang saling terhubung[295]. Manusia dipandang sebagai makhluk yang diciptakan dengan potensi luhur, namun juga dibekali dengan kebebasan memilih yang menempatkannya pada persimpangan antara kebaikan dan keburukan[296].

a. Konsep Nafs, Ruh, dan Qalb: Dalam ajaran Islam, terutama dalam tradisi Sufi (mistisisme Islam), struktur internal manusia sering dijelaskan melalui konsep *Nafs* (diri/ego), *Ruh* (jiwa/roh), dan *Qalb* (hati spiritual)[297]. *Ruh* dianggap sebagai esensi ilahi atau "tiupan" dari Allah yang memberikan kehidupan dan kesadaran, sering kali digambarkan sebagai aspek diri yang murni dan berasal dari alam spiritual[298]. Ayat Al-Qur'an dalam Surah Al-Isra' (17:85) menyebutkan bahwa *Ruh* adalah urusan Tuhan dan pengetahuan manusia tentangnya sangat terbatas[299]. Sementara itu, *Nafs* adalah diri atau ego yang berinteraksi

dengan dunia fisik dan sosial, menjadi pusat dorongan nafsu, keinginan, dan emosi[300]. *Nafs* memiliki potensi untuk menjadi sumber kejahatan (*Nafs Ammarah bi al-Su'*) yang memerintahkan pada keburukan, menjadi diri yang mencela (*Nafs Lawwamah*) yang sadar akan kesalahannya, atau mencapai ketenangan (*Nafs Mutma'innah*) yang berserah diri sepenuhnya kepada kehendak Ilahi[301]. Transformasi *Nafs* dari keadaan rendah menuju keadaan tenang (*Tazkiyat al-Nafs*) adalah tujuan utama perjalanan spiritual dalam Islam[302]. *Qalb* (hati) bukanlah sekadar organ fisik, melainkan pusat kesadaran spiritual, tempat iman bersemayam, dan lokasi penerimaan petunjuk Ilahi[303]. Ia berfungsi sebagai jembatan antara *Ruh* yang luhur dan *Nafs* yang cenderung pada duniawi, menjadi medan pertempuran spiritual dan instrumen untuk *ma'rifatullah* (mengenal Allah)[304]. Dalam tradisi Sufi, pembersihan *Qalb* dari sifat-sifat tercela dianggap esensial untuk mendekatkan diri kepada Tuhan[305].

b. Tafsir Al-Qur'an tentang Diri Manusia: Al-Qur'an menyajikan berbagai ayat yang menjelaskan hakikat diri manusia, tujuan penciptaan, dan nasibnya di akhirat. Surah Al-Baqarah (2:30) adalah ayat fundamental yang menyatakan penciptaan manusia sebagai *khalifah* (wakil atau pemegang amanah) di bumi, menunjukkan martabat dan tanggung jawab besar yang diemban manusia[306]. Ayat ini menyiratkan bahwa diri manusia dirancang dengan kapasitas intelektual dan spiritual untuk mengelola serta memakmurkan bumi sesuai dengan kehendak

Ilahi[307]. Ayat-ayat lain, seperti dalam Surah Az-Zumar (39:42) yang berbicara tentang *Nafs* yang diambil saat tidur dan kematian, serta ayat-ayat tentang hari kebangkitan dan perhitungan amal, menegaskan keberadaan diri yang berlanjut setelah kematian fisik dan akuntabilitas individu di hadapan Tuhan[308]. Konsep *fitrah*, sifat bawaan manusia yang cenderung pada kebaikan dan pengakuan terhadap keesaan Tuhan, juga merupakan elemen kunci dalam pemahaman diri dalam Islam, menunjukkan bahwa inti diri manusia secara inheren bersifat positif dan spiritual[309].

Tradisi agama lain juga menawarkan pemahaman yang kaya dan divergen mengenai hakikat diri, mencerminkan keragaman pendekatan spiritual terhadap misteri keberadaan manusia.

a. Kristianitas: Dalam Kristianitas, pemahaman tentang diri manusia seringkali bersifat dualistik atau trikotomik, melibatkan badan, jiwa (*soul*), dan roh (*spirit*)[310]. Meskipun terminologi dapat bervariasi antar denominasi, umumnya *soul* dianggap sebagai prinsip kehidupan sadar dan personalitas individu yang abadi[311]. *Spirit* seringkali dipahami sebagai aspek diri yang memungkinkan hubungan dengan Tuhan dan respons terhadap Roh Kudus[312]. Kehidupan dunia dipandang sebagai perjalanan spiritual di mana individu diminta untuk hidup sesuai dengan ajaran Kristus, mengakui dosa, menerima pengampunan melalui penebusan Kristus, dan bertumbuh dalam iman[313]. Makna kehidupan dunia sangat terkait dengan persiapan untuk kehidupan setelah mati[314]. Doktrin tentang kebangkitan tubuh

dan kehidupan kekal di surga bagi orang percaya, serta penghakiman bagi yang lain, menegaskan keberlanjutan eksistensi diri setelah kematian fisik dan signifikansi pilihan moral selama hidup[315]. Jiwa dianggap abadi dan akan menghadapi pengadilan Ilahi[316].

b. Buddhisme: Berbeda secara fundamental dari pandangan agama Ibrahimik, Buddhisme menawarkan konsep *Anatta* (atau *Anatman* dalam bahasa Sansekerta), yang sering diterjemahkan sebagai "tanpa-diri" atau "tidak-ada-jiwa"[317]. Ajaran *Anatta* menolak gagasan tentang adanya entitas diri, jiwa, atau substansi permanen yang independen di balik pengalaman sesaat[318]. Sebaliknya, apa yang secara konvensional disebut "diri" atau "individu" dilihat sebagai kombinasi sementara dari lima agregat (*skandhas*) yang selalu berubah: bentuk fisik (*rupa*), perasaan (*vedana*), persepsi (*saññā*), bentukan mental (*sankhara*), dan kesadaran (*viññana*)[319]. Pemahaman ini merupakan inti dari Empat Kebenaran Mulia, di mana penderitaan (*dukkha*) dipahami timbul dari kemelekatan pada ilusi adanya diri permanen dan keinginan yang terkait dengannya[320]. Mencapai pencerahan (Nirvana) dalam Buddhisme melibatkan realisasi penuh akan *Anatta* memahami kekosongan diri dari esensi permanen dan dengan demikian mengatasi kemelekatan dan mengakhiri siklus kelahiran kembali (*samsara*)[321]. Konsep *Anatta* tidak berarti penolakan terhadap keberadaan konvensional atau tanggung jawab moral, tetapi

merupakan penolakan terhadap pandangan metafisik tentang diri sebagai entitas yang tetap dan independen[322].

Kajian tentang hakikat diri dalam Islam, Kristianitas, dan Buddhisme menyingkap kekayaan dan perbedaan dalam pendekatan tradisi spiritual terhadap pertanyaan mendasar tentang keberadaan manusia. Islam dan Kristianitas, dalam tradisi teistik mereka, umumnya memandang diri memiliki dimensi spiritual (ruh/jiwa) yang abadi, diciptakan oleh Tuhan, dan memiliki takdir di akhirat yang ditentukan oleh tindakan di dunia. Konsep *Nafs, Ruh, dan Qalb* dalam Islam memberikan kerangka kerja yang mendalam untuk memahami perjuangan internal dan perjalanan spiritual menuju kesempurnaan. Sementara itu, Buddhisme, dengan doktrin *Anatta*-nya, menawarkan pandangan yang radikal bahwa tidak ada diri permanen yang hakiki, dan pencerahan dicapai melalui pemahaman dan pelepasan dari kemelekatan pada ilusi diri agregat yang sementara.

Meskipun terdapat perbedaan ontologis yang signifikan, ketiga tradisi ini berbagi penekanan pada pentingnya introspeksi, pengembangan moral dan etika, serta transformasi internal sebagai kunci untuk realisasi spiritual atau kebebasan dari penderitaan. Pemahaman mendalam tentang hakikat diri, sebagaimana ditawarkan oleh ajaran agama-agama ini, tidak hanya relevan secara teologis atau filosofis, tetapi juga memberikan panduan praktis bagi individu dalam menjalani kehidupan yang bermakna, mengatasi tantangan eksistensial, dan berupaya mencapai potensi tertinggi mereka, baik dalam konteks hubungan dengan Ilahi, sesama,

maupun realitas itu sendiri[323]. Studi komparatif semacam ini penting untuk memperkaya dialog antaragama dan memahami keragaman cara manusia mencari makna di alam semesta.

Kesementaraan Dunia: Pemahaman Tentang Kefanaan

Konsep *kesementaraan* atau *kefanaan* dunia merupakan tema fundamental yang melintasi berbagai tradisi spiritual dan filsafat sepanjang sejarah kemanusiaan. Pemahaman ini secara inheren menantang perspektif yang melihat realitas material sebagai satu-satunya atau tujuan akhir eksistensi. Pemahaman tentang sifat sementara dari keberadaan dunia material (*dunya*) telah menjadi poros refleksi mendalam dalam spektrum luas tradisi intelektual dan spiritual. Perspektif ini mengajukan pertanyaan mendasar mengenai hakikat realitas, tujuan hidup, dan nilai-nilai yang patut dikejar. Berbeda dengan pandangan yang mungkin secara implisit atau eksplisit menganggap dunia sebagai realitas permanen atau arena utama pencapaian, konsep kefanaan menempatkan keberadaan dunia dalam konteks transiensi dan kerapuhan. Penelusuran terhadap pemahaman ini dari berbagai lensa filsafat dan agama diperlukan guna memperoleh gambaran komprehensif tentang bagaimana umat manusia sepanjang masa berupaya memaknai eksistensinya di tengah arus perubahan yang tak terhindarkan.

Konsepsi bahwa dunia ini bersifat sementara bukanlah eksklusif milik satu tradisi spesifik. Dalam Buddhisme, misalnya, ajaran mengenai *anicca* (ketidakkekalan) merupakan salah satu dari Tiga Corak Keberadaan (*Tilakkhana*), yang menyatakan bahwa segala sesuatu yang terkondisi adalah tidak kekal dan terus berubah[324].

Pandangan serupa dapat ditemukan dalam filsafat Stoisisme kuno, yang menekankan pentingnya membedakan antara hal-hal yang dapat dikendalikan (pikiran, penilaian) dan yang tidak (dunia luar, materi), seraya menerima ketidakpastian dan sifat sementara dari yang terakhir[325]. Tradisi-tradisi ini, meskipun beragam dalam ajaran detailnya, berbagi premis dasar bahwa keterikatan berlebihan pada fenomena duniawi yang fana merupakan sumber penderitaan dan menghalangi pencapaian kebijaksanaan atau ketenangan sejati. Dunia, dalam konteks ini, seringkali tidak dilihat sebagai tujuan akhir, melainkan sebagai panggung atau medan tempat individu berproses atau menguji pemahamannya tentang realitas yang lebih dalam atau abadi.

Sebaliknya, sebagian aliran filsafat Barat, terutama yang berakar pada empirisme, positivisme, dan belakangan materialisme saintifik, cenderung melihat dunia material sebagai realitas utama atau bahkan satu-satunya realitas yang dapat diakses dan diverifikasi[326]. Dalam paradigma ini, tujuan eksistensi seringkali difokuskan pada pencapaian kebahagiaan (*eudaimonia* dalam pengertian Aristoteles yang kemudian bergeser maknanya dalam era modern), pemenuhan keinginan, akumulasi pengetahuan empiris, atau kemajuan peradaban material[327]. Pandangan ini cenderung memprioritaskan dunia 'di sini dan sekarang' sebagai arena utama untuk mencari makna dan nilai. Kefanaan dunia, dalam konteks ini, mungkin diakui sebagai fakta biologis atau fisik (kematian individu, entropi alam semesta), namun implikasi spiritual atau transendennya kurang ditekankan, atau bahkan ditolak sama

sekali[328]. Dunia bukan sekadar tempat sementara; ia adalah 'tempat' di mana potensi manusia direalisasikan sepenuhnya melalui interaksi dan dominasi atas materi dan lingkungan.

Dalam tradisi mistik Islam, atau Sufisme, pemahaman tentang kesementaraan dunia mencapai kedalaman metafisik yang khas. Dunia (*dunya*) sering digambarkan bukan hanya sebagai sesuatu yang fana, tetapi bahkan sebagai 'ilusi' (*khayal*) atau 'bayangan' (*zill*) dari Realitas Mutlak (Allah)[329]. Sufi mengajarkan bahwa keterikatan pada ilusi ini menghalangi seseorang mencapai Realitas Sejati. Gurauan dunia, kemewahan materi, dan pencapaian duniawi dianggap sebagai selubung (*hijab*) yang menutupi penglihatan spiritual[330]. Namun, pandangan ini tidak selalu berarti penolakan total terhadap dunia. Sebaliknya, dunia dipandang sebagai 'kendaraan' atau jembatan (*qantarah*) menuju Tuhan[331]. Setiap fenomena di dunia adalah tanda (*ayah*) yang mengarah kepada Sang Pencipta. Oleh karena itu, Sufi berusaha melalui dunia, bukan untuk dirinya sendiri, tetapi untuk mencapai kondisi *fana* (peleburan diri) dan *baqa* (kekekalan dalam Tuhan), di mana kefanaan dunia dipahami secara mendalam sebagai kontras dari keabadian Ilahi.

Perspektif Islam mengenai kesementaraan dunia memiliki dasar yang kuat dalam teks-teks suci, baik Al-Qur'an maupun Hadis. Pemahaman ini merupakan pilar penting dalam membentuk pandangan dunia (*weltanschauung*) seorang Muslim.

a. Al-Qur'an tentang Dunia yang Fana: Al-Qur'an berulang kali menegaskan sifat sementara dan fana dari kehidupan dunia. Ayat-ayat suci menggambarkan dunia sebagai kesenangan yang

menipu, permainan, dan gurauan yang akan segera berakhir. Misalnya, Surah Al-Ankabut (29:64) menyatakan dengan tegas: "Dan tiadalah kehidupan dunia ini melainkan senda gurau dan main-main. Dan sesungguhnya negeri akhirat itulah kehidupan yang sebenarnya, sekiranya mereka mengetahui"[332]. Ayat lain seperti Surah Ar-Rahman (55:26-27) menegaskan bahwa "Semua yang ada di bumi itu akan binasa. Dan tetap kekal wajah Tuhanmu yang mempunyai kebesaran dan kemuliaan"[333]. Penegasan ini secara eksplisit menempatkan dunia dalam kategori eksistensi yang rentan terhadap kehancuran dan ketiadaan absolut, kontras dengan Keberadaan Allah yang Abadi.

b. Hadis tentang Dunia sebagai Sementara: Ajaran Nabi Muhammad SAW melalui Hadis juga memperkuat pandangan ini. Salah satu perumpamaan yang paling sering dikutip adalah sabda beliau yang diriwayatkan bahwa dunia ini hanyalah seperti seorang musafir yang singgah sebentar di bawah pohon untuk berlindung dari panasnya matahari, lalu ia pergi meninggalkannya[334]. Hadis ini secara puitis menggambarkan betapa singkat dan sementara waktu tinggal manusia di dunia. Hadis lain mengingatkan: "Jadilah engkau di dunia ini seakan-akan orang asing atau pengembara"[335]. Pesan profetik ini secara langsung menginstruksikan umatnya untuk tidak menjadikan dunia sebagai tujuan akhir, melainkan sebagai jembatan atau tempat persinggahan dalam perjalanan menuju kehidupan abadi di akhirat.

Di era modern, yang sering kali didominasi oleh sains empiris dan kapitalisme global, fenomena materialisme telah menjadi tren yang

sangat signifikan[336]. Materialisme kontemporer cenderung mengaitkan kebahagiaan, kesuksesan, dan makna hidup dengan kepemilikan materi, konsumsi, dan status sosial yang terkait dengannya[337]. Media massa, iklan, dan budaya populer secara masif mempromosikan gaya hidup yang berpusat pada akumulasi kekayaan dan kenikmatan indrawi.

Pandangan materialistik ini secara fundamental bertentangan dengan pemahaman tentang kefanaan dunia. Jika dunia dan segala isinya adalah tujuan utama, maka konsep bahwa semuanya akan lenyap menjadi pengganggu yang tidak nyaman, atau bahkan diabaikan sama sekali[338]. Fokus berlebihan pada dunia material cenderung mengikis kesadaran akan realitas yang lebih dalam, seperti dimensi spiritual, moral transenden, atau kehidupan setelah kematian. Akibatnya, masyarakat modern mungkin mengalami krisis makna dan ketidakpuasan eksistensial, meskipun kekayaan materi meningkat, karena mereka mengejar "ilusi" yang tidak dapat memberikan kepuasan abadi yang dijanjikan oleh tradisi yang memahami kefanaan dunia.

Pemahaman tentang kesementaraan dunia adalah wawasan mendalam yang telah membentuk cara pandang berbagai peradaban dan tradisi spiritual. Dari pengajaran ketidakkekalan dalam Buddhisme, penekanan pada penerimaan dalam Stoisisme, penggambaran dunia sebagai ilusi/kendaraan dalam Sufisme, hingga penegasan tegas dalam Al-Qur'an dan Hadis, intinya adalah bahwa dunia material bukanlah realitas ultimate atau permanen. Perspektif ini secara diametral berlawanan dengan kecenderungan

kuat dalam kehidupan modern yang didominasi oleh materialisme, di mana dunia dianggap sebagai arena utama untuk pencapaian dan kepuasan diri.

Menyadari kefanaan dunia bukanlah ajakan untuk meninggalkan tanggung jawab dan aktivitas di dalamnya, melainkan undangan untuk menempatkan dunia pada proporsi yang tepat. Ia mengajak untuk mencari makna dan kebahagiaan dalam realitas yang melampaui materi yang fana, serta untuk menggunakan keberadaan di dunia sebagai sarana (bukan tujuan) untuk mencapai tujuan eksistensial yang lebih tinggi dan abadi. Rekonsiliasi antara hidup secara efektif di dunia dan menjaga kesadaran akan kefanaannya merupakan tantangan sekaligus peluang bagi individu dalam menemukan keseimbangan dan kedamaian di tengah arus kehidupan modern.

Keterbatasan Diri dan Pencarian Makna dalam Dunia yang Sementara

Eksistensi manusia secara inheren ditandai oleh dualitas fundamental: kesadaran akan diri dan lingkungannya di satu sisi, dan keterbatasan esensial yang melekat pada keberadaannya di sisi lain. Keterbatasan ini bukanlah semata kekurangan fisik atau kognitif, melainkan mencakup dimensi temporal, psikologis, dan eksistensial yang mendalam. Secara bersamaan, manusia menghuni dunia yang sifatnya fana, terus berubah, dan pada akhirnya akan berakhir. Interaksi antara pengakuan atas keterbatasan diri dan realitas dunia yang sementara ini melahirkan salah satu dorongan paling mendasar dalam kondisi manusia: pencarian makna. Teks ini akan

mengelaborasi secara mendalam konsep keterbatasan diri, sifat dunia yang sementara, dan bagaimana keduanya saling terkait dalam mendorong serta membentuk proses pencarian makna dalam kehidupan manusia.

Keterbatasan diri merupakan kondisi ontologis yang tak terhindarkan bagi setiap individu. Dimulai dari parameter biologis, manusia memiliki batas fisik dalam kekuatan, ketahanan, dan yang paling definitif, rentang umur. Proses penuaan, kerentanan terhadap penyakit, dan kepastian kematian adalah manifestasi paling nyata dari keterbatasan fisik dan temporal ini[339]. Di luar aspek fisik, kapasitas kognitif manusia juga terbatas. Meskipun memiliki potensi luar biasa untuk belajar dan beradaptasi, pemikiran manusia rentan terhadap bias, kesalahan logis, dan kapasitas pemrosesan informasi yang terbatas[340]. Psikologi kognitif telah banyak mendokumentasikan bagaimana heuristik dan bias memengaruhi pengambilan keputusan dan persepsi realitas, menunjukkan bahwa pemahaman kita tentang dunia tidak selalu objektif atau komprehensif.

Lebih jauh ke dalam dimensi eksistensial, manusia terbatas dalam kendalinya atas berbagai aspek kehidupan. Peristiwa tak terduga, tindakan orang lain, dan kondisi lingkungan sering kali berada di luar jangkauan kontrol penuh kita. Keterbatasan ini memunculkan perasaan kerentanan dan ketidakpastian. Kesadaran akan ketidakmampuan untuk menguasai segalanya, termasuk masa depan diri sendiri, adalah bagian integral dari pengalaman menjadi manusia. Selain itu, keterbatasan juga termanifestasi dalam dimensi

relasional. Meskipun manusia adalah makhluk sosial, ada batas pada kedalaman pemahaman dan koneksi antar individu, serta pada ketahanan hubungan itu sendiri. Keterbatasan ini, dalam berbagai bentuknya, membentuk batasan-batasan di mana kehidupan dijalani dan pengalaman dimaknai.

Konsep "dunia yang sementara" menekankan sifat fana, transien, dan dinamis dari realitas material dan sosial yang kita huni. Dalam perspektif fisika, segala sesuatu di alam semesta mengalami entropi, kecenderungan menuju ketidakaturan dan pembusukan. Bangunan megah akan lapuk, tubuh akan menua, dan formasi geologis raksasa pun akan terkikis dimakan waktu. Secara sosial dan personal, tatanan masyarakat berubah, nilai-nilai bergeser, kekayaan datang dan pergi, dan hubungan antar individu pun bisa memudar atau berakhir[341]. Tidak ada yang abadi atau permanen dalam ranah pengalaman duniawi.

Pandangan keagamaan, khususnya dalam Islam, secara eksplisit menggambarkan dunia (dunya) sebagai tempat persinggahan yang fana, jembatan menuju kehidupan abadi di akhirat. Al-Quran menegaskan sifat sementara dunia dengan perumpamaan yang kuat*: "Dan tiadalah kehidupan dunia ini melainkan senda gurau dan main-main. Dan sesungguhnya akhirat itulah yang sebenarnya kehidupan, kalau mereka mengetahui."* (QS. Al-'Ankabut: 64). Ayat lain menggambarkan kehidupan dunia sebagai permainan, perhiasan, kebanggaan, dan perlombaan dalam kekayaan dan keturunan, yang kesemuanya segera berlalu seperti hujan yang menumbuhkan tanaman lalu mengering dan menguning (QS. Al-

Hadid: 20). Hadis Nabi Muhammad juga menguatkan pandangan ini, menggambarkan perumpamaan dirinya di dunia hanyalah seperti seorang musafir yang berteduh di bawah pohon lalu meninggalkannya (HR. Tirmidzi). Realitas ini, bahwa segala yang kita kejar dan miliki di dunia ini pada akhirnya akan sirna, merupakan pilar penting dalam pemahaman tentang *dunya*.

Kesadaran akan keterbatasan diri dan realitas dunia yang sementara saling memperkuat dan menciptakan kondisi eksistensial yang unik. Keterbatasan fisik, seperti kematian, menjadi jauh lebih signifikan ketika disandingkan dengan realitas bahwa segala sesuatu yang kita miliki atau capai di dunia ini bersifat sementara dan tidak dapat dibawa melewati batas kematian. Kekayaan, kekuasaan, popularitas semua ini adalah atribut dunia yang fana, dan keterbatasan temporal kita memastikan bahwa koneksi kita dengan hal-hal tersebut akan terputus[342]. Kerentanan psikologis manusia, seperti kemampuan merasakan kehilangan, diperparah oleh kenyataan bahwa objek kasih sayang atau pencapaian kita di dunia ini tunduk pada hukum ketidakkekalan.

Fenomena seperti "salience mortalitas" dalam psikologi menunjukkan bahwa kesadaran akan kematian (keterbatasan temporal utama) dapat memengaruhi pandangan dunia dan perilaku manusia secara signifikan[343]. Dalam konteks dunia yang sementara, kesadaran ini menyoroti urgensi dalam menjalani hidup dan menemukan sesuatu yang memiliki nilai abadi atau setidaknya melampaui rentang hidup individu. Jika segala sesuatu bersifat sementara, dan diri kita juga terbatas, maka menginvestasikan

makna hanya pada hal-hal yang sementara akan menghasilkan kekosongan atau krisis makna ketika hal-hal tersebut hilang atau ketika akhir diri mendekat.

Dalam menghadapi kenyataan keterbatasan diri dalam dunia yang sementara, manusia secara inheren didorong untuk mencari makna. Pencarian ini bukanlah kemewahan filosofis, melainkan kebutuhan psikologis dan eksistensial yang fundamental. Seperti yang dikemukakan oleh Viktor Frankl melalui logoterapi, dorongan paling utama pada manusia adalah "kehendakan akan makna" (will to meaning), bahkan melampaui kehendak akan kenikmatan (Freud) atau kehendak akan kekuasaan (Adler)[344]. Dalam kerangka Frankl, makna dapat ditemukan melalui tiga cara utama: (a) berkarya atau berbuat sesuatu, (b) mengalami sesuatu atau seseorang (seperti cinta atau keindahan alam), dan (c) bersikap terhadap penderitaan atau situasi batas yang tidak dapat diubah.

Kesadaran akan finitude diri dan transiensi dunia berfungsi sebagai katalisator bagi pencarian ini. Mengetahui bahwa waktu terbatas mendorong manusia untuk memanfaatkan waktu yang ada secara bermakna. Menyaksikan ketidakstabilan aset duniawi mendorong pencarian nilai yang lebih stabil atau abadi. Menghadapi penderitaan yang tak terhindarkan (sebuah manifestasi keterbatasan) memaksa refleksi tentang tujuan di balik penderitaan itu sendiri atau sikap yang diambil dalam menghadapinya. Pencarian makna menjadi upaya untuk menenun benang-benang pengalaman yang terbatas dan sementara menjadi sebuah narasi hidup yang koheren dan bernilai transenden.

Mengingat sifat sementara dunia dan keterbatasan diri, pencarian makna yang paling kokoh sering kali mengarah pada domain yang melampaui eksistensi material dan temporal semata. Ini bisa bersifat sekuler maupun spiritual. Dalam kerangka sekuler, makna dapat ditemukan dalam kontribusi terhadap sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri dan rentang hidup individu, seperti ilmu pengetahuan, seni, kemanusiaan, atau warisan yang diturunkan kepada generasi mendatang[345]. Meskipun karya atau kontribusi fisik mungkin sementara, *dampak* atau *nilai* yang diciptakan bisa memiliki resonansi yang lebih lama. Membangun hubungan yang mendalam, meskipun hubungan itu sendiri rentan terhadap perubahan, memberikan makna melalui pengalaman kasih, penerimaan, dan saling mendukung yang dialami *pada saat ini*.

Dalam perspektif spiritual atau keagamaan, makna yang melampaui kesementaraan dunia ditemukan dalam koneksi dengan realitas yang dianggap abadi dan transenden, seperti Tuhan. Dalam Islam, makna utama kehidupan terkait erat dengan tujuan penciptaan manusia itu sendiri, yaitu untuk beribadah kepada Allah dan menjadi khalifah di muka bumi (QS. Adz-Dzariyat: 56, QS. Al-Baqarah: 30). Beribadah, melakukan amal saleh, mencari ilmu yang bermanfaat, dan berkontribusi pada kemaslahatan umat adalah tindakan yang memiliki bobot makna tidak hanya di dunia tetapi juga di akhirat yang abadi. Kesadaran bahwa perbuatan baik atau buruk memiliki konsekuensi abadi (pahala atau dosa) memberikan nilai intrinsik pada setiap momen kehidupan, mengubah setiap tindakan potensial menjadi investasi dalam realitas yang abadi[346].

Kesadaran Diri dan Tujuan Hidup

Pencarian makna dan tujuan hidup merupakan salah satu dorongan fundamental dalam eksistensi manusia. Sepanjang sejarah, berbagai peradaban dan tradisi spiritual telah bergulat dengan pertanyaan tentang alasan keberadaan, sifat realitas, dan takdir akhir manusia. Inti dari pencarian ini sering kali terkait erat dengan perkembangan kesadaran diri, khususnya kesadaran akan sifat fana (sementara) dari dunia material dan keterbatasan inheren dari diri subyektif. Eksistensi manusia ditandai oleh paradoks mendasar: kesadaran akan diri dan dunia di satu sisi, dan realitas kematian serta perubahan yang tak terhindarkan di sisi lain. Kesadaran tentang "kesementaraan dunia" (vanitas) dan "keterbatasan diri" (finitude) bukanlah sekadar observasi empiris, melainkan sebuah wawasan eksistensial yang mendalam. Filosofer eksistensialis, misalnya, menekankan kecemasan (Angst) yang muncul dari kesadaran akan kebebasan mutlak dan ketiadaan fondasi transenden yang pasti, serta realitas kematian sebagai akhir dari proyeksi diri di dunia. Martin Heidegger, dalam karyanya *Being and Time*, membahas "being-towards-death" (Sein zum Tode) sebagai struktur fundamental dari *Dasein* (keberadaan manusia), di mana kesadaran akan kefanaan memungkinkan otentisitas (Eigentlichkeit)[347]. Kesadaran ini mengguncang dan melenyapkan ilusi stabilitas dan keabadian dalam ranah material. Keterikatan pada pencapaian duniawi, kepemilikan, dan identitas yang dibangun di atas dasar yang fana menjadi terlihat rapuh. Proses kesadaran akan keterbatasan ini sering kali memicu krisis eksistensial atau

setidaknya refleksi mendalam. Namun, alih-alih hanya mengarah pada keputusasaan, wawasan ini dapat menjadi titik tolak menuju pemahaman yang lebih 'tercerahkan' atau mendalam tentang apa yang benar-benar bernilai atau abadi di luar batasan ruang dan waktu. Ini adalah pergeseran dari orientasi semata pada *memiliki* atau *menjadi* (dalam pengertian duniawi) menuju pencarian makna yang lebih mendalam dan transenden. Kesadaran akan *fana* mendorong pencarian yang *kekal*, sementara kesadaran akan *keterbatasan diri* mendorong pencarian *Sumber* atau *Inti* yang melampaui diri yang terbatas. Ini adalah proses introspeksi di mana individu mulai bertanya: jika segala sesuatu di dunia ini akan berakhir, apa tujuan sejati dari keberadaan saya? Pemahaman ini membuka pintu untuk menerima perspektif yang berbeda tentang realitas dan tujuan.

Respons terhadap kesadaran akan keterbatasan dan kefanaan dunia ini bervariasi di antara tradisi spiritual utama, masing-masing menawarkan kerangka kerja unik untuk memahami tujuan hidup:

1. Islam: Dalam Islam, tujuan utama eksistensi manusia (Insan) adalah untuk beribadah kepada Allah, Pencipta yang Maha Tunggal dan Abadi. Konsep "ibadah" dalam Islam sangat luas, tidak terbatas pada ritual formal seperti shalat dan puasa, tetapi mencakup seluruh aspek kehidupan seorang Muslim yang dijalani sesuai dengan petunjuk ilahi (Al-Qur'an dan Sunnah Nabi Muhammad SAW). Tujuan akhir dari kehidupan dunia yang fana ini adalah untuk mencapai ridha Allah dan meraih kehidupan abadi di Akhirat, baik berupa surga maupun neraka, sebagai hasil

dari amal perbuatan di dunia. Dunia (dunya) dipandang sebagai ladang amal (mazra'atul akhirah), tempat ujian dan persiapan menuju kehidupan yang kekal. Kesadaran akan kefanaan dunia (fana' ad-dunya) dan keterbatasan diri (ketergantungan mutlak pada Allah) memperkuat motivasi untuk mengabdikan diri sepenuhnya kepada Allah (tauhid), sebab hanya Allah yang Maha Kekal dan Maha Mutlak. Para teolog dan mistikus Islam menekankan bahwa pemahaman sejati tentang tujuan hidup hanya dapat tercapai ketika seseorang menyadari ketiadaan hakiki (nisbi) dari segala sesuatu selain Allah[348].

2. Hindu: Dalam tradisi Hindu, tujuan tertinggi kehidupan (puruṣārtha) bervariasi, namun yang sering dianggap sebagai tujuan akhir adalah *moksha* atau *mukti*, yaitu pembebasan dari *samsara*, siklus kelahiran, kematian, dan kelahiran kembali. Samsara dipandang sebagai penderitaan yang disebabkan oleh ketidaktahuan (avidya) mengenai sifat sejati dari realitas dan diri (Atman). Dunia material (maya) sering kali dipandang sebagai ilusi atau setidaknya realitas yang bersifat sementara dan berubah-ubah. Kesadaran akan penderitaan inheren dalam samsara dan sifat material dunia yang fana memicu (upaya sungguh-sungguh) untuk mencapai moksha. Moksha dapat dicapai melalui berbagai jalan (yoga), seperti Bhakti Yoga (jalan pengabdian), Jnana Yoga (jalan pengetahuan), Karma Yoga (jalan tindakan tanpa pamrih), dan Raja Yoga (jalan disiplin mental dan fisik). Tujuannya adalah realisasi kesatuan Atman (diri individu)

dengan Brahman (Realitas Mutlak Universal), yang merupakan kondisi kebahagiaan abadi dan kebebasan dari penderitaan[349].

3. Buddhisme: Buddhisme, dalam berbagai alirannya, juga berakar kuat pada kesadaran akan sifat penderitaan (dukkha) dan ketidakkekalan (anicca) dari semua fenomena yang terkondisi (samsara). Tujuan utama dalam Buddhisme adalah mencapai *Nirvana*, kondisi pembebasan dari penderitaan dan siklus samsara. Nirvana bukanlah tempat, melainkan realisasi dan pemadaman. Ajaran Empat Kebenaran Mulia (Four Noble Truths) menjelaskan realitas penderitaan, asal-usulnya (keterikatan dan keinginan), kemungkinan penghentiannya, dan jalan menuju penghentian tersebut (Jalan Mulia Berunsur Delapan). Kesadaran mendalam akan ketidakkekalan (impermanence) dan ketiadaan diri yang kekal atau substansial (anatta) dalam fenomena duniawi dan diri subyektif adalah kunci untuk melepaskan keterikatan dan bergerak menuju Nirvana. Pencerahan (bodhi) terjadi ketika individu sepenuhnya menyadari sifat dasar realitas dan melepaskan akar penderitaan[350].

Meskipun berbeda dalam terminologi dan detail doktrinal, ketiga tradisi ini memiliki benang merah yang sama: pengakuan atas sifat sementara dan tidak memuaskan dari eksistensi material sebagaimana adanya, dan orientasi tujuan hidup menuju Realitas yang Abadi, Transenden, atau Pembebasan dari kondisi duniawi yang fana. Kesadaran akan keterbatasan dan kefanaan dunia

berfungsi sebagai titik keberangkatan yang mendorong pencarian tujuan yang melampaui dunia itu sendiri.

Pemahaman teoritis tentang kefanaan dunia dan tujuan hidup dalam tradisi spiritual tidak cukup tanpa praktik yang mendukung. Berbagai praktik spiritual dirancang untuk membantu individu menginternalisasi wawasan ini, memperdalam kesadaran diri, dan memfasilitasi perjalanan menuju tujuan yang ditetapkan.

1. Dzikir (Islam): Dzikir (dzikr) secara harfiah berarti mengingat atau menyebut. Dalam Islam, dzikir merujuk pada mengingat Allah secara sadar, baik melalui pengulangan kalimat pujian dan doa, maupun kesadaran akan kehadiran Allah dalam setiap tindakan. Dzikir berfungsi sebagai cara untuk menjaga kesadaran (muraqabah) akan Realitas Abadi di tengah kesibukan dunia yang fana. Melalui dzikir yang kontinu, hati menjadi tenang, dan keterikatan pada hal-hal material yang sementara dapat berkurang. Ini adalah praktik yang secara langsung melawan kecenderungan melupakan Akhirat dan tenggelam dalam dunia, memperkuat kesadaran akan tujuan utama hidup sebagai ibadah kepada Allah[351].
2. Meditasi (Buddhisme, Hindu, dan lain-lain): Meditasi adalah praktik melatih pikiran, biasanya dengan memusatkan perhatian pada objek tertentu (seperti napas, mantra) atau dengan mengembangkan kesadaran penuh (mindfulness) terhadap pengalaman saat ini tanpa penilaian. Dalam Buddhisme, meditasi (misalnya, Vipassanā atau Samatha) bertujuan untuk mengembangkan wawasan (insight) tentang sifat sejati realitas,

termasuk ketidakkekalan (anicca), penderitaan (dukkha), dan ketiadaan diri (anatta). Melalui observasi yang cermat terhadap pikiran, perasaan, dan sensasi yang muncul dan lenyap, praktisi secara langsung mengalami sifat fana dari pengalaman internal dan eksternal. Ini membantu melepaskan keterikatan pada hal-hal yang tidak kekal dan mengurangi penderitaan yang disebabkan oleh keterikatan tersebut[352]. Dalam tradisi Hindu, meditasi (dhyana) sering kali merupakan bagian dari Jalan Yoga dan bertujuan untuk menenangkan pikiran, mencapai konsentrasi (dharana), dan pada akhirnya mencapai samadhi (keadaan kesaduan) untuk merealisasikan Atman-Brahman.

3. Kontemplasi: Kontemplasi adalah bentuk refleksi yang mendalam dan terfokus pada kebenaran spiritual atau filosofis. Berbeda dengan pemikiran analitis, kontemplasi sering kali melibatkan perenungan yang tenang dan intuitif. Dalam banyak tradisi mistik (termasuk dalam Sufisme Islam, mistisisme Kristen, dan tradisi kontemplatif lainnya), kontemplasi digunakan untuk mencapai pemahaman langsung atau pengalaman tentang Realitas Tertinggi. Kontemplasi tentang sifat dunia yang fana, keterbatasan diri, atau atribut ilahi dapat memperdalam kesadaran dan memfasilitasi pelepasan dari keterikatan duniawi. Ini adalah cara untuk mengintegrasikan pengetahuan intelektual tentang kebenaran spiritual dengan pengalaman batin[353].

Praktik-praktik spiritual ini tidak hanya berfungsi sebagai alat untuk mencapai tujuan akhir, tetapi juga sebagai metode untuk secara bertahap menumbuhkan kesadaran tentang keterbatasan

eksistensial dan sifak fana dari dunia. Melalui disiplin dan pengulangan, wawasan ini bergerak dari tahap pemahaman konseptual ke realisasi eksistensial, yang pada gilirannya memperkuat motivasi untuk hidup sesuai dengan tujuan spiritual yang diyakini.

Kesadaran akan sifat fana dari dunia dan keterbatasan inheren dari diri adalah titik balik potensial dalam perjalanan manusia mencari makna dan tujuan. Wawasan eksistensial ini, yang sering kali memicu refleksi mendalam, dapat mengarah pada pergeseran fokus dari pencapaian duniawi yang sementara menuju pencarian sesuatu yang lebih abadi atau transenden. Berbagai tradisi spiritual Islam, Hindu, Buddhisme, dan lainnya menawarkan kerangka kerja dan tujuan hidup yang spesifik sebagai respons terhadap kesadaran ini: ibadah kepada Allah untuk meraih Akhirat, pembebasan dari samsara melalui Moksha, atau pencapaian Nirvana untuk mengatasi penderitaan. Praktik-praktik spiritual seperti dzikir, meditasi, dan kontemplasi berfungsi sebagai alat esensial untuk memperdalam kesadaran akan keterbatasan eksistensial dan memfasilitasi realisasi tujuan spiritual yang lebih tinggi. Pada akhirnya, hubungan antara kesadaran diri (terutama tentang kefanaan) dan pencarian tujuan hidup adalah universal, mencerminkan upaya mendalam manusia untuk memahami tempatnya dalam kosmos dan memberi makna pada keberadaannya yang terbatas di dunia yang tidak kekal. Pencarian ini, didorong oleh wawasan tentang keterbatasan, adalah jalan menuju pemahaman yang lebih komprehensif tentang potensi dan tujuan sejati dari eksistensi.

Fitrah Kehidupan dan Kerinduan untuk Kembali

Hakikat Ruh dalam Tasawuf

Dalam kerangka ontologi tasawuf, ruh menempati posisi sentral sebagai entitas yang merepresentasikan aspek ilahiah dalam eksistensi manusia. Para sufi memahami ruh bukan semata sebagai nyawa biologis atau prinsip kehidupan dalam arti material, melainkan sebagai unsur esensial yang berasal dari Tuhan dan menjadi penghubung langsung antara manusia dan realitas ketuhanan. Ayat Al-Qur'an yang menjadi fondasi utama pemahaman ini adalah firman Allah dalam *QS. Al-Hijr: 29*, "Kemudian apabila Aku telah menyempurnakan kejadiannya dan meniupkan ke dalamnya ruh-Ku, maka tunduklah kamu kepadanya dengan bersujud"[354]. Kata "ruhi" dalam ayat ini secara linguistik mengandung makna kepemilikan, menunjukkan bahwa ruh manusia adalah emanasi dari kehendak dan kekuasaan Tuhan, bukan bagian dari zat-Nya namun berasal dari alam perintah (*'alam al-amr*), sebagaimana ditegaskan dalam *QS. Al-Isra': 85*, bahwa ruh termasuk urusan Tuhan yang tidak dijelaskan secara mendetail kepada manusia[355].

Para tokoh besar tasawuf seperti Abu Hamid al-Ghazali dan Muhyiddin Ibn 'Arabi membangun kerangka konseptual ruh dalam relasi yang erat dengan makrifat dan proses penyucian diri. Al-Ghazali dalam *Ihya' Ulumuddin* menjelaskan bahwa ruh adalah esensi batiniah manusia yang senantiasa rindu untuk kembali kepada sumber asalnya, yaitu Allah SWT. Proses penyucian ruh dilakukan melalui tazkiyah al-nafs, yaitu pembersihan jiwa dari sifat-sifat tercela yang menjadi hijab antara hamba dan Tuhannya[356]. Ibn

'Arabi lebih lanjut mengembangkan pemikiran ini dalam doktrin wahdat al-wujud (kesatuan wujud), dengan menekankan bahwa ruh merupakan manifestasi dari wujud absolut dalam bentuk terbatas; melalui pengalaman spiritual yang intens, ruh manusia dapat mengalami *fana'* (lenyapnya ego) dan *baqa'* (kekal bersama Tuhan), yang pada akhirnya mengantarkan kepada ittihad penyatuan dalam makna kesadaran, bukan hakikat[357].

Hadis Nabi Muhammad SAW juga mendukung pandangan ini. Dalam sebuah hadis sahih disebutkan: *"Sesungguhnya Allah menciptakan Adam dari segenggam tanah yang diambil dari seluruh permukaan bumi…"* (HR. Abu Dawud dan Tirmidzi). Hadis ini menunjukkan bahwa jasad manusia berasal dari bumi, sedangkan ruh berasal dari sumber yang lebih tinggi, yaitu Allah. Al-Qurthubi dalam *Tafsir al-Jami' li Ahkam al-Qur'an* menyatakan bahwa penciptaan manusia adalah sintesis dari dua unsur: materi (tanah) dan immateri (ruh), yang membentuk hakikat manusia sebagai makhluk dualistik duniawi dan ukhrawi sekaligus[358].

Tasawuf memandang perjalanan ruh sebagai upaya untuk kembali kepada Tuhan melalui tahapan-tahapan spiritual yang disebut *maqamat* (stasiun spiritual), seperti tobat, zuhud, sabar, syukur, dan rida. Setiap maqam merupakan proses pendakian eksistensial yang bertujuan menyucikan ruh dari kekeruhan duniawi. Dengan demikian, ruh bukan hanya entitas metafisik, tetapi juga subjek aktif dalam dinamika spiritual. Dalam perspektif ini, kematian bukan akhir, melainkan transisi ruh menuju dimensi eksistensi yang lebih tinggi, mendekati kehadiran Ilahi.

Lebih dalam lagi, tasawuf mengajarkan bahwa ruh yang tercerahkan akan menyaksikan Tuhan melalui mata hati (*basirah*) yang terbuka. Ini sesuai dengan *QS. Qaf: 22*, "Sesungguhnya kamu berada dalam kelalaian dari ini, maka Kami singkapkan darimu tabir(mu), maka penglihatanmu pada hari itu sangat tajam"[359]. Ayat ini sering dikaji oleh para sufi sebagai isyarat terhadap potensi spiritual ruh untuk melihat hakikat realitas sejati jika hijab duniawi telah diangkat. Dalam epistemologi tasawuf, ruh bukan hanya konsep abstrak, melainkan poros utama eksistensi dan pengenalan terhadap Tuhan. Ia adalah jembatan antara manusia dengan Yang Maha Mutlak, dan melalui penyucian serta pengalaman rohani, ruh berpotensi mencapai tingkat makrifat yang menjadi tujuan akhir dari seluruh perjalanan spiritual.

Dunia sebagai Tempat Singgah: Pandangan Kosmologis Sufi

Dalam paradigma kosmologi sufi, dunia diposisikan bukan sebagai tujuan akhir, melainkan sebagai tempat persinggahan (*maqam al-maqarr*) dalam perjalanan panjang ruh manusia menuju Tuhan. Konsep ini merupakan bagian integral dari kerangka eksistensial tasawuf yang menempatkan kehidupan duniawi sebagai satu tahap dari proses penyempurnaan diri (*tazkiyah al-nafs*) dan pengenalan terhadap realitas hakiki, yaitu Allah SWT. Dunia, dalam kacamata para sufi, bersifat sementara (*fana'*) dan menipu (*ghurur*), yang jika tidak disikapi dengan kesadaran spiritual dapat menjadi hijab atau penghalang bagi ruh untuk menyaksikan kebenaran ilahiah[360].

Al-Qur'an menggarisbawahi kefanaan dunia secara eksplisit dalam *QS. Al-Hadid: 20*: "Ketahuilah bahwa sesungguhnya kehidupan dunia itu hanyalah permainan dan suatu yang melalaikan, perhiasan dan saling bermegah-megahan di antara kamu serta berbangga-banggaan tentang banyaknya harta dan anak..."[361]. Ayat ini menjadi dasar kontemplatif bagi para sufi untuk tidak menjadikan dunia sebagai orientasi hidup, tetapi sebagai ladang ujian yang mendidik jiwa untuk melepaskan keterikatan pada materi. Dalam pandangan ini, dunia bukanlah sesuatu yang harus dibenci secara mutlak, tetapi mesti ditransendensikan agar ruh dapat melanjutkan suluknya menuju Yang Abadi.

Struktur kosmologi tasawuf yang berakar pada filsafat neoplatonis dan diperhalus melalui pengalaman spiritual para wali menyusun jagat semesta dalam hierarki realitas yang berlapis. Menurut Ibn 'Arabi dan sufi lainnya, terdapat empat tingkatan alam: *alam lahut* (ketuhanan), *alam jabarut* (kekuasaan malaikat), *alam malakut* (ruh dan makhluk halus), dan *alam nasut* (dunia fisik)[362]. Dalam konteks ini, manusia sebagai makhluk komposit hidup di alam nasut dengan jasadnya, namun ruhnya berasal dari alam malakut bahkan memiliki potensi untuk memahami realitas lahut melalui penyaksian spiritual (*mushahadah*)[363]. Oleh karena itu, keberadaan manusia di dunia ini hanya bersifat temporer; ia bagaikan musafir yang tengah singgah sebelum melanjutkan perjalanannya menuju kampung halaman yang hakiki. Hadis Rasulullah SAW menguatkan pandangan ini: *"Jadilah engkau di dunia ini seperti orang asing atau musafir."* (HR. Bukhari)[364]. Pesan hadis ini tidak hanya bersifat moral,

tetapi juga kosmologis: manusia diingatkan bahwa dunia bukan tempat tinggal abadi. Imam Nawawi dalam *Syarh Shahih Muslim* menjelaskan bahwa hadis ini menunjukkan sikap seorang mukmin harus senantiasa bersiap untuk meninggalkan dunia dan tidak tenggelam dalam kenikmatannya[365].

Ruh yang berasal dari alam tinggi secara fitrah selalu merindukan kampung halamannya. Kerinduan ini dalam istilah sufistik disebut sebagai *syauq*, yaitu rindu eksistensial yang mendorong ruh untuk mencari Tuhan. Dalam konteks ini, dunia bukan diabaikan, melainkan dijalani dengan kesadaran spiritual penuh. Al-Junaid al-Baghdadi menegaskan bahwa hakikat tasawuf adalah "mengambil dunia dari tanganmu, bukan dari hatimu"[366]. Artinya, keterlibatan dalam kehidupan duniawi tetap dibolehkan, bahkan perlu, namun tidak boleh sampai menjadikan hati lalai dari tujuan utama, yaitu perjumpaan dengan Allah. Pemahaman ini diperkuat oleh *QS. Al-Ankabut: 64*: "Dan kehidupan dunia ini hanyalah permainan dan senda gurau. Sedangkan negeri akhirat itulah kehidupan yang sebenarnya, kalau mereka mengetahui"[367]. Tafsir Ibn Katsir menyebutkan bahwa ayat ini merupakan peringatan bahwa nilai hakiki dari kehidupan terletak pada akhirat, bukan dunia yang penuh tipuan. Oleh karena itu, para sufi memandang dunia dengan sikap *zuhud*, bukan karena membenci dunia, tetapi karena mereka sadar akan kefanaannya dan tidak ingin terjebak dalam jebakan eksistensial yang menutup akses kepada Yang Maha Kekal.

Kosmologi sufi menawarkan sebuah pandangan holistik tentang keberadaan dunia: ia adalah arena ujian spiritual, tempat ruh

mengalami dinamika antara keterikatan dan pembebasan. Dunia adalah tempat singgah dalam perjalanan kembali kepada Tuhan. Dalam kesadaran ini, manusia dididik untuk hidup di dunia tanpa menjadi bagian darinya, menjadikan dunia sebagai kendaraan, bukan tujuan, sehingga ruh dapat menyelesaikan suluknya dengan selamat sampai kepada hakikat ketuhanan.

Kerinduan Jiwa kepada al-Haqq (Allah)

Dalam khasanah pemikiran tasawuf, konsep *syauq* kerinduan ruhani kepada al-Haqq (Allah) menempati posisi fundamental dalam dinamika hubungan eksistensial antara manusia dan Tuhan. *Syauq* tidak sekadar emosi atau gejolak psikologis, melainkan manifestasi terdalam dari fitrah ruh yang menyadari keterpisahannya dari asalnya dan secara aktif berusaha untuk kembali kepada-Nya. Kerinduan ini merupakan respons spiritual ruh terhadap kesadaran akan asal-usul ilahiahnya, sebagaimana ditegaskan dalam firman Allah dalam *QS. Al-A'raf: 172*, ketika Allah bertanya kepada ruh-ruh manusia, "Bukankah Aku ini Tuhanmu?" Mereka menjawab, 'Betul (Engkau Tuhan kami), kami bersaksi'"[368]. Ayat ini menjadi dasar teologis atas pemahaman bahwa ruh manusia pernah mengalami kedekatan ontologis dengan Tuhan dan menyimpan ingatan primordial yang mendorongnya untuk kembali menyatu secara spiritual dengan al-Haqq.

Dalam pandangan para sufi, *syauq* merupakan energi transenden yang mendorong seseorang menjalani *suluk* (perjalanan spiritual) melalui tahapan-tahapan maqam menuju *ma'rifah*, yakni pengenalan langsung dan intuitif terhadap Allah. Cinta kepada

Tuhan (*mahabbah*) dan kerinduan kepada-Nya (*syauq*) merupakan dua sisi dari satu realitas ruhani yang saling melengkapi. Al-Hallaj, dalam puisi-puisinya, mengekspresikan kerinduan ini dengan bahasa paradoks yang melampaui rasio, sementara Jalaluddin Rumi mengartikulasikan kerinduan ruh melalui metafora seruling dalam *Mathnawi-nya*: "Dengarkan seruling menceritakan, betapa ia merintih karena perpisahan…"[369]. Seruling yang terbuat dari buluh melambangkan ruh manusia yang terpisah dari sumber asalnya dan terus merindukan perjumpaan kembali dalam kesatuan spiritual.

Konsep ini juga ditegaskan dalam hadis qudsi yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari: "Aku adalah perbendaharaan yang tersembunyi, maka Aku ingin dikenal, maka Kuciptakan makhluk agar mereka mengenal-Ku"[370]. Hadis ini mengisyaratkan bahwa penciptaan manusia dilandasi oleh kehendak Ilahi untuk dikenal (*ma'rifatullah*), dan dalam proses pengenalan itu, kerinduan muncul sebagai jembatan eksistensial antara manusia dan Tuhan. Dalam kerangka ini, *syauq* bukan sekadar rasa, tetapi struktur eksistensial yang inheren dalam ruh manusia yang sadar akan keber-Tuhanannya.

Pengalaman *syauq* tidak dapat dilepaskan dari praktik spiritual yang konkret. Para sufi memelihara dan menyuburkan kerinduan ini melalui dzikir, muraqabah, khalwat, dan ibadah lainnya yang memungkinkan ruh terhubung kembali dengan dimensi ilahiah. *QS. Ar-Ra'd: 28* menyatakan: "Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram"[371]. Tafsir al-Alusi menafsirkan bahwa ketenteraman tersebut adalah bentuk resonansi spiritual dari ruh yang mulai mengenali dan mendekati realitas hakikinya. Dzikir

dalam konteks ini bukan sekadar ritual verbal, melainkan sarana transendensi yang memperkuat tali ruh dengan Tuhan dan menjadi medium artikulasi *syauq*.

Imam al-Qusyairi dalam *Risalah al-Qusyairiyyah* menyebut *syauq* sebagai maqam tinggi yang hanya bisa dirasakan oleh mereka yang telah merasakan kehadiran Allah dalam kalbunya[372]. Kerinduan ini tidak mungkin muncul tanpa *mahabbah* yang mendalam, dan *mahabbah* itu sendiri bersumber dari *ma'rifah*. Oleh karena itu, dalam tradisi tasawuf, cinta, kerinduan, dan pengenalan terhadap Allah merupakan tiga tahap progresif dalam pencapaian spiritual seorang hamba.

Sementara itu, Al-Ghazali dalam *Ihya' Ulumuddin* menggambarkan *syauq* sebagai puncak kenikmatan ruhani yang melampaui semua kenikmatan duniawi. Ia menulis bahwa kerinduan kepada Allah merupakan bukti keimanan sejati dan tanda bahwa ruh masih memiliki sensitivitas terhadap cahaya Ilahi[373]. Dalam kondisi inilah, seseorang merasa "terbakar" oleh cinta Tuhan, sehingga dunia menjadi sempit dan hanya perjumpaan dengan-Nya yang bisa memberi kelegaan eksistensial.

Dalam kesimpulan, *syauq* adalah daya ruhani yang menggerakkan manusia dari keterasingan menuju penyatuan, dari kelupaan menuju ingatan, dari dunia menuju Tuhan. Ia bukan sekadar nostalgia spiritual, tetapi panggilan ontologis yang berakar pada hakikat penciptaan manusia itu sendiri. Melalui *syauq*, manusia menemukan bahwa seluruh kehidupannya adalah

perjalanan pulang, dan hanya dalam pelukan al-Haqq, ruh mencapai ketenangan sejati.

Fana dan Baqa

Lenyapnya Aku dalam Cahaya Ketuhanan

Dalam spektrum luas pemikiran mistis Islam, Sufisme menawarkan jalur esoteris menuju realitas ilahi. Salah satu konsep sentral yang paling mendalam, sekaligus seringkali disalahpahami, adalah *Fana'*. Secara harfiah berarti "lenyap" atau "musnah", Fana' dalam konteks Sufisme merujuk pada suatu keadaan spiritual (hal) atau tingkatan (maqam) di mana kesadaran individual (diri kontingen) sirna atau terlampaui dalam pengalaman kehadiran ilahi. Fenomena ini tidak diartikan sebagai kehancuran fisik atau nihilisme eksistensial, melainkan sebagai transformasi radikal dalam persepsi dan kesadaran diri, terutama di hadapan manifestasi (tajalli) atau "Cahaya" (Nur) Ketuhanan yang mutlak.

Secara terminologis, Fana' dapat didefinisikan sebagai kondisi di mana seorang salik (pengembara spiritual) tidak lagi menyadari keberadaan dirinya sendiri atau ciptaan lainnya karena sepenuhnya tenggelam dalam kontemplasi Realitas Tunggal, yaitu Allah. Definisi ini bervariasi di antara mazhab-mazhab Sufi, namun inti fundamentalnya tetap mengenai penghapusan bukan keberadaan fisik melainkan kesadaran akan "keakuan" (ana) yang terpisah dari Tuhan. Konsep ini seringkali dianggap sebagai puncak atau mendekati puncak perjalanan spiritual sebelum mencapai *Baqa'* (kekal bersama Tuhan)[374]. Fana' bukanlah tujuan akhir dalam dirinya sendiri, melainkan jembatan menuju Baqa', di

mana sang salik kembali berfungsi di dunia namun dengan kesadaran abadi akan Realitas Ilahi yang meresapi segalanya. Menurut para teoretikus Sufi terkemuka seperti al-Qusyayri dalam *ar-Risalah al-Qusyayriyyah*, Fana' adalah lenyapnya kesadaran akan makhluk (termasuk diri sendiri) karena dominasi kontemplasi Sang Khalik[375].

Konsep Cahaya Ketuhanan (Nur Ilahi) adalah elemen krusial dalam kosmologi dan pengalaman mistis Islam. Al-Quran sendiri menggambarkan Allah sebagai "Nur langit dan bumi"[376]. Ayat ini, yang dikenal sebagai Ayat an-Nur (Surah An-Nur, ayat 35), seringkali diinterpretasikan sebagai manifestasi Allah yang menerangi, membimbing, dan mengungkap realitas. Tafsir ayat ini bervariasi, namun pada intinya, Nur Ilahi tidak berarti cahaya fisik, melainkan simbol bagi:

1. Dzat Ilahi: Cahaya sebagai kiasan bagi keberadaan mutlak-Nya yang tidak dapat dipahami sepenuhnya.
2. Ilmu Ilahi: Cahaya yang menerangi pengetahuan dan kebenaran.
3. Hidayah Ilahi: Cahaya yang membimbing manusia di jalan yang lurus.
4. Manifestasi (Tajalli): Cahaya sebagai cara Allah menampakkan diri-Nya kepada ciptaan-Nya, baik melalui nama-nama (asma') maupun sifat-sifat (sifat)[377].

Dalam konteks Sufisme, interaksi dengan Nur Ilahi ini bukanlah sekadar pemahaman intelektual, melainkan pengalaman langsung (dzawq) yang transformatif. Cahaya ini dianggap membersihkan hati (qalb) sang salik dari kegelapan keakuan dan keterikatan pada

selain-Nya, mempersiapkan hati untuk penyingkapan realitas yang lebih tinggi.

Hubungan antara Fana' dan Cahaya Ketuhanan bersifat kausal dan fenomenologis dalam kerangka mistis. Fana' terjadi *karena* atau *dalam* pengalaman intensif terhadap Nur Ilahi. Prosesnya dapat dijelaskan sebagai berikut: sang salik, melalui disiplin spiritual yang ketat seperti dzikir (mengingat Allah), muraqabah (meditasi), riyadhah (latihan spiritual berat), dan takhalli (pengosongan diri dari sifat tercela) serta tahalli (penghiasan diri dengan sifat terpuji) secara bertahap membersihkan "cermin hati"-nya. Ketika hati telah bersih, ia menjadi reseptif terhadap Tajalli Ilahi, yaitu pancaran Cahaya Ketuhanan.

Ketika Cahaya ini memancar dengan intensitas penuh ke dalam hati salik, realitas diri kontingen sang salik yang diibaratkan seperti cahaya lilin menjadi tidak signifikan dan "lenyap" di hadapan terangnya "matahari" Cahaya Ilahi[378]. Ini bukan berarti cahaya lilin itu musnah secara esensial, melainkan menjadi tidak tampak dan tidak berpengaruh dalam dominasi cahaya matahari. Demikian pula, kesadaran "aku" terlampaui oleh kesadaran akan Realitas Ilahi Yang Mutlak. Dalam keadaan Fana' ini, sang salik tidak lagi menyadari dirinya sebagai entitas yang terpisah dan mandiri, melainkan merasakan kebergantungan total, bahkan "ketiadaan" dirinya relatif terhadap Keberadaan (Wujud) Allah Yang Mutlak.

Fana' dapat dipahami sebagai perwujudan tertinggi dari Tauhid (keesaan Allah) pada tingkat pengalaman. Syahadat "La ilaha illa Allah" (Tiada Tuhan selain Allah) memiliki makna eksoteris berupa

penolakan terhadap segala bentuk penyembahan selain Allah, dan makna esoteris berupa penolakan terhadap keberadaan *hakiki* apapun selain Allah. Dalam Fana', sang salik secara *langsung mengalami* bahwa hanya Allah yang memiliki keberadaan *sendiri* (wajib al-wujud), sementara seluruh ciptaan (termasuk dirinya) memiliki keberadaan *kontingen* (mumkin al-wujud) yaitu, ada hanya karena diciptakan dan dipertahankan oleh Allah. Pengalaman lenyapnya diri dalam Cahaya Ketuhanan adalah pengalaman lenyapnya kesadaran akan keberadaan kontingen di hadapan Keberadaan Mutlak[379]. Ini adalah penghapusan syirik khafi (kemusyrikan tersembunyi), yaitu ketergantungan atau kepercayaan pada kekuatan diri sendiri atau makhluk lain selain Allah.

Konsep ini selaras dengan hadis qudsi yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari, di mana Allah berfirman, *"Senantiasa hamba-Ku mendekat kepada-Ku dengan amalan-amalan sunnah sehingga Aku mencintainya. Jika Aku telah mencintainya, maka Aku menjadi pendengarannya yang dia gunakan untuk mendengar, penglihatannya yang dia gunakan untuk melihat, tangan yang dia gunakan untuk berbuat, dan kaki yang dia gunakan untuk berjalan..."*[380]. Penjelasan (syarah) hadis ini dalam tradisi Sufi seringkali mengarah pada makna ketiadaan fungsi mandiri sang hamba di hadapan dominasi kehendak dan kekuatan Ilahi[381]. Hadis ini mencerminkan hasil dari Fana' yang mengarah pada Baqa', di mana hamba bertindak *melalui* Allah, bukan dari dirinya sendiri yang terpisah. Para sarjana modern sering menganalisis Fana' dari sudut pandang psikologi transpersonal atau fenomenologi agama,

melihatnya sebagai keadaan kesadaran non-biasa yang dicapai melalui praktik kontemplatif intensif, yang melibatkan hilangnya batas-batas ego tradisional dan munculnya kesadaran yang menyatu[382]. Namun, dalam kerangka Sufi itu sendiri, Fana' dipahami sebagai anugerah (fadl) dari Allah, bukan semata-mata hasil dari usaha manusia, meskipun usaha (mujahadah) adalah prasyarat.

Figur-figur Sufi klasik memberikan penjelasan yang beragam namun saling melengkapi. Al-Ghazali, dalam *Ihya' Ulumiddin*, menjelaskan Fana' sebagai puncak mahabbah (cinta), di mana pecinta (muhibb) begitu tenggelam dalam kontemplasi Yang Dicintai (Allah) sehingga ia lupa dari dirinya sendiri dan dari segala sesuatu selain Yang Dicintai[383]. Ibn Arabi, dengan pemikirannya yang lebih metafisik, menempatkan Fana' dalam konteks kesatuan wujud (wahdat al-wujud), di mana sang salik menyaksikan bahwa hanya Wujud Allah yang esa yang memanifestasikan diri dalam segala bentuk[384]. Meskipun penjelasan mereka berbeda dalam nuansa filosofis, keduanya sepakat bahwa Fana' adalah pengalaman lenyapnya kesadaran diri yang terpisah, disebabkan oleh dominasi Realitas Ilahi yang disaksikan sebagai Cahaya atau Kehadiran Mutlak.

Fana sebagai Pengalaman Mistis

Tarekat Sufi dalam Islam secara historis mewakili dimensi esoteris yang mendalami pencarian Realitas Ilahi dan kedekatan dengan Tuhan. Salah satu konsep sentral dan sering kali dianggap sebagai puncak pengalaman dalam perjalanan spiritual Sufi adalah *fana'* (فناء). Istilah ini secara harfiah berarti "peleburan" atau "ketiadaan," dan dalam konteks mistik merujuk pada penghancuran

atau ketiadaan kesadaran diri individu sebagai entitas yang terpisah dari Realitas Ilahi. Dalam literatur Sufi, *fana'* sering dijelaskan sebagai tahap di mana kesadaran ego individu (atau *nafs*) lenyap dalam kesadaran akan Kehadiran Ilahi yang meliputi segalanya. Ini bukanlah kehancuran fisik atau hilangnya keberadaan ontologis individu, melainkan lenyapnya kesadaran akan diri sendiri sebagai pusat eksistensi atau agen independen yang berbeda. Sebaliknya, yang tersisa adalah kesadaran tunggal akan Realitas Tuhan. Proses *fana'* ini sering kali dilihat sebagai prasyarat atau tahap awal menuju *baqā'* (بقآء), yang berarti "kekalnya" atau "subsistensi" dalam Tuhan. Setelah ego fana', sang mistikus kemudian hidup dalam kesadaran penuh akan Realitas Ilahi, bertindak dan melihat melaluinya.

Inti dari pengalaman *fana'* adalah rasa 'penyatuan' dengan Tuhan atau tenggelamnya kesadaran diri dalam Kehadiran Ilahi yang tak terbatas. Ini adalah pengalaman langsung (*dhawq*, rasa) yang melampaui pemahaman intelektual semata. Dalam *fana'*, sang mistikus merasakan hilangnya batas antara dirinya dan Realitas Ilahi, seolah-olah gelombang (individu) telah larut kembali ke dalam samudra (Tuhan).

Rasa kehilangan diri (*self-annihilation*) adalah ciri khas dari *fana'*. Ini bukanlah pengalaman yang menyakitkan, melainkan sering digambarkan sebagai pembebasan dari beban ego dan keterikatan duniawi. Dalam keadaan ini, kesadaran individu tidak lagi terfokus pada ‘aku’ dan ‘milikku’, melainkan dipenuhi oleh Kehadiran Tuhan. Pengalaman ini sering kali terkait erat dengan praktik spiritual

intensif, seperti *dhikr* (mengingat Tuhan) secara berkesinambungan, di mana pengulangan nama-nama atau sifat-sifat Tuhan mengikis kesadaran diri hingga hanya Tuhan yang dirasakan hadir.

Sejarah Sufisme kaya akan kisah-kisah mistikus yang diduga mengalami *fana'* dan mengekspresikannya dalam berbagai cara.

Salah satu contoh paling terkenal adalah Abu al-Mughith al-Husayn ibn Mansur al-Hallaj (w. 922 M), seorang mistikus Persia. Al-Hallaj dikenal karena pernyataannya yang kontroversial, *"Ana al-Haqq"* (Akulah Kebenaran/Realitas Mutlak). Pernyataan ini sering ditafsirkan sebagai ekspresi dari keadaan *fana'*, di mana identitas dirinya begitu sepenuhnya terserap dalam Realitas Ilahi (*al-Haqq* adalah salah satu nama Tuhan) sehingga dia merasakan bahwa Tuhanlah yang berbicara melalui dirinya. Bagi para pendukungnya dalam tradisi Sufi, "*Ana al-Haqq*" bukan klaim ketuhanan Al-Hallaj secara pribadi, melainkan pengakuan bahwa dalam keadaan fana', tidak ada lagi entitas 'aku' yang terpisah dari Realitas Tuhan. Individu, setelah mengalami ketiadaan diri, menjadi cermin murni bagi manifestasi Tuhan di dunia.

Selain Al-Hallaj, tokoh perempuan juga memainkan peran penting dalam sejarah Sufi dan banyak yang mengalami keadaan *fana'*. Rabi'ah al-Adawiyyah (w. 801 M), seorang mistikus awal dari Basra, adalah pelopor konsep *muhabbah* (cinta murni untuk Tuhan) sebagai jalan utama menuju kedekatan Ilahi. Meskipun tidak secara eksplisit menggunakan istilah *fana'* seperti yang dikembangkan kemudian, kehidupannya mencerminkan keadaan di mana cintanya kepada Tuhan begitu mendominasi

sehingga segala sesuatu yang lain, termasuk kesadaran akan dirinya sendiri dan keinginan surgawi atau ketakutan neraka, menjadi lenyap. Pengalaman penyatuan Rabi'ah dengan Tuhan melalui cinta adalah bentuk *fana'* di mana ego terhapus oleh intensitas *mahabbah* Ilahi, meninggalkan hanya kesadaran akan Kekasih Ilahi sebagai pusat tunggal eksistensi.

Fana' bukanlah tujuan akhir dari jalan Sufi, melainkan sebuah fase krusial yang mengarah pada *baqā'* bi-Allah (kekal dalam Tuhan). Setelah *fana'*, sang mistikus tidak lagi kembali ke kesadaran ego yang terpisah, tetapi hidup dengan kesadaran baru di mana dirinya hadir *dalam* Realitas Tuhan. Ini memanifestasikan dirinya dalam pelayanan kepada sesama, melihat tanda-tanda Tuhan di mana-mana, dan bertindak dengan integritas penuh karena kesadaran yang terus-menerus akan Kehadiran Ilahi. *Fana'* adalah transformasi radikal persepsi dan keberadaan, menggeser pusat kesadaran dari diri yang terbatas ke Realitas Ilahi yang tak terbatas, yang memungkinkan sang mistikus untuk hidup 'di dalam' Tuhan sambil tetap berada 'di dunia'.

Fana' adalah sebuah fenomena mistis yang mendalam dalam Sufisme, merujuk pada penghancuran ego atau kesadaran diri yang terpisah, yang berpuncak pada pengalaman penyatuan atau peleburan dalam Kehadiran Tuhan. Ini adalah tahap transformatif yang melampaui pemahaman rasional, dicapai melalui praktik spiritual intensif seperti *dhikr* dan kontemplasi. Tokoh-tokoh seperti Al-Hallaj, dengan "*Ana al-Haqq*" sebagai ekspresi penyerapan dalam Realitas Mutlak, dan Rabi'ah al-Adawiyyah, dengan *fana'* yang

didorong oleh cinta Ilahi yang murni, memberikan gambaran historis tentang bagaimana pengalaman *fana'* ini dapat mewujud. *Fana'* pada akhirnya mengarah pada *baqā'*, di mana sang mistikus hidup dalam kesadaran abadi akan Realitas Ilahi, menandai realisasi tertinggi dalam perjalanan spiritual Sufi menuju kedekatan dan pengenalan sejati akan Tuhan.

Bertahan dalam Tuhan, Hidup dalam Kebenaran

Baqa', yang secara harfiah berarti 'keberadaan' atau 'kekekalan', adalah sebuah tahapan spiritual krusial yang dicapai seorang salik (penempuh jalan spiritual) setelah melalui proses *fana* (penghancuran diri atau ego). Berbeda dengan interpretasi awam, *Baqa'* bukanlah kembalinya ego lama, melainkan sebuah keberlanjutan eksistensi yang sepenuhnya terserap dan bersemayam dalam realitas Ilahi. Tasawuf, dimensi esoteris Islam, menawarkan sebuah jalan (ṭarīqah) bagi para pencari kebenaran untuk mencapai kedekatan, pengetahuan, dan penyatuan mistis dengan Tuhan. Perjalanan spiritual ini melibatkan serangkaian tahapan (*maqāmāt*) dan keadaan (*aḥwāl*) yang membawa salik dari kesadaran egoistik menuju kesadaran Ilahi. Dua konsep sentral yang menandai transformasi radikal dalam perjalanan ini adalah *fana* dan *baqa*. Sementara *fana* sering dipahami sebagai peleburan[385] atau penghancuran diri (ego partikular) dalam Realitas Ilahi, *baqa* adalah tahap selanjutnya yang seringkali kurang dipahami secara mendalam.

Secara etimologis, *baqa'* (بقَاء) berasal dari akar kata Arab yang mengandung arti 'tetap', 'tinggal', 'abadi', atau 'kekal'[386]. Dalam

penggunaan sehari-hari, kata ini merujuk pada keberadaan atau kelangsungan. Namun, dalam konteks terminologi Sufi, *Baqa'* memiliki makna teknis yang jauh lebih mendalam dan spesifik. Ia merujuk pada keadaan eksistensi spiritual yang dicapai seorang salik *setelah* melalui pengalaman *fana fi al-Haqq* (peleburan dalam Realitas/Tuhan). *Baqa'* bukan kembali ke keadaan sebelum *fana*, melainkan sebuah keadaan baru di mana indvidu tetap 'ada' (bertahan), namun keberadaan ini sepenuhnya berbeda dari keberadaan egoistik sebelumnya yang telah musnah[387]. Ia adalah kehidupan yang diilhami dan diliputi oleh Kesadaran Tuhan yang berkelanjutan dan tak terpisahkan[388]. Dengan kata lain, *Baqa'* adalah keberadaan yang berlangsung *melalui* atau *dalam* Tuhan, bukan terpisah dari-Nya.

Konsep *Baqa'* sebagai 'keberlanjutan dalam Tuhan' (Baqa' bi Allah) adalah inti dari maknanya5. Setelah ego partikular, dengan segala atribut dan keterbatasannya, mengalami *fana* dalam keagungan Realitas Ilahi, yang tersisa dan 'bertahan' adalah esensi diri yang sejati (sering dikaitkan dengan *ruh* atau 'hati' yang termurnikan[389]), yang kini eksis sepenuhnya karena dan dalam Realitas Tuhan. Individualitas tidak sepenuhnya lenyap menjadi non-eksistensi absolut, tetapi ia 'bangkit' kembali dalam mode eksistensi yang berbeda mode di mana subjek yang mengalami secara konstan menyadari dan bersemayam dalam Kehadiran Ilahi[390]. Ini adalah keadaan di mana kesadaran salik secara permanen tertambat pada Realitas Tunggal, meskipun ia masih berinteraksi dengan dunia pluralistik. Keberadaan individu dalam *Baqa'* adalah pantulan[391]

atau manifestasi dari Keberadaan Ilahi itu sendiri, yang menopang dan melingkupi seluruh eksistensi.

Pencapaian *Baqa'* menandai transformasi diri yang radikal dan permanen. Ini bukan sekadar perubahan kognitif atau emosional sesaat, melainkan restrukturisasi ontologis pengalaman eksistensi. Individu yang mencapai *Baqa'* hidup dengan 'mata hati' yang telah disucikan dan tercerahkan[392], memungkinkan mereka untuk melihat Realitas Ilahi dalam segala sesuatu (*wa huwa maʿakum ainamā kuntum* - QS 57:4). Dunia tidak lagi dialami sebagai entitas terpisah dari Tuhan, melainkan sebagai teofani (manifestasi Ilahi) atau tempat Realitas Ilahi hadir dan bekerja.

Kehidupan sehari-hari individu dalam *Baqa'* sepenuhnya berorientasi pada Kebenaran Ilahiah (*al-Haqq*). Setiap tindakan, pikiran, dan perkataan diilhami oleh kesadaran akan Tuhan dan tuntunan-Nya. Ego lama yang dikendalikan oleh hawa nafsu dan keakuan telah digantikan oleh diri yang berfungsi sebagai instrumen atau manifestasi Kehendak Ilahi. Ini menghasilkan integritas spiritual yang luar biasa, di mana esensi batin dan tindakan lahiriah selaras dengan Kebenaran. Kehidupan dalam *Baqa'* adalah realisasi dari potensi sejati manusia sebagai *khalifah* (wakil Tuhan) di bumi, yang sepenuhnya selaras dengan sumbernya.

Dalam kerangka perjalanan spiritual Sufi, *Baqa'* sering dianggap sebagai puncak dari *sayr ila al-Allah* (perjalanan menuju Tuhan) dan permulaan dari *sayr fi al-Allah* (perjalanan di dalam Tuhan) atau *sayr ʿala al-Allah* (perjalanan dari Tuhan). Setelah mencapai *fana*, yaitu stasiun di mana salik melampaui kesadaran

akan dirinya sendiri dan "melebur" dalam Tauhid Ilahi, ia kemudian beralih ke *Baqa'*. Tahap ini bukanlah akhir dari perjalanan di dunia, melainkan kembalinya salik ke dalam kehidupan duniawi, namun kini dengan kesadaran yang telah sepenuhnya bertransformasi dan bersatu dengan Tuhan.

Banyak risalah Sufi klasik, seperti *Risala al-Qushayriyya* atau karya-karya Ibn Arabi mengenai *al-Insan al-Kamil* (Manusia Sempurna), menguraikan *Baqa'* sebagai ciri khas individu yang telah mencapai stasiun tertinggi. Sufi yang berada dalam keadaan *Baqa'* tidak menarik diri dari dunia; sebaliknya, mereka kembali ke masyarakat dengan kapasitas spiritual yang diperbarui, mampu berinteraksi dengan ciptaan dari perspektif Ilahi. Mereka adalah bukti hidup bahwa mungkin untuk berada di dunia namun tidak *dari* dunia, dengan hati dan pikiran yang selalu tertambat pada Realitas Tertinggi.

Meskipun *Baqa'* adalah keadaan spiritual yang mendalam dan intrapersonal, ia memiliki manifestasi yang nyata dalam perilaku dan cara individu berinteraksi dengan lingkungan. Tindakan seseorang yang telah mencapai *Baqa'* mencerminkan kualitas-kualitas Ilahi yang kini bersemayam atau terpantul dalam dirinya. Ini termasuk:

1. Cinta Kasih (Mahabbah): Cinta mereka meluas melampaui batas-batas pribadi dan mencakup seluruh ciptaan, dipandang sebagai manifestasi Kekasih (Tuhan).
2. Kebijaksanaan (Hikmah): Pemahaman mereka tentang realitas melampaui pengetahuan rasional; mereka memiliki wawasan intuitif (*ma'rifah*) yang berasal dari koneksi langsung dengan

Kebenaran. Keputusan dan tindakan mereka bijaksana dan selaras dengan Tatanan Ilahi.

3. Ketenangan (Sakinah) dan Kedamaian: Terlepas dari gejolak dunia luar, hati mereka tetap tenang dan damai, karena mereka berlabuh dalam Realitas Abadi yang tak terganggu oleh perubahan temporal.
4. Pelayanan Tanpa Pamrih: Tindakan mereka di dunia seringkali didorong oleh keinginan murni untuk melayani Tuhan dengan melayani ciptaan-Nya. Tidak ada lagi motif egoistik; hanya pelaksanaan Kehendak Ilahi.

Orang seperti ini hidup di dunia, namun eksistensi mereka adalah kesaksian hidup akan Keberadaan dan Kebenaran Tuhan. Dalam kajian komparatif agama dan mistisisme, konsep *Baqa'* dalam Tasawuf seringkali ditarik paralelnya dengan gagasan 'pencerahan' dalam Buddhisme atau 'kesadaran kosmis' dalam beberapa tradisi mistik lainnya. Konsep Nirvana dalam Buddhisme, yang melibatkan pemadaman *dukkha* (penderitaan) melalui lenyapnya ego (terutama dalam tradisi non-Mahayana), memiliki kemiripan struktural dengan *fana* dalam aspek penghancuran diri. Namun, perbedaan teologis fundamental tetap ada. Sementara Nirvana sering digambarkan sebagai keadaan transenden yang melampaui eksistensi personal, *Baqa'* adalah keberadaan yang *personal* (meskipun ditransformasi) namun sepenuhnya sadar dan tertambat pada Realitas *pribadi* Tuhan (Allah) dalam kerangka teisme Islam. Demikian pula, konsep 'kesadaran kosmis' yang dijelaskan oleh Richard Bucke atau pengalaman *unio mystica* dalam beberapa tradisi Kristen menunjukkan titik temu dalam hal

perluasan kesadaran melampaui batas-batas ego normal dan persepsi kesatuan realitas. Namun, kekhasan *Baqa'* terletak pada fondasi teologis Islamnya yang kuat dan posisinya dalam perjalanan *ṭarīqah* yang spesifik, yang melibatkan syariat, ibadah, dan nama-nama serta sifat-sifat Tuhan. Meskipun paralel dapat ditarik mengenai keadaan kesadaran yang transenden dan damai, struktur teologis, tujuan akhir (Keridhaan Allah), dan konteks praktik spiritualnya sangatlah unik bagi tradisi Sufi.

Baqa' adalah konsep kunci dan tahapan klimaks dalam jalan spiritual Tasawuf. Ia menandai keadaan eksistensi yang dicapai seorang salik setelah penghancuran diri (*fana*) dalam Realitas Ilahi. Berbeda dengan fana yang merupakan "lenyapnya" diri, *Baqa'* adalah "bertahannya" diri, tetapi bukan ego lama, melainkan diri yang telah terlahir kembali dan bersemayam *dalam* Tuhan. Ini adalah kehidupan di dunia fisik yang dijalani dengan kesadaran Ilahi yang konstan dan tak terpisahkan. Transformasi diri dalam *Baqa'* menghasilkan individu yang tindakannya dilandasi oleh cinta kasih, kebijaksanaan, dan ketenangan yang bersumber dari Kehadiran Tuhan. Meskipun dapat ditarik perbandingan dengan konsep pencerahan atau kesadaran transenden dalam tradisi lain, *Baqa'* tetap unik dalam kerangka teologi dan praktik spiritual Islam Sufi. Ia adalah realisasi dari potensi tertinggi manusia untuk hidup di dunia sebagai manifestasi Kebenaran Ilahi, membuktikan bahwa mungkin untuk bertahan dan beroperasi di alam temporal sambil sepenuhnya bersemayam dalam Realitas yang Abadi.

Dialektika Ego dan Kesadaran Ilahiah dalam Proses Takhalli, Tahalli, Tajalli

Perjalanan spiritual dalam tradisi mistik Islam, atau Sufisme, sering digambarkan sebagai proses mendaki melalui tahapan-tahapan tertentu menuju kedekatan ilahiah. Tiga tahapan fundamental yang sering diacu adalah *Takhalli*, *Tahalli*, dan *Tajalli*. Artikel ini mengeksplorasi dinamika dialektis antara realitas ego (diri rendah) dan pencapaian kesadaran ilahiah dalam kerangka tiga tahapan tersebut. Ego, dipahami sebagai 'nafs' dalam terminologi Islam, pada mulanya berfungsi sebagai penghalang utama menuju realitas absolut, namun dalam proses spiritual, ia tidak semata-mata dihancurkan melainkan ditransformasi. Dialektika ini merupakan interaksi kompleks antara upaya purifikasi diri, penerimaan anugerah ilahiah, dan pengalaman penyataan Tuhan, yang secara progresif mengubah kesadaran ego dari keterpusatan diri menjadi kesadaran universal yang menyatu dengan manifestasi ilahiah. Analisis akan difokuskan pada bagaimana setiap tahapan (Takhalli, Tahalli, Tajalli) merepresentasikan suatu momen dalam dialektika ini, di mana kontradiksi antara ego dan kesadaran ilahiah diatasi dan mencapai sintesis pada tingkat yang lebih tinggi, mengarah pada realisasi diri yang sesungguhnya dalam konteks Ketuhanan.

Dalam berbagai tradisi spiritual dunia, perjalanan menuju realisasi diri (*ultimate self-realization*) atau persatuan dengan Realitas Tertinggi seringkali melibatkan pergulatan mendalam dengan aspek-aspek diri yang terbatas dan egosentris. Dalam konteks Sufisme, dimensi esoteris Islam, pergolakan internal ini diformulasikan secara sistematis melalui tahapan-tahapan spiritual

(*maqamat*) dan keadaan spiritual (*ahwal*) yang membimbing seorang salik (pengembara spiritual) menuju *ma'rifah* (pengetahuan intuitif tentang Tuhan) dan *fana'* (peleburan diri dalam Realitas Ilahi)[393]. Di antara kerangka kerja yang paling fundamental dalam mendeskripsikan proses ini adalah trias *Takhalli*, *Tahalli*, dan *Tajalli*.

Trias ini tidak sekadar urutan linier, melainkan mencerminkan suatu proses transformatif di mana unsur-unsur kontradiktif khususnya antara ego dalam manifestasinya yang terbatas dan kesadaran akan Kehadiran Ilahiah yang tak terbatas berinteraksi secara dinamis. Ego, atau al-nafs dalam konteks psikologi Sufi, seringkali dipandang sebagai sumber tirai yang menghalangi pandangan terhadap Realitas Tunggal, dipenuhi dengan keinginan-keinginan rendah, keterikatan material, dan sifat-sifat tercela[394]. Di sisi lain, kesadaran ilahiah merepresentasikan tujuan akhir keadaan kesadaran di mana individu mengalami realitas absolut, mengetahui Tuhan sebagaimana adanya, dan menyadari keterhubungannya yang mendalam dengan seluruh ciptaan.

Artikel ini bertujuan untuk menganalisis trias Takhalli, Tahalli, dan Tajalli melalui lensa dialektika. Dialektika, dalam pengertian filosofisnya, merujuk pada proses pergerakan pemikiran atau realitas melalui kontradiksi, di mana suatu tesis berhadapan dengan antitesis, menghasilkan sintesis yang melebihi keduanya pada tingkat yang lebih tinggi[395]. Dalam konteks spiritual, kita dapat melihat ego sebagai tesis awal (kondisi kesadaran yang terpusat pada diri), pencarian dan penampakan kesadaran ilahiah sebagai

antitesis yang menantang dan mengubah tesis tersebut, dan tahapan selanjutnya (terutama Tajalli) sebagai sintesis di mana ego yang telah ditransformasi atau dilebur menjadi media bagi kesadaran yang lebih tinggi.

a. Fondasi Teoritis: Ego (Nafs) dan Kesadaran Ilahiah dalam Sufisme

Sebelum mengkaji dialektika dalam tahapan-tahapan, penting untuk memahami konsep ego (*nafs*) dan kesadaran ilahiah dalam tradisi Sufi. *Al-Nafs* adalah konsep yang kompleks dalam Islam, mencakup jiwa, diri, psyche, dan seringkali diidentifikasi dengan kecenderungan rendah dan keinginan duniawi (*nafs al-ammarah bi al-su'* - jiwa yang cenderung pada kejahatan)[396]. Ego dalam pengertian ini adalah pusat dari kesadaran yang terpisah, ilusi dualitas antara diri dan yang lain, dan sumber dari berbagai sifat negatif seperti kesombongan, iri hati, keserakahan, dan kemarahan. Tujuan utama jalan spiritual Sufi adalah mendisiplinkan, memurnikan, dan mentransformasi *nafs* ini agar tidak lagi menjadi tirai melainkan cermin yang memantulkan cahaya Ilahi[397].

Kesadaran ilahiah, di sisi lain, bukanlah sekadar pengetahuan intelektual tentang Tuhan, melainkan suatu pengalaman mendalam dan langsung (*dhawq*) akan kehadiran dan sifat-sifat-Nya. Ini adalah kesadaran akan realitas yang tunggal (*Tawhid*) di mana segala sesuatu bergantung, kesadaran akan sifat-sifat positif sempurna (*Asma' wa Sifat*) seperti Kasih Sayang (*Rahmah*), Kebijaksanaan (*Hikmah*), Kedamaian (*Salam*), dan Keindahan (*Jamal*). Dalam puncaknya, kesadaran ilahiah dapat mengarah pada

pengalaman *fana'* (peleburan) di mana kesadaran ego yang terbatas lenyap dalam pemahaman akan realitas ilahiah yang tak terbatas, diikuti dengan *baqa'* (kekal dalam Tuhan) di mana seorang salik kembali ke alam ciptaan dengan kesadaran yang diwarnai oleh Realitas Ilahi[398].

Dialektika di sini adalah antara realitas ego yang terbatas, fana, dan cenderung rendah, dengan realitas Ilahiah yang tak terbatas, Abadi, dan sempurna. Perjalanan spiritual adalah proses di mana realitas Ilahiah secara perlahan menembus dan mengubah domain ego, sebuah interaksi yang penuh ketegangan, penolakan, penerimaan, dan akhirnya sintesis.

b. Takhalli: Antitesis Ego dan Mulainya Purifikasi

Takhalli (pengosongan atau pembersihan) adalah tahap pertama dan fundamental dalam trias ini. Pada tahapan ini, fokus utama adalah pembersihan batin dari segala sifat negatif dan keterikatan duniawi yang bersumber dari ego rendah (*nafs al-ammarah*)[399]. Ini melibatkan perjuangan aktif (*mujahadah*) melawan keinginan-keinginan ego yang tidak sehat, godaan materi, dan sifat-sifat tercela.

Dalam kerangka dialektika, *Takhalli* dapat dilihat sebagai munculnya antitesis terhadap kondisi awal ego yang dominan (tesis). Kesadaran mungkin awalnya hanya berupa keyakinan teologis atau dorongan spiritual mulai menyadari bahwa sifat-sifat dan keterikatan ego adalah penghalang untuk mencapai tujuan spiritual, yaitu kedekatan dengan Tuhan atau kesadaran ilahiah. Kontradiksi muncul antara keinginan ego untuk kenyamanan,

kekuasaan, dan validasi eksternal di satu sisi, dengan panggilan batin untuk pelepasan, kesederhanaan, dan keikhlasan di sisi lain.

Ego pada tahap ini seringkali menunjukkan resistensi kuat terhadap proses pembersihan ini. Ia menyukai status quo-nya, ketakutan akan kehilangan identitas yang dibentuk oleh keterikatan duniawi, dan enggan melepaskan kendali[400]. Upaya *Takhalli* melalui disiplin seperti puasa, mengurangi tidur, menghindari pembicaraan sia-sia, dan memerangi emosi negatif adalah manifestasi dari antitesis ini yang secara konstan menekan dan menantang tesis ego. Tujuan *Takhalli* bukanlah untuk menghancurkan ego sepenuhnya, tetapi untuk membersihkannya dari "karat" yang menghalanginya memantulkan cahaya Ilahi. Ini adalah tahap negasi, di mana sifat-sifat negatif ego dinegasikan melalui praktik spiritual dan disiplin diri.

c. Tahalli: Transformasi Ego dan Penerimaan Sifat Ilahiah

Setelah ruang batin dikosongkan melalui *Takhalli*, tahapan selanjutnya adalah *Tahalli* (pengisian atau pengindahan). Tahap ini melibatkan pengisian diri dengan sifat-sifat positif dan mulia (*akhlaq karimah*), yang dalam esensinya adalah pencerminan dari sifat-sifat Ilahiah (*Asma' wa Sifat*)[401]. Ini termasuk mengembangkan sifat seperti kasih sayang, kemurahan hati, kesabaran, kerendahan hati, kejujuran, dan kepercayaan kepada Tuhan (*tawakkul*).

Dalam konteks dialektika, *Tahalli* mewakili langkah menuju sintesis. Antitesis (upaya pembersihan dan penolakan sifat ego negatif) telah menciptakan ruang, dan sekarang tesis yang dimurnikan berinteraksi dengan antitesis dalam bentuk positif:

penyerapan dan manifestasi sifat-sifat yang mencerminkan kesadaran ilahiah. Ego yang sebelumnya adalah pusat dari keinginan rendah kini mulai berfungsi sebagai wadah atau medium bagi manifestasi sifat-sifat Tuhan[402].

Proses ini bukanlah sekadar pengisian pasif. Ego yang telah melalui *Takhalli* menjadi lebih reseptif terhadap bimbingan ilahiah dan inspirasi batin. Interaksi dialektis di sini terletak pada bagaimana ego yang ditransformasi secara aktif menginternalisasi dan mengekspresikan sifat-sifat ilahi dalam kehidupan sehari-hari. Ego tidak dihilangkan, tetapi karakternya berubah secara fundamental. Ini adalah tahap afirmatif, di mana sifat-sifat ilahiah (sebagai antitesis terhadap ego sebelumnya) diinternalisasi dan ditegaskan dalam realitas diri. Ego yang telah dimurnikan dan dihiasi mulai menyelaraskan dirinya dengan kehendak dan sifat-sifat Realitas Tertinggi, mempersiapkan diri untuk pengalaman yang lebih mendalam.

d. Tajalli: Sintesis dan Pengalaman Kesadaran Ilahiah

Tajalli (penyataan atau manifesasi) adalah tahapan puncak dalam trias ini, di mana seorang salik mengalami penyingkapan atau penampakan Realitas Ilahiah secara langsung[403]. Ini bisa berupa pengalaman pengetahuan intuitif yang mendalam (*ma'rifah*), penyaksian batin (*mushahadah*), atau bahkan pengalaman peleburan diri dalam Tuhan (*fana'*) yang mengarah pada kekal bersama Tuhan (*baqa'*)[404]. Dalam *Tajalli*, tirai antara hamba dan Tuhan tersingkap, dan individu mengalami kesatuan eksistensi (*wahdat al-wujud*) atau kesatuan penyaksian (*wahdat al-shuhud*).

Dalam kerangka dialektika, *Tajalli* adalah realisasi sintesis. Perjuangan antara ego (tesis) dan upaya mencapai kesadaran ilahiah (antitesis melalui Takhalli dan Tahalli) mencapai resolusi dan integrasi. Ego dalam pengertiannya yang terbatas dan terpisah seakan-akan menghilang dalam lautan Realitas Ilahiah (fana'). Namun, ini bukanlah kehancuran total, melainkan transformasi ke tingkat eksistensi yang lebih tinggi (baqa'), di mana diri yang subsisten (baqa') berfungsi sebagai manifestasi dari kesadaran ilahiah dalam alam ciptaan[405].

Ego yang telah melalui Takhalli dan Tahalli menjadi transparan, tidak lagi menjadi penghalang melainkan cermin yang sempurna. Kesadaran ilahiah tidak lagi menjadi tujuan yang dicari dari luar, melainkan realitas yang dialami dari dalam dan di sekitar. Dialektika antara ego dan kesadaran ilahiah tidak lagi berupa kontradiksi yang menegangkan, melainkan suatu keselarasan di mana ego berfungsi sebagai alat bagi manifestasi Realitas Tertinggi[406]. Ini adalah puncak dari proses transformasi, di mana dualitas subjektif-objektif terlampaui, dan kesadaran individu memancar dari kesadaran universal.

Analisis dialektika antara ego dan kesadaran ilahiah dalam kerangka Takhalli, Tahalli, dan Tajalli menyingkap kedalaman dan dinamisme jalan spiritual Sufi. Proses ini bukanlah penindasan sederhana terhadap ego, melainkan suatu transformasi bertahap yang melibatkan pemurnian (Takhalli), pengisian dan perindahan (Tahalli), dan akhirnya realisasi dan integrasi (Tajalli).

Dialektika ini menunjukkan bahwa ego bukanlah musuh yang harus dimusnahkan, tetapi merupakan materi mentah yang, melalui proses spiritual yang intensif, dapat dimurnikan dan ditransformasi menjadi wadah atau cermin bagi kesadaran ilahiah. Kesadaran ilahiah, di sisi lain, bukanlah sesuatu yang asing dan terpisah, tetapi merupakan realitas intrinsik yang dapat diakses dan dialami melalui peleburan tirai-tirai ego[407].

Model trias Takhalli-Tahalli-Tajalli, dilihat dari perspektif dialektika, menggambarkan pergerakan kesadaran dari kondisi terikat dan terpusat pada diri menuju kondisi lapang dan menyatu dengan Realitas Absolut. Setiap tahapan merepresentasikan fase krusial dalam interaksi ini: Takhalli sebagai penolakan ego rendah, Tahalli sebagai afirmasi sifat ilahiah melalui ego yang ditransformasi, dan Tajalli sebagai sintesis di mana ego berfungsi sebagai media bagi manifestasi atau penyaksian Realitas Ilahiah itu sendiri. Studi lebih lanjut dapat mengeksplorasi implikasi psikologis dan neurologis dari tahapan-tahapan ini, serta perbandingannya dengan model transformasi diri dalam tradisi spiritual lainnya. Namun, kerangka Sufi ini tetap menjadi paradigma yang kuat untuk memahami kompleksitas perjuangan batin menuju kesadaran yang lebih tinggi.

Praktik dalam Proses Takhalli, Tahalli, dan Tajalli:

Dalam konteks tradisi spiritual dan mistisisme, perjalanan menuju realisasi diri dan penyatuan dengan realitas transenden sering kali digambarkan melalui tahapan-tahapan progresif. Salah satu kerangka kerja yang mendalam untuk memahami proses transformasi batin ini adalah melalui model Takhalli, Tahalli, dan

Tajalli. Berasal dari khazanah pemikiran Sufi, ketiga konsep ini merepresentasikan dialektika fundamental dalam pengalaman spiritual: pengosongan diri dari atribut negatif (Takhalli), pengisian diri dengan sifat-sifat ilahi (Tahalli), dan pencerahan atau penyataan kebenaran ilahi dalam kesadaran (Tajalli). Model tripartit ini tidak hanya menawarkan peta jalan teoretis, tetapi juga menggarisbawahi pentingnya praktik-praktik kontemplatif dan meditatif sebagai katalisator utama dalam navigasi tahapan-tahapan tersebut.

Tahap awal dalam kerangka transformasi spiritual ini adalah Takhalli, yang secara etimologis berarti "mengosongkan" atau "meninggalkan". Dalam konteks spiritual, Takhalli merujuk pada proses sistematis untuk membersihkan jiwa dari kecenderungan negatif, sifat-sifat tercela, dan belenggu ego (nafs)[408]. Ini mencakup pengenalan dan pelepasan dari hasrat rendah, keterikatan duniawi yang berlebihan, keangkuhan, iri hati, kemarahan, dan segala bentuk "karakter" yang menghalangi kesadaran akan realitas yang lebih tinggi[409]. Purifikasi ini krusial karena, menurut banyak tradisi mistik, "wadah" batin harus dikosongkan dari kotoran sebelum dapat diisi dengan kehadiran ilahi.

Praktik-praktik seperti meditasi kesadaran (mindfulness) dapat melatih individu untuk mengamati pikiran, emosi, dan sensasi tanpa identifikasi, sehingga memungkinkan pengenalan pola-pola egois dan pelepasan secara bertahap[410]. Dzikir (pengingatan atau penyebutan nama-nama atau atribut Tuhan) dalam tahap Takhalli berfungsi sebagai alat untuk mengalihkan perhatian dari bisikan ego dan pikiran negatif, menciptakan ruang mental untuk kesadaran

yang lebih murni[411]. Tafakur (kontemplasi mendalam) atas sifat fana dunia dan keburukan karakter-karakter tercela juga berkontribusi pada proses detasemen dan purifikasi. Dengan mengidentifikasi sumber-sumber kekeruhan batin, praktik-praktik ini memfasilitasi penciptaan kondisi internal yang kondusif bagi pertumbuhan spiritual.

Setelah "wadah" batin dibersihkan melalui Takhalli, tahap selanjutnya adalah Tahalli, yang berarti "menghiasi" atau "mengisi". Tahap ini melibatkan kultivasi dan internalisasi sifat-sifat positif dan atribut ilahi dalam diri praktisi[412]. Ini bukan sekadar meniru perilaku baik, melainkan transformasi karakter yang mendalam, di mana sifat-sifat seperti cinta kasih (mahabbah), sabar (sabr), syukur (shukr), kejujuran (sidq), tawakal (trust in God), dan sifat-sifat "ketuhanan" lainnya menjadi karakter intrinsik seseorang[413]. Tujuan Tahalli adalah agar manusia menjadi "tempat penampungan" bagi sifat-sifat Ilahi (makhlūq mutakhalliq bi akhlāq Allāh), sejauh kapasitas kemanusiaannya memungkinkan[414].

Dalam konteks praktik, Dzikir memainkan peran sentral dalam Tahalli, khususnya melalui pengulangan nama-nama atau atribut Tuhan (asma' al-husna'). Dengan terus-menerus fokus pada sifat-sifat seperti Maha Pengasih (Ar-Rahman) atau Maha Penyayang (Ar-Rahim), praktisi secara bertahap menginternalisasi kualitas-kualitas tersebut, mencerminkannya dalam tindakan dan kepribadian mereka[415]. Tafakur pada kebesaran ciptaan Tuhan, keindahan sifat-sifat-Nya, dan makna ajaran suci juga membantu menanamkan kebajikan dan pandangan dunia yang positif. Meditasi, dengan

kemampuannya untuk menenangkan pikiran dan meningkatkan fokus, memungkinkan praktisi untuk secara sadar memupuk emosi positif dan niat baik, serta mengintegrasikan nilai-nilai spiritual ke dalam kesadaran sehari-hari.

Tahap puncak dalam model ini adalah Tajalli, yang secara harfiah berarti "manifestasi" atau "penyataan". Ini adalah pengalaman pencerahan, realisasi langsung, atau persepsi kehadiran Ilahi dalam diri praktisi atau dalam realitas secara keseluruhan[416]. Tajalli bukanlah hasil dari usaha intelektual semata, melainkan buah dari proses purifikasi (Takhalli) dan pengindahan (Tahalli) yang konsisten. Ia adalah momen atau keadaan di mana "tirai" ego tersingkap, memungkinkan kesadaran untuk merasakan atau menyaksikan Realitas Tunggal di balik keragaman fenomena[417]. Pengalaman Tajalli dapat bervariasi, mulai dari kesadaran mendalam akan kehadiran Ilahi dalam segala sesuatu, hingga fana (anihilasi diri dalam Realitas), atau baqa' (eksistensi abadi dalam kesadaran Ilahi setelah fana)[418].

Meskipun Tajalli pada dasarnya adalah anugerah atau karunia (wahb) dan bukan semata-mata hasil usaha (kasb), praktik-praktik seperti meditasi mendalam, dzikir yang intens sampai pada keadaan fana, dan kontemplasi kesatuan eksistensi mempersiapkan batin untuk menerima penyataan ini[419]. Keadaan kesadaran yang tenang, jernih, dan terbebas dari ego yang dicapai melalui praktik-praktik sebelumnya menciptakan kondisi internal yang optimal bagi terjadinya pengalaman transenden. Dalam beberapa tradisi, Tajalli dilihat sebagai pengalaman yang berulang dan mendalam, membimbing praktisi ke tingkat Realisasi yang semakin tinggi[420].

Meditasi, dzikir, dan tafakur bukanlah praktik yang berdiri sendiri dalam proses Takhalli, Tahalli, dan Tajalli; sebaliknya, mereka adalah instrumen yang terintegrasi dan saling memperkuat di setiap tahap. Meditasi melatih kesadaran fundamental yang diperlukan untuk mengidentifikasi dan melepaskan (Takhalli), memupuk kualitas positif (Tahalli), dan mencapai kejernihan untuk menerima penyataan (Tajalli). Dzikir, terutama dalam tradisi Sufi, menyediakan metode yang kuat untuk membersihkan hati dari keterikatan (Takhalli), menanamkan atribut ilahi melalui pengulangan Nama-Nya (Tahalli), dan mencapai kondisi fana atau kesadaran akan Realitas Tunggal (Tajalli)[421]. Tafakur, sebagai kontemplasi rasional dan intuitif, mendukung pemahaman intelektual dan eksistensial yang diperlukan untuk mengenali keburukan diri (Takhalli), menghargai dan menginternalisasi kebajikan (Tahalli), dan memahami isyarat-isyarat Realitas dalam ciptaan (Tajalli)[422]. Kombinasi praktik-praktik ini menciptakan pendekatan holistik terhadap transformasi batin, bekerja pada berbagai lapisan kesadaran dan eksistensi.

Penting untuk menekankan bahwa Takhalli, Tahalli, dan Tajalli bukanlah tahapan linier yang sekali selesai, melainkan sebuah siklus dinamis dan proses berkelanjutan sepanjang hayat spiritual seseorang[423]. Realisasi spiritual bukanlah tujuan akhir yang dicapai dan dipertahankan secara statis, melainkan sebuah perjalanan pendalaman yang konstan[424]. Bahkan setelah mengalami bentuk Tajalli, individu mungkin perlu kembali ke proses Takhalli untuk membersihkan lapisan ego yang lebih halus atau keterikatan yang

tersembunyi. Demikian pula, Tahalli adalah proses pemurnian dan pengindahan karakter yang tiada henti, karena selalu ada ruang untuk pertumbuhan dan penyerupaan yang lebih dalam dengan sifat-sifat Ilahi. Tajalli itu sendiri dapat terjadi dalam tingkat kedalaman dan keluasan yang berbeda, membimbing praktisi ke Realisasi yang semakin mendalam tentang hakikat Realitas.

Sifat kontinuitas ini mengimplikasikan bahwa praktik-praktik seperti meditasi, dzikir, dan tafakur harus menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari, bukan hanya aktivitas sesekali[425]. Setiap momen dalam kehidupan dapat menjadi kesempatan untuk Takhalli (misalnya, mengenali dan melepaskan reaksi negatif), Tahalli (misalnya, mempraktikkan kesabaran dalam kesulitan atau menunjukkan kasih sayang), dan bahkan Tajalli (misalnya, merasakan kehadiran Ilahi dalam keindahan alam atau interaksi antarmanusia). Pandangan ini mengubah spiritualitas dari serangkaian latihan formal menjadi cara hidup yang utuh, di mana transformasi batin terus berlangsung dan Realitas Ilahi terus dinyatakan.

Kerangka Takhalli, Tahalli, dan Tajalli menawarkan model yang komprehensif untuk memahami perjalanan transformasi spiritual. Dimulai dengan purifikasi ego dan sifat tercela (Takhalli), dilanjutkan dengan pengisian diri dengan atribut ilahi (Tahalli), dan berpuncak pada penyataan atau realisasi Realitas Ilahi (Tajalli). Praktik-praktik kontemplatif dan meditatif seperti meditasi, dzikir, dan tafakur memainkan peran vital sebagai metode esensial untuk memfasilitasi kemajuan melalui tahapan-tahapan ini. Namun, proses ini bukanlah

urutan statis yang berakhir setelah mencapai "pencerahan" tertentu. Sebaliknya, ia adalah siklus dinamis dan perjalanan berkelanjutan dari pendalaman Realisasi dan transformasi batin. Dengan menjadikan Takhalli, Tahalli, dan Tajalli sebagai prinsip panduan dan mengintegrasikan praktik-praktik relevan ke dalam kehidupan sehari-hari, individu dapat terus bergerak maju dalam perjalanan spiritual mereka, menuju Realisasi yang semakin penuh akan esensi diri sejati dan Realitas Tunggal.

Dzikir al-Mawt Mengingat Kematian sebagai Laku Spiritual

Signifikansi Dzikir Kematian dalam Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa)

Dalam tradisi tasawuf, *dzikir al-mawt* mengingat kematian menempati posisi sentral dalam kerangka *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa). Ia bukan sekadar pengingat akan kefanaan, tetapi menjadi metode transformasi spiritual yang membentuk kesadaran eksistensial seorang *salik* (pejalan spiritual). Dzikir kematian berfungsi sebagai cermin yang memperlihatkan hakikat hidup yang sementara dan rapuh, sekaligus membebaskan ruh dari keterikatan duniawi yang bersifat ilusif. Dalam dimensi ini, kematian bukan dipandang dengan ketakutan, melainkan sebagai jembatan menuju perjumpaan dengan al-Haqq (Allah), tujuan tertinggi dalam perjalanan ruhani manusia.

Nabi Muhammad SAW bersabda: *"Perbanyaklah mengingat pemutus kenikmatan, yaitu kematian."* (HR. Tirmidzi)[426]. Sabda ini tidak hanya bernilai etika, tetapi juga ontologis mengajarkan bahwa segala kenikmatan duniawi sejatinya akan terputus oleh maut, dan

hanya amal serta kesadaran akan akhirat yang akan menyertai ruh. Para sufi memaknainya sebagai peringatan konstan untuk membersihkan hati dari penyakit batin seperti *kibr* (kesombongan), *hubb al-dunya* (cinta dunia), dan *riya'* (pamer amal), yang semuanya menjadi hijab antara hamba dan Tuhannya[427].

Dzikir al-mawt memaksa manusia untuk memaknai setiap detik kehidupan sebagai ladang amal yang akan dipertanggungjawabkan. Dalam hal ini, ia menjadi alat introspeksi (*muhasabah*) yang mendorong *ikhlas* (kemurnian niat) dan *zuhud* (ketidakterikatan terhadap dunia). Imam Al-Ghazali dalam *Ihya' Ulumuddin* menyebutkan bahwa kematian yang terus diingat akan mematikan syahwat dan memadamkan cinta terhadap dunia, karena dunia menjadi terlihat kecil jika dibandingkan dengan kekekalan akhirat[428]. Maka, dzikir kematian menjadi mekanisme spiritual untuk mengalihkan orientasi hidup dari dunia menuju akhirat dan dari makhluk kepada Sang Khalik.

Al-Qur'an pun menyiratkan urgensi kesadaran akan kematian. Dalam *QS. Ali 'Imran: 185* disebutkan, "Tiap-tiap yang berjiwa akan merasakan mati. Dan sesungguhnya pada hari kiamat sajalah disempurnakan pahalamu..."[429]. Tafsir al-Mawardi menjelaskan bahwa ayat ini merupakan peringatan bahwa kehidupan dunia hanyalah masa singkat yang harus dimanfaatkan sebaik mungkin untuk beramal saleh, sebab perhitungan dan ganjaran sejati baru dimulai setelah kematian. Para sufi melihat ayat ini sebagai landasan untuk membangun kesadaran *fana'*, yakni kefanaan segala sesuatu kecuali Allah, yang menjadi dasar utama dalam pembersihan jiwa.

Lebih jauh, *dzikir al-mawt* memiliki dimensi terapi spiritual. Ia melunakkan hati yang keras, menundukkan ego, dan menumbuhkan kerendahan hati. Dalam *Risalah Qusyairiyyah*, Imam Qusyairi menyatakan bahwa tidak ada sesuatu yang lebih efektif untuk melembutkan jiwa seorang salik daripada mengingat kematian secara terus-menerus[430]. Ketika seorang hamba menyadari bahwa hidup ini hanyalah persinggahan sementara, maka ia akan lebih berhati-hati dalam berkata dan bertindak, serta lebih sungguh-sungguh dalam mempersiapkan bekal untuk kehidupan abadi.

Hadis lain dari Rasulullah SAW menyatakan, *"Orang yang paling cerdas adalah yang paling banyak mengingat kematian dan paling siap menghadapinya."* (HR. Ibnu Majah)[431]. Dalam konteks tasawuf, kecerdasan ini bukan hanya intelektual, tetapi *bashirah* penglihatan batin yang jernih. Dzikir kematian menjernihkan *bashirah*, sehingga salik dapat melihat dunia dengan perspektif hakiki dan membedakan antara yang sementara dan yang abadi.

Para sufi generasi awal menaruh perhatian yang sangat besar terhadap *dzikir al-mawt* sebagai metode penyadaran ruhani dan pendorong perubahan moral. Hasan al-Bashri, salah satu tokoh sufi terkemuka dari kalangan tabi'in, pernah berkata, "Wahai anak Adam, sesungguhnya engkau adalah kumpulan hari. Setiap kali satu harimu berlalu, maka sebagian dari dirimu pun ikut pergi."[432]. Ucapan ini menggambarkan pandangan eksistensial bahwa hidup manusia terus berkurang seiring berjalannya waktu, dan kematian adalah kepastian yang tak dapat ditunda. Dengan menyadari hal ini,

seorang *salik* didorong untuk memanfaatkan waktunya secara efektif demi menggapai keridaan Allah.

Ibrahim bin Adham, seorang sufi zuhud yang hidup pada abad ke-2 Hijriah, memberikan ilustrasi tajam tentang *dzikir al-mawt* dalam bentuk tanya jawab retoris yang menggugah. Ia berkata kepada seorang lelaki yang mengeluhkan kerasnya hati: "Jika kamu bisa mengingat tiga perkara dan melakukannya, maka kerasnya hatimu akan lunak: makanlah hanya dari yang halal, kerjakan apa yang kamu tahu, dan perbanyaklah mengingat mati."[433]. Nasihat ini menunjukkan bahwa dzikir kematian tidak berdiri sendiri, tetapi terintegrasi dalam sistem *riyadhah* (latihan spiritual) yang menyucikan batin melalui pengendalian hawa nafsu, ilmu yang diamalkan, dan kesadaran akan akhir kehidupan.

Para sufi memahami bahwa dzikir al-mawt bukan sekadar pengingat pasif, tetapi harus diwujudkan dalam *amal shalih* yang konkret. Seseorang yang benar-benar sadar akan kematian akan lebih sungguh-sungguh dalam menunaikan hak-hak Allah dan sesama manusia, karena ia tahu bahwa setiap amal akan diperiksa dan setiap niat akan diuji. Oleh sebab itu, dalam konteks *tazkiyatun nafs*, dzikir kematian berfungsi sebagai katalisator bagi *tajrid* (pelepasan diri dari dunia) dan *taqarrub* (pendekatan diri) kepada Allah. Ruh yang terbebas dari ilusi dunia akan lebih siap untuk kembali kepada sumber asalnya dengan tenang, sebagaimana disebut dalam *QS. Al-Fajr: 27-30*, "Wahai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridai.

Maka masuklah ke dalam golongan hamba-hamba-Ku, dan masuklah ke dalam surga-Ku."[434]

Dengan demikian, tokoh-tokoh sufi klasik tidak hanya menekankan pentingnya mengingat mati sebagai bentuk ketakutan terhadap akhir, tetapi lebih sebagai pendorong untuk hidup secara autentik dan bermakna. Kematian tidak lagi menjadi ancaman, melainkan panggilan untuk kembali ke rumah asal: keabadian bersama al-Haqq.

Pengaruh Dzikir Kematian terhadap Perilaku dan Kesadaran Ruhani

Dzikir al-mawt atau praktik mengingat kematian merupakan salah satu elemen paling penting dalam perjalanan spiritual (*suluk*) seorang salik dalam tradisi tasawuf. Fungsi utama dari dzikir ini bukanlah untuk menakut-nakuti jiwa atau menciptakan pesimisme terhadap kehidupan, melainkan untuk membentuk kesadaran ruhani yang mendalam dan transformasi moral yang autentik. Dalam kerangka *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa), mengingat kematian menjadi alat kontemplatif yang mengikis ketergantungan pada dunia, menundukkan hawa nafsu, dan membangun orientasi kehidupan yang lebih transendental. Maka, pengaruh dzikir kematian tidak hanya terletak pada aspek kognitif (pengetahuan akan kefanaan), tetapi juga membentuk aspek afektif dan perilaku seseorang dalam menjalani hidup.

Pertama, seseorang yang rutin mengingat kematian cenderung menunjukkan kejujuran dan integritas dalam perilaku sehari-hari. Kesadaran akan keterbatasan waktu hidup dan ketidakpastian ajal

mendorongnya untuk meninggalkan kebohongan, penipuan, dan ketidakadilan, karena ia yakin bahwa semua amal akan dihisab. Dalam *QS. Al-Mulk: 2*, Allah berfirman: “Yang menciptakan mati dan hidup, untuk menguji kamu, siapa di antara kamu yang paling baik amalnya.”[435]. Tafsir al-Thabari menyebut bahwa ayat ini menegaskan kematian sebagai bagian dari sistem ujian ilahi, dan mereka yang sadar akan ujiannya akan memperbaiki amal perbuatannya.

Kedua, pengaruh dzikir al-mawt secara langsung terlihat dalam peningkatan amal shalih dan penurunan kemaksiatan. Seseorang yang yakin bahwa hidupnya bisa berakhir kapan saja akan lebih selektif dalam perbuatannya, lebih gemar beribadah, dan lebih menahan diri dari perbuatan yang mendatangkan murka Allah. Hadis Nabi Muhammad SAW berbunyi: *"Cukuplah kematian sebagai penasihat."* (HR. Baihaqi)[436]. Dalam penjelasan hadis ini, para ulama menyatakan bahwa kematian adalah peringatan paling kuat bagi orang beriman agar tidak larut dalam kenikmatan dunia dan segera bergegas memperbaiki dirinya.

Ketiga, dzikir al-mawt mendorong munculnya sifat *tawadhu’* (rendah hati) dan *’afw* (pemaaf). Mengingat bahwa semua manusia, tanpa pandang kedudukan atau harta, akan kembali ke tanah dan menghadapi kematian membuat seseorang tidak merasa lebih tinggi dari yang lain. Ia menjadi lebih bijak dalam menyikapi konflik dan lebih mudah memaafkan kesalahan orang lain, karena ia sadar bahwa segala urusan akan diadili oleh Allah yang Maha Adil. Sebagaimana tertulis dalam *QS. Al-An’am: 32*, “Dan kehidupan dunia ini hanyalah permainan dan senda gurau. Dan sungguh

kampung akhirat itu lebih baik bagi orang-orang yang bertakwa. Maka tidakkah kamu mengerti?"[437]. Tafsir Ibn Katsir menegaskan bahwa ayat ini memotivasi hamba untuk tidak bersandar pada dunia dan lebih fokus pada kehidupan yang kekal.

Keempat, dzikir al-mawt meningkatkan *murāqabah*, yaitu kesadaran mendalam bahwa Allah senantiasa mengawasi. Kesadaran ini membuat seorang salik lebih jernih dalam berpikir, lebih halus dalam bertutur, dan lebih adil dalam bersikap. Ia tidak hanya takut pada hukuman, tetapi malu kepada Allah karena belum maksimal dalam pengabdian. Imam al-Ghazali dalam *Ihya' Ulumuddin* menyebut bahwa mereka yang senantiasa mengingat mati akan memiliki hati yang "gelisah dengan penuh harap"[438], yakni kondisi spiritual di mana cinta dan rasa takut kepada Allah bersatu dalam ketundukan yang dalam.

Kelima, dalam konteks tasawuf, dzikir kematian membangkitkan kesadaran akan *liqa' Allah* (pertemuan dengan Allah), yang merupakan tujuan akhir dari suluk. Perjumpaan ini bukan bersifat jasadi, melainkan ruhani, di mana ruh kembali kepada Tuhannya dalam keadaan ridha dan diridhai. Hal ini ditegaskan dalam *QS. Al-Fajr: 27-30*: "Wahai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dalam keadaan ridha dan diridhai. Maka masuklah ke dalam golongan hamba-hamba-Ku, dan masuklah ke dalam surga-Ku."[439]. Para sufi memahami ayat ini sebagai gambaran dari ruh yang telah selesai menjalani proses tazkiyah secara paripurna, dan kini berada dalam kedamaian eksistensial karena siap bertemu dengan Sang Kekasih sejati.

Dalam praktik sufistik, dzikir al-mawt bukan hanya diwujudkan dalam lisan, tetapi juga dalam laku hidup yang penuh perenungan. Seorang sufi besar, Abu Bakar al-Warraq, berkata: "Barangsiapa memperbanyak dzikir kematian, maka ia akan dimuliakan dengan tiga hal: segera taubat, hati yang qana'ah, dan semangat dalam ibadah."[440]. Maka, dapat dikatakan bahwa dzikir al-mawt bukan hanya pengetahuan, melainkan praksis spiritual yang berdampak langsung pada pembentukan karakter, penguatan iman, dan pendewasaan ruhani.

Dzikir kematian adalah praktik transformasional yang membawa dampak signifikan terhadap perilaku dan kesadaran ruhani. Ia membangun kejujuran, menjauhkan dari maksiat, menumbuhkan sikap tawadhu' dan pemaaf, serta menguatkan kesadaran akan kehadiran Allah dalam setiap aspek kehidupan. Dalam tradisi tasawuf, ia menjadi pondasi awal menuju *ma'rifah* dan perjumpaan eksistensial dengan Sang Maha Hidup. Kematian bukan lagi akhir, tetapi pintu menuju awal yang hakiki yaitu liqa' Allah yang dirindukan oleh ruh.

Kematian sebagai Cermin Kehidupan yang Bermakna

Dalam wacana tasawuf, kematian tidak dipandang sebagai pemutus eksistensi atau akhir dari segalanya. Ia justru dilihat sebagai *gerbang* menuju kehidupan yang lebih hakiki, yang tak terbatas oleh ruang, waktu, dan materialitas. Kematian, dalam pandangan para sufi, adalah transisi ruhani yang menentukan kualitas keberadaan seorang manusia di alam berikutnya. Oleh karena itu, kehidupan dunia dinilai bukan dari lamanya atau

gemerlapnya, melainkan dari bagaimana seseorang mempersiapkan kematiannya dan menjadikannya sebagai cermin untuk menakar makna hidup.

Konsep ini berakar dalam firman Allah dalam *QS. Al-Ankabut: 64*: “Dan tiadalah kehidupan dunia ini melainkan senda gurau dan permainan belaka. Dan sesungguhnya negeri akhirat itulah kehidupan yang sebenarnya, kalau mereka mengetahui.”[441]. Tafsir al-Razi menyatakan bahwa ayat ini menegaskan perbedaan ontologis antara dunia yang fana dan akhirat yang kekal, di mana kehidupan sejati hanya dapat diraih setelah seseorang melewati fase kematian. Maka, bagi seorang sufi, kehidupan di dunia ini hanyalah fase pengembaraan, sedangkan kematian adalah pintu masuk menuju pertemuan dengan al-Haqq (Allah), yang menjadi tujuan utama dalam perjalanan spiritual.

Dalam dimensi sufistik, muncul pula konsep *al-mawt qabl al-mawt* (mati sebelum mati), yang menjadi inti dari berbagai praktik penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*). Istilah ini merujuk pada proses “mematikan” hawa nafsu, ego, dan keterikatan duniawi sebelum jasad benar-benar mati. Abu Yazid al-Bustami pernah berkata, “Mati sebelum mati adalah jalan para pencinta Ilahi untuk menyingkap hijab yang memisahkan antara ruh dan Tuhannya.”[442]. Dengan mematikan aspek duniawi dalam dirinya, seorang *salik* dapat menyaksikan realitas Ilahi dalam kesadaran rohaniahnya dan hidup dalam kesatuan spiritual (*ittihad*) yang tidak terikat oleh bentuk fisik.

Hadis Nabi Muhammad SAW mendukung konsep ini, sebagaimana sabdanya: *"Matilah sebelum kalian mati."* (HR.

Bayhaqi)[443]. Maksud dari sabda ini adalah perintah untuk menyadari kefanaan diri dan berlatih melepaskan ketergantungan terhadap dunia dan nafsu sebelum datangnya kematian hakiki. Dalam konteks tasawuf, ini berarti seseorang harus menjalani kehidupan dengan kesadaran spiritual yang mendalam, penuh muhasabah, dzikir, dan ibadah yang tulus. Dalam keadaan ini, kematian bukan lagi sesuatu yang menakutkan, tetapi bahkan dirindukan karena menjadi saat pembebasan ruh dari penjara jasmani dan penyingkapan tabir antara hamba dan Tuhan.

Ibn 'Arabi, dalam *Futuhat al-Makkiyyah*, menyatakan bahwa kematian adalah "pembebasan dari hijab bentuk" dan bahwa kehidupan ruh setelah kematian lebih sejati karena ia tidak lagi dibatasi oleh persepsi duniawi[444]. Ini sejalan dengan pemahaman bahwa hidup dunia sering kali hanya menipu, seperti disebut dalam *QS. Al-Hadid: 20*: "Ketahuilah, bahwa kehidupan dunia itu hanyalah permainan dan senda gurau, perhiasan dan saling berbangga di antara kamu serta berlomba dalam kekayaan dan anak keturunan..."[445]. Tafsir Ibn Katsir menambahkan bahwa manusia yang tertipu oleh dunia akan kehilangan orientasi akhirat, sementara para arifin (orang-orang yang makrifat) menjadikan kematian sebagai orientasi tertinggi dalam hidupnya.

Kematian dalam tasawuf juga terkait dengan kesadaran *fana'* (lenyapnya diri) dan *baqa'* (kekal dalam Allah). Dalam tahap *fana'*, seorang sufi mengalami kehancuran identitas egoistik dan merasa tidak ada selain Allah. Dalam tahap *baqa'*, ia hidup dalam kesadaran bahwa semua yang terjadi adalah manifestasi kehendak Ilahi. Maka,

kematian fisik tidak menjadi sesuatu yang mengganggu, karena ia hanyalah puncak dari proses spiritual yang telah lama dilalui sejak seorang salik mematikan dirinya secara batiniah. Dalam pandangan ini, kematian adalah perjumpaan, bukan perpisahan.

Pengalaman para sufi seperti Rabiah al-Adawiyyah juga memperlihatkan bahwa kerinduan akan kematian bukan dilandasi rasa putus asa, tetapi rasa cinta. Ia pernah berdoa, "Ya Allah, jika aku menyembah-Mu karena takut neraka, maka bakarlah aku di neraka. Jika aku menyembah-Mu karena mengharap surga, maka haramkanlah surga untukku. Tapi jika aku menyembah-Mu karena cinta kepada-Mu, maka janganlah Engkau jauhkan aku dari-Mu."[446]. Ini adalah bentuk spiritual tertinggi di mana kematian dipahami sebagai pertemuan sang pecinta dengan yang dicinta.

Kematian dalam tasawuf bukanlah akhir yang menakutkan, melainkan awal dari kehidupan sejati dan kekal bersama Allah. Kehidupan dunia hanyalah persinggahan, dan nilai sejatinya terletak pada bagaimana manusia menyiapkan kematiannya dengan membersihkan diri dari nafsu dan ego. Konsep *al-mawt qabl al-mawt* menjadi jalan spiritual yang mengantar ruh mendekati Tuhan bahkan sebelum kematian jasad, sehingga ketika ajal tiba, ia datang sebagai kekasih, bukan musuh. Seperti dalam ungkapan sufi: *"Mati itu manis bagi mereka yang telah mati sebelum mati."*

Al-Maut Qablal Maut

Makna Filosofis dan Mistis dari "Mati Sebelum Mati"

konsep spiritual dan filosofis "Al-Maut Qablal Maut" atau "Mati Sebelum Mati" yang secara signifikan hadir dalam berbagai tradisi

mistis dunia, khususnya dalam Tasawuf. Konsep ini merujuk pada proses transformatif internal di mana individu secara sadar melakukan detasemen dari ego, nafsu, dan keterikatan material sebelum mengalami kematian fisik. Melalui pendekatan komparatif dan analitis, tulisan ini mengupas definisi esensial, manifestasinya dalam Tasawuf (khususnya terkait *Fana* dan perspektif Ibn Arabi), serta resonansinya dalam tradisi spiritual lain seperti Buddhisme (Nirvana) dan Kristianitas (kematian terhadap diri). Lebih lanjut, artikel ini membahas simbolisme kematian dalam konteks mistis sebagai transisi dan persiapan menuju eksistensi yang lebih tinggi, menegaskan bahwa "Mati Sebelum Mati" adalah sebuah disiplin spiritual mendalam yang bertujuan mencapai kebebasan sejati dan penyatuan dengan realitas transenden.

Pencarian makna keberadaan dan usaha manusia untuk melampaui batasan-batasan eksistensi duniawi merupakan tema sentral dalam sejarah filsafat dan mistisisme. Di antara berbagai jalan spiritual yang ditawarkan oleh tradisi-tradisi besar dunia, muncul sebuah konsep paradoksal namun esensial: "Mati Sebelum Mati" (dalam bahasa Arab: *Al-Maut Qablal Maut*). Konsep ini bukanlah seruan untuk mengakhiri hidup secara fisik, melainkan sebuah metafora mendalam untuk proses pemurnian diri, penanggalkan ego, dan pelepasan dari keterikatan duniawi yang harus dialami oleh seorang pencari spiritual demi mencapai tingkat kesadaran atau penyatuan yang lebih tinggi. Dalam konteks studi komparatif agama dan filsafat, pemahaman terhadap fenomena ini membuka pintu bagi apresiasi terhadap kesamaan fundamental

dalam tujuan akhir banyak jalur spiritual, meskipun dengan kerangka doktrin dan praktik yang berbeda. Artikel ini bertujuan untuk menganalisis makna filosofis dan mistis dari "Mati Sebelum Mati", mengeksplorasi definisi, implikasinya dalam beberapa tradisi, dan simbolisme yang melingkupinya.

Secara fundamental, Al-Maut Qablal Maut didefinisikan sebagai kondisi di mana seorang individu mengalami kematian *spiritual* atau *psikologis* sebelum kematian *fisik*. Ini adalah proses aktif dan disengaja untuk "mengosongkan diri" atau mencapai *kenosis* spiritual, di mana pusat kesadaran bergeser dari identitas egoistik yang terbatas menuju realitas yang lebih luas dan transenden. Kematian ini bukan merupakan nihilisme atau penolakan total terhadap kehidupan, melainkan penolakan terhadap keterikatan yang membutakan pada diri, keinginan rendah (*nafs*), harta benda, status sosial, dan ilusi-ilusi dunia materi yang menghalangi persepsi terhadap kebenaran fundamental. Proses ini melibatkan pembersihan hati dari sifat-sifat tercela dan pengisiannya dengan kualitas-kualitas ilahi atau kebajikan universal. Dengan kata lain, ia adalah kematian terhadap "aku" yang terkonstruksi secara sosial dan psikologis, demi lahirnya "aku" yang otentik dalam hubungannya dengan Yang Absolut.

Dalam tradisi mistis Islam, Tasawuf, konsep Al-Maut Qablal Maut menempati posisi sentral dan secara intrinsik terhubung dengan pencapaian kondisi *Fana* (pemusnahan atau lenyapnya diri) dalam kehadiran Tuhan (*al-Haqq*). *Fana* bukanlah kehancuran eksistensi individual, melainkan lenyapnya kesadaran akan diri sebagai entitas

terpisah yang independen dari Realitas Mutlak. Seorang sufi yang mengalami "mati sebelum mati" melalui disiplin spiritual yang ketat dianggap telah berhasil menanggalkan belenggu-belenggu diri dan dunia material, sehingga hanya Realitas Ilahi yang menjadi pusat kesadaran dan tujuan eksistensi mereka. Keadaan *Fana* ini seringkali diikuti oleh *Baqa* (kekekalan atau penyuburan), di mana sang sufi "hidup" dalam Realitas Ilahi, bertindak bukan dari kehendak dirinya sendiri melainkan dari Kehendak-Nya .

Seorang tokoh sentral dalam literatur mistis Islam, Ibn Arabi, mengelaborasi konsep ini sebagai "kematian spiritual" atau "kematian dari diri sendiri" (*al-mawt al-ma'nawi* atau *al-mawt 'an al-nafs*). Baginya, kematian ini adalah prerequisite untuk mencapai pengetahuan sejati tentang Tuhan (*ma'rifah*) dan pengenalan diri sejati. Individu yang telah mengalami kematian spiritual tidak lagi terikat pada kesenangan dunia fisik, ambisi pribadi, atau identifikasi sempit dengan bentuk-bentuk material. Fokus eksistensi mereka sepenuhnya beralih kepada Yang Ilahi, mencerminkan kualitas-kualitas Tuhan dalam tindakan dan kesadaran mereka, meskipun tetap berada di dunia manifestasi. Proses ini dianggap sebagai perjalanan kembali menuju asal-usul spiritual, melintasi berbagai lapisan diri dan realitas. Meskipun terminologinya spesifik dalam konteks Islam, makna esensial dari "Mati Sebelum Mati" dapat ditemukan resonansinya dalam tradisi spiritual dan filosofis lain di seluruh dunia, menunjukkan adanya arketipe universal dalam pengalaman transendensi.

Dalam ajaran Buddhisme, khususnya dalam tradisi Theravada dan Mahayana awal, konsep Nirvana (*Nibbana*) dapat dipahami sebagai analogi filosofis dari "kematian ego" [8]. Nirvana adalah kondisi pembebasan dari penderitaan (*dukkha*) yang dicapai melalui pemadaman tiga akar kejahatan: keserakahan (*lobha*), kebencian (*dosa*), dan khayalan/ketidaktahuan (*moha*). Inti dari pemadaman ini adalah pemahaman mendalam tentang *Anatta* (non-diri), yaitu ajaran bahwa tidak ada inti ego yang kekal atau independen. Penghapusan keinginan, kelekatan, dan konstruksi ego inilah yang menciptakan kebebasan spiritual sejati dari siklus kelahiran dan kematian (samsara). Dalam pengertian ini, pencapaian Nirvana adalah "mati" terhadap ilusi diri yang terpisah dan keterikatan duniawi, menghasilkan kesadaran yang tenang dan terbebaskan.

Dalam tradisi Kristianitas, meskipun tidak menggunakan frasa yang sama persis, terdapat konsep yang sepadan, yaitu kematian terhadap "diri lama" atau "daging" dan kelahiran kembali "dalam Kristus". Rasul Paulus dalam surat-suratnya seringkali berbicara tentang pengorbanan diri, penyerahan diri sepenuhnya kepada kehendak Tuhan, dan kehidupan yang "mati" terhadap dosa dan dunia untuk hidup "bagi Allah". Konsep ini terhubung dengan ide pemanggulan salib, yang secara simbolis berarti kesediaan untuk melepaskan keinginan diri demi mengikuti jalan Yesus yang penuh pengorbanan, kasih, dan kerendahan hati. Ini adalah proses penyerahan ego dan identifikasi diri sepenuhnya dengan kehidupan dan ajaran Kristus (atau Roh Kudus yang berdiam di dalam diri), yang

menghasilkan transformasi spiritual dan keselarasan dengan kehendak Ilahi.

Dalam berbagai tradisi mistis, kematian biologis sering kali tidak dipandang sebagai akhir total dari eksistensi, melainkan sebagai transisi atau transformasi dari satu bentuk keberadaan ke bentuk lain yang potensial lebih tinggi atau lebih murni. "Mati Sebelum Mati" dalam konteks ini mengambil simbolisme kematian fisik dan menerapkannya pada tingkat spiritual: sebuah "kematian" simbolis yang berfungsi sebagai ritus inisiasi internal. Ini adalah sebuah proses mempersiapkan diri bagi kehidupan yang lebih spiritual, melampaui batasan-batasan tubuh fisik dan identitas egoistik yang fana Dengan mempraktikkan kematian ego dan detasemen dari dunia saat masih hidup secara fisik, individu secara proaktif mengalami *pars pro toto* (bagian mewakili keseluruhan) dari transisi besar, membebaskan kesadaran mereka dari keterikatan dan ketakutan yang menyertai kematian fisik. Simbolisme ini menekankan bahwa kebebasan sejati dan pengenalan terhadap realitas transenden hanya dapat dicapai dengan melepaskan apa yang sementara dan fana.

Konsep "Mati Sebelum Mati" atau Al-Maut Qablal Maut adalah prinsip spiritual mendalam yang melampaui batas-batas doktrinal spesifik, hadir dalam inti ajaran mistis dari berbagai agama dan filosofi besar. Ini adalah sebuah seruan untuk melakukan transformasi internal radikal: kematian terhadap ego, nafsu, dan keterikatan duniawi demi kelahiran spiritual menuju kesadaran yang lebih tinggi dan otentik. Baik dalam Tasawuf dengan konsep Fana-

nya, Buddhisme dengan Nirvana dan Anatta-nya, maupun Kristianitas dengan gagasan kematian terhadap diri dan hidup "dalam Kristus", benang merah yang menghubungkan mereka adalah pengakuan bahwa pembebasan sejati dan penyatuan dengan Realitas Tertinggi hanya dapat dicapai melalui penanggalkan diri yang parsial dan fana. Memahami "Mati Sebelum Mati" bukan hanya memperkaya apresiasi kita terhadap kekayaan tradisi mistis, tetapi juga menawarkan peta jalan universal bagi setiap individu yang berjuang untuk melampaui batasan-batasan diri dan meraih potensi spiritual tertingginya di dunia ini, sebelum tirai kehidupan fisik tertutup secara permanen.

Pengalaman Spiritual dan Fenomena Kematian Ego

Pengalaman spiritual seringkali digambarkan sebagai sebuah perjalanan transformatif yang membawa individu menuju pemahaman mendalam tentang realitas di luar batas-batas eksistensi fisik dan mental konvensional. Inti dari banyak jalur spiritual, baik dalam tradisi Timur maupun Barat, melibatkan perubahan fundamental dalam persepsi diri dan hubungan dengan Yang Sakral atau Realitas Tertinggi. Salah satu konsep sentral dalam transformasi ini adalah fenomena yang dikenal sebagai "kematian ego" (kematian ego). Istilah ini, meskipun mungkin terdengar dramatis, merujuk pada pembubaran sementara atau permanen dari identitas diri yang terpisah dan terbatas, yang seringkali dipandang sebagai penghalang utama dalam pencapaian pencerahan spiritual atau kesatuan ilahi. Dalam kerangka pemikiran spiritual dan psikologi transpersonal, “ego” acapkali Merujuk pada

konstruksi mental identitas diri yang didasarkan pada narasi pribadi, ingatan, keinginan, ketakutan, dan identifikasi dengan peran sosial serta kepemilikan material. Ego menciptakan ilusi keterpisahan persepsi bahwa diri adalah entitas mandiri yang terlindungi dari lingkungan dan makhluk lain, serta dari Realitas Tertinggi. Keberadaan ego dalam pengertian ini seringkali terkait erat dengan apa yang dalam beberapa tradisi keagamaan, seperti Tasawuf dalam Islam, disebut sebagai *nafsu* . Nafsu, dalam konteks ini, bukan sekadar keinginan fisik, tetapi juga mencakup sifat-sifat rendah seperti kesombongan, iri hati, kerakusan, kemarahan, dan keinginan yang kuat pada dunia material atau keinginan duniawi (*dunya*).

Keterikatan pada ego dan *nafsu* ini dipandang sebagai hijab atau kegelisahan yang menghalangi individu untuk melihat atau mengalami Realitas Tertinggi secara langsung. Ego yang kuat cenderung memproyeksikan keinginannya, mempertahankan ilusi kontrol, dan menolak kerentanan atau penipuan, yang semuanya bertentangan dengan pengajuan diri dan keterbukaan yang seringkali dituntut oleh jalur spiritual. Proses menuju kedekatan dengan Sakral seringkali dimulai dengan pengenalan dan upaya untuk mengatasi dominasi ego dan *nafsu* dalam diri.

Ungkapan mistis "mati sebelum mati" (mati sebelum mati) adalah sebuah metafora yang kuat yang ditemukan dalam berbagai tradisi spiritual, termasuk Tasawuf. Ungkapan ini secara langsung berkaitan dengan proses kematian ego. Ini bukanlah seruan untuk mengakhiri hidup secara fisik, melainkan untuk mengakhiri kehidupan identitas diri yang terbatas dan duniawi ketika individu

masih hidup secara fisik. Proses ini melibatkan pelepasan diri secara sadar dari keinginan duniawi yang mengikat, atribut kepribadian negatif yang dibangun oleh ego, dan ilusi keterpisahan.

Kematian ego, dalam pengertian ini, adalah sebuah proses psikologis dan spiritual di mana struktur identitas diri yang biasa mengalami disolusi sementara atau, dalam kasus yang mencerahkan, mentransformasikan yang lebih permanen. Hal ini dapat terjadi melalui berbagai cara, termasuk praktik meditasi mendalam, doa kontemplatif, penggunaan zat psikoaktif dalam konteks ritual (meskipun ini bukan jalur yang umum dalam Tasawuf ortodoks), atau melalui pengalaman puncak spontan (*pengalaman puncak*). Terlepas dari pemicunya, pengalaman kematian ego seringkali digambarkan sebagai hilangnya batas antara diri dan dunia, perasaan kesatuan universal, penghapusan rasa waktu linier, dan pemahaman yang mendalam bahwa identitas pribadi yang selama ini dipegang erat hanyalah sebuah konstruksi. Pengalaman ini bisa menakutkan karena melibatkan "kematian" dari apa yang paling dikenal oleh individu diri mereka sendiri namun seringkali diikuti oleh perasaan persahabatan, kelegaan, dan pemahaman yang luas.

Dalam tradisi Tasawuf, perjuangan melawan *nafsu* dan upaya mencapai kematian ego diwujudkan secara sistematis melalui tahapan-tahapan spiritual. Tahap awal yang krusial dalam perjalanan ini adalah *takhalli*. Secara harfiah, *takhalli* berarti “mengosongkan” atau “membersihkan”. Dalam konteks spiritual, ini adalah proses pemurnian batin secara intensif yang bertujuan untuk

membersihkan diri dari sifat-sifat tercela (*madhmūmah*), kebiasaan buruk, dan terutama, melekat pada dunia dan *nafsu* dominasi egoistik.

Proses *takhalli* meliputi pengenalan diri yang jujur (*muḥāsabah*), perjuangan melawan dorongan negatif (*mujāhadah*), dan disiplin diri yang ketat (*riyāḍah*). Tujuannya adalah untuk menghilangkan "karat" yang menutupi hati (*qalb*), agar hati bersih dan siap menerima cahaya ilahi. Praktik spesifik dalam *takhalli* bisa mencakup puasa, pengurangan tidur dan bicara, menjauhi keramaian, introspeksi diri yang konstan, dan berpikir kelemahan serta ketergantungan diri pada Tuhan. Keberhasilan dalam *takhalli* sangat bergantung pada keikhlasan (*ikhlaṣ*), yaitu melakukan segala sesuatu hanya karena Tuhan, tanpa pamrih duniawi, dan ketulusan (*ṣidq*) dalam niat dan tindakan. *Takhalli* secara langsung berkontribusi pada proses kematian ego karena secara progresif meluasnya cengkeraman ego pada identitas diri dan kenyataan. Dengan melepaskan kepemilikan, status, pujian, atau keinginan rendah lainnya, individu secara bertahap mengikis dasar-dasar identitas ego yang terbatas. Pembersihan sifat-sifat negatif seperti kesombongan atau iri hati juga mengurangi bahan bakar yang memperkuat ego. Proses ini, jika dilakukan dengan sungguh-sungguh, membuka ruang batin bagi pengalaman yang melampaui ego, memungkinkan individu untuk mendekati keadaan di mana sense of self yang terpisah memudar yaitu, mengalami semacam kematian ego sebagai pembuka untuk tahapan spiritual selanjutnya, seperti *fanāʾ* (pelenyapan diri dalam Tuhan)

dan *baqāʾ* (kekekalan dalam Tuhan). Pengalaman spiritual, dalam banyak tradisi, melibatkan sebuah transformasi mendalam yang berpusat pada transendensi ego. Konsep “kematian ego”, atau pembubaran identitas diri yang terpisah, bukanlah akhir yang destruktif, melainkan proses pelepasan yang memerdekakan, yang memungkinkan individu untuk mengalami realitas pada tingkat yang lebih luas dan terhubung dengan Yang Sakral. Dalam Tasawuf, proses ini secara sistematis diusahakan melalui *takhalli* , yaitu pemurnian diri dari *nafsu* dan keduniawian. *Takhalli* berfungsi sebagai metodologi praktis untuk mengikis fondasi ego, membersihkan hati, dan mempersiapkan individu untuk “mati sebelum mati”, sebuah kondisi yang esensial untuk mencapai tahap kesatuan atau kedekatan dengan Tuhan. Memahami kematian ego sebagai sebuah proses pemurnian dan pelepasan, seperti yang digambarkan dalam *takhalli* , memberikan wawasan berharga mengenai hakikat perjalanan spiritual dan perjuangan universal untuk melampaui batasan diri demi mencapai kesadaran yang lebih tinggi.

Praktik Kontemplatif untuk Mereduksi Sentralitas Ego

Konsep "kematian ego" (*ego death*) merujuk pada sebuah kondisi psikologis atau spiritual yang dicirikan oleh disolusi sementara atau permanen dari konstruksi diri yang biasa (*self-concept*) dan identitas pribadi yang berbasis narasi. Meskipun seringkali dipahami dalam konteks pengalaman puncak yang intens, tradisi kontemplatif lintas budaya telah lama mengembangkan praktik-praktik disiplin untuk secara bertahap atau mendalam mengurangi sentralitas ego sebagai jalan menuju pemahaman yang

lebih luas tentang realitas, peningkatan welas asih, atau penyatuan spiritual. Dalam wacana psikologis dan spiritual, ego seringkali dipahami sebagai pusat kesadaran diri, entitas yang mengorganisir pengalaman, pikiran, emosi, dan ingatan menjadi sebuah narasi diri yang koheren[447]. Narasi ini membentuk identitas, preferensi, ketakutan, dan keinginan individu, serta membedakannya dari orang lain. Namun, dalam banyak tradisi spiritual, identifikasi yang berlebihan dengan ego dianggap sebagai sumber penderitaan, ilusi, dan penghalang utama menuju realisasi tingkat kesadaran yang lebih tinggi atau koneksi dengan realitas yang lebih dalam[448]. Konsep "kematian ego" atau "disolusi ego" muncul sebagai deskripsi fenomenologis dari pelepasan identifikasi kuat ini, yang mengarah pada pengalaman kesatuan, transendensi diri, atau rasa kehadiran yang mendalam[449]. Ini bukanlah kematian harfiah, melainkan sebuah transformasi mendalam dalam struktur dan fungsi kesadaran. Praktik "mati sebelum mati" (die before dying), sebuah adagium yang ditemukan dalam sufisme dan tradisi mistik lainnya, secara langsung merujuk pada proses disiplin diri untuk melepaskan keterikatan ego saat masih hidup, mempersiapkan individu untuk realitas yang melampaui diri fisik dan psikologis[450]. Praktik kontemplatif menjadi sarana utama dalam upaya ini.

Dalam tradisi mistik Islam, khususnya Sufisme, dzikir (*remembrance of God*) adalah praktik sentral yang ditujukan untuk "membersihkan hati" dan mendekatkan diri kepada Tuhan. Dzikir melibatkan pengulangan nama-nama Tuhan (Asmaul Husna) atau frasa suci (seperti "La ilaha illa Allah" - Tiada Tuhan selain Allah)

secara lisan atau dalam hati[451]. Pada tingkat permukaan, dzikir berfungsi sebagai metode konsentrasi, mengarahkan atensi menjauh dari pikiran-pikiran duniawi dan egoistik yang terus-menerus, dan memfokuskannya pada Yang Ilahi[452]. Melalui pengulangan yang konsisten, pikiran menjadi lebih tenang dan disipin, mengurangi dominasi dialog internal yang seringkali dibentuk oleh kekhawatiran, keinginan, dan penilaian ego.

Lebih dalam lagi, dzikir bertujuan untuk menginternalisasi objek pengingatan esensi atau sifat-sifat Tuhan sehingga kesadaran individu secara bertahap 'terwarnai' olehnya. Ini dapat dipahami sebagai pengalihan pusat gravitasi kesadaran dari ego (diri yang terpisah dan terbatas) menuju Kesadaran Ilahi (Yang Mutlak dan Tak Terbatas)[453]. Proses ini secara bertahap melarutkan perasaan egoistik seperti kebanggaan, iri hati, kemarahan, dan ketakutan yang berakar pada keterikatan diri, digantikan oleh kualitas seperti kerendahan hati, welas asih, dan kepasrahan (tawakkul). Kontemplasi (muraqabah), seringkali dilakukan bersama dzikir, melibatkan perenungan yang mendalam tentang Tuhan, ciptaan-Nya, atau makna ayat-ayat suci. Kontemplasi semacam ini memperdalam pelepasan dari narasi ego dengan menempatkan diri dalam perspektif kosmik atau ilahi, mengurangi signifikansi keterikatan pribadi dan memperluas cakrawala kesadaran[454]. Kedua praktik ini bersinergi untuk secara sistematis mengurangi cengkeraman ego atas kesadaran.

Meditasi, dalam berbagai bentuknya lintas tradisi seperti Buddhisme, Hindu, dan praktik universalis modern, juga merupakan

instrumen ampuh untuk mereduksi sentralitas ego[455]. Salah satu prinsip dasar dalam banyak teknik meditasi, terutama mindfulness, adalah pengembangan kemampuan untuk mengamati pikiran, emosi, dan sensasi tubuh tanpa identifikasi atau penilaian[456]. Praktik ini secara bertahap melatih individu untuk melihat pikiran egoistik ("Saya ingin ini," "Saya khawatir akan itu," "Saya merasa tersinggung") sebagai objek yang lewat dalam kesadaran, bukan sebagai representasi hakiki dari siapa diri mereka ("Aku adalah orang yang ingin ini," dll.). Pelepasan bertahap dari identifikasi ini melemahkan struktur ego yang dibangun di atas konten mental yang berubah-ubah.

Refleksi atau kontemplasi dalam meditasi juga dapat diarahkan pada sifat fundamental realitas, seperti impermanensi (anicca dalam Buddhisme)[457]. Merenungkan bahwa segala sesuatu termasuk tubuh, pikiran, emosi, hubungan, dan bahkan identitas pribadi terus-menerus berubah dan pada akhirnya fana, secara inheren menantang klaim ego akan soliditas dan kepermanenan[458]. Kesadaran mendalam akan kefanaan (memento mori dalam tradisi Barat) dapat mengurangi keterikatan pada hal-hal duniawi dan pada diri yang fana itu sendiri, mengalihkan energi psikis dari mengejar kepuasan ego yang sementara menuju penerimaan dan pemahaman yang lebih dalam[459]. Dengan demikian, meditasi dan refleksi memfasilitasi "kematian ego" melalui pengembangan detasemen (pelepasan keterikatan) dan realisasi non-diri (anatta dalam Buddhisme), yang mengikis ilusi diri yang terpisah dan permanen[460].

Meskipun berbeda dalam bentuk dan latar belakang teologis atau filosofis, dzikir, kontemplasi, meditasi, dan refleksi berbagi mekanisme inti yang berkontribusi pada pereduksian sentralitas ego. Semua praktik ini melibatkan: (1) pengalihan atau pengelolaan atensi, memfokuskannya pada objek di luar narasi ego[1], (2) pengembangan detasemen dari konten mental dan emosional yang biasanya mendefinisikan diri[461], dan (3), dalam banyak kasus, pengembangan kesadaran akan sesuatu yang lebih besar dari diri individu baik itu Tuhan, Kesadaran Universal, atau sifat dasar realitas itu sendiri.

Tujuan "kematian ego" dalam konteks praktik-praktik ini bukanlah penghancuran diri, melainkan transformasi radikal yang memungkinkan individu untuk berfungsi dari tingkat kesadaran yang lebih luas dan terintegrasi. Pelepasan dari cengkeraman ego yang kuat dapat menghasilkan peningkatan welas asih (compassion), kejernihan mental, penurunan kecemasan, dan rasa keterhubungan yang mendalam dengan orang lain dan alam semesta[462]. Ini adalah proses seumur hidup yang menuntut dedikasi dan ketekunan.

Praktik-praktik kontemplatif seperti dzikir, kontemplasi, meditasi, dan refleksi mewakili jalur sistematis yang dikembangkan oleh berbagai tradisi spiritual untuk secara progresif atau mendalam mengurangi pengaruh dan identifikasi dengan ego. Melalui mekanisme seperti pengalihan atensi, pengembangan detasemen, dan perenungan tentang sifat realitas, praktik-praktik ini memfasilitasi kondisi yang digambarkan sebagai "kematian ego" atau disolusi ego. Kondisi ini bukanlah akhir dari fungsi psikologis,

melainkan sebuah pergeseran fundamental yang memungkinkan munculnya kesadaran yang lebih luas, kurang terpusat pada diri, dan lebih mampu mengalami realitas secara langsung dan penuh. Praktik "mati sebelum mati" melalui disiplin kontemplatif adalah sebuah usaha transformatif yang mendasar untuk merekonfigurasi hubungan individu dengan dirinya sendiri, orang lain, dan Yang Ilahi atau realitas fundamental.

Mi'raj Ruhani: Kematian sebagai Perjumpaan Ilahi

Dalam kosmologi dan spiritualitas tasawuf, peristiwa *Isra' Mi'raj* Nabi Muhammad SAW tidak sekadar dimaknai sebagai mukjizat historis berupa perjalanan fisik dari Masjidil Haram ke Masjidil Aqsa dan kemudian ke langit. Lebih dari itu, peristiwa ini dimaknai sebagai simbol transendensi ruhani *mi'raj al-ruh* yakni pendakian spiritual jiwa menuju hadirat Allah. Para sufi melihat perjalanan ini sebagai representasi dari proses penyucian jiwa yang mendalam, sebuah suluk menuju perjumpaan dengan al-Haqq, Sang Realitas Mutlak[463].

Dalam dimensi ini, *Isra' Mi'raj* menjadi paradigma perjalanan ruhani yang dialami oleh setiap *salik* (pejalan spiritual). Sebagaimana Rasulullah SAW mengalami pendakian ke langit melalui lapisan-lapisan eksistensi yang bertingkat dimulai dari dunia materi hingga Sidrat al-Muntaha demikian pula jiwa seorang sufi melakukan pendakian dari alam jasad (*nasut*), melalui alam ruh (*malakut*), dan akhirnya mencapai kesadaran ilahiah tertinggi (*lahut*). Setiap tahapan pendakian ini disertai dengan penyingkapan hijab batiniah yang menutupi cahaya ketuhanan dalam diri manusia.

Paralel yang sangat esensial antara *Isra' Mi'raj* dan kematian dalam sufisme terletak pada pemahaman bahwa keduanya merupakan sarana *taqarrub ilallah* (pendekatan diri kepada Allah). Kematian tidak dipandang sebagai akhir kehidupan biologis semata, tetapi sebagai *mi'raj* ruhani: momentum saat ruh kembali ke asal muasalnya, yakni kepada Allah[464]. Hal ini sebagaimana ditegaskan dalam *QS. Al-Baqarah: 156*: *"Sesungguhnya kami adalah milik Allah dan kepada-Nya kami kembali"*. Menurut tafsir al-Qurtubi, ayat ini adalah bentuk pernyataan ontologis tentang asal dan tujuan eksistensi manusia[465].

Konsep *al-mawt qabl al-mawt* (mati sebelum mati) dalam tasawuf memperdalam pemahaman ini. Para sufi seperti Abu Yazid al-Bustami dan Jalaluddin Rumi memahami bahwa untuk mencapai puncak pengalaman ilahiah, seseorang harus lebih dahulu "mati" dalam dimensi nafsu dan ego. Kematian ini bukan bersifat biologis, melainkan spiritual: mematikan keterikatan pada dunia, hawa nafsu, dan ilusi dualitas diri[466]. Seorang yang telah "mati" secara spiritual tidak lagi mengidentifikasi dirinya dengan dunia, melainkan hidup sepenuhnya dalam kesadaran terhadap Allah (*hudhur Ilahi*).

Hal ini secara mendalam tercermin dalam pengalaman Nabi SAW dalam Mi'raj, di mana beliau "melampaui" dimensi material dan mencapai maqam tertinggi dalam kedekatan kepada Allah. Ibn 'Arabi dalam *Futuhat al-Makkiyyah* menegaskan bahwa peristiwa *Mi'raj* merupakan manifestasi tertinggi dari penyaksian langsung terhadap tajalli Ilahi (penampakan Allah), yang juga menjadi tujuan utama kematian spiritual seorang sufi[467]. Dalam kematian, menurut

Ibn 'Arabi, semua hijab duniawi tersingkap dan ruh menyaksikan realitas dalam kemurnian absolutnya. Maka, kematian bukan kehilangan, tetapi penyempurnaan perjalanan mi'raj.

Rumi, dalam *Mathnawi*, menggambarkan kematian orang suci bukan sebagai kesedihan, tetapi perayaan: "Wafatku adalah pernikahan jiwaku dengan Kekasih Sejati."[468] Ini menunjukkan bahwa kematian adalah puncak pertemuan dengan Tuhan, mirip dengan titik tertinggi dalam pengalaman *Mi'raj*, di mana Rasulullah SAW bersua langsung dengan Allah tanpa perantara. Dengan demikian, baik *Mi'raj* maupun kematian, dalam pemahaman sufi, adalah dua ekspresi dari pengalaman spiritual yang esensial: yakni *liqa' Allah* (pertemuan dengan Allah), yang menjadi puncak perjalanan ruh.

Dalam praktik, seorang salik menempuh *mi'raj-nya* melalui dzikir, tafakur, mujahadah (melawan hawa nafsu), dan *muraqabah* (pengawasan batin terhadap kehadiran Allah). Proses ini membersihkan hati, menyucikan jiwa, dan mempersiapkan ruh untuk menerima cahaya tajalli. Maka, ketika kematian datang, ruh sudah berada dalam kondisi siap tidak terkejut atau takut, melainkan rindu dan bersiap untuk bersatu secara ruhani dengan Sang Khalik.

Ibn 'Arabi (w. 1240 M), dikenal sebagai "al-Shaykh al-Akbar" dalam tradisi tasawuf, mengembangkan satu sistem metafisika yang sangat berpengaruh, terutama terkait dengan konsep *tajalli* (penampakan Ilahi) dan *wushul* (penyatuan). Dalam pemikiran Ibn 'Arabi, realitas yang kita saksikan bukanlah sesuatu yang mandiri

atau otonom dari Allah, melainkan manifestasi dari-Nya. Semua eksistensi adalah bentuk *tajalli* penampakan esensi Allah dalam berbagai bentuk fenomena, tanpa membatasi atau mengurangi keesaan-Nya[469].

Dalam kerangka *wahdat al-wujud* (kesatuan wujud), Ibn 'Arabi berpendapat bahwa hanya Allah yang memiliki wujud hakiki, sedangkan makhluk hanyalah bayangan atau pantulan dari wujud Ilahi itu sendiri. Dalam *Futuhat al-Makkiyyah*, ia menjelaskan bahwa seluruh ciptaan adalah "cermin" di mana Allah memandang diri-Nya sendiri. Ruh manusia, yang merupakan pancaran dari alam ilahi (*al-'alam al-amr*), memiliki kecenderungan fitriah untuk kembali kepada asalnya. Oleh karena itu, dalam perspektif Ibn 'Arabi, kematian tidak lain adalah transisi ruh untuk menyaksikan tajalli Ilahi secara langsung tanpa hijab tubuh, ruang, dan waktu[470].

Konsep *wushul* dalam tasawuf Ibn 'Arabi bukanlah penyatuan ontologis antara ruh manusia dengan zat Allah karena dalam doktrin Islam, Allah tidak dapat dicampuri oleh makhluk-Nya. *Wushul* yang dimaksud adalah sampainya ruh pada maqam ma'rifah tertinggi, yakni kesadaran penuh terhadap keesaan Allah dalam segala sesuatu. Di sinilah letak perbedaan penting antara *ittihad* (persatuan ontologis literal yang cenderung dianut oleh beberapa aliran ekstrem) dengan *wushul* dalam konteks Ibn 'Arabi yang lebih epistemik dan kesadaran transenden[471].

Ibn 'Arabi menjelaskan dalam *Fusus al-Hikam* bahwa ruh manusia pada dasarnya adalah entitas yang diberi potensi untuk menyaksikan tajalli Ilahi sejak diciptakan. Namun, hijab duniawi

nafsu, ego, dan keterikatan materi menghalangi pandangan ruh terhadap realitas hakiki. Kematian jasad menjadi momen penting, karena hijab tersebut terangkat, dan ruh memasuki fase *kasyf* (penyingkapan), di mana ia dapat menyaksikan *al-Haqq* dengan terang dan nyata[472]. Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam *QS. Qaf: 22*: "Sungguh kamu berada dalam kelalaian dari (hal) ini, maka Kami singkapkan darimu penutup (yang menutupi) matamu, maka penglihatanmu pada hari itu tajam."[473]

Dengan demikian, dalam pandangan Ibn 'Arabi, kematian bukan akhir, tetapi kesempurnaan makrifat. Ruh yang telah melalui proses penyucian dan pengenalan terhadap Allah selama hidup di dunia akan mengalami *wushul* dalam bentuk penyaksian total terhadap tajalli Ilahi. Maka, bukan hanya surga atau pahala fisik yang menjadi tujuan ruh, tetapi pertemuan dengan Allah, seperti disebut dalam *QS. Al-Kahf: 110*: "Barangsiapa mengharap pertemuan dengan Tuhannya, maka hendaklah ia beramal shalih dan tidak mempersekutukan-Nya dalam ibadah."[474] Pandangan ini memiliki implikasi eksistensial yang dalam. Seorang sufi tidak memandang hidup duniawi sebagai tujuan, melainkan sebagai sarana untuk menyiapkan diri mencapai maqam wushul. Dengan dzikir, kontemplasi, dan fana (peleburan diri dari ego), seorang *salik* mendekat pada tahap di mana kematian bukanlah ketakutan, melainkan penantian akan *liqa' Allah* perjumpaan yang penuh cinta dan cahaya.

Dalam pemikiran tasawuf, tujuan tertinggi dari perjalanan ruhani seorang salik (pejalan spiritual) adalah *hudhur Ilahi* kesadaran

penuh akan kehadiran Allah. Tujuan ini jauh melampaui pencapaian duniawi atau sekadar pengharapan akan surga fisik setelah kematian. Para sufi percaya bahwa kehidupan sejati dan kebahagiaan abadi bukan terletak pada kenikmatan jasmani atau materi, melainkan pada kedekatan dengan Allah, yang terwujud dalam keadaan *hudhur*, yakni kesadaran spiritual akan keberadaan-Nya yang mutlak.

Ibn Arabi, seorang tokoh sufi besar, mengembangkan konsep ini dalam kerangka *wahdat al-wujud* (kesatuan wujud), yang mengajarkan bahwa Allah adalah satu-satunya wujud hakiki, sementara segala sesuatu yang ada di dunia ini adalah penampakan dari-Nya. Sebagai makhluk yang memiliki ruh, manusia pada dasarnya memiliki potensi untuk menyaksikan dan merasakan kehadiran Allah dalam setiap aspek kehidupannya. *Hudhur Ilahi* menjadi tujuan akhir dari perjalanan spiritual ini, yang mana setiap perbuatan dan setiap detik kehidupan diorientasikan untuk menyempurnakan pengenalan dan kedekatan dengan Allah. Seorang salik yang mencapai tingkat *hudhur Ilahi* tidak hanya mengenal Allah dalam dimensi kognitif, tetapi juga merasakannya dalam dimensi yang lebih dalam dan langsung.

Kematian, dalam pandangan sufi, bukanlah akhir dari segala sesuatu, melainkan pintu yang membuka tabir dan memungkinkan ruh untuk menyaksikan *hudhur Ilahi* dalam bentuk yang lebih murni dan sempurna. Dalam fase ini, yang dikenal dengan istilah *kasyf* (penyingkapan), semua hijab atau pembatas yang ada dalam dunia materi terangkat. Kematian memberikan kesempatan bagi ruh

untuk memasuki dimensi yang bebas dari keterikatan tubuh dan dunia fisik. Pada saat itulah kesadaran akan *hudhur Ilahi* menjadi terang benderang, karena ruang, waktu, dan batas-batas fisik tidak lagi menghalangi penglihatan ruh terhadap kebenaran mutlak Allah. Proses ini sejalan dengan ajaran para sufi bahwa dalam kematian, seorang hamba tidak kehilangan segalanya, melainkan mendapatkan sesuatu yang jauh lebih berharga: pertemuan langsung dengan Tuhan. Seperti yang diungkapkan oleh Rumi dalam *Diwan-i-Shams*, kematian adalah sebuah perjalanan menuju Tuhan, di mana ruh, yang telah melalui banyak tahapan penyucian, akhirnya mencapai titik pertemuan dengan Sang Maha Wujud. Rumi menggambarkan jiwa manusia sebagai burung yang terbang menuju sang Pencipta, dan kematian adalah saat di mana burung itu akhirnya terbang sampai ke tempat tujuannya, bersatu dengan Tuhan dalam bentuk yang murni dan tanpa hijab. Dalam konsep ini, kematian adalah *mi'raj* (pendakian spiritual), yang tak kalah penting dan mendalamnya dengan pengalaman spiritual Nabi Muhammad SAW dalam Isra' Mi'raj. Kematian menjadi transisi dari dunia materi yang fana ke dalam kedekatan dengan hakikat Ilahi yang abadi.

Bagi seorang salik, perjalanan menuju *hudhur Ilahi* dimulai bahkan sebelum kematian terjadi. Proses penyucian jiwa melalui dzikir, muraqabah (kontemplasi), dan ibadah yang penuh kesadaran membawa seseorang untuk mencapai kesadaran yang semakin mendalam tentang kehadiran Allah. Dengan terus menerus berlatih untuk selalu berada dalam keadaan sadar akan Allah, seorang sufi mempersiapkan dirinya untuk menghadapi saat-saat terakhir

dengan ketenangan, menerima kematian sebagai bagian dari perjalanan ruh yang lebih besar menuju pertemuan dengan Sang Maha Wujud.

Transformasi Kepribadian Menuju Kedamaian Batin

Kedamaian batin (*inner peace*) merupakan dambaan universal bagi setiap individu manusia. Dalam berbagai tradisi spiritual dan psikologis, pencapaian kondisi ini sering kali dipandang sebagai puncak kematangan dan kesejahteraan mental. Dalam diskursus Islam klasik, khususnya dalam khazanah tasawuf dan etika, konsep kedamaian batin ini secara intrinsik terkait dengan kondisi *an-nafs al-muthma'innah*, atau jiwa yang tenang dan tenteram.[475] Kontras dengan kondisi ideal ini adalah *nafs al-ammarah bi al-su'*, yang merepresentasikan jiwa yang cenderung pada keburukan dan dorongan egoistik yang liar, yang dalam konteks sehari-hari sering diidentifikasi sebagai "nafs yang buruk". Konsep *nafs* dalam Islam bersifat polisemik, merujuk pada diri, jiwa, ego, atau bahkan dorongan psikis. Para ulama dan filsuf Muslim, seperti Al-Ghazali dan Ibn Arabi, telah mengklasifikasikan *nafs* ke dalam beberapa tingkatan atau keadaan yang mencerminkan evolusi spiritual individu[476]. Tingkatan terendah adalah *nafs al-ammarah bi al-su'*, yang didominasi oleh insting dasar, syahwat, dan kehendak ego yang tidak terkendali, seringkali mendorong pada tindakan merugikan dan tidak bermoral. Kondisi ini adalah sumber utama kegelisahan, konflik internal, dan ketidakstabilan kepribadian. Sebaliknya, *an-nafs al-muthma'innah* adalah tingkatan tertinggi yang dicapai, di mana jiwa telah mencapai ketenangan, kepasrahan total kepada

kehendak Ilahi, dan kebebasan dari gejolak nafsu rendah. Transisi dari *nafs al-ammarah* ke *an-nafs al-muthma'innah* bukanlah proses otomatis, melainkan memerlukan upaya sadar dan sistematis yang dikenal sebagai *tazkiyat al-nafs* (pemurnian diri).

Proses transformasi kepribadian menuju *an-nafs al-muthma'innah* secara fundamental berpusat pada pembersihan diri dari dominasi *nafs al-ammarah*. *Tazkiyat al-nafs* melibatkan serangkaian disiplin internal dan eksternal. Salah satu aspek krusial adalah pemurnian hati (*taharet al-qalb*), yang dalam pandangan Islam klasik merupakan pusat kesadaran rohani dan moral[477]. Hati dapat "sakit" atau "tertutup" oleh berbagai penyakit spiritual seperti kesombongan, iri hati, kemarahan, dan keterikatan berlebihan pada dunia material. Pemurnian hati dilakukan dengan mengidentifikasi dan secara aktif memerangi sifat-sifat negatif ini, menggantinya dengan sifat-sifat terpuji seperti kerendahan hati, syukur, sabar, dan cinta kasih.

Selain pemurnian hati, pengendalian diri (*mujahadah*) merupakan pilar penting dalam proses ini[478]. *Mujahadah* secara harfiah berarti perjuangan atau upaya keras melawan kecenderungan negatif *nafs*. Ini mencakup disiplin dalam memenuhi kewajiban agama, menahan diri dari godaan dosa, serta mengelola keinginan dan emosi. Melalui latihan *mujahadah* yang konsisten, individu secara bertahap melemahkan cengkeraman *nafs al-ammarah* terhadap perilaku dan kesadaran mereka.

Salah satu hasil paling signifikan dari *tazkiyat al-nafs* dan *mujahadah* adalah apa yang secara metaforis disebut

sebagai "kematian" atau peniadaan ego. Dalam konteks spiritual, ini bukanlah penghancuran identitas, melainkan pelampauan ego yang terbatas dan berpusat pada diri sendiri (*self-centered*)[479]. Ego (*ana*) yang dimaksud di sini adalah konstruksi psikologis yang melekat pada keinginan temporal, status, dan ilusi kontrol. Ketika ego yang terbatas ini "mati" atau ditransendensikan, individu mengalami pelepasan dari kecemasan yang terkait dengan pemeliharaan diri egoistik, ketergantungan pada validasi eksternal, dan ketakutan akan kehilangan. Kehilangan keterikatan pada ego inilah yang membuka jalan bagi jiwa untuk mengalami kedamaian yang sejati, karena sumber utama konflik internal dan eksternal yaitu, keinginan dan kehendak ego yang bertentangan dengan realitas yang lebih besar telah direduksi secara signifikan[480].

Praktik *dzikir* (mengingat Tuhan) dan *ibadah* (penyembahan) memainkan peran transformatif yang esensial dalam proses transisi kepribadian menuju *an-nafs al-muthma'innah*. Dzikir, dalam berbagai formatnya (lisan, hati, atau perbuatan), berfungsi sebagai pengingat konstan akan kehadiran dan kesadaran Ilahi[481]. Secara psikologis, *dzikir* mengalihkan fokus kesadaran dari urusan materialistik dan gejolak *nafsani* menuju realitas transenden. Keterpusatan ini membantu menenangkan pikiran yang gelisah, mengurangi dominasi pikiran negatif yang berasal dari *nafs al-ammarah*, dan secara bertahap memurnikan hati[482]. Melalui *dzikir*, hubungan individu dengan Tuhan diperkuat, menumbuhkan rasa aman, ketergantungan positif, dan cinta yang melampaui hubungan temporal.

Ibadah formal, seperti salat (sembahyang ritual), puasa, zakat, dan haji, menyediakan kerangka disiplin spiritual yang terstruktur. Setiap bentuk ibadah memiliki dimensi internal yang berkontribusi pada *tazkiyat al-nafs*. Salat, misalnya, melatih kehadiran hati (*khushu'*) dan penyerahan diri; puasa mendidik pengendalian diri dari syahwat fisik; zakat menumbuhkan kedermawanan dan pelepasan dari keterikatan harta; sementara haji mengajarkan kesetaraan, kesabaran, dan kepasrahan total[483]. Praktik-praktik ibadah ini, ketika dilakukan dengan kesadaran dan kehadiran hati, secara efektif mengubah dorongan *nafs al-ammarah* yang egoistik menjadi *nafs* yang tercerahkan dan selaras dengan kehendak Ilahi. Dengan demikian, *ibadah* berfungsi sebagai praksis yang membumikan ajaran spiritual dalam kehidupan sehari-hari, memperkuat pengendalian diri dan memfasilitasi penyerahan diri yang menjadi ciri khas *an-nafs al-muthma'innah*.

Transformasi kepribadian dari dominasi *nafs al-ammarah* menuju ketenangan *an-nafs al-muthma'innah* adalah inti dari pencarian kedamaian batin dalam tradisi psikospiritual Islam. Proses ini merupakan perjalanan seumur hidup yang menuntut usaha sadar melalui *tazkiyat al-nafs*, meliputi pemurnian hati, *mujahadah* (pengendalian diri), dan peniadaan atau transendensi ego yang terbatas. Praktik spiritual seperti *dzikir* dan *ibadah* tidak hanya berfungsi sebagai ritual, melainkan sebagai mekanisme fundamental yang secara aktif memfasilitasi pemurnian ini, mengarahkan kembali kesadaran dari orientasi egoistik menuju orientasi Ilahi. Ketika *nafs* mencapai

tingkatan *muthma'innah*, individu tidak lagi diperbudak oleh nafsu rendah dan gejolak internal, melainkan menemukan ketenangan, kepuasan, dan kedamaian sejati yang bersumber dari keselarasan dengan Dzat Yang Maha Kuasa. Dengan demikian, kedamaian batin bukanlah ketiadaan masalah, melainkan kondisi internal yang kokoh yang dicapai melalui penguasaan diri dan keterhubungan yang mendalam dengan realitas transenden.

Jiwa yang Tenang (*An-Nafs Al-Muthma'innah*) dalam Kesiapan Menghadapi Kematian

Dalam kajian psikologi transpersonal dan mistisisme Islam, konsep 'jiwa' atau *nafs* memainkan peran sentral dalam memahami perjalanan eksistensial manusia. Salah satu tingkatan tertinggi yang diidentifikasi adalah *an-nafs al-muthma'innah*, yang secara literal berarti 'jiwa yang tenang' atau 'jiwa yang tenteram'. Konsep ini bukan sekadar deskripsi kondisi emosional sesaat, melainkan merujuk pada suatu keadaan spiritual yang stabil, dicirikan oleh penerimaan mendalam terhadap realitas, ketenangan batin yang tidak terpengaruh oleh gejolak duniawi, dan keselarasan dengan kehendak Ilahi. Kondisi *an-nafs al-muthma'innah* sering kali dikaitkan secara eksplisit dalam tradisi spiritual Islam dengan kesiapan yang unik dalam menghadapi fenomena universal: kematian fisik. *An-nafs al-muthma'innah* dipandang sebagai tingkatan jiwa yang telah mencapai kedamaian melalui penyerahan diri sepenuhnya kepada Tuhan dan kepuasan terhadap takdir-Nya. Berbeda dengan *an-nafs al-ammarah bi al-su'* (jiwa yang mendorong pada kejahatan) atau *an-nafs al-lawwamah* (jiwa yang

mencela diri), *an-nafs al-muthma'innah* telah melalui proses purifikasi dan disiplin spiritual yang intens, membebaskan diri dari dominasi ego dan keinginan rendah. Jiwa pada tingkatan ini mencapai stabilitas internal yang memungkinkan individu menghadapi tantangan, penderitaan, dan bahkan prospek bubarnya eksistensi fisik dengan ketenangan yang luar biasa. Ketenangan ini bersumber dari kesadaran akan realitas transenden dan pemahaman bahwa segala sesuatu berada dalam genggaman kebijaksanaan Ilahi[484].

Kesiapan *an-nafs al-muthma'innah* dalam menghadapi kematian fisik tidak muncul dari fatalisme pasif, melainkan dari kesadaran aktif akan hakikat keberadaan dan tujuan akhir. Individu yang telah mencapai tingkatan ini tidak lagi takut akan kematian karena mereka telah menjalani apa yang dalam literatur Sufi sering disebut sebagai "mati sebelum mati" (*mūtū qabla an tamūtū*)[485]. Konsep ini merujuk pada kematian ego, penundukan keinginan hewani (*shahwah*), dan pembersihan hati dari keterikatan duniawi. Proses "mati" secara spiritual ini adalah prasyarat fundamental untuk tercapainya *an-nafs al-muthma'innah*. Dengan demikian, ketika kematian fisik tiba, ia tidak lagi dianggap sebagai akhir yang menakutkan, melainkan sebagai kelanjutan alami dari proses spiritual yang telah berlangsung.

Dari sudut pandang *an-nafs al-muthma'innah*, kematian fisik dipahami sebagai transisi eskatologis, pintu gerbang menuju dimensi keberadaan yang lain, yang dipandang lebih abadi dan hakiki. Jiwa yang tenang menyadari bahwa kehidupan dunia adalah

fana dan sementara, sedangkan kehidupan setelah kematian adalah permanen dan merupakan tujuan akhir perjalanan kembali kepada Pencipta. Kematian dilihat sebagai momen kembali (*rujū'*) yang dinanti, bukan pemusnahan atau kehilangan total. Pemahaman ini tertanam kuat dalam keyakinan akan Hari Kebangkitan dan kehidupan akhirat, yang bagi *an-nafs al-muthma'innah* merupakan kepulangan yang penuh kasih sayang menuju sumber segala Wujud[486].

Bagi seorang Sufi, seluruh perjalanan spiritual adalah persiapan yang disengaja untuk momen kematian. Kematian fisik hanyalah langkah terakhir dari pendakian spiritual yang dimulai dengan penolakan terhadap dunia (dalam arti penolakan terhadap keterikatan yang merusak), perjuangan melawan ego (*mujahadah*), dan penenggelaman diri dalam kesadaran Ilahi (*dhikr*). Proses ini mencapai puncaknya dalam keadaan yang dikenal sebagai *fana'* (peleburan atau pemusnahan diri dalam kesadaran Ilahi) dan *baqa'* (kekekalan atau subsistensi dalam Tuhan). Oleh karena itu, kematian fisik tidak hanya tidak ditakuti oleh seorang Sufi, tetapi bahkan sering dinanti dengan kerinduan sebagai momen perjumpaan definitif dengan Kekasih yang telah menjadi pusat seluruh eksistensinya. Kematian menjadi "malam pengantin" (*'urs*) seperti yang digambarkan oleh Jalaluddin Rumi, sebuah perayaan union alih-alih perpisahan[487].

Konsep *an-nafs al-muthma'innah* dalam tradisi Islam, khususnya yang dielaborasi melalui praktik dan pemahaman Sufisme, menawarkan kerangka kerja yang koheren untuk memahami

bagaimana manusia dapat menghadapi kematian fisik dengan ketenangan dan kesadaran. Keadaan jiwa yang tenang ini dicapai melalui "mati sebelum mati" secara spiritual, yaitu menaklukkan ego dan memurnikan hati. Bagi jiwa yang telah mencapai tingkatan ini, kematian fisik bukan lagi akhir yang menakutkan, melainkan transisi alami dan bahkan diharapkan menuju kehidupan yang lebih abadi dalam hadirat Ilahi. Perspektif ini menyoroti pentingnya dimensi spiritual dalam mempersiapkan individu menghadapi realitas kematian, mengubah ketakutan menjadi penerimaan, dan perpisahan menjadi perjumpaan.

Fenomena Kematian Ego (Fenâ') dan Subsistensi Ilahi (Baqa')

Tasawuf, sebagai dimensi mistik dalam Islam, menawarkan sebuah peta jalan (sulūk) bagi para salik (penempuh jalan) untuk mencapai kedekatan dengan Realitas Ilahi. Inti dari perjalanan spiritual ini seringkali diringkas dalam dialektika paradoks antara 'kematian' diri yang terbatas dan 'kehidupan' dalam kesadaran yang meluas atau ilahi. Fenomena sentral dalam proses transformatif ini adalah apa yang dikenal sebagai *fenâ'* (fana) dan *baqa'* (baqa'), yang secara populer dapat dikaitkan dengan konsep 'kematian ego' dan 'pencerahan spiritual' dalam terminologi yang lebih luas. Dalam kerangka pikir Sufi, eksistensi manusia di dunia material (dunyā) seringkali diselimuti oleh 'tabir' (ḥijāb) yang menghalangi pandangan langsung terhadap Realitas Absolut (al-Ḥaqq). Tabir utama ini adalah diri rendah (nafs al-ammārah), yang identik dengan ego atau jiwa yang cenderung pada keinginan duniawi dan dorongan hewani. Nafs, dengan segala atributnya - keakuan, kesombongan,

ketamakan, keterikatan pada bentuk lahiriah - menjadi penghalang primordial antara individu dan kesadaran Ilahi.[488] Ego yang tak terkendali menciptakan ilusi dualitas yang kuat, memisahkan subjek (diri) dari Objek (Tuhan) dan memandang dunia sebagai sesuatu yang independen dari Sang Pencipta. Pembebasan dari cengkeraman nafs ini menjadi langkah pertama yang esensial dalam perjalanan menuju pencerahan spiritual.

Proses 'kematian ego' dalam Tasawuf diungkapkan melalui konsep *fenâ'*. Secara harfiah berarti 'pelenyapan' atau 'pemusnahan', *fenâ'* bukanlah kematian fisik, melainkan pelenyapan kesadaran individu terhadap diri sendiri dan atribut-atributnya yang terpisah dari Tuhan.[489] Ini adalah keadaan di mana salik melampaui kesadaran dualistik, di mana perasaan 'aku' yang terbatas mulai memudar. Tahapan *fenâ'* dapat beragam, dimulai dari *fenâ' fi al-shaykh* (menyerap diri dalam guru), *fenâ' fi al-Rasūl* (menyerap diri dalam Nabi), hingga tahapan ultimate, *fenâ' fi Allāh* (menyerap diri dalam Tuhan).[490]

Dalam *fenâ' fi Allāh*, kesadaran tentang keberadaan diri yang mandiri lebur ke dalam Samudra Keilahian. Praktik-praktik spiritual seperti *dhikr* (mengingat Tuhan secara terus-menerus), *murāqabah* (kontemplasi), *riyāḍah* (latihan spiritual asketis), dan pemurnian akhlak (tazkiyat al-nafs) adalah instrumen utama yang digunakan untuk melemahkan dan akhirnya 'mematikan' dominasi ego.[491] Proses ini secara fundamental mengubah struktur psikologis dan ontologis individu, memindahkan

pusat eksistensi dari diri yang terbatas menuju Realitas yang Tak Terbatas.

Setelah mencapai keadaan *fenâ'*, di mana ego dan kesadaran dunia material telah 'mati', salik tidak menghilang sepenuhnya ke dalam kehampaan. Justru, keadaan *fenâ'* ini mengantarkan pada tahapan selanjutnya yang disebut *baqa'*. *Baqa'* secara harfiah berarti 'subsistensi' atau 'keberlangsungan', tetapi dalam konteks Sufi, ini merujuk pada subsistensi *dalam* Tuhan.[492] Ini adalah keadaan 'kehidupan' yang sejati setelah 'kematian' ego. Dalam *baqa'*, individu tidak lagi bertindak dari dorongan nafs atau kesadaran terpisah, melainkan 'ada' dan bertindak 'melalui' Tuhan. Ini adalah kondisi pencerahan spiritual (pencerahan) atau kesadaran ilahi (ma'rifah) yang mendalam, di mana individu merasakan bahwa dirinya bukanlah entitas independen yang bertindak berdasarkan kehendaknya sendiri, melainkan sebuah saluran (majra') atau manifestasi (mazhar) dari kehendak dan sifat-sifat Ilahi.[493]

Pembebasan sejati (al-Khurūj al-Ḥaqīqī) dicapai pada tahapan *baqa'* ini. Ini adalah pembebasan dari penjara ego, dari kungkungan keinginan duniawi, dari ketakutan akan kematian (kematian fisik menjadi tak relevan dibandingkan kematian ego), dan dari ilusi keterpisahan. Salik yang mencapai *baqa'* tidak lagi melihat dirinya sebagai 'pelaku' utama; sebaliknya, mereka menyadari bahwa setiap tindakan dan eksistensi mereka adalah manifestasi dari kekuatan dan kehendak Ilahi.[494] Mereka menjadi cermin yang bening yang merefleksikan atribut-atribut Tuhan dalam dunia fana. Dalam terminologi Ibn 'Arabī, manusia yang mencapai

keadaan ini dan kembali ke dunia dengan kesadaran Ilahi disebut sebagai *al-Insān al-Kāmil* (Manusia Sempurna), yang mewujudkan kesempurnaan Ilahi dalam kapasitas kemanusiaannya.[495]

Fenomena *fenâ'* dan *baqa'* dalam Tasawuf merepresentasikan perjalanan transformatif yang radikal. Kematian ego (*fenâ'*) adalah prasyarat krusial untuk kelahiran kembali dalam kesadaran Ilahi (*baqa'*). Proses ini bukan sekadar konsep teoretis, melainkan pengalaman eksistensial yang mendalam, yang mengubah cara individu memahami diri, dunia, dan Realitas Absolut. Melalui pelenyapan diri yang terbatas, salik mencapai pembebasan dari ilusi dualitas dan menemukan eksistensi sejati dalam kesatuan dengan Tuhan. Dalam keadaan *baqa'*, individu menyadari bahwa esensi mereka adalah manifestasi dari Keilahian, bertindak sebagai saluran bagi kehendak dan kasih sayang Tuhan di alam semesta. Ini adalah puncak pencerahan spiritual dalam Tasawuf, di mana 'aku' yang fana lebur, dan 'Aku' Yang Abadi bersinar melaluinya, mengantarkan pada pembebasan sejati dan kesadaran ilahi yang transformatif.

Kematian Orang Suci (Waliyullah): Tanda dan Hikmah

Tanda-Tanda Kematian Khusnul Khatimah dalam Tradisi Sufi

waliyullah, hamba-hamba Allah yang mencapai tingkat kedekatan spiritual yang luar biasa. Bagi para sufi, kematian *wali* adalah puncak naratif spiritual, sebuah penutup yang indah (*khusnul khatimah*) bagi sebuah perjalanan hidup yang sepenuhnya didedikasikan untuk mencari dan mengabdi kepada Kehadiran Ilahi[496]. Konsep *khusnul khatimah* bagi insan biasa pun merupakan dambaan, namun dalam konteks *waliyullah*, ia dimaknai

sebagai manifestasi nyata dari penerimaan ilahi dan kesiapan jiwa untuk kembali kepada Sang Pencipta[497]. Tradisi sufi, melalui observasi, riwayat, dan pemahaman atas hukum-hukum spiritual, mengidentifikasi sejumlah tanda atau fenomenologi yang menyertai wafatnya seorang *wali*, menandakan tercapainya *khusnul khatimah* tersebut. Tanda-tanda ini bukan sekadar takhayul, melainkan diinterpretasikan sebagai pantulan dari kondisi ruhani yang telah mencapai maqam tertinggi.

Salah satu tanda yang sering disebutkan dalam riwayat-riwayat sufi adalah ekspresi fisik yang tampak pada jenazah, di antaranya adalah wajah yang memancarkan cahaya atau menampilkan senyum yang tenang. Fenomena ini, yang mungkin dimaknai secara dangkal sebagai peristiwa biologis biasa, dalam konteks sufi dipahami sebagai refleksi eksternal dari kedamaian dan kebahagiaan internal jiwa yang sedang mengalami penyambutan spiritual. Wajah yang bercahaya diyakini sebagai pancaran Nur Ilahi yang telah menjadi 'pakaian' ruhani sang *wali* sepanjang hidupnya, kini termanifestasi pada raga fisiknya di ambang perpisahan[498]. Senyuman pada jenazah diartikan sebagai ekspresi sukacita ruhani karena telah melalui fase tersulit dan kini melihat "tempat kembalinya" yang mulia, sebagaimana dijanjikan bagi hamba-hamba yang taat. Ini adalah indikator visual bahwa perpisahan dengan dunia fisik justru adalah penyatuan kembali dengan Sumber Keberadaan.

Aspek krusial lain dari *khusnul khatimah* dalam tradisi ini adalah kemudahan dalam proses *sakaratul maut*, momen pergolakan

antara jiwa dan raga menjelang kematian. Sementara bagi kebanyakan jiwa, *sakaratul maut* adalah pengalaman yang amat berat, penuh perjuangan dan kepedihan, bagi *waliyullah* proses ini seringkali dilaporkan berlangsung dengan amat tenang dan lancar[499]. Kemudahan ini dipahami sebagai *rahmah* (kasih sayang) Ilahi yang dikaruniakan kepada jiwa yang telah lama mempersiapkan diri untuk momen ini melalui latihan spiritual, pembersihan hati, dan pelepasan diri dari keterikatan duniawi (*zuhd*). Jiwa *wali* telah mencapai tingkat *fana'* (peleburan diri dalam Keilahian) sehingga perpindahannya dari alam fisik ke alam ruhani menjadi mulus, tanpa hambatan ikatan materi yang kuat. Ini adalah bukti bahwa kehidupan di dunia telah dijalani dengan kesiapan total untuk kembali.

Selanjutnya, meninggal dunia dalam keadaan beribadah atau sedang mengingat Allah (*dzikr*) dipandang sebagai tanda *khusnul khatimah* yang sangat kuat. Ini melampaui tindakan lahiriah semata; ia menunjukkan bahwa ibadah dan *dzikr* telah menjadi esensi dari keberadaan sang *wali*, bukan lagi sekadar kewajiban periodik, melainkan denyut nadi ruhani yang tak pernah berhenti. Wafat dalam kondisi seperti ini menandakan bahwa seluruh hidup sang *wali* telah terintegrasi penuh dalam kesadaran akan Kehadiran Ilahi, sehingga momen terakhirnya pun secara organik merefleksikan puncak dari dedikasi tersebut. Ini adalah penegasan bahwa tujuan hidupnya mencapai kedekatan dengan Allah telah terpenuhi, dan keberadaan terakhirnya adalah gambaran sempurna

dari hakikat dirinya: seorang hamba yang senantiasa bersama Tuhannya.

Kematian *waliyullah* juga seringkali dilaporkan disertai oleh suasana ruhani yang damai dan penuh khidmat di sekitarnya, yang dapat dirasakan oleh mereka yang memiliki kepekaan batin atau bahkan termanifestasi dalam ketenangan alam. Ini bukan sekadar ketenangan fisik, melainkan ketenangan yang merambat dari alam spiritual, menandakan penyambutan dari para malaikat dan ruh-ruh suci. Dalam pandangan sufi, saat jiwa *wali* terlepas dari raga, ia disambut ke dalam majelis ruhani yang mulia, sebuah transisi dari "penjara" dunia menuju "taman" Keilahian. Suasana damai ini adalah refleksi dari realitas spiritual yang tersingkap di momen wafatnya, di mana hijab antara alam materi dan alam ruhani menipis, memungkinkan pancaran kedamaian dari Alam Malakut.

Sebagai bentuk *karamah* kemuliaan atau karunia luar biasa yang diberikan Allah kepada para *wali* sejumlah riwayat mencatat bahwa para *waliyullah* bahkan "diberi tahu" atau memiliki firasat kuat mengenai waktu wafat mereka. Kemampuan ini bukanlah bentuk klaim atas pengetahuan mutlak yang hanya milik Allah, melainkan merupakan penyingkapan tabir (*kashf*) atau ilham yang spesifik, sebagai bentuk komunikasi istimewa antara Sang Khaliq dan kekasih-Nya. Firasat ini memungkinkan sang *wali* untuk menyelesaikan urusan duniawi, mempersiapkan diri secara ruhani dengan lebih intens, dan bahkan memberikan pesan-pesan terakhir atau wasiat spiritual kepada murid-murid atau pengikutnya. Ini adalah bukti empiris (dalam konteks tradisi sufi) mengenai tingkat

kedekatan sang *wali* dengan Realitas Tertinggi, di mana informasi transenden dapat diakses sebagai karunia.

Secara sintetis, tanda-tanda *khusnul khatimah* dalam tradisi sufi bukanlah daftar ciri fisik semata, melainkan jendela yang memungkinkan kita mengintip ke dalam realitas metamorfosis spiritual di akhir perjalanan seorang *waliyullah*. Wajah yang bersinar, kemudahan sakaratul maut, wafat dalam ibadah, suasana ruhani yang damai, hingga firasat kematian, semuanya merupakan indikator yang saling terkait, merefleksikan kondisi jiwa yang telah mencapai *ittisal* (ketersambungan) dengan Ilahi dan meraih redha-Nya[500]. Kematian bagi mereka bukan perpisahan, melainkan penyatuan; bukan akhir, melainkan awal dari kehidupan yang lebih mulia dalam Kehadiran Allah. Memahami tanda-tanda ini dalam kerangka konseptual sufi memberikan wawasan tentang kedalaman makna kematian sebagai puncak dari sebuah kehidupan yang dijalani dalam cinta, penyerahan, dan pengabdian total kepada Realitas Sejati, serta menginspirasi setiap pencari jalan spiritual untuk berjuang meraih akhir yang baik sebagai tujuan tertinggi.

Wafatnya Wali Sebagai Pelajaran Spiritual bagi Umat

Wafatnya seorang figur spiritual yang dihormati, sering disebut sebagai wali dalam konteks tradisi keagamaan tertentu, merupakan sebuah fenomena yang memiliki resonansi mendalam dalam kesadaran kolektif umat atau komunitas spiritual yang dipimpinnya. Peristiwa ini bukan sekadar kehilangan seorang individu penting, melainkan sebuah disrupsi signifikan dalam struktur sosial dan spiritual komunitas, yang secara inheren memicu serangkaian reaksi

dan reorientasi. Secara fenomenologis, momen wafat ini seringkali dialami sebagai perjumpaan langsung umat dengan realitas kefanaan (*impermanence*) eksistensi duniawi, sebuah tema sentral dalam banyak ajaran spiritual[501]. Kehilangan figur yang selama ini menjadi jangkar spiritual, sumber nasihat, dan teladan hidup, memaksa umat untuk secara introspektif menghadapi kerapuhan keberadaan fisik dan urgensi dari perjalanan spiritual itu sendiri.

Konfrontasi dengan kefanaan ini, dalam banyak kasus, berfungsi sebagai katalisator kuat untuk melakukan *muhasabah* (introspeksi) kolektif dan individual. Umat terdorong untuk kembali menata niat (re-orientasi intensionalitas), memeriksa kembali motivasi di balik amalan dan kehidupan sehari-hari mereka. Selain itu, wafatnya sang wali menekankan pentingnya memperdalam ilmu pengetahuan agama dan spiritual yang telah diwariskan, karena kini sumber hidup dari ilmu tersebut secara fisik telah tiada[502]. Lebih jauh lagi, peristiwa ini menjadi pengingat tajam akan perlunya perbaikan akhlak dan praktik spiritual. Kesadaran bahwa teladan hidup yang mulia tidak abadi secara fisik mendorong umat untuk menginternalisasi dan melanjutkan nilai-nilai luhur tersebut dalam perilaku mereka sendiri, menjadikan warisan sang wali hidup dalam praksis umat.

Dalam banyak catatan sejarah, hagiografi, atau narasi komunal, wafatnya para wali seringkali dikaitkan dengan isyarat alam yang tidak biasa, mimpi-mimpi ruhani yang signifikan, atau peristiwa-peristiwa lain yang secara emosional menyentuh hati dan indra kolektif umat[503]. Penting untuk dicatat bahwa penggambaran

isyarat-isyarat ini tidak dimaksudkan untuk mengarah pada pengkultusan individu secara berlebihan dalam pengertian reduktif, melainkan berfungsi sebagai bahasa simbolik dalam kerangka pandangan dunia spiritual komunitas. Isyarat-isyarat tersebut berfungsi untuk menandai keistimewaan (dalam kerangka keyakinan komunitas) peristiwa wafat tersebut, menegaskan bahwa kehidupan dunia hanyalah titipan sementara yang harus diisi dengan makna transenden, dan yang paling penting, mengkomunikasikan bahwa keberkahan atau pengaruh spiritual seorang wali tidak terhenti secara absolut saat ia wafat secara fisik.

Dari perspektif sosiologis agama, wafatnya seorang pemimpin spiritual karismatik, seperti seorang wali, merupakan momen krusial dalam dinamika komunitas[504]. Karisma, sebagaimana dianalisis oleh Max Weber, seringkali terikat pada individu tersebut. Namun, kelangsungan komunitas dan pengaruh spiritual bergantung pada proses "rutinisasi karisma" atau, dalam konteks spiritualitas, transmisi legasi dan otoritas spiritual. Wafatnya wali secara fisik memaksa komunitas untuk mengartikulasikan dan mengelola warisan spiritual (*spiritual legacy*) sang figur. Warisan ini tidak hanya berupa ajaran lisan atau tertulis, melainkan juga mencakup jejak-jejak non-material seperti atmosfer spiritual yang diciptakan, struktur sosial yang dibangun atau diinspirasi, serta transformasi internal yang dialami oleh para pengikutnya[505]. Keberkahan yang dirasakan setelah wafat justru semakin terasa melalui implementasi ajaran, pelestarian praktik, dan kesinambungan komunitas yang dibentuk atau dibinanya.

Secara fenomenologis, pengalaman umat pasca-wafatnya wali melibatkan proses konstruksi makna yang kompleks. Kehilangan fisik diinterpretasikan melalui lensa keyakinan eskatologis dan pandangan tentang kehidupan setelah kematian serta alam ruhani. Mimpi-mimpi atau "isyarat" lainnya dapat dilihat sebagai bentuk komunikasi simbolis yang memberikan rasa kedekatan atau bimbingan yang berkelanjutan dari alam spiritual[506]. Pengalaman ini membentuk realitas subyektif umat, menguatkan keyakinan mereka, dan memberikan kerangka untuk memahami transisi pasca-kehilangan pemimpin spiritual. Ini adalah studi kasus yang kaya untuk memahami bagaimana komunitas beragama memproses duka, mempertahankan identitas, dan melanjutkan perjalanan spiritual mereka dalam menghadapi kefanaan duniawi.

Wafatnya seorang wali, dilihat dari sudut pandang ilmiah yang memadukan analisis sosiologis tentang struktur dan dinamika komunitas dengan analisis fenomenologis tentang pengalaman dan konstruksi makna, adalah peristiwa multi-dimensi. Ia bukan sekadar akhir sebuah kehidupan, melainkan sebuah titik tolak untuk perenungan mendalam tentang kefanaan, reorientasi spiritual, dan penguatan komitmen terhadap warisan ajaran dan akhlak. Momen ini menegaskan bahwa esensi keberkahan dan pengaruh spiritual sejati terletak pada transformasi batin dan keberlanjutan praksis kebaikan dalam diri umat, jauh melampaui eksistensi fisik sang figur.

Ziarah Kubur dan Barakah dari Orang-Orang Suci

Dalam lansekap spiritual Islam, praktik ziarah menduduki posisi yang beragam, mulai dari ziarah ke Makam Nabi Muhammad di

Madinah (*Ziyarat al-Nabi*) yang secara universal diakui, hingga ziarah ke makam para sahabat, ulama, dan terkhusus, para *waliyullah* di berbagai belahan dunia Islam. Tradisi ziarah kubur ke makam para tokoh yang dianggap memiliki kedekatan istimewa dengan Tuhan ini, meskipun terkadang menjadi subjek perdebatan teologis, tetap menjadi praktik yang hidup dan penting, terutama dalam lingkaran tarekat sufi dan masyarakat yang dipengaruhi oleh nilai-nilai tasawuf[507]. Praktik ini secara substansial berbeda dari adorasi terhadap pribadi yang telah meninggal; sebaliknya, ia berakar pada keyakinan yang kompleks mengenai kontinuitas spiritual dan pancaran ilahi yang terkait dengan *wali*[508].

Paradigma sufi, yang menekankan perjalanan batin menuju kedekatan hakiki dengan Sang Pencipta, memandang makam para wali bukan sekadar tempat persemayaman jasad fana, melainkan sebagai titik fokus energi spiritual dan pengingat akan kemungkinan pencapaian *maqam* (station) spiritual yang tinggi[509]. Konsep *waliyullah*, sebagai individu yang telah mencapai tingkat kedekatan dengan Allah melalui ketaatan, keikhlasan, dan cinta yang mendalam, menjadi sentral dalam pemahaman ini[510]. Mereka dianggap sebagai saluran (*wasilah*) atau perantara tidak dalam arti independen dari Tuhan, tetapi sebagai cerminan kesempurnaan hamba yang memungkinkan rahmat Ilahi memancar melalui mereka, baik selama hidup maupun setelah transisi ke alam barzakh.

Inti dari pemahaman sufi tentang ziarah ke makam wali adalah keyakinan teguh bahwa ruh (*spirit*) dari seorang *waliyullah* tidak serta-merta terputus hubungannya dengan alam duniawi pasca-

kematian fisik[511]. Sebaliknya, ruh mereka dianggap tetap "hidup" dan aktif dalam suatu dimensi ruhani (*al-'alam al-ruhani*) yang berbeda, namun memiliki potensi interaksi atau pengaruh terhadap alam fisik dan ruhani orang-orang yang masih hidup. Kematian bagi seorang *wali* dipandang bukan sebagai akhir eksistensi, melainkan sebagai perpindahan dari 'penjara' jasad menuju kebebasan ruhani yang lebih luas dan akses yang lebih besar ke hadirat Ilahi[512].

Dari kondisi ruhani yang 'hidup' inilah para sufi meyakini *waliyullah* terus memancarkan *barakah*[513]. Barakah dalam konteks ini bukanlah semacam kekuatan magis yang inheren pada jasad atau makam secara independen, melainkan suatu limpahan kebaikan ilahi (*fayd Ilahi*), peningkatan, keberkahan, atau energi spiritual yang terkait erat dengan tingkat kedekatan (*qurb*) sang wali dengan Allah dan keikhlasan serta kualitas amal mereka selama hidup[514]. Makam atau tempat-tempat yang terkait dengan *wali* kemudian dipandang sebagai *locus* atau titik konsentrasi di mana pancaran barakah ini dapat lebih mudah diakses atau dirasakan oleh para peziarah. Tujuan ziarah, oleh karena itu, adalah menyelaraskan diri dengan frekuensi spiritual tersebut dan membuka diri untuk menerima limpahan barakah yang berasal dari Allah, namun disalurkan atau dihubungkan melalui keberadaan ruhani sang wali.

Praktik ziarah ke makam wali dalam tasawuf bukanlah tindakan penyembahan kepada makhluk, melainkan sebuah disiplin spiritual dengan beberapa tujuan utama yang termaktub dalam kerangka *adab* (etika) dan pencarian *fayd* (limpahan spiritual):

Pertama, mengambil pelajaran dari kehidupan dan kematian orang suci[515]. Kehidupan seorang *wali* adalah narasi perjuangan spiritual, pengorbanan diri, ketaatan, dan pencapaian *maqam* kesalehan. Berada di dekat tempat peristirahatan terakhir mereka menjadi pengingat konkret akan fana'nya dunia dan keabadian nilai-nilai spiritual yang mereka junjung. Ziarah mendorong kontemplasi (*tafakur*) atas perjalanan mereka menuju Tuhan, menginspirasi peziarah untuk meneladani (*uswatun hasanah*) ketekunan, kesabaran, dan keikhlasan mereka. Kematian sang wali sendiri adalah pelajaran tentang transisi dari alam fisik ke alam ruhani, meneguhkan keyakinan akan akhirat dan pentingnya mempersiapkan diri untuknya.

Kedua, menguatkan koneksi ruhani dengan mereka melalui doa dan dzikir. Makam berfungsi sebagai pengingat fisik yang kuat, memfasilitasi pemusatan perhatian dan niat bagi peziarah. Peziarah sering kali membaca Al-Qur'an, melakukan dzikir (mengingat Allah), dan memanjatkan doa, baik untuk diri sendiri maupun untuk sang wali. Dalam keyakinan sufi, melakukan amal saleh (seperti membaca Qur'an atau dzikir) di lokasi yang dianggap diberkahi atau dikaitkan dengan orang saleh dapat meningkatkan intensitas spiritual dari praktik tersebut. Doa dan dzikir di makam wali juga dianggap sebagai sarana untuk 'menghubungkan' ruh peziarah dengan ruh sang wali, membangun jembatan spiritual yang memungkinkan transfer energi positif atau inspirasi ruhani.

Ketiga, memohon agar Allah melimpahkan rahmat melalui perantara amal dan keikhlasan sang wali[516]. Aspek ini sering disebut

sebagai *tawassul bi jah al-awliya* (meminta sesuatu kepada Allah melalui kedudukan/kemuliaan para wali) atau *istighathah* (memohon pertolongan) dalam arti memohon kepada Allah *dengan* perantara sang wali, bukan memohon *kepada* sang wali secara independen. Peziarah menyadari bahwa barakah dan rahmat sepenuhnya berasal dari Allah, namun mereka meyakini bahwa amal saleh, keikhlasan, dan kedudukan tinggi sang wali di sisi Allah dapat menjadi sebab atau perantara (*wasilah*) bagi terkabulnya doa atau turunnya rahmat. Dalam pandangan ini, peziarah tidak menyembah wali, melainkan menggunakan *maqam* spiritual wali sebagai *wasilah* sah yang diakui Allah untuk mendekatkan diri dan permohonan mereka kepada-Nya[517].

Sebuah kisah yang sering dikutip dalam literatur biografi dan *tarajum* (biografi tokoh) adalah kunjungan Imam Muhammad bin Idris al-Syafi'i, pendiri mazhab Syafi'i, ke makam Imam Abu Hanifah al-Nu'man, pendiri mazhab Hanafi. Diriwayatkan bahwa Imam Syafi'i mengakui mendapatkan keberkahan (*tabarruk*) ketika berziarah dan berdoa di dekat makam Imam Abu Hanifah. Meskipun kedua imam ini memiliki perbedaan pandangan dalam beberapa masalah fikih, kisah ini menunjukkan adanya pengakuan timbal balik atas kedalaman spiritual dan keilmuan mereka.

Pentingnya kisah ini terletak pada beberapa aspek: Pertama, ia menunjukkan bahwa praktik ziarah ke makam tokoh saleh dan mengharap barakah darinya bukanlah fenomena pinggiran, melainkan dipraktikkan dan diakui oleh salah satu figur paling

otoritatif dalam sejarah intelektual Islam sunni. Kedua, pengakuan Imam Syafi'i secara eksplisit menggunakan istilah *tabarruk*, menggarisbawahi bahwa tujuan praktik tersebut adalah untuk memperoleh keberkahan yang terkoneksi dengan pribadi almarhum yang saleh. Ketiga, ini menegaskan bahwa *tabarruk* dari orang-orang shalih dipandang sebagai bagian dari *adab* (etika) dan pengakuan terhadap *maqam ruhani* mereka, yaitu tingkat kesalehan dan kedekatan mereka dengan Allah. Ini bukanlah penyembahan terhadap kuburan atau pribadi yang meninggal, melainkan penghormatan dan harapan agar kesalehan mereka menjadi jembatan bagi rahmat Ilahi[518].

Dari perspektif tasawuf, ziarah kubur ke makam para wali merupakan praktik spiritual yang kaya makna dan berakar pada keyakinan mendalam mengenai kontinuitas ruhani, pancaran barakah, dan pentingnya meneladani kesalehan. Ia dipahami bukan sebagai tindakan penyembahan (*syirik*), melainkan sebagai disiplin untuk mengambil pelajaran, memperkuat ikatan spiritual, dan memohon rahmat Allah melalui perantara amal dan *maqam* sang wali. Kasus historis seperti ziarah Imam Syafi'i ke makam Imam Abu Hanifah meneguhkan bahwa praktik *tabarruk* dari orang-orang shalih telah diakui dalam tradisi Islam sebagai bentuk penghormatan dan pencarian keberkahan Ilahi yang terhubung dengan figur-figur spiritual yang mulia. Dengan demikian, ziarah dalam konteks sufi merepresentasikan jembatan antara alam fisik dan ruhani, antara yang hidup dan yang secara spiritual 'hidup', sebuah upaya kontemplatif untuk menyerap inspirasi dan memohon

limpahan rahmat dari Sang Maha Pemberi Barakah, melalui kanal yang dipercayai telah disucikan oleh kedekatan dengan-Nya.

Simbol dan Simfoni Kematian dalam Syair dan Hikmah Sufi

Simbolisme Kematian dalam Puisi Rumi dan Hafiz

Konsep "kematian" dalam berbagai tradisi spiritual dan filsafat sering kali melampaui dimensi biologis semata. Di tengah diskursus eskatologis yang berfokus pada akhir kehidupan fisik, tradisi mistik Islam, khususnya Sufisme, memperkenalkan sebuah gagasan transformatif yang dikenal sebagai *al-maut qablal maut* (mati sebelum mati). Konsep ini bukanlah anjuran untuk mengakhiri hidup secara fisik, melainkan merujuk pada suatu proses internal mendalam yang bertujuan untuk mencapai pembebasan spiritual dan penyatuan dengan Realitas Tertinggi sebelum akhir hayat yang sesungguhnya. Secara etimologis, *al-maut qablal maut* berarti "kematian sebelum datangnya kematian (fisik)". Konsep sentral ini mengajarkan bahwa seorang salik (penempuh jalan spiritual) harus mengalami suatu bentuk kematian non-fisik kematian terhadap ego (nafs), hawa nafsu (syahwat), dan segala bentuk keterikatan duniawi (*ta'alluqat*) sebelum terjadinya kematian jasmani yang tak terhindarkan. Ini bukan berarti eliminasi total dari keberadaan diri, melainkan sebuah proses *fana'* (*anihilasi* atau pelenyapan diri) dari atribut-atribut rendah dan ilusi kedirian yang menghalangi persepsi akan Realitas Ilahi. Dalam konteks ini, "kematian" adalah metafora untuk transformasi radikal kesadaran, pengosongan diri dari segala selain Tuhan, dan pemurnian kalbu (*tazkiyat al-qalb*) dari noda-noda materialisme dan egosentrisme.

Hakikat al-maut qablal maut terletak pada pencapaian baqa' (eksistensi abadi) dalam kesatuan dengan Tuhan setelah melalui fase fana'. Anihilasi ego adalah prasyarat untuk subsistensi dalam kesadaran Ilahi. Praktik-praktik spiritual seperti zuhd (asketisme), riyadah (disiplin diri), mujahadah (perjuangan melawan hawa nafsu), dan dzikr (mengingat Tuhan) menjadi instrumen utama dalam mencapai kematian spiritual ini. Tujuannya adalah transendensi diri, pencapaian kebebasan dari tirani fisik dan mental, serta perjumpaan langsung (*musyahadah*) dengan Tuhan di alam kesadaran terdalam. Para penyair mistik, khususnya dalam tradisi Persia, sering menggunakan simbolisme kematian untuk menyampaikan pengalaman dan ajaran spiritual yang mendalam. Jalaluddin Rumi (wafat 1273 M), sufi dan penyair besar dari ordo Maulawi, secara konsisten menggambarkan kematian sebagai momen pembebasan[519]. Dalam gubahan puisinya, kematian bukanlah akhir yang menghancurkan, melainkan sebuah gerbang menuju keabadian dan perjumpaan langsung dengan Sang Kekasih Abadi, yaitu Tuhan.

Rumi menekankan bahwa kematian fisik adalah pelepasan dari batasan-batasan material dan duniawi yang mengikat jiwa. Kematian bagi Rumi merupakan proses kembali kepada asal-usul, sebuah reuni dengan Sumber segala keberadaan. Kematian ini, berbeda dengan ketakutan universal terhadap akhir hayat, justru dipandang sebagai suatu peristiwa yang dinantikan dengan suka cita oleh jiwa yang telah mempersiapkan diri melalui kematian spiritual. Dalam salah satu matla' (awal bait) puisinya yang terkenal, Rumi

berujar: *Bersama kematian, aku akan hidup, bersama cinta, aku akan hidup; Segala sesuatu yang ada di dunia ini adalah sementara, kecuali cinta yang akan tetap ada*[520].

Penggalan syair ini menggarisbawahi bahwa "kehidupan" sejati baru akan tercapai setelah kematian (spiritual maupun fisik) yang membebaskan jiwa. Cinta Ilahi adalah satu-satunya realitas abadi yang tersisa setelah segala yang fana lenyap. Rumi sering menggunakan metafora duniawi, seperti anggur, kekasih, malam, atau perayaan pernikahan (*'urs*), untuk menggambarkan proses mistik ini, dengan harapan para pembaca akan memahami kematian sebagai bagian integral dari perjalanan spiritual menuju kesatuan (*tauhid*) dengan Yang Maha Esa[521]. Demikian pula, Hafiz Syirazi (wafat 1390 M), seorang penyair liris Sufi yang terkenal dengan gubahan *ghazal*-nya, juga memandang kematian dari perspektif mistik yang penuh harapan dan keindahan[522]. Dalam syair-syairnya, Hafiz sering melukiskan kematian sebagai sebuah proses pemurnian dan transformasi yang mengarah pada pertemuan dengan Sang Kekasih Sejati, yaitu Tuhan[523]. Kematian digambarkan sebagai akhir dari keterpisahan dan awal dari penyatuan kembali.

Hafiz kerap menggunakan simbolisme malam dan cahaya untuk menggambarkan transisi dari kehidupan dunia yang gelap dan terbatas menuju cahaya Ilahi yang tak terhingga. Dalam salah satu bait puisinya yang menyentuh, Hafiz menyampaikan gagasan tersebut: *Kematian adalah malam yang menutup mata kita, namun di balik malam itu terdapat cahaya Tuhan yang menanti*[524]. Bagi Hafiz, "malam" kematian fisik adalah selubung yang menutupi

penglihatan batin terhadap Realitas Tertinggi. Namun, bagi jiwa yang telah "mati sebelum mati" yang telah dimurnikan dari kegelapan ego dan nafsu kematian fisik membuka tabir dan memungkinkan jiwa untuk menyaksikan "cahaya Tuhan" yang abadi. Kematian dalam syair Hafiz bukanlah keputusasaan atau ketiadaan, melainkan sebuah proses *transmutasi* dari bentuk yang terbatas dan fana menuju kebebasan spiritual yang hakiki dan penyatuan yang tak terhingga dengan Sumber segala yang ada. Puisi Hafiz, dengan keindahan lirisnya, membimbing pembaca untuk melihat kematian bukan sebagai akhir, tetapi sebagai puncak perjalanan cinta mistik menuju Sang Pencipta.

Konsep *al-maut qablal maut* merupakan inti ajaran transformatif dalam tradisi Sufisme. Ini bukanlah sekadar gagasan teologis, melainkan sebuah praksis spiritual yang menuntut kematian simbolis terhadap ego, hawa nafsu, dan keterikatan duniawi demi mencapai kehidupan spiritual yang autentik dan abadi. Melalui disiplin diri dan pemurnian kalbu, seorang salik berusaha mengalami *fana'* demi mencapai *baqa'* dalam kesatuan dengan Tuhan. Simbolisme kematian yang kaya dalam puisi-puisi mistik seperti karya Rumi dan Hafiz menjadi medium untuk mengkomunikasikan pengalaman mendalam dari konsep ini. Rumi melihat kematian sebagai pembebasan dan kepulangan jiwa kepada Tuhan, sementara Hafiz menggambarkannya sebagai pemurnian dan perjumpaan dengan Sang Kekasih Ilahi. Kedua penyair ini, melalui bahasa puitis yang metaforis, mengundang pembaca untuk mengubah persepsi tentang kematian: dari sesuatu yang ditakuti

menjadi suatu proses spiritual yang esensial untuk mencapai kehidupan sejati dalam kesadaran Ilahi. Dengan demikian, *al-maut qablal maut* bukan hanya doktrin mistik, tetapi juga peta jalan praktis menuju realisasi diri spiritual dan kesatuan dengan Tuhan.

Metafora Anggur, Kekasih, dan Malam: Kematian sebagai Perjumpaan

Dalam tradisi mistik Islam, atau yang lebih dikenal sebagai Sufisme, konsep kematian sering kali ditinjau bukan sebagai titik akhir eksistensi, melainkan sebagai transisi esensial menuju dimensi spiritual yang lebih tinggi, bahkan sebagai perjumpaan dengan Realitas Mutlak (Tuhan). Perspektif ini sangat kontras dengan pandangan umum tentang kematian yang sering diasosiasikan dengan kehilangan, perpisahan, atau ketiadaan. Untuk mengartikulasikan pengalaman spiritual yang mendalam dan seringkali tak terlukiskan terkait kematian ini, para penyair dan pemikir sufi secara ekstensif menggunakan bahasa simbolik dan metafora. Tiga metafora yang paling bergema dan sering muncul, terutama dalam puisi Persia klasik, adalah anggur, kekasih, dan malam.

Metafora anggur dalam syair Sufi memiliki makna yang sangat kaya dan jauh dari konotasi profan. Anggur (dalam bahasa Persia: *mey*) sering kali Merujuk pada "angin cinta" (*bād-e 'eshq*), "minuman cinta" (*sharāb-e maḥabbat*), atau limpahan rahmat Ilahi yang memabukkan jiwa dan melenyapkan kesadaran akan diri duniawi. Ini adalah simbol dari kebahagiaan mistis, ekstase spiritual (*wajd*), dan kondisi transendensi yang hanya dapat dialami oleh

jiwa yang telah melepaskan diri dari belenggu ego (*nafs*) dan penyimpanan materi. Dalam konteks kematian, anggur melambangkan proses peleburan ego (*fanā*) yang merupakan pertemuan untuk penyatuan mistik (*ittisāl*) dengan Tuhan. Kematian fisik dilihat sebagai manifestasi puncak dari proses *fanā* ini, di mana jiwa, yang telah dimabukkan oleh "anggur cinta" Ilahi sepanjang hidupnya, akhirnya mencapai kondisi kesadaran murni yang terbebaskan dari ilusi dualitas. Jalaluddin Rumi, salah satu penyair sufi terbesar, kerap menggunakan metafora ini untuk menggambarkan kondisi spiritual yang melampaui pemahaman rasional. Ia mengisyaratkan bahwa 'mencicipi anggur cinta' adalah 'kematian' bagi ego yang memungkinkan jiwa untuk menemukan 'kehidupan sejati' yang abadi dalam hadirat Ilahi. Hal ini tercermin dalam baris-baris syairnya yang mengajak untuk tidak takut pada kematian ragawi, karena di dalamnya terkandung janji kedamaian dan keberlimpahan spiritual yang dilambangkan oleh anggur mistis tersebut.

Metafora kekasih (*ma'shuq*) adalah pilar sentral dalam puisi cinta mistik sufi. Kekasih dalam konteks ini bukanlah entitas duniawi, melainkan representasi Hakikat Ilahi, Tuhan itu sendiri, yang merupakan objek kerinduan abadi jiwa. Sufisme memandang bahwa jiwa berasal dari Hadirat Ilahi dan mengalami 'perpisahan' ketika terperangkap dalam tubuh fisik dan alam materi. Kehidupan spiritual adalah perjalanan panjang untuk kembali ke asal, pencarian tak henti-hentinya untuk bertemu kembali dengan Kekasih Sejati. Kematian ragawi, dari perspektif ini, bukanlah akhir yang

menakutkan, melainkan puncak dari penantian panjang, momen perjumpaan yang dirindukan. Ini adalah penyatuan (*waṣl*) kembali dengan Kekasih setelah perpisahan yang 'menyakitkan' di dunia. Rumi, misalnya, sering menggambarkan kematian orang-orang suci sebagai “mencapai Kekasih,” mengisyaratkan bahwa jiwa mereka tidak hilang, melainkan kembali ke Sumber dari mana mereka berasal. Perspektif ini memberikan makna eskatologis yang dalam pada kematian; ia adalah kepulangan ke rumah spiritual, realisasi janji “*sesungguhnya kami milik Allah dan kepada-Nya kami kembali*” (QS. Al-Baqarah: 156), namun dimaknai melalui lensa cinta dan kerinduan mistis. Metafora Kekasih tekanan aspek personal dan relasional dalam hubungan jiwa dengan Tuhan, mengubah kematian dari peristiwa biologi menjadi momen sakral perjumpaan cinta.

Metafora malam (*shab*) dalam syair Sufi sering kali digunakan untuk melambangkan dimensi spiritual yang penuh misteri, kedalaman, dan proses introspeksi atau kontemplasi. Malam adalah waktu di mana dunia luar meredup, panca indra duniawi tidak lagi dominan, dan jiwa memiliki kesempatan untuk menenggelamkan diri dalam kontemplasi batin. Ini adalah waktu yang ideal untuk berdialog intim dengan Tuhan, untuk mendalami sirr (rahasia) Ilahi. Dalam konteks kematian, malam melambangkan transisi dari alam *shahādah* (alam yang terlihat) ke alam *ghaib* (alam yang tak terlihat/misteri). Kematian, sebagaimana malam, membawa jiwa ke dalam 'kegelapan' relatif bagi kesadaran duniawi, namun 'cahaya' yang menanti di baliknya adalah cahaya pencerahan dan Realitas Ilahi. Para sufi memandang malam kematian bukan sebagai

ketiadaan cahaya, melainkan sebagai gerbang menuju Cahaya Sejati yang tersembunyi dari pandangan mata lahir. Puisi-puisi Rumi dan Hafiz seringkali menggambarkan malam ini sebagai momen penuh harapan. Meskipun ada unsur 'kegelapan' atau tipis dari perspektif duniawi, malam kematian membawa janji datangnya 'fajar' spiritual. Fajar ini melambangkan *baqā* (keabadian dalam Tuhan) setelah *fanā* , pencerahan (*ishrāq*), atau kebangkitan spiritual (*qiyāmah rūḥāniyyah*) yang memuncak dalam perjumpaan dengan Tuhan. Malam kematian, dengan demikian, adalah periode misteri yang mengarah pada wahyu cahaya spiritual yang lebih besar.

Metafora anggur, kekasih, dan malam merupakan instrumen simbolik yang ampuh dalam tradisi Sufi untuk merekonstruksi makna kematian. Anggur melambangkan kebahagiaan mistis dan peleburan diri melalui cinta Ilahi, Kekasih merepresentasikan Tuhan sebagai tujuan akhir kerinduan jiwa dan momen perjumpaan puncak, sementara Malam melambangkan misteri transisi ke alam gaib yang membawa janji pencerahan spiritual. Metafora ketiga ini bekerja secara sinergis untuk menggeser paradigma kematian dari asosiasi negatif menjadi sebuah naratif perjumpaan, kepulangan, dan kemandirian spiritual. Melalui bahasa simbolik yang kaya ini, Sufisme menawarkan pemahaman bahwa kematian bukanlah akhir dari eksistensi, melainkan sebuah gerbang menuju Realitas Mutlak, sebuah reuni agung, dan sebuah kebangkitan menuju kesadaran Ilahi yang lebih dalam. Kajian atas metafora-metafora ini membuka jendela ke dalam kedalaman pandangan dunia sufi yang melihat

setiap aspek kehidupan, termasuk kematian, sebagai peluang untuk semakin merapat kepada Sang Pencipta.

Nyanyian Keheningan

mengkaji konsepsi kematian dalam tradisi mistik Sufi, memfokuskan pada tautannya dengan konsep keheningan dan cinta ilahi sebagai sebuah ekspresi estetika transendental. Berbeda dengan pandangan konvensional tentang kematian sebagai akhir eksistensi, Sufisme, khususnya dalam ekspresi puitisnya, memaknai kematian sebagai sebuah transisi spiritual yang esensial menuju penyatuan dengan Realitas Mutlak. Keheningan, dalam konteks ini, bukanlah ketiadaan suara, melainkan sebuah keadaan batin yang mendalam suatu ruang spiritual yang memungkinkan perjumpaan dan peleburan (fana') dengan Tuhan. Pandangan mengenai kematian dalam berbagai tradisi spiritual dan budaya seringkali berkisar pada gagasan tentang akhir, perpisahan, dan ketidakpastian. Namun, dalam tradisi mistik Islam, khususnya Sufisme, kematian seringkali dimaknai ulang melalui lensa spiritual yang unik dan transformatif. Bagi para salik (pengembara spiritual) dan penyair Sufi, kematian bukanlah suatu peristiwa yang ditakuti secara eksklusif, melainkan sebuah tahapan krusial, bahkan seringkali dirindukan, dalam perjalanan menuju penyatuan dengan Tuhan. Konsepsi ini melahirkan sebuah "estetika kematian" yang berbeda, di mana momen transisi fisik ini dipandang sebagai ekspresi tertinggi dari cinta ilahi yang menghubungkan hamba dengan Sang Pencipta[525].

Dalam kerangka tasawuf, kematian fisik seringkali dilihat sebagai kelanjutan atau puncak dari "kematian" spiritual yang dialami seorang salik dalam perjalanan batinnya. Konsep sentral dalam hal ini adalah *fana'* (peleburan atau anihilasi diri) dan *baqa'* (kekekalan atau keberadaan dalam Tuhan)[526]. Fana' merujuk pada proses penghapusan kesadaran ego individu, kehendak, dan sifat-sifat duniawi, yang merupakan prasyarat untuk mencapai kesadaran akan Realitas Mutlak. Kematian fisik dapat diinterpretasikan sebagai *fana'* terakhir dari ikatan jiwa dengan jasad dan dunia material, sebuah langkah esensial menuju *baqa'*, yaitu keberadaan abadi dalam hadirat Tuhan.

Kematian fisik bukanlah ketiadaan, tetapi sebuah hilangnya eksistensi relatif (ego dan jasad) demi hadirnya eksistensi absolut (Tuhan). Pandangan ini secara radikal mengubah persepsi kematian dari akhir yang menakutkan menjadi sebuah gerbang menuju kehidupan sejati dan abadi, sebuah "perpindahan dari rumah debu ke rumah keabadian"[527]. Konsep keheningan (dalam bahasa Arab sering disebut *sukut* atau dalam bahasa Persia *khamoshi*) memegang peranan fundamental dalam praktik dan pengalaman mistik Sufi. Keheningan di sini melampaui makna fisik ketiadaan suara. Ia adalah sebuah keadaan batin yang terbebas dari hiruk-pikuk pikiran, keinginan ego, dan keterikatan pada dunia fenomenal[528]. Dalam keheningan inilah, sang salik dapat menenangkan 'suara' diri yang selalu menuntut dan mengalihkan perhatian, untuk kemudian mendengarkan 'suara' Tuhan yang hadir dalam lubuk hati yang paling dalam.

Keheningan spiritual adalah prasyarat bagi muraqaba (kontemplasi) dan musyahadah (penyaksian ilahi). Ia menciptakan sebuah ruang internal yang hening, di mana jiwa menjadi reseptif terhadap bisikan ilahi, ilham, dan penyingkapan (kasyf). Penyair Sufi sering menggambarkan keheningan sebagai bahasa terdalam, yang melampaui keterbatasan kata-kata manusia dalam mengungkapkan pengalaman transenden[529]. Hanya dalam keheningan jiwa dapat berkomunikasi dan bersatu dengan Realitas yang tak terperikan oleh bahasa rasional.

Jika keheningan adalah kondisi bagi perjumpaan ilahi, maka kematian, dalam pandangan Sufi, adalah puncak dari keheningan tersebut. Kematian fisik membawa pada penghentian total segala aktivitas duniawi, sensori, dan mental yang terkait dengan ego dan jasad. Jiwa terlepas dari segala 'suara' dunia, mencapai keheningan yang mutlak dan tak terinterupsi. Dalam keheningan paripurna pasca-kematian inilah jiwa mencapai kedamaian tertinggi dan, yang terpenting, mengalami perjumpaan langsung dengan Tuhan. Kematian bukanlah kehampaan, melainkan *penuh* dengan makna, kehadiran, dan pengalaman Cinta Ilahi. Ia adalah momen *qurb* (kedekatan) paling intim, di mana hijab antara hamba dan Tuhan terangkat sepenuhnya.

Estetika dalam konteks ini bukanlah keindahan visual, melainkan keindahan pengalaman transenden[530]. Kematian menjadi "indah" (dalam arti estetika spiritual) karena ia adalah jalan menuju realisasi kesatuan dengan Sang Kekasih Abadi. Kepasrahan total dalam kematian adalah bentuk "estetik" ketundukan dan cinta yang

memungkinkan peleburan dalam Keindahan Ilahi. Penyair Sufi mengartikulasikan estetika ini melalui metafora dan simbolisme yang kaya. Kematian sering digambarkan sebagai malam pernikahan (*shab-e arus*) antara jiwa dan Tuhan, pesta penyatuan, atau kembalinya tetesan air ke samudra yang tak terbatas[531]. Gambaran-gambaran ini tidak hanya menegaskan pandangan positif terhadap kematian, tetapi juga menyajikan kematian sebagai perayaan agung, sebuah manifestasi estetik dari cinta yang telah mencapai puncaknya dalam keheningan abadi. Jalaluddin Rumi dan Hafiz Shirazi adalah dua arsitek utama yang mengukir estetika kematian sebagai manifestasi cinta ilahi dalam khazanah puisi Persia dan Sufi.

Rumi, dalam *Matsnawi* dan *Diwan-i Shams-i Tabrizi*, sering menggunakan konsep *khamoshi* (keheningan) sebagai lambang keadaan tanpa kata yang muncul dari perjumpaan dan peleburan dengan Kekasih[532]. Meskipun kutipan yang secara eksplisit menyatakan "Keheningan adalah suara Tuhan" mungkin merupakan interpretasi populer, gagasan di baliknya sangat konsisten dengan ajarannya: bahwa keheningan adalah medium untuk mendengar dan berinteraksi dengan Realitas Ilahi yang melampaui bahasa manusia. Kematian, bagi Rumi, adalah pembebasan jiwa dari sangkar jasad, sebuah kepulangan yang membahagiakan menuju sumbernya, di mana ia akhirnya bisa diam (*khamosh*) sepenuhnya dalam hadirat Ilahi, mengalami cinta tanpa batas[533].

Hafiz, dengan gaya lirisnya yang mendalam, juga mengekspresikan kerinduan akan penyatuan dan kesediaan untuk melepaskan diri (secara simbolis atau harfiah melalui kematian)

demi perjumpaan dengan Kekasih. Meskipun bahasanya seringkali ambigu, memadukan cinta ilahi dan duniawi, benang merah kerinduan akan *fana'* dan penyatuan dalam cinta ilahi sangat kental[534]. Kematian fisik, atau "kematian" ego dalam ekstase, adalah harga yang rela dibayar demi cicipan anggur cinta ilahi yang memabukkan, yang hanya dapat dinikmati dalam keheningan dan ketiadaan diri.

Melalui puisi-puisi mereka, Rumi dan Hafiz tidak hanya menyampaikan konsep teologis tentang kematian, tetapi juga menciptakan pengalaman estetis bagi pembaca sebuah rasa haru, kerinduan, dan kekaguman terhadap kemungkinan perjumpaan ilahi yang terjadi dalam keheningan kematian. Puisi mereka menjadi "nyanyian keheningan" itu sendiri, mengundang pendengar atau pembaca untuk merasakan sublimitas momen transisi akhir.

Dalam pemikiran Sufi, sebagaimana terefleksi kuat dalam puisi-puisi mistik, kematian dipandang bukan sebagai akhir yang menakutkan, melainkan sebagai sebuah gerbang menuju penyatuan dengan Tuhan. Kunci dari pemahaman ini terletak pada konsep keheningan spiritual. Keheningan, sebagai keadaan batin yang terbebas dari hiruk-pikuk ego dan dunia, adalah medium esensial bagi perjumpaan ilahi. Kematian kemudian dimaknai sebagai puncak keheningan ini suatu keadaan di mana jiwa sepenuhnya terlepas dari gangguan duniawi, mencapai kedamaian mutlak, dan dalam keheningan paripurna tersebut, mengalami realisasi cinta ilahi dan penyatuan dengan Sang Kekasih. Konsepsi kematian sebagai puncak keheningan yang berujung pada perjumpaan penuh

cinta dengan Tuhan melahirkan sebuah estetika spiritual yang unik dan mendalam. Estetika ini tidak terletak pada keindahan rupa, melainkan pada sublimitas pengalaman transendental kelegaan pelepasan, kedalaman kedamaian, dan intensitas cinta yang dirasakan dalam momen 'kepulangan' jiwa. Melalui karya-karya abadi seperti puisi Rumi dan Hafiz, estetika kematian sebagai nyanyian keheningan cinta ilahi ini terus menginspirasi, menawarkan perspektif yang kaya dan transformatif tentang salah satu misteri terbesar dalam eksistensi manusia.

Al-Ghazali dan *Kimiya-i Sa'adat*

Imam Abu Hamid Muhammad bin Muhammad al-Ghazali (w. 1111 M), seorang figur sentral dalam sejarah intelektual Islam, dikenal atas upayanya merekonsiliasi teologi, filsafat, dan spiritualitas Sufi. Di antara corpus karyanya yang luas, *Kimiya-i Sa'adat* (Kimia Kebahagiaan) menonjol sebagai sintesis ajaran-ajaran fundamental yang disajikan dalam gaya yang lebih mudah diakses dibandingkan magnum opusnya, *Ihya' 'Ulum al-Din*. Karya ini secara fundamental membahas tentang jalan menuju kebahagiaan sejati (*sa'adah*), sebuah konsep yang dalam pandangan Al-Ghazali tidak semata-mata terikat pada eksistensi duniawi yang fana, melainkan berkelindan erat dengan realitas kehidupan setelah kematian.

Bagi Al-Ghazali, kehidupan dunia (*al-dunya*) bukanlah tujuan final, melainkan sekadar persinggahan sementara (*dar al-fana'*) dan medan persiapan (*mazra'ah*) bagi kehidupan abadi di akhirat (*al-akhirah*). Konsepsi ini merupakan pilar utama dalam kerangka etika

dan eskatologi Al-Ghazali, sebagaimana termaktub dalam berbagai bagian *Kimiya-i Sa'adat*. Beliau secara konsisten menekankan bahwa keterikatan berlebihan pada kesenangan, kekayaan, dan status duniawi adalah ilusi yang menghalangi penglihatan batin menuju kebenaran hakiki.[535] Kehidupan fana ini adalah ujian (*ibtila'*) yang harus dihadapi setiap jiwa, menguji kapasitasnya untuk mengenali Penciptanya dan menjalankan tujuan eksistensialnya. Dalam paradigma Ghazalian, kematian bukanlah anomali atau kegagalan sistem biologis semata, melainkan tahap transisional yang inheren dalam skema penciptaan ilahi.[536] Ia adalah keniscayaan yang menandai berakhirnya periode ujian dan dimulainya fase perhitungan serta realisasi dari apa yang telah diupayakan di dunia.

Berbeda dengan pandangan materialistik yang melihat kematian sebagai kepunahan total, Al-Ghazali, mengikuti tradisi teologis dan Sufi, memandang kematian sebagai pemisahan (*mufaraqah*) ruh (soul) dari tubuh.[537] Tubuh adalah "kendaraan" sementara bagi ruh di dunia, dan ketika kendaraan itu rusak atau masa pakainya habis, ruh tidak ikut binasa melainkan melanjutkan eksistensinya di alam yang berbeda. Dalam *Kimiya-i Sa'adat*, Al-Ghazali menggunakan analogi yang memudahkannya dipahami oleh audiens umum, menggambarkan tubuh seperti sangkar dan ruh seperti burung yang terperangkap di dalamnya. Kematian adalah terbukanya pintu sangkar, memungkinkan burung (ruh) untuk terbang menuju alam asalnya.[538] Alam setelah kematian ini adalah realitas yang lebih otentik dan permanen dibandingkan dunia fisik. Di sinilah *sa'adah* sejati atau, sebaliknya, penderitaan abadi, akan

dialami secara penuh, bergantung pada bagaimana ruh mempersiapkan dirinya selama di dunia.

Konsep *sa'adah* dalam filsafat etika Al-Ghazali tidak terkait dengan kebahagiaan indrawi atau pemenuhan keinginan fisik. *Sa'adah* hakiki adalah kondisi spiritual di mana jiwa telah mencapai kedekatan (*qurb*) dan pengenalan (*ma'rifah*) terhadap Allah SWT.[539] Kebahagiaan ini bersumber dari penglihatan batin (basirah) yang jernih, bebas dari keruh noda ego dan keterikatan duniawi (*hujub*). Al-Ghazali berargumen bahwa potensi *sa'adah* ini telah ada dalam diri manusia sejak penciptaan, namun tertutupi oleh karat duniawi dan kemalasan spiritual. Kematian bertindak sebagai katalis yang menyingkap kondisi ruh yang sesungguhnya. Jika ruh telah dibersihkan dan dihiasi dengan sifat-sifat terpuji (*mahmudāt al-akhlaq*) serta dipenuhi *ma'rifah*, maka setelah terbebas dari belenggu fisik, ia akan mengalami kebahagiaan spiritual yang tak terbayangkan, yang puncaknya adalah "melihat" (secara maknawi atau hakiki, tergantung interpretasi) Wajah Ilahi.[540] Sebaliknya, ruh yang kotor dan gelap akan mengalami penderitaan akibat keterpisahannya dari Sumber Cahaya dan Kebahagiaan.

Mengingat hakikat kematian sebagai transisi yang menentukan nasib abadi, Al-Ghazali dalam *Kimiya-i Sa'adat* menyediakan panduan praktis untuk mempersiapkan diri. Proses ini digambarkan sebagai "kimia" yang mentransformasi sifat-sifat dasar (ego dan nafs ammarah) menjadi sifat-sifat mulia (ruh muthmainnah). Inti dari preparasi ini meliputi:

1. Pengendalian Diri (*Riyadhat al-Nafs*): Mendesplinkan hawa nafsu dan keinginan rendah agar tunduk pada akal dan syariat.
2. Penyucian Hati (*Tahdhib al-Akhlaq*): Membersihkan hati dari sifat tercela seperti kesombongan, iri, rakus, dan menggantinya dengan sifat terpuji seperti rendah hati, qanaah, sabar, syukur.[541]
3. Ibadah dengan Penghayatan: Melaksanakan ritual agama (salat, puasa, zakat, haji) tidak hanya secara fisik, tetapi dengan kehadiran hati (*hudhur al-qalb*), menjadikannya sarana mendekatkan diri kepada Allah.
4. Kesederhanaan (*Zuhd*): Bukan berarti meninggalkan dunia sepenuhnya, melainkan melepaskan keterikatan hati pada harta dan kedudukan duniawi, menjadikan dunia sebagai sarana, bukan tujuan.[542]
5. Mengingat Kematian (*Dhikr al-Mawt*): Secara berkala merenungkan keniscayaan kematian untuk menjaga perspektif dan motivasi spiritual.

Semua upaya ini ditujukan untuk mengkondisikan ruh agar siap dan bahkan merindukan pertemuan dengan Penciptanya. Kematian bagi jiwa yang telah mempersiapkan diri dengan baik adalah momen pelepasan yang disambut, bukan ditakuti. Ia adalah gerbang yang dilewati menuju realisasi janji ilahi bagi hamba-Nya yang beriman dan beramal saleh. Ketakutan akan kematian, menurut Al-Ghazali, seringkali berakar pada keterikatan duniawi dan kegagalan mempersiapkan diri.[543]

Metafora "gerbang" (*bab*) sangat kuat dalam konteks ini. Kematian adalah ambang batas antara dua alam: alam fisik yang

terbatas dan alam spiritual yang abadi. Melewati gerbang ini bukanlah akhir dari eksistensi, melainkan pintu masuk ke fase eksistensi yang berbeda dan lebih signifikan. Bagi ruh yang telah melalui proses "kimia" dalam *Kimiya-i Sa'adat*, gerbang kematian membuka jalan menuju:

1. Kebebasan: Bebas dari penderitaan fisik, batasan ruang dan waktu, serta tarikan hawa nafsu duniawi.
2. Penglihatan: Kemampuan ruhani yang lebih tajam untuk melihat realitas ilahi tanpa hijab.
3. Kedekatan: Realisasi penuh dari *qurb* (kedekatan) dengan Allah SWT.
4. Sa'adah: Perasaan bahagia dan nikmat spiritual yang puncaknya adalah melihat atau merasakan kehadiran Ilahi, yang jauh melampaui kebahagiaan duniawi.[544]

Dengan demikian, dalam pandangan Al-Ghazali yang tertuang dalam *Kimiya-i Sa'adat*, kematian adalah prasyarat ontologis untuk mencapai *sa'adah* abadi. Kehidupan dunia adalah lorong menuju gerbang tersebut, dan kualitas perjalanan di lorong inilah yang menentukan apa yang akan ditemukan di baliknya.

Melalui *Kimiya-i Sa'adat*, Al-Ghazali menawarkan perspektif yang mendalam dan transformatif mengenai kematian. Beliau tidak melihat kematian sebagai musuh yang harus ditakuti, melainkan sebagai bagian integral dari perjalanan spiritual manusia menuju kesempurnaan. Kematian adalah gerbang yang tidak terhindarkan yang memisahkan ruh dari tubuh fana, mengantarkannya ke alam abadi di mana *sa'adah* sejati dapat diraih. Namun, gerbang ini hanya

membawa pada kebahagiaan bagi jiwa yang telah mempersiapkan dirinya melalui penyucian karakter, pengendalian diri, ibadah yang ikhlas, dan pelepasan keterikatan duniawi. Ajaran Al-Ghazali dalam *Kimiya-i Sa'adat* berfungsi sebagai peta jalan spiritual yang komprehensif, menekankan bahwa preparasi terbaik untuk menghadapi kematian dan meraih kebahagiaan di akhirat adalah dengan menjalani kehidupan dunia yang sarat kesadaran spiritual dan moralitas yang tinggi. Pandangan ini tidak hanya relevan secara historis, tetapi juga menawarkan lensa kontemplatif bagi individu modern dalam menghadapi realitas kematian dan mencari makna kebahagiaan yang melampaui batas-batas eksistensi fisik.

Rumi: Kematian sebagai "Pernikahan dengan Kekasih Sejati"

Jalaluddin Rumi (1207-1273 Masehi), salah satu tokoh paling monumental dalam tradisi mistisisme Sufi dan sastra Persia, menawarkan perspektif yang secara fundamental berbeda mengenai fenomena perihal kematian. Alih-alih memandangnya sebagai titik akhir eksistensi biologi atau sebuah peristiwa yang menakutkan, Rumi mengkonsepsikan kematian sebagai sebuah transisi krusial dan sangat dinantikan menuju persatuan paripurna (*wisāl*) dengan entitas Ilahi, yang secara puitis dan simbolis ia sebut sebagai "Kekasih Sejati" (*Maʿshūq-i Ḥaqīqī*). Pandangan ini menjadi salah satu pilar dalam eskatologi mistisnya, yang merangkai seluruh perjalanan spiritual sebagai perjalanan kerinduan menuju sumber primordial.

Dasar pemahaman Rumi ini terletak pada keyakinan bahwa jiwa manusia secara inheren berasal dari ranah Ilahi dan rindu

kepulangan ke asal-usulnya. Kehidupan di dunia fana (*dunia*) seringkali digambarkan sebagai fase pertunjukan atau visualisasi, sebuah materi "penjara" yang membatasi potensi penuh jiwa. Kematian, dalam konsepsi ini, bukanlah perpecahan, melainkan sebuah pelepasan, isolasi dari ikatan duniawi yang pada akhirnya memungkinkan jiwa untuk kembali menyatu dengan Realitas Tertinggi. Metafora sentral yang digunakan Rumi untuk menggambarkan penyatuan pasca-kematian ini adalah "pernikahan dengan Tuhan" atau "pernikahan dengan Kekasih Sejati"[545]. Pilihan kata "pernikahan" (dalam konteks mistis seringkali diartikan sebagai penyatuan intim dan abadi) secara efektif mengkomunikasikan nuansa kebahagiaan, termiskin, dan kedekatan yang ekstrem, jauh dari konotasi kesedihan atau ketiadaan yang umumnya melekat pada kematian.

Dalam pandangan Rumi, seluruh dinamika kehidupan spiritual adalah manifestasi dari tarikan magnetis cinta Ilahi (*ʻIshq-i Ḥaqīqī*) yang menarik jiwa kembali kepada-Nya. Kehidupan duniawi adalah arena pencarian dan pemurnian diri yang bertujuan untuk menjadikan jiwa layak bagi penyatuan tersebut. Kematian juga menjadi klimaks dari pencarian eksistensial ini, saat kerinduan spiritual yang telah terakumulasi sepanjang hayat menemukan membesarkannya dalam pelukan Ilahi. Konsep *wisāl* (penyatuan) dalam tasawuf, khususnya pada Rumi, melampaui sekedar keberadaan di alam baka; ia adalah pengalaman lebur dan larutnya individualitas partikular ke dalam Samudra Rahmat dan Keberadaan Ilahi. Chittick secara ekstensif membahas bagaimana Rumi

memandang cinta sebagai jalan dan tujuan, dengan *wisāl* pasca-kematian sebagai realisasi puncaknya[546].

Metafora Rumi yang kuat ini memiliki intuisi mendalam terhadap cara seorang Sufi atau pencari spiritual memandang kematian. Ketakutan terhadap kematian, yang seringkali bersumber dari ketidaktahuan atau keyakinan akan pemusnahan, dapat bertransformasi menjadi sebuah antisipasi gembira terhadap reuni yang telah lama dinantikan. Kematian bukanlah akhir dari perjalanan, melainkan gerbang pintu menuju fase eksistensi baru yang lebih tinggi, di mana jiwa bebas dari batasan fisik dan temporal, dan dapat mengalami kebersamaan abadi dengan sumber segala cinta dan keberadaan. Schimmel menonjolkan kekayaan simbolisme yang digunakan Rumi untuk menggambarkan tahapan dan pengalaman mistis, termasuk transisi eksistensial melalui kematian, yang selalu berpusat pada hubungan cinta antara jiwa dan Ilahi[547].

Dengan demikian, Jalaluddin Rumi berhasil merangkai narasi kematian yang jauh dari suram dan menakutkan, mengubahnya menjadi sebuah perayaan penyatuan agung. Melalui diksi puitisnya yang kaya simbolisme dan kedalaman spiritual, ia mengajak pembaca untuk melihat kematian bukan sebagai musuh, melainkan sebagai "malam pengantin" (*Shab-e 'Arūs*) yang membawa jiwa kembali ke pelukan Kekasih Sejati, tempat di mana segala kerinduan terpuaskan dan kebahagiaan abadi ditemukan. Perspektif ini tidak hanya relevan dalam konteks mistisisme Persia abad pertengahan, tetapi juga menawarkan lensa universal untuk memikirkan makna eksistensi, cinta, dan transisi terbesar dalam kehidupan: kepulangan kepada Yang Ilahi.

Ibn ‘Arabi: Kematian dan Realitas Wujud (*Wahdat al-Wujud*)

Muhyiddin Ibn ‘Arabi (w. 1240 M), seorang figur sentral dalam sejarah pemikiran Islam, khususnya dalam tradisi filsafat dan mistisisme Sufi, secara luas diakui atas kontribusinya yang mendalam terhadap konsepsi realitas dan eksistensi. Inti dari sistem metafisiknya adalah doktrin Wahdat al-Wujud (Kesatuan Wujud), sebuah proposisi yang menyatakan bahwa realitas ultimate, yaitu Tuhan (al-Haqq), adalah satu-satunya Wujud Sejati, dari mana segala sesuatu yang ada di semesta raya memanifestasikan diri[548]. Dalam kerangka kosmologis yang unik ini, Ibn ‘Arabi mengembangkan pemahaman yang sangat khas tentang kematian, yang berbeda secara signifikan dari pandangan eskatologis konvensional[549]. Kematian bagi Ibn ‘Arabi bukanlah kepunahan atau penghentian total eksistensi individual, melainkan sebuah fenomena transisional yang inheren dalam dinamika Wahdat al-Wujud itu sendiri.

Untuk memahami perspektif Ibn ‘Arabi tentang kematian, esensial untuk terlebih dahulu menelaah doktrin Wahdat al-Wujud. Konsep ini tidak identik dengan panteisme sederhana yang menyamakan Tuhan dengan alam semesta material. Sebaliknya, Wahdat al-Wujud menyatakan bahwa hanya ada satu Realitas eksistensial substantif, yaitu Wujud Tuhan, dan segala sesuatu selain Tuhan adalah "non-eksisten" dalam dirinya sendiri (*māhiyyāt*), namun "eksisten" melalui Wujud Tuhan (*wujūd*). Alam semesta dan segala isinya adalah manifestasi (*tajalliyāt*) nama-nama dan sifat-sifat Tuhan dalam bentuk-bentuk yang berbeda-beda[550]. Setiap entitas, dari atom terkecil hingga galaksi terjauh, adalah cermin yang

memantulkan aspek tertentu dari Realitas Ilahi. Ibn ‘Arabi sering menggunakan analogi seperti laut dan gelombang, di mana gelombang (makhluk) berbeda dalam bentuk, tetapi substansi dasarnya tetaplah laut (Tuhan). Dalam pandangan ini, dualitas antara Pencipta dan ciptaan tidak dihapuskan, tetapi ditempatkan dalam kerangka kesatuan ontologis yang mendalam[551]. Segala sesuatu ‘ada’ hanya karena partisipasinya dalam Wujud Ilahi, dan tanpa Wujud Ilahi, mereka akan kembali pada ketiadaan asalnya.

Dalam kerangka Wahdat al-Wujud, kehidupan dan kematian dipandang sebagai dua fase yang tak terpisahkan dari arus Wujud yang continuous. Jika segala sesuatu adalah manifestasi, maka keberadaan pada tingkat fenomena (dunia ini) adalah salah satu bentuk manifes Tuhan. Kematian, dalam pandangan Ibn ‘Arabi, bukanlah akhir dari manifestasi itu secara absolut, tetapi merupakan perubahan bentuk manifestasi tersebut[552]. Ini adalah transisi dari satu "keadaan" atau "bentuk" wujud (*surat al-wujūd*) ke keadaan atau bentuk lain[553]. Sama seperti air dapat bermanifestasi sebagai es, uap, atau air dalam bentuk cair, dan perubahan bentuk tersebut tidak berarti penghentian eksistensi air itu sendiri, demikian pula wujud individual beralih dari bentuk fisik duniawi pasca-kematian.

Kematian fisik adalah dekomposisi bentuk material individu, namun wujud fundamental yang mendasarinya yaitu, partisipasinya dalam Wujud Ilahi tidak lenyap[554]. Proses ini adalah bagian esensial dari siklus kosmik, di mana manifestasi kembali ke sumbernya sebelum mungkin bermanifestasi kembali dalam bentuk lain, baik di alam barzakh (alam transisi antara kehidupan dunia dan akhirat)

atau alam-alam eksistensi lainnya yang tak terbatas dalam pandangan Ibn ‘Arabi[555]. Oleh karena itu, kematian adalah sebuah metamorfosis wujud yang inheren dalam sifat dinamis Realitas Ilahi yang terus-menerus memanifestasikan dan "menarik kembali" manifestasi-Nya.

Aspek sentral lain dari pandangan Ibn ‘Arabi tentang kematian adalah interpretasinya sebagai *raj'a* atau "pengembalian kepada Tuhan"[556]. Konsep ini secara eksplisit disebutkan dalam teks-teks keagamaan, namun Ibn ‘Arabi memberikannya makna ontologis yang dalam dalam konteks Wahdat al-Wujud. Pengembalian ini bukan sekadar perjumpaan dengan Tuhan di hari perhitungan, melainkan kembalinya wujud partikular (individu atau entitas) kepada sumber Wujud universalnya[557]. Dalam karyanya yang monumental, *Futuhat al-Makkiyya* (Pembukaan-pembukaan Mekah), Ibn ‘Arabi menggambarkan kematian sebagai saat di mana realitas individual kembali pada tingkat eksistensi yang lebih dekat dengan Realitas Absolut[558]. Pandangan yang dikutip sebelumnya: "Kematian adalah saat di mana jiwa kembali kepada asalnya, tempat di mana ia bersatu dengan Tuhan yang Maha Kuasa"[559] meringkas esensi ini. "Asal" di sini merujuk pada sumber eksistensi individual yang tidak lain adalah Wujud Ilahi. Penyatuan (*ittihad* atau *ittiṣāl*) yang dimaksud bukanlah peleburan substansial atau hilangnya identitas individual secara total (kecuali bagi mereka yang mencapai *fana'* atau kepunahan diri dalam pengalaman mistis tertentu *selama* hidup), tetapi lebih merupakan realisasi kesadaran tentang ketergantungan penuh dan esensi individual sebagai

manifestasi dari Wujud Ilahi[560]. Bagi individu yang telah mencapai tingkat *ma'rifa* (gnosis) atau pencerahan spiritual selama hidupnya, kematian dapat dilihat sebagai penyempurnaan dari perjalanan spiritual, di mana kesadaran tentang Wahdat al-Wujud menjadi realitas yang sepenuhnya dialami[561]. Jiwa yang telah "mengenal dirinya" (dan dengan demikian "mengenal Tuhannya") kembali ke kondisi yang paling sesuai dengan esensi primordialnya sebagai manifes Ilahi.

Koneksi erat antara kematian dan Wahdat al-Wujud dalam pemikiran Ibn ‘Arabi memberikan implikasi signifikan. Pertama, pandangannya mengurangi ketakutan konvensional terhadap kematian, karena kematian bukanlah akhir yang definitif, melainkan bagian tak terhindarkan dari dinamika Wujud yang terus bergerak[562]. Kedua, ini menempatkan kehidupan duniawi dalam perspektif yang lebih luas sebagai satu tahap dalam rangkaian manifestasi Wujud Ilahi yang tak terbatas. Ketiga, ini menekankan pentingnya realisasi spiritual (*ma'rifa*) selama hidup, karena tingkat kesadaran tentang Wahdat al-Wujud akan memengaruhi kualitas "pengembalian" pasca-kematian[563].

Dengan demikian, Ibn ‘Arabi menawarkan sebuah pandangan metafisik yang koheren di mana kematian bukanlah anomaly atau akhir, melainkan sebuah transisi esensial dan 'pengembalian' dalam bingkai Realitas tunggal Wahdat al-Wujud. Pandangan ini tidak hanya membentuk pemahaman eskatologis yang unik, tetapi juga memperkaya lanskap pemikiran Islam dengan perspektif mendalam tentang interkoneksi antara kehidupan, kematian, dan Realitas Ilahi

yang meliputi segalanya. Sistem Ibn 'Arabi, meskipun kompleks dan terkadang kontroversial, tetap menjadi sumber inspirasi yang kaya untuk merenungkan misteri eksistensi dan nasib akhir wujud individual dalam samudra Wujud Yang Maha Esa.

Warisan Pemikiran Sufi terhadap Konsep Kehidupan dan Kematian

Konsep kehidupan dan kematian merupakan dua fenomena eksistensial fundamental yang senantiasa merangsang perenungan filosofis dan spiritual dalam berbagai tradisi keagamaan dan filsafat. Dalam tradisi Islam, dimensi mistik yang dikenal sebagai Sufisme telah memberikan kontribusi yang mendalam dan unik terhadap pemahaman mengenai siklus eksistensi ini. Berbeda dengan pandangan yang memisahkan kehidupan dan kematian sebagai entitas yang diskrit, para pemikir Sufi besar memperkenalkan suatu paradigma di mana keduanya dianggap sebagai bagian tak terpisahkan dari perjalanan jiwa atau diri (nafs) menuju Realitas Tertinggi (al-Haqq). Artikel ini akan menganalisis warisan pemikiran Sufi, khususnya dari figur-figur seminal seperti Abu Hamid al-Ghazali (w. 1111 M), Jalaluddin Rumi (w. 1273 M), dan Muhyiddin Ibn 'Arabi (w. 1240 M), terhadap konsep kehidupan dan kematian, menekankan bagaimana pandangan mereka merekonstruksi persepsi konvensional tentang mortalitas dan transendensi.

Dalam kerangka pemikiran Sufi, kehidupan di dunia ini dipandang sebagai fase awal dan persiapan dalam perjalanan spiritual (suluk) yang lebih besar. Bukan semata-mata eksistensi fisik, kehidupan adalah ladang bagi pengembangan diri spiritual, pemurnian hati (tazkiyat al-qalb), dan penyingkapan realitas Ilahi. Kematian, dalam perspektif ini, bukanlah terminal absolut yang

mengakhiri eksistensi, melainkan sebuah transisi esensial menuju tahapan eksistensi yang lain dan lebih tinggi. Berbagai master Sufi menekankan bahwa perjalanan jiwa tidak berhenti pada saat terpisahnya ruh dari jasad fisik, tetapi berlanjut dalam dimensi-dimensi pasca-kematian yang merupakan kelanjutan logis dari keadaan spiritual yang telah dicapai selama hidup di dunia. Pandangan ini menempatkan kehidupan di dunia sebagai 'kematian kecil' (mawt ṣaghīr) di mana jiwa terpisah dari keberkesadaran Ilahi karena terbelenggu oleh ego (nafs ammarah) dan materi, sementara kematian fisik dipandang sebagai 'kematian besar' (mawt kabīr) yang memungkinkan kelahiran kembali ke dalam kesadaran Ilahi yang lebih penuh[564]. Para Sufi mengajarkan bahwa kualitas kehidupan di dunia, terutama dalam aspek pemurnian diri dan penemuan cinta Ilahi, secara langsung menentukan pengalaman di alam pasca-kematian.

Salah satu ajaran sentral dalam warisan pemikiran Sufi adalah fungsi kematian sebagai agen purifikasi dan pembebasan. Pemikiran Sufi secara konsisten menggambarkan diri (nafs) sebagai entitas yang cenderung terikat pada alam rendah (dunya) dengan segala hawa nafsu dan keterikatannya (ta'alluqat)[565]. Kematian fisik dilihat sebagai mekanisme Ilahi yang melepaskan jiwa dari belenggu fisik dan materi yang membatasi, serta dari cengkeraman ego yang telah termurnikan (atau sebaliknya, yang masih terkotori) selama hidup. Bagi jiwa yang telah gigih menjalani disiplin spiritual (riyadah) dan memerangi ego (mujahadah), kematian menjadi momen pembebasan dari beban eksistensi material yang fana. Kematian dipandang sebagai katalisator yang memfasilitasi disolusi ego (fana')

dalam pengertian pemadaman kesadaran diri terpisah yang terbelenggu ilusi, memungkinkan jiwa untuk kembali kepada asal-usulnya yang suci dan terhubung kembali dengan sumbernya, Sang Pencipta[566]. Proses ini digambarkan bukan sebagai penghancuran total, melainkan sebagai transformasi fundamental yang memungkinkan realisasi potensi sejati jiwa yang laten.

Warisan pemikiran Sufi mencapai puncaknya ketika mendeskripsikan alam pasca-kematian bukan sebagai tempat penghukuman atau kenikmatan semata (meskipun aspek eskatologis formal tidak diabaikan), melainkan sebagai kesempatan untuk mencapai tingkat penyatuan (wisal) dan kedekatan (qurb) yang lebih dalam dengan Tuhan. Bagi para Sufi, tujuan utama perjalanan spiritual adalah makrifat Ilahi (ma'rifah billah) dan cinta Ilahi (mahabbah Ilahiyyah), yang puncaknya dapat terwujud pasca-kematian. Kematian menjadi pintu gerbang menuju realitas transenden di mana jiwa dapat menyaksikan keindahan Ilahi (jamal) dan keagungan Ilahi (jalal) tanpa tabir yang menghalangi sebagaimana ketika masih terikat fisik di dunia[567]. Ibn ‘Arabi, misalnya, dalam kerangka metafisik *wahdat al-wujud* (Kesatuan Wujud), memandang kematian sebagai kembalinya manifestasi (jiwa) kepada Sumbernya (al-Haqq), sebuah realisasi penuh atas hakikat ontologis diri yang sejatinya tidak pernah terpisah dari Wujud Mutlak. Rumi, dengan simbolisme puitisnya, sering melukiskan kematian sebagai 'malam pengantin' (shab-i 'arus), sebuah perayaan penyatuan jiwa yang telah lama merindukan kekasih Abadinya[568]. Al-Ghazali, meskipun lebih berhati-hati dalam

ekspresi mistisnya dan menekankan pentingnya neraka dan surga sebagai realitas pasca-kematian, tetap melihat kebahagiaan tertinggi di akhirat adalah kemampuan jiwa untuk 'melihat' Wajah Tuhan (ru'yat Allah), suatu bentuk persatuan dalam pengalaman kognitif dan afektif[569]. Dengan demikian, kematian diubah dari objek ketakutan menjadi objek kerinduan bagi mereka yang telah mencapai tingkat spiritual tertentu.

Ketiga figur yang disebutkan Al-Ghazali, Rumi, dan Ibn ‘Arabi memberikan nuansa dan kedalaman yang berbeda pada tema sentral ini. Al-Ghazali, seorang teolog dan filsuf yang beralih ke jalan Sufi, sistematika ajaran Sufi dengan argumen rasional dan teks keagamaan, menjembatani ajaran esoteris dengan syariat. Dalam karyanya, terutama *Ihya Ulum al-Din*, ia membahas persiapan diri untuk kematian dan realitas alam barzakh serta akhirat dengan detail, menekankan pentingnya kesadaran akan kematian (dhikr al-maut) sebagai motivasi utama untuk melakukan kebaikan dan menjauhi maksiat, menjadikan kematian sebagai cermin yang mengingatkan pada tujuan akhir penciptaan manusia[570]. Rumi, penyair mistik Persia terbesar, menggunakan bahasa alegori dan simbolisme yang kaya untuk mengekspresikan kerinduan jiwa akan persatuan dengan Tuhan. Dalam *Masnavi*, kematian sering digambarkan sebagai kelahiran kembali ke dalam alam spiritual, transisi dari penjara fisik ke kebebasan ruhani, sebuah proses lebur yang mengarah pada kekekalan Ilahi[571]. Ia menginspirasi cinta Ilahi sebagai kekuatan pendorong yang mengubah ketakutan akan kematian menjadi kerinduan membara. Ibn ‘Arabi, ahli metafisika

Sufi dari Andalusia, menyediakan kerangka kosmologis dan ontologis yang paling komprehensif. Konsep *wahdat al-wujud* miliknya menjelaskan bahwa segala eksistensi adalah manifestasi dari Wujud Tunggal Ilahi. Kematian, dalam pandangannya, adalah penyingkapan tabir eksistensi temporal dan ilusi keterpisahan, memungkinkan jiwa untuk menyadari hakikatnya sebagai bagian tak terpisahkan dari Wujud Ilahi. Kematian adalah 'kembali' ke keadaan primordial (fī al-fitrah) dan penyingkapan realitas tertinggi (al-ḥaqq)[572].

Warisan pemikiran Sufi mengenai kehidupan dan kematian ini tidak hanya berdampak signifikan dalam tradisi intelektual dan spiritual Islam, tetapi juga memberikan resonansi universal yang melampaui batas-batas budaya dan agama. Perspektif ini menawarkan cara pandang yang konstruktif dan penuh makna terhadap mortalitas, mengubahnya dari ancaman menakutkan menjadi janji pembebasan dan penyatuan. Ajaran para Sufi ini mengajarkan manusia untuk tidak takut pada kematian fisik, melainkan pada 'kematian hati' (mawt al-qalb) yang terjadi ketika terputus dari kesadaran Ilahi. Dengan menekankan kehidupan sebagai persiapan dan kematian sebagai transisi menuju realitas yang lebih tinggi, Sufisme memberikan makna mendalam pada setiap momen eksistensi dan menginspirasi pencarian otentisitas spiritual dan cinta Ilahi. Pandangan ini terus menginspirasi pencari kebenaran di seluruh dunia yang mencari pemahaman holistik tentang tempat manusia dalam kosmos dan tujuan akhir dari perjalanan eksistensi.

Pemikiran Sufi besar seperti Al-Ghazali, Rumi, dan Ibn 'Arabi telah meninggalkan warisan yang kaya dan transformatif terhadap konsep kehidupan dan kematian. Mereka secara fundamental mengubah cara pandang terhadap siklus eksistensi ini, dari sekadar kronologi biologis menjadi sebuah perjalanan spiritual yang integral dan kontinu. Kematian dipandang bukan sebagai akhir yang menakutkan, melainkan sebagai gerbang purifikasi, pembebasan, dan penyatuan kembali dengan Realitas Ilahi yang Abadi. Melalui karya-karya mereka, para Sufi ini mengajarkan bahwa persiapan terbaik untuk kematian adalah menjalani kehidupan dengan kesadaran penuh, memurnikan diri dari ego dan keterikatan duniawi, serta mengisi hati dengan cinta dan makrifat Ilahi. Warisan pemikiran ini terus relevan, menawarkan perspektif mendalam dan menghibur dalam menghadapi misteri terbesar eksistensi manusia.

Hakikat Diri dan Kesementaraan Dunia

Pengertian Hakikat Diri dalam Perspektif Filosofis

Pengkajian terhadap hakikat diri merupakan salah satu pertanyaan paling fundamental dan abadi dalam sejarah filsafat. Pertanyaan "Siapakah aku?" atau "Apa yang mendefinisikan keberadaan esensial diri ini?" telah merangsang pemikiran para cendekiawan lintas peradaban dan era, menghasilkan beragam pandangan yang kompleks dan terkadang kontradiktif.

Secara umum, "hakikat diri" dapat dipahami sebagai inti terdalam, esensi, atau sifat fundamental yang membuat sesuatu (dalam hal ini, individu) menjadi dirinya sendiri. Namun, dalam diskursus filsafat, definisi ini menjadi jauh lebih kompleks.

Pertanyaan mendasar yang muncul adalah apakah hakikat diri itu identik dengan tubuh fisik yang dapat diamati, atau justru bersemayam dalam entitas non-fisik seperti jiwa, pikiran, atau kesadaran? Apakah hakikat diri itu statis dan abadi, atau dinamis dan selalu berubah?[573]

Filsafat mencoba menggali di balik penampilan fisik dan fungsi biologis untuk menemukan konstituen esensial dari 'aku'. Sebagian tradisi berpendapat bahwa diri adalah kesatuan substansial, sementara yang lain melihatnya sebagai kumpulan proses atau fenomena yang saling terkait. Perdebatan ini seringkali berkaitan erat dengan isu dualisme versus monisme, serta pertanyaan tentang identitas pribadi seiring waktu.

Tradisi filsafat Barat menawarkan berbagai kerangka kerja untuk memahami hakikat diri, seringkali berfokus pada peran akal, kesadaran, dan eksistensi individu.

1. René Descartes: Salah satu tokoh paling berpengaruh dalam filsafat modern, René Descartes, secara radikal mempertanyakan segala sesuatu yang dapat diragukan dalam upayanya menemukan kebenaran yang tak tergoyahkan. Melalui metode keraguannya, ia sampai pada kesimpulan bahwa satu hal yang tidak dapat diragukan adalah fakta bahwa ia sedang berpikir. Frasa terkenalnya, *"Cogito, ergo sum"* (Saya berpikir, maka saya ada), menjadi landasan pandangannya tentang diri[574]. Bagi Descartes, hakikat diri adalah *res cogitans*, substansi yang berpikir, berbeda sepenuhnya dari *res extensa*, substansi yang

memiliki keluasan (tubuh fisik). Diri esensial, menurutnya, adalah pikiran rasional yang terpisah dari materi tubuh.

2. Immanuel Kant: Immanuel Kant mengajukan perspektif yang berbeda, menempatkan diri sebagai subjek transcendental yang aktif dalam membentuk pengalamannya tentang dunia. Dalam *Critique of Pure Reason*, Kant berargumen bahwa akal budi bukanlah penerima pasif informasi sensorik, melainkan secara aktif menstruktur pengalaman melalui kategori-kategori bawaan (seperti ruang, waktu, dan kausalitas)[575]. Diri, bagi Kant, bukanlah entitas substansial yang dapat diamati seperti benda di dunia (diri empiris), melainkan subjek pemersatu (diri transcendental) yang menjadi prasyarat bagi kemungkinan adanya pengalaman yang koheren. Diri ini bukan sesuatu yang dapat kita kenal dalam dirinya sendiri (*Ding an sich*), tetapi fungsinya sebagai pusat kesadaran yang mengorganisir fenomena.
3. Filsafat Eksistensial: Filsafat eksistensial, dengan para tokoh seperti Jean-Paul Sartre dan Martin Heidegger, menggeser fokus dari esensi statis ke eksistensi konkret dan temporer individu. Sartre, dalam karyanya *Being and Nothingness*, menekankan bahwa bagi manusia, "eksistensi mendahului esensi"[576]. Ini berarti manusia tidak dilahirkan dengan sifat atau hakikat yang telah ditentukan sebelumnya; sebaliknya, mereka menciptakan diri mereka melalui pilihan dan tindakan mereka dalam kebebasan yang radikal. Hakikat diri, dalam pandangan ini, bukanlah substansi permanen melainkan proyek yang terus-

menerus dibentuk melalui kesadaran akan kebebasan dan tanggung jawab. Sementara itu, Heidegger, terutama dalam *Being and Time*, menganalisis keberadaan manusia (*Dasein*) dalam hubungannya dengan waktu dan kematian[577]. Diri dipahami sebagai "berada-di-dunia" (being-in-the-world) dan dicirikan oleh kekhawatiran (concern) dan orientasi menuju kemungkinan terakhirnya, yaitu kematian. Hakikat diri adalah keberadaan yang bersifat temporal dan selalu dalam proses menjadi.

Tradisi filsafat Timur, khususnya dari anak benua India, menawarkan pandangan yang sangat berbeda dan seringkali lebih berorientasi pada pencarian kesadaran spiritual dan pembebasan dari siklus penderitaan.

1. Konsep Atman dalam Filsafat Hindu: Dalam tradisi filsafat Hindu, terutama yang berakar pada Upanishad, hakikat diri yang mendasar dan abadi dikenal sebagai Atman[578]. Atman dipandang sebagai roh individu, jiwa abadi, yang merupakan percikan atau identik dengan Brahman, realitas tertinggi yang universal dan tak terbatas. Hakikat diri bukanlah tubuh atau pikiran yang sementara, melainkan esensi spiritual yang mengalami siklus kelahiran kembali (samsara). Tujuan utama kehidupan spiritual adalah realisasi bahwa Atman sejati (diri individu) adalah Brahman (diri universal), yang mengarah pada pembebasan (moksha) dari siklus samsara. Dalam perspektif ini, diri sejati bersifat abadi dan tidak terpengaruh oleh perubahan fisik atau mental.

2. Konsep Jiwa dalam Filsafat Buddha: Berbeda secara signifikan dari Hindu, Buddhisme mengajarkan doktrin *Anatta* (dalam bahasa Pali) atau *Anātman* (dalam bahasa Sanskerta), yang berarti "tanpa inti diri" atau "tanpa jiwa permanen"[579]. Buddha mengajarkan bahwa apa yang kita anggap sebagai 'diri' sebenarnya hanyalah kumpulan dari lima agregat (skandhas): bentuk fisik, perasaan, persepsi, formasi mental, dan kesadaran. Agregat-agregat ini terus-menerus berubah dan saling bergantung. Tidak ada entitas permanen dan tidak berubah di baliknya yang dapat disebut sebagai 'diri' yang esensial. Pemahaman tentang *Anatta*, bersama dengan ajaran tentang penderitaan (*Dukkha*) dan ketidakkekalan (*Anicca*), merupakan inti dari jalan menuju pencerahan dan pembebasan dari penderitaan. Dalam pandangan ini, ilusi tentang adanya diri yang permanen adalah akar dari keterikatan dan penderitaan.

Perbedaan pandangan mengenai hakikat diri secara langsung berkaitan dengan konsep keabadian. Jika hakikat diri dipahami sebagai entitas spiritual yang terpisah atau identik dengan realitas abadi (seperti Atman dalam Hindu atau jiwa non-fisik dalam beberapa interpretasi Barat), maka ada dasar untuk meyakini keabadian diri setelah kematian fisik[580]. Konsep reinkarnasi dalam Hindu adalah manifestasi langsung dari keyakinan pada Atman yang abadi yang berpindah dari satu bentuk kehidupan ke bentuk lainnya. Demikian pula, pandangan dualisme Cartesian membuka kemungkinan kelangsungan eksistensi pikiran setelah tubuh binasa.

Namun, jika hakikat diri dilihat sebagai fenomena yang bersifat sementara, kumpulan proses yang terus berubah (seperti dalam

Buddhisme dengan Anatta), atau sebagai proyek eksistensial yang terkait erat dengan keberadaan temporal (seperti dalam eksistensialisme), maka konsep keabadian diri dalam pengertian tradisional menjadi problematis atau bahkan tertolak. Buddhisme secara eksplisit menolak gagasan jiwa yang abadi dan kekal. Eksistensialisme memfokuskan pada pentingnya eksistensi *di sini dan saat ini*, dengan kematian dipandang sebagai akhir dari proyek eksistensial individu, meskipun mungkin ada diskusi tentang warisan atau makna yang ditinggalkan.

Pengkajian filosofis tentang hakikat diri mengungkapkan spektrum pandangan yang luar biasa luas, mencerminkan kerumitan dan kedalaman pertanyaan itu sendiri. Dari diri sebagai substansi pemikir yang abadi (Descartes), subjek transcendental yang menstruktur realitas (Kant), proyek kebebasan yang terus dibentuk (Eksistensialisme), roh universal yang abadi (Hindu Atman), hingga ilusi yang tersusun dari agregat temporer (Buddha Anatta), setiap tradisi menawarkan wawasan unik yang kaya.

Tidak ada konsensus universal mengenai sifat sejati dari diri. Perbedaan pandangan ini tidak hanya membentuk pemahaman kita tentang identitas pribadi dan kesadaran, tetapi juga memiliki implikasi mendalam terhadap cara kita memandang kehidupan, kematian, penderitaan, dan tujuan eksistensi. Pencarian untuk memahami hakikat diri tetap menjadi inti dari upaya manusia untuk memahami tempatnya di alam semesta, sebuah perjalanan filosofis yang tampaknya tak pernah berakhir.

Diri dalam Perspektif Spiritualitas dan Agama

Pertanyaan fundamental mengenai hakikat diri merupakan inti dari pencarian eksistensial manusia yang telah dieksplorasi secara mendalam oleh berbagai tradisi spiritual dan agama di seluruh dunia. Artikel ini mengkaji pandangan tentang diri dari tiga tradisi besar: Islam, Kristianitas, dan Buddhisme. Melalui analisis konsep-konsep kunci seperti *Nafs, Ruh, dan Qalb* dalam Islam, pemahaman tentang *jiwa (soul)* dan *roh (spirit)* dalam Kristianitas, dan konsep *Anatta* dalam Buddhisme.

Pencarian atas identitas diri dan makna keberadaan adalah salah satu dorongan terdalam dalam jiwa manusia. Sepanjang sejarah, berbagai cabang ilmu mulai dari filsafat, psikologi, hingga neurosains telah berusaha mengungkap misteri tentang "siapa saya?". Namun, tradisi spiritual dan agama menawarkan perspektif yang unik dan mendalam, yang tidak hanya berfokus pada aspek fisik atau psikologis semata, melainkan juga pada dimensi metafisik dan transenden dari diri. Dalam konteeks agama, pemahaman tentang diri seringkali terkait erat dengan konsep Ilahi, tujuan penciptaan, dan prospek kehidupan setelah kematian[581].

Pandangan Islam tentang hakikat diri adalah kompleks dan berlapis, mencakup dimensi fisik dan metafisik yang saling terhubung. Manusia dipandang sebagai makhluk yang diciptakan dengan potensi luhur, namun juga dibekali dengan kebebasan memilih yang menempatkannya pada persimpangan antara kebaikan dan keburukan.

a. Konsep Nafs, Ruh, dan Qalb: Dalam ajaran Islam, terutama dalam tradisi Sufi (mistisisme Islam), struktur internal manusia

sering dijelaskan melalui konsep *Nafs* (diri/ego), *Ruh* (jiwa/roh), dan *Qalb* (hati spiritual). *Ruh* dianggap sebagai esensi ilahi atau "tiupan" dari Allah yang memberikan kehidupan dan kesadaran, sering kali digambarkan sebagai aspek diri yang murni dan berasal dari alam spiritual. Ayat Al-Qur'an dalam Surah Al-Isra' (17:85) menyebutkan bahwa *Ruh* adalah urusan Tuhan dan pengetahuan manusia tentangnya sangat terbatas. Sementara itu, *Nafs* adalah diri atau ego yang berinteraksi dengan dunia fisik dan sosial, menjadi pusat dorongan nafsu, keinginan, dan emosi. *Nafs* memiliki potensi untuk menjadi sumber kejahatan (*Nafs Ammarah bi al-Su'*) yang memerintahkan pada keburukan, menjadi diri yang mencela (*Nafs Lawwamah*) yang sadar akan kesalahannya, atau mencapai ketenangan (*Nafs Mutma'innah*) yang berserah diri sepenuhnya kepada kehendak Ilahi. Transformasi *Nafs* dari keadaan rendah menuju keadaan tenang (*Tazkiyat al-Nafs*) adalah tujuan utama perjalanan spiritual dalam Islam. *Qalb* (hati) bukanlah sekadar organ fisik, melainkan pusat kesadaran spiritual, tempat iman bersemayam, dan lokasi penerimaan petunjuk Ilahi. Ia berfungsi sebagai jembatan antara *Ruh* yang luhur dan *Nafs* yang cenderung pada duniawi, menjadi medan pertempuran spiritual dan instrumen untuk *ma'rifatullah* (mengenal Allah). Dalam tradisi Sufi, pembersihan *Qalb* dari sifat-sifat tercela dianggap esensial untuk mendekatkan diri kepada Tuhan.

b. Tafsir Al-Qur'an tentang Diri Manusia: Al-Qur'an menyajikan berbagai ayat yang menjelaskan hakikat diri manusia, tujuan penciptaan, dan nasibnya di akhirat. Surah Al-Baqarah (2:30)

adalah ayat fundamental yang menyatakan penciptaan manusia sebagai *khalifah* (wakil atau pemegang amanah) di bumi, menunjukkan martabat dan tanggung jawab besar yang diemban manusia. Ayat ini menyiratkan bahwa diri manusia dirancang dengan kapasitas intelektual dan spiritual untuk mengelola serta memakmurkan bumi sesuai dengan kehendak Ilahi. Ayat-ayat lain, seperti dalam Surah Az-Zumar (39:42) yang berbicara tentang *Nafs* yang diambil saat tidur dan kematian, serta ayat-ayat tentang hari kebangkitan dan perhitungan amal, menegaskan keberadaan diri yang berlanjut setelah kematian fisik dan akuntabilitas individu di hadapan Tuhan. Konsep *fitrah*, sifat bawaan manusia yang cenderung pada kebaikan dan pengakuan terhadap keesaan Tuhan, juga merupakan elemen kunci dalam pemahaman diri dalam Islam, menunjukkan bahwa inti diri manusia secara inheren bersifat positif dan spiritual.

Tradisi agama lain juga menawarkan pemahaman yang kaya dan divergen mengenai hakikat diri, mencerminkan keragaman pendekatan spiritual terhadap misteri keberadaan manusia.

a. Kristianitas: Dalam Kristianitas, pemahaman tentang diri manusia seringkali bersifat dualistik atau trikotomik, melibatkan badan, jiwa (*soul*), dan roh (*spirit*). Meskipun terminologi dapat bervariasi antar denominasi, umumnya *soul* dianggap sebagai prinsip kehidupan sadar dan personalitas individu yang abadi. *Spirit* seringkali dipahami sebagai aspek diri yang memungkinkan hubungan dengan Tuhan dan respons terhadap Roh Kudus. Kehidupan dunia dipandang sebagai perjalanan spiritual di mana individu diminta untuk hidup sesuai dengan

ajaran Kristus, mengakui dosa, menerima pengampunan melalui penebusan Kristus, dan bertumbuh dalam iman. Makna kehidupan dunia sangat terkait dengan persiapan untuk kehidupan setelah mati. Doktrin tentang kebangkitan tubuh dan kehidupan kekal di surga bagi orang percaya, serta penghakiman bagi yang lain, menegaskan keberlanjutan eksistensi diri setelah kematian fisik dan signifikansi pilihan moral selama hidup. Jiwa dianggap abadi dan akan menghadapi pengadilan Ilahi.

b. Buddhisme: Berbeda secara fundamental dari pandangan agama Ibrahimik, Buddhisme menawarkan konsep Anatta (atau Anatman dalam bahasa Sansekerta), yang sering diterjemahkan sebagai "tanpa-diri" atau "tidak-ada-jiwa". Ajaran Anatta menolak gagasan tentang adanya entitas diri, jiwa, atau substansi permanen yang independen di balik pengalaman sesaat. Sebaliknya, apa yang secara konvensional disebut "diri" atau "individu" dilihat sebagai kombinasi sementara dari lima agregat (*skandhas*) yang selalu berubah: bentuk fisik (*rupa*), perasaan (*vedana*), persepsi (*saññā*), bentukan mental (*sankhara*), dan kesadaran (*viññana*). Pemahaman ini merupakan inti dari Empat Kebenaran Mulia, di mana penderitaan (*dukkha*) dipahami timbul dari kemelekatan pada ilusi adanya diri permanen dan keinginan yang terkait dengannya. Mencapai pencerahan (Nirvana) dalam Buddhisme melibatkan realisasi penuh akan *Anatta* memahami kekosongan diri dari esensi permanen dan dengan demikian mengatasi kemelekatan dan mengakhiri siklus kelahiran kembali (*samsara*). Konsep *Anatta* tidak berarti penolakan terhadap keberadaan

konvensional atau tanggung jawab moral, tetapi merupakan penolakan terhadap pandangan metafisik tentang diri sebagai entitas yang tetap dan independen.

Kajian tentang hakikat diri dalam Islam, Kristianitas, dan Buddhisme menyingkap kekayaan dan perbedaan dalam pendekatan tradisi spiritual terhadap pertanyaan mendasar tentang keberadaan manusia. Islam dan Kristianitas, dalam tradisi teistik mereka, umumnya memandang diri memiliki dimensi spiritual (ruh/jiwa) yang abadi, diciptakan oleh Tuhan, dan memiliki takdir di akhirat yang ditentukan oleh tindakan di dunia. Konsep *Nafs, Ruh, dan Qalb* dalam Islam memberikan kerangka kerja yang mendalam untuk memahami perjuangan internal dan perjalanan spiritual menuju kesempurnaan. Sementara itu, Buddhisme, dengan doktrin *Anatta*-nya, menawarkan pandangan yang radikal bahwa tidak ada diri permanen yang hakiki, dan pencerahan dicapai melalui pemahaman dan pelepasan dari kemelekatan pada ilusi diri agregat yang sementara. Meskipun terdapat perbedaan ontologis yang signifikan, ketiga tradisi ini berbagi penekanan pada pentingnya introspeksi, pengembangan moral dan etika, serta transformasi internal sebagai kunci untuk realisasi spiritual atau kebebasan dari penderitaan. Pemahaman mendalam tentang hakikat diri, sebagaimana ditawarkan oleh ajaran agama-agama ini, tidak hanya relevan secara teologis atau filosofis, tetapi juga memberikan panduan praktis bagi individu dalam menjalani kehidupan yang bermakna, mengatasi tantangan eksistensial, dan berupaya mencapai potensi tertinggi mereka, baik dalam konteks hubungan dengan Ilahi, sesama, maupun realitas itu sendiri.

Makna Hidup dalam Bayang-Bayang Kematian

Kematian sebagai Cermin Makna

Manusia sebagai *Being-toward-death*

Manusia senantiasa berada dalam kondisi keberadaannya yang unik, di mana kesadaran akan eksistensi diri seringkali dibarengi dengan kesadaran akan *non-eksistensi* yang niscaya. Pergulatan filosofis mengenai hakikat keberadaan manusia (*anthropos*) secara mendalam tidak dapat dipisahkan dari pertanyaan fundamental mengenai kematian sebagai batas dan kemungkinan terluar dari kehidupan. Dalam sejarah filsafat, berbagai tradisi pemikiran telah mencoba menafsirkan makna kematian, namun salah satu formulasi yang paling berpengaruh dalam filsafat kontinental modern berasal dari filsuf Jerman, Martin Heidegger. Dalam karyanya yang monumental, *Being and Time* (*Sein und Zeit*), Heidegger memperkenalkan dan mengembangkan konsep *Sein-zum-Tode*, yang secara harfiah berarti "Being-toward-death" atau "Berada-menuju-kematian", sebagai ciri ontologis fundamental dari Dasein (keberadaan manusia).

Bagi Martin Heidegger, filsafat harus dimulai dengan analisis terhadap *Dasein*, yaitu satu-satunya entitas yang bagi keberadaannya, keberadaannya itu sendiri menjadi persoalan baginya. *Dasein* bukanlah sekadar objek yang ada di dunia (*Vorhandenheit*), melainkan keberadaan yang terlibat secara aktif dengan dunianya (*Zuhandenheit*) dan senantiasa memproyeksikan

dirinya ke masa depan. Dalam kerangka ontologi fundamental Heidegger, pemahaman tentang *Dasein* tidak lengkap tanpa menghadapi aspek temporalitas dan finitudenya[582]. Kematian, dalam pandangan Heidegger, bukanlah sekadar peristiwa biologis yang terjadi "di akhir" kehidupan, melainkan sebuah kemungkinan yang imanen dalam setiap momen eksistensi Dasein. Ini adalah 'kemungkinan terluar' (*extreme possibility*) dari Dasein, yang tidak dapat dilampaui atau diatasi oleh Dasein itu sendiri. Karena kematian selalu merupakan "milikku" (*myeigenste*), ia adalah kemungkinan non-relasional yang paling individual. Tidak ada orang lain yang dapat "mengambil" kematian saya untuk saya; setiap Dasein harus mati sendiri[583]. Dengan demikian, kematian bukanlah sesuatu yang hanya akan datang di masa depan, melainkan sesuatu yang senantiasa dihadapi Dasein dalam setiap keberadaannya.

Pengertian *Being-toward-death* (Sein-zum-Tode) melampaui sekadar antisipasi pasif terhadap akhir kehidupan. Ia menggambarkan cara keberadaan Dasein di dunia yang secara fundamental diarahkan dan dibentuk oleh kesadaran akan kematian. Kematian adalah "kemungkinan niscaya dan tak terbatas" (*certain and indefinite possibility*) bagi Dasein. Niscaya (gewiss) karena setiap Dasein pasti akan mati, tetapi tak terbatas (unbestimmt) karena Dasein tidak pernah tahu kapan kematian itu akan datang. Ketidakpastian waktu inilah yang menjadikan kematian sebagai ancaman eksistensial yang senantiasa hadir, bukan hanya di masa depan yang jauh. Heidegger membedakan antara kematian sebagai peristiwa empiris (*Verenden*, biologische Ende) dan kematian sebagai fenomena ontologis (*Sein-zum-Tode*). Yang

terakhir inilah yang menjadi perhatian utama Heidegger, sebab ia mengungkapkan struktur fundamental dari keberadaan Dasein[584]. Dengan memahami *Sein-zum-Tode*, Heidegger berargumen bahwa Dasein dapat melampaui mode keberadaannya yang inautentik (*inauthentic existence*) yang tenggelam dalam kerumunan (*das Man*) dan melarikan diri dari kesementaraan. Dalam mode inautentik, Dasein cenderung menghindari pemikiran tentang kematian, menyamarkannya sebagai peristiwa umum yang menimpa "orang lain", atau menenggelamkan diri dalam aktivitas sehari-hari untuk melupakan finitudenya. Sebaliknya, ketika Dasein menghadapi kematiannya sendiri secara jujur dan otentik (*authentic existence*), ia mengambil kepemilikan penuh atas keberadaannya dan kemungkinannya. Kesadaran akan finitude dan batas waktu yang pasti, meskipun tak diketahui waktunya, akan mendorong Dasein untuk memilih kemungkinannya sendiri dan memberikan makna pada keberadaannya di dunia[585].

Kesadaran otentik akan *Being-toward-death* membebaskan Dasein dari keterikatan pada standar dan harapan yang imposed oleh *das Man*. Ketika Dasein menyadari bahwa hidupnya terbatas dan unik, ia dihadapkan pada keharusan untuk memilih bagaimana ia akan "menjadi" selagi masih "ada". Kematian, sebagai kemungkinan yang paling individual dan tak terlampaui, mengungkapkan individualitas radikal Dasein dan membuka ruang bagi otentisitas. Ini bukanlah pandangan yang pesimistis, melainkan justru pembebasan. Finitude bukanlah kelemahan melainkan kondisi prasyarat bagi kemungkinan dan kebebasan Dasein untuk merancang dan menjalankan proyek eksistensialnya sendiri. Melalui

kesadaran akan kematian, Dasein menyadari bahwa setiap momen dan pilihan memiliki signifikansi yang mendalam karena ia dilakukan dalam bingkai waktu yang terbatas. Ini mendorong Dasein untuk hidup dengan keberanian (Entschlossenheit) dalam menghadapi kecemasan (*Angst*) yang muncul dari kesadaran akan ketiadaan yang mungkin. Kecemasan ini, bagi Heidegger, berbeda dari ketakutan (*Furcht*); ketakutan memiliki objek yang jelas, sedangkan kecemasan tidak memiliki objek spesifik dan merujuk pada ketiadaan Dasein itu sendiri, yang diungkapkan oleh kemungkinan kematian[586]. Dengan merangkul kecemasan ini, Dasein dapat hidup secara otentik, yaitu hidup dalam kesadaran penuh akan finitudenya dan mengambil tanggung jawab atas keberadaannya.

Pandangan Heidegger mengenai eksistensi yang dilingkupi keterbatasan dan terarah menuju kematian bukanlah satu-satunya kerangka pemikiran yang membahas isu finitude manusia. Berbagai tradisi spiritual, terutama agama-agama samawi, juga menempatkan kesadaran akan kefanaan dunia dan kepastian kematian sebagai elemen sentral dalam membentuk pandangan hidup dan mempersiapkan diri untuk eksistensi pasca-kematian. Dalam ajaran Islam, misalnya, kehidupan dunia (*dunya*) secara tegas digambarkan sebagai sesuatu yang bersifat sementara (*fana*) dan tempat persinggahan menuju kehidupan akhirat (*akhirah*) yang abadi[587]. Kesadaran akan kematian (*dzikr al-maut*) sangat dianjurkan sebagai pengingat akan tujuan sejati penciptaan dan sebagai motivasi untuk beramal saleh[588].

Al-Quran secara eksplisit menyatakan kepastian datangnya kematian bagi setiap makhluk bernyawa: "*Setiap yang bernyawa*

akan merasakan mati. Dan hanya pada hari Kiamat sajalah diberikan dengan sempurna balasanmu. Barangsiapa dijauhkan dari neraka dan dimasukkan ke dalam surga, sungguh, dia memperoleh kemenangan. Kehidupan dunia hanyalah kesenangan yang memperdaya."[589] Ayat ini menegaskan bahwa kematian adalah kepastian universal dan bahwa kehidupan dunia hanyalah ujian sementara dibandingkan keabadian akhirat. Kesadaran ini serupa dengan pandangan Heidegger dalam mengakui kepastian kematian, tetapi dengan tujuan dan implikasi yang berbeda. Bagi Heidegger, kesadaran ini mengarah pada otentisitas dalam bingkai eksistensi duniawi yang terbatas. Bagi ajaran spiritual seperti Islam, kesadaran akan kematian tidak hanya mendorong otentisitas dalam beramal di dunia, tetapi juga sebagai jembatan menuju pertanggungjawaban di hadapan Tuhan dan kehidupan yang melampaui batas finitude ini[590],[591].

Dalam sebuah hadis, Nabi Muhammad SAW mengingatkan: "*Perbanyakalah mengingat penghancur kenikmatan (yaitu kematian)."*[592] Hadis ini menggarisbawahi pentingnya mengingat kematian secara berkala. Kesadaran ini, dalam konteks spiritual, berfungsi sebagai rem terhadap keterikatan duniawi yang berlebihan, mendorong seseorang untuk mengevaluasi prioritas hidupnya, dan mempersiapkan diri untuk pertemuan dengan Sang Pencipta. Ini adalah cara spiritual untuk mengintegrasikan kesadaran akan finitude ke dalam keberadaan sehari-hari, mirip dengan dorongan Heidegger untuk otentisitas, meskipun makna dan tujuannya berbeda secara fundamental dari fokus pada

kemungkinan Dasein itu sendiri ke fokus pada kepatuhan dan persiapan untuk akhirat. Kepastian kematian dan kesementaraan dunia dipandang sebagai pengingat yang kuat untuk hidup penuh makna, bertanggung jawab atas setiap tindakan, dan mempersiapkan diri untuk kehidupan yang melampaui batas-batas eksistensi duniawi. Baik dari perspektif ontologis Heidegger maupun pandangan transendetal, kesadaran akan eksistensi yang dilingkupi keterbatasan ini tidaklah mengerdilkan kehidupan, melainkan justru memberikan dimensi kedalaman, urgensi, dan makna yang luar biasa pada setiap langkah perjalanan manusia.

Kematian dan Pertanyaan tentang 'Mengapa Ada Sesuatu, dan Bukan Tiada?'

Keberadaan manusia ditemui pada misteri fundamental yang melampaui sekedar proses biologis atau sosial. Jauh di lubuk kesadaran, muncul pertanyaan mendasar tentang asal usul realitas dan alasan di balik keberadaan itu sendiri. Salah satu rumusan paling mendalam dari pertanyaan ini adalah "Mengapa ada sesuatu, dan bukan tiada?" Pertanyaan ini, yang dipopulerkan oleh filsafat Jerman Martin Heidegger, menggali inti dari diskursus ontologis, memahami bukan sekedar *bagaimana* sesuatu ada, tetapi *mengapa* kondisi keberadaan itu *ada sama sekali* mengapa bukan ketiadaan mutlak yang menjadi kondisi default[593]. Dalam konteks eksistensi manusia yang fana, realitas kematian cermin menjadi yang paling tajam untuk memikirkan pertanyaan mendasar ini, mengingatkan kita bahwa keberadaan kita bukanlah suatu keniscayaan yang abadi, melainkan suatu anugerah atau fenomena

yang kontingen dan terbatas. Pertanyaan "Mengapa ada sesuatu, dan bukan tiada?" menyoroti perbedaan esensial antara *ada* (keberadaan) dan *tiada* (ketiadaan). Ketiadaan adalah potensi untuk tidak ada sama sekali kondisi hampa tanpa entitas, tanpa sifat, tanpa eksistensi dalam bentuk apa pun. Keberadaan, di sisi lain, adalah fakta empiris dan fenomenologis yang kita alami: adanya kosmos, adanya kehidupan, adanya kesadaran. Pertanyaan ini secara radikal menantang asumsi bahwa keberadaan adalah hal yang wajar dan menanyakan penjelasan mengapa ada "sesuatu" (dunia, alam semesta, kita) alih-alih "tiada"[594]. Ia membuka pintu bagi refleksi mendalam mengenai dasar realitas, apakah ada prinsip utama yang mendasari keberadaan, atau apakah keberadaan itu sendiri adalah misteri pamungkas yang tidak sepenuhnya dapat diakses oleh nalar.

Bagi Martin Heidegger, pertanyaan tentang keberadaan ini tidak dapat dipisahkan dari analisis keberadaan manusia, yang ia sebut *Dasein* . *Dasein* adalah satu-satunya entitas yang *bagi dirinya* keberadaannya sendiri menjadi sebuah pertanyaan. Dalam pandangan Heidegger, kematian (*Sein zum Tode* , keberadaan menuju kematian) adalah aspek paling definitif dari *Dasein*[595]. Kematian bukanlah sekadar peristiwa biologis yang akan datang di masa depan, tetapi kemungkinan *Dasein* yang paling autentik kemungkinan ketidakmungkinan eksistensinya sendiri. Dengan menghadapi dan secara otentik menginternalisasi kenyataan kematian sebagai "kemungkinan absolut yang tidak mungkin dilampaui" atau "keterbatasan final"[596], *Dasein* dihadapkan

pada *ketiadaan* yang mengancam eksistensinya. Konfrontasi ini memaksa *Dasein* untuk menarik diri dari keterhanyutan dalam hal-hal duniawi yang inotentik dan menghadapi keterbatasan eksistensinya. Dalam kesadaran akan keterbatasan inilah, pertanyaan "Mengapa *aku* ada, dan bukan tiada?" serta memperluas kosmologisnya, "Mengapa *ada sesuatu* (dunia), dan bukan tiada?", menjadi sangat mendesak dan pribadi.

Realitas kematian berfungsi sebagai pengingat mendasar bahwa segala sesuatu yang tampak kokoh dan permanen mulai dari tubuh fisik, hubungan, pencapaian, hingga peradaban pada akhirnya akan sirna atau berubah wujud dalam cara yang radikal. Kesadaran akan transiensi ini mengikis ilusi keabadian dan memaksa manusia untuk memikirkan makna di balik eksistensi yang terbatas ini. Jika keberadaan kita dan segala sesuatu di sekitar kita pada akhirnya kembali ke "ketiadaan" (dalam pengertian fenomenologis atau material), maka apa makna dari "sesuatu" yang ada di antara kelahiran dan kematian? Pertanyaan ini secara inheren mengarahkan kembali pada pertanyaan ontologis tentang asal usul dan tujuan keberadaan itu sendiri[597]. Kematian, dalam pengertian ini, adalah titik di mana manusia paling rentan terhadap misteri keberadaan, mendorong pencarian makna dan pemahaman yang melampaui batas-batas pengalaman sehari-hari.

Dari perspektif teologis, khususnya dalam kerangka Islam, pertanyaan tentang "Mengapa ada sesuatu, dan bukan tiada?" dijawab melalui konsep *penciptaan* oleh entitas transenden, yaitu Allah *subhanahu wa ta'ala* . Keberadaan segala sesuatu bukanlah

kebetulan atau keniscayaan tanpa sebab, melainkan perwujudan dari kehendak dan kekuasaan Allah. Al-Quran secara eksplisit menyatakan bahwa Allah menciptakan langit dan bumi serta segala sesuatu di antaranya. Keberadaan ini berasal dari firman-Nya “Kun” (Jadilah), maka “Fayakun” (jadilah ia)[598]. Dalam pandangan ini, "sesuatu" itu ada karena Ia Yang Maha Ada menghendakinya ada; ketiadaan mutlak tidak terjadi karena Ia memilih untuk menciptakan keberadaan. Kematian, dalam kerangka ini, bukanlah akhir melainkan transisi. Ia adalah pengingat akan sifat dunia yang sementara (*dunya*) dan gerbang menuju eksistensi abadi (*akhirah*)[599]. Setiap jiwa akan merasakan mati sebagaimana firman Allah dalam Al-Quran[600]. Kematian ditetapkan waktunya oleh Allah (*ajal*) dan merupakan bagian dari rencana ilahi yang lebih besar, mengingatkan manusia akan pertanggungjawaban atas keberadaannya di dunia[601].

Dengan demikian, kematian, baik dilihat dari sudut pandang filsafat eksistensial maupun teologi, berfungsi sebagai katalisator utama untuk memikirkan pertanyaan-pertanyaan ontologis yang paling mendasar: mengapa ada keberadaan, dan bukan ketiadaan? Meskipun filsafat mungkin bergulat dengan misteri ini tanpa postulat transenden, dan teologi menawarkan penciptaan penciptaan sebagai penjelasan, keduanya sepakat bahwa kesadaran akan keterbatasan dan transiensi, yang paling nyata terwujud dalam kematian, adalah pemicu kuat untuk mencari makna yang lebih dalam dalam "sesuatu" yang kita sebut hidup dan alam semesta. Kematian bukan sekedar mengakhiri proses eksistensi biologis,

namun juga membuka ruang refleksi filosofis dan spiritual yang mendalam tentang hakikat keberadaan itu sendiri dan posisi kita di dalamnya.

Ontologi Kebermaknaan: Hidup sebagai Panggilan untuk Menjadi

Studi mengenai eksistensi manusia secara fundamental melibatkan tinjauan ontologis, yang berusaha memahami hakikat keberadaan itu sendiri. Dalam kerangka ini, hidup tidak semata-mata dimaknai sebagai fenomena biologis atau konstruksi sosial, melainkan sebagai sebuah 'panggilan untuk menjadi' (*calling to become*). Perspektif ini menggeser fokus dari sekadar eksistensi fisik menuju sebuah proses transformatif yang meniscayakan aktualisasi potensi-potensi intrinsik manusia, sebuah perjalanan spiritual dan eksistensial yang bertujuan mencapai pemahaman diri yang mendalam serta merealisasikan tujuan hidup yang bermakna. Hidup, dengan demikian, dipandang sebagai kesempatan unik untuk melampaui batasan keberadaan material dan menjelma menjadi sesuatu yang lebih substansial sebuah entitas yang sadar dan memiliki makna[602].

Filsafat eksistensialisme memberikan kontribusi signifikan dalam memahami dimensi kebermaknaan ini, terutama dalam menghadapi realitas fundamental seperti kebebasan, penderitaan, dan kematian. Jean-Paul Sartre, salah satu tokoh sentral dalam eksistensialisme ateistik, berargumen bahwa manusia adalah makhluk yang ditakdirkan untuk bebas sebuah kebebasan radikal yang berarti tidak adanya esensi atau makna yang telah ditetapkan sebelumnya. Manusia, dalam pandangan Sartre, adalah *être pour*

soi (*being-for-itself*), yaitu kesadaran yang senantiasa menegaskan dan menciptakan dirinya melalui pilihan-pilihan dan tindakan-tindakannya. Dalam ketiadaan makna yang telah ada, individu bertanggung jawab penuh untuk menciptakan makna bagi eksistensinya melalui proyek-proyek yang mereka tekuni. Sartre menegaskan bahwa eksistensi mendahului esensi; kita ada terlebih dahulu, lalu mendefinisikan diri kita melalui apa yang kita lakukan[603].

Namun, pandangan yang mungkin lebih relevan dengan konsep 'panggilan' muncul dari logoterapi yang dikembangkan oleh Viktor Frankl. Pengalaman mengerikan sebagai penyintas kamp konsentrasi Nazi membentuk dasar pemikirannya mengenai pentingnya pencarian makna dalam hidup, bahkan dalam kondisi penderitaan yang paling ekstrem. Dalam karyanya yang berpengaruh, *Man's Search for Meaning*, Frankl menunjukkan bagaimana individu yang memiliki makna hidup, yang melihat penderitaan sebagai bagian dari tugas yang harus diemban atau sebagai kesempatan untuk pertumbuhan spiritual, menunjukkan ketahanan yang luar biasa dan tingkat kelangsungan hidup yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang kehilangan pegangan pada makna[604]. Bagi Frankl, hidup adalah sebuah 'panggilan' untuk menemukan makna yang sudah ada di dunia, bukan untuk menciptakannya dari ketiadaan seperti pandangan Sartre[605]. Makna dapat ditemukan melalui tiga cara utama: melalui berkarya atau melakukan sesuatu, melalui mengalami sesuatu atau mencintai seseorang, atau melalui sikap kita terhadap penderitaan yang tak terhindarkan[606].

Dari perspektif ontologis ini, kematian memainkan peran krusial dalam menegaskan urgensi dan nilai kehidupan. Realitas finitas eksistensi manusia kesadaran bahwa hidup suatu saat akan berakhir memberikan kerangka eksistensial yang vital. Tanpa bayang-bayang kematian, potensi manusia untuk tenggelam dalam keberadaan yang dangkal dan tanpa arah akan semakin besar. Kematian berfungsi sebagai pengingat yang tajam akan keterbatasan waktu yang kita miliki, mendesak kita untuk tidak hanya puas dengan eksistensi fisik semata, tetapi untuk secara aktif mencari dan merealisasikan makna yang lebih dalam. Kesadaran akan kematian mendorong refleksi ontologis tentang apa yang benar-benar penting dalam hidup, memotivasi individu untuk menginvestasikan energi dan upaya mereka pada hal-hal yang memberikan nilai abadi pada setiap langkah dan tindakan yang diambil dalam rentang kehidupan yang terbatas ini.

Konsep 'panggilan untuk menjadi' juga memiliki resonansi yang kuat dalam tradisi spiritual. Dalam Islam, misalnya, kehidupan dunia seringkali digambarkan sebagai ujian (*ibtila'*) atau ladang untuk beramal (*mazra'atul akhirah*) demi kehidupan yang abadi di akhirat. Manusia dipandang sebagai khalifah di bumi (QS Al-Baqarah: 30), yang diberikan amanah untuk memakmurkan bumi dan beribadah kepada Allah SWT. Konsep ini menyiratkan adanya tujuan hidup yang telah ditetapkan secara ilahiah sebuah 'panggilan' universal untuk mengabdi dan mendekatkan diri kepada Sang Pencipta melalui segala aspek kehidupan. Aktualisasi diri dan pencarian makna dalam perspektif ini adalah bagian tak terpisahkan dari upaya memenuhi

panggilan ilahi tersebut, mewujudkan potensi (fitrah) yang dianugerahkan, dan bertanggung jawab atas setiap pilihan dan tindakan. Sebagaimana firman Allah SWT, *"Dan tidaklah Aku ciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka beribadah kepada-Ku"* (QS Ad-Dzariyat: 56)[607]. Hadis Nabi Muhammad SAW juga mengajarkan pentingnya memanfaatkan waktu dan kesempatan hidup sebelum datangnya kematian dan halangan lainnya. *"Manfaatkanlah lima perkara sebelum datang lima perkara (yaitu): Masa mudamu sebelum datang masa tuamu, sehatmu sebelum datang sakitmu, kayamu sebelum datang kefakiranmu, waktu luangmu sebelum datang waktu sibukmu, dan hidupmu sebelum datang matimu*" (HR Al-Hakim dan Al-Baiqahi)[608]. Ini menggarisbawahi bahwa hidup adalah anugerah dan kesempatan yang harus dimanfaatkan secara maksimal untuk 'menjadi' pribadi yang lebih baik dan bermakna dalam pandangan Ilahiah. Ontologi kebermaknaan yang memandang hidup sebagai panggilan untuk menjadi adalah kerangka pemahaman yang komprehensif. Ia menggabungkan wawasan filosofis tentang kebebasan dan tanggung jawab dalam menciptakan atau menemukan makna (Sartre, Frankl) dengan realitas eksistensial finitas (kematian) dan, dalam banyak tradisi, kerangka spiritual tentang tujuan dan amanah hidup (Islam). Panggilan ini menuntut kesadaran, refleksi, dan tindakan proaktif dari setiap individu untuk secara sadar menapaki jalan 'menjadi' sebuah proses tanpa henti dalam mengaktualisasikan diri, menemukan dan menjalankan tujuan, serta memberikan nilai dan arti pada keberadaan yang fana ini.

Krisis Makna di Era Modern dan Kehilangan Sakralitas

Era modern ditandai oleh transformasi sosial, budaya, dan intelektual yang radikal, salah satunya adalah pergeseran fundamental dalam cara manusia memaknai eksistensinya. Jika pada era pra-modern masyarakat cenderung beroperasi di bawah "kubah sakral" (*sacred canopy*)[609] yang menyediakan kerangka makna, moral, dan kosmik yang koheren, maka perkembangan modernitas, dengan penekanan pada rasionalisasi, individualisme, dan sekularisasi, telah secara signifikan mengikis landasan sakral tersebut. Fenomena ini sering disebut sebagai proses desacralization atau sekularisasi mendalam. Akibatnya, masyarakat kontemporer yang oleh sebagian sosiolog disebut sebagai masyarakat pasca-sakral menghadapi apa yang dikenal sebagai krisis makna. Krisis ini bukan sekadar disorientasi intelektual, melainkan suatu kegelisahan eksistensial yang meluas, mencakup ketidakpastian fundamental mengenai tujuan hidup, nilai-nilai intrinsik, dan posisi manusia dalam alam semesta.

1. Erosi Sakralitas dan Munculnya Vakum Makna

Proses sekularisasi, sebagaimana dianalisis oleh pemikir seperti Max Weber[610], melibatkan pergeseran dari penjelasan spiritual atau magis tentang dunia menuju penjelasan berbasis rasionalitas instrumental. Ilmu pengetahuan modern dan aplikasi teknologinya telah berhasil "menyingkirkan" alam semesta yang penuh misteri dan entitas supranatural (*Entzauberung der Welt - disenchantment of the world*), menggantinya dengan realitas yang dapat diukur, diprediksi, dan dimanipulasi. Institusi keagamaan, yang dulunya

menjadi pusat kehidupan sosial dan sumber otoritas moral yang tak terbantahkan, kini menjadi salah satu dari banyak institusi sosial, pengaruhnya terbatas pada ranah privat atau aspek-aspek ritualistik tertentu.

Kehilangan landasan sakral yang bersifat transenden dan komunal ini menciptakan vakum makna. Paradigma kosmik yang memberikan tujuan akhir (telos) dan nilai intrinsik pada kehidupan misalnya, bahwa hidup adalah ujian, perjalanan menuju penyatuan dengan Tuhan, atau bagian dari tatanan ilahi secara bertahap memudar. Masyarakat modern, meskipun kaya akan informasi dan pilihan material, seringkali merasa hampa dan tanpa arah. Makna tidak lagi ditemukan dalam tatanan semesta yang diberikan dari atas, melainkan harus diciptakan atau dicari secara individual dalam lingkungan yang semakin sekuler dan pluralistik. Vakum inilah yang menjadi lahan subur bagi munculnya berbagai bentuk disorientasi eksistensial, termasuk nihilisme.

2. Nihilisme: Cermin Kehilangan Pondasi Absolut

Salah satu manifestasi paling dramatis dari krisis makna adalah spektrum nihilisme. Dalam pengertian filosofis, nihilisme adalah keyakinan bahwa tidak ada nilai intrinsik, makna, moralitas, atau kebenaran yang dapat diketahui[611]. Friedrich Nietzsche dengan tajam mengidentifikasi "kematian Tuhan" (*God is dead*)[612] sebagai peristiwa sentral dalam sejarah modern yang mengantar pada era nihilisme. Ini bukan sekadar pernyataan teologis, melainkan diagnosis sosiologis dan filosofis: pondasi metafisik dan moral absolut yang dipegang oleh peradaban Barat sejak zaman Yunani

hingga Kristianitas telah runtuh di hadapan kemajuan ilmu pengetahuan, rasionalisme, dan kritik filosofis.

Tanpa "Tuhan" atau prinsip transenden yang memberikan tujuan dan nilai universal, realitas dapat tampak sebagai kekacauan tanpa makna. Moralitas menjadi relatif atau sekadar konvensi sosial, kebenaran menjadi subyektif atau hasil konstruksi kekuasaan, dan keberadaan manusia dilihat sebagai kebetulan biologis tanpa tujuan akhir. Meskipun tidak semua individu di era modern menjadi nihilistik secara eksplisit, atmosfer nihilisme meresap dalam bentuk anomie[613] (ketidakadaan norma), sinisme, apatisme massal, dan pencarian kepuasan instan yang bersifat sementara. Eksistensi menjadi beban yang harus "diisi" dengan berbagai aktivitas atau konsumsi demi menghindari konfrontasi dengan kekosongan fundamental.

Dalam kontras yang tajam, pandangan dunia yang bersumber dari wahyu ilahi, seperti Islam, secara fundamental menolak nihilisme. Keberadaan manusia dan alam semesta dipandang memiliki tujuan yang jelas, yaitu mengabdi kepada Sang Pencipta. Al-Quran menyatakan secara eksplisit: *"Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka beribadah kepada-Ku*." (QS. Adz-Dzariyat: 56)[614] Ayat ini menegaskan bahwa eksistensi manusia bukan tanpa makna atau tujuan. Tujuan itu adalah ibadah (ibadah), suatu konsep komprehensif yang mencakup penyerahan diri, ketaatan, dan pengabdian kepada Allah SWT dalam seluruh aspek kehidupan. Pandangan dunia semacam ini menyediakan

kerangka makna yang kokoh, yang secara inheren bertolak belakang dengan premis dasar nihilisme.

3. Fragmentasi Makna dalam Masyarakat Pasca-Sakral

Ketika "kubah sakral" yang menyatukan makna runtuh, muncullah fenomena fragmentasi makna. Di era pra-modern, makna seringkali bersifat komunal, diwariskan melalui tradisi, ritual, dan narasi bersama yang bersumber dari kepercayaan kolektif. Di era modern, terutama dalam konteks individualisme yang kian menguat, makna menjadi urusan pribadi yang terfragmentasi. Individu dipaksa atau diberi kebebasan untuk "menciptakan" makna mereka sendiri dari beragam sumber yang seringkali saling bertentangan: karier, konsumsi, hobi, hubungan interpersonal, ideologi politik, identitas kelompok, atau tren budaya pop.

Akibatnya, tidak ada lagi narasi besar yang menyatukan masyarakat dan memberikan panduan moral serta eksistensial yang universal. Masyarakat menjadi kumpulan individu atau kelompok kecil dengan "pulau-pulau makna" mereka sendiri. Komunikasi dan pemahaman lintas-kelompok menjadi sulit karena absennya referensi nilai atau tujuan yang sama. Fragmentasi ini diperparah oleh laju perubahan sosial yang cepat, perpecahan identitas (ras, kelas, gender, orientasi seksual, dll.), dan banjir informasi di era digital yang menawarkan beragam "kebenaran" dan "tujuan" yang tumpang-tindih atau kontradiktif. Krisis makna di sini bukan hanya ketiadaan makna, tetapi juga ketidakmampuan untuk menyatukan keragaman makna menjadi suatu visi kehidupan yang koheren, baik pada tingkat individu maupun kolektif.

4. Pengasingan Kematian dari Imajinasi Modern

Dimensi ketiga yang penting dalam krisis makna modern adalah pengasingan atau penolakan terhadap realitas kematian. Dalam banyak masyarakat tradisional dan religius, kematian adalah peristiwa sentral yang memberikan perspektif kritis terhadap kehidupan. Kematian dipandang sebagai bagian tak terpisahkan dari siklus kehidupan, sebagai transisi, sebagai ujian akhir, atau sebagai pengingat akan kefanaan dunia dan pentingnya mempersiapkan diri untuk alam baka. Kontemplasi kematian (*memento mori*) berfungsi sebagai motivator untuk hidup secara bermakna, menghargai waktu, dan berpegang pada nilai-nilai transenden.

Namun, masyarakat modern cenderung "menyembunyikan" kematian. Kematian dipindahkan dari rumah ke rumah sakit, dari ranah publik ke ranah medis dan institusional. Proses berkabung seringkali dipersingkat atau diindividualisasi. Budaya populer cenderung merayakan vitalitas abadi, awet muda, dan penundaan usia tua atau kematian melalui teknologi dan gaya hidup. Kematian menjadi kegagalan medis, bukan bagian alami dari keberadaan. Pengasingan ini menciptakan ilusi bahwa hidup di dunia ini bersifat abadi, atau setidaknya, bahwa kita tidak perlu secara serius mempertimbangkan akhir dari eksistensi fisik.

Ironisnya, penolakan terhadap kematian berkontribusi pada krisis makna. Jika hidup tidak memiliki batas waktu yang jelas dalam kesadaran kolektif, maka urgensi untuk menemukan atau menciptakan makna yang mendalam dan abadi berkurang. Tujuan hidup bisa direduksi menjadi pencapaian material, kesenangan

sesaat, atau proyek-proyek jangka pendek yang tidak membutuhkan refleksi tentang kefanaan dan transendensi. Kehilangan kesadaran akan kematian menghilangkan salah satu dorongan paling kuat untuk menanyakan pertanyaan-pertanyaan fundamental tentang tujuan akhir kehidupan[615].

Islam, seperti agama-agama samawi lainnya, menempatkan kematian sebagai realitas yang pasti dan penting, bahkan sebagai permulaan kehidupan abadi. Kematian bukanlah akhir, melainkan transisi menuju pertanggungjawaban dan kehidupan di akhirat. Al-Quran menegaskan: "*Yang menciptakan mati dan hidup, untuk menguji kamu, siapa di antara kamu yang lebih baik amalnya.*" (QS. Al-Mulk: 2)[616] Ayat ini secara eksplisit menyatakan bahwa kematian dan kehidupan adalah sarana ujian. Kesadaran akan ujian ini mendorong individu untuk mengorientasikan tindakannya pada kebaikan (ahsan 'amala) dan mempersiapkan diri menghadapi pertanggungjawaban setelah kematian. Nabi Muhammad SAW juga menganjurkan umatnya untuk sering mengingat kematian: *"Perbanyaklah mengingat pemutus kelezatan (yakni kematian)."* (HR. At-Tirmidzi)[617] Hadis ini menunjukkan bahwa mengingat kematian berfungsi sebagai penetralisir hawa nafsu dan keasyikan duniawi yang berlebihan, mengarahkan fokus pada hal-hal yang lebih substansial dan abadi. Pandangan ini menawarkan obat potensial terhadap pengasingan kematian dalam masyarakat modern dan mengembalikan fungsi kematian sebagai pemacu pencarian makna yang lebih dalam.

Krisis makna di era modern adalah fenomena multifaset yang berakar pada hilangnya pondasi sakral dalam masyarakat pasca-

sakral. Erosi kepercayaan pada tatanan transenden dan nilai-nilai absolut yang diwariskan oleh agama dan tradisi telah menciptakan vakum yang diisi oleh nihilisme, fragmentasi makna, dan pengasingan kematian. Nihilisme mencerminkan ketiadaan pondasi universal untuk nilai dan tujuan. Fragmentasi makna adalah konsekuensi dari individualisasi dan pluralisme yang menghilangkan narasi komunal yang menyatukan. Sementara itu, penolakan terhadap kematian menghilangkan perspektif esensial yang dapat memberikan urgensi dan kedalaman pada pencarian makna hidup.

Menghadapi krisis ini, masyarakat modern dihadapkan pada tantangan untuk menemukan atau membangun kembali sumber-sumber makna yang koheren dan mendalam, baik pada tingkat individu maupun kolektif. Ini mungkin melibatkan refleksi kritis terhadap asumsi dasar modernitas, re-evaluasi peran spiritualitas dan nilai-nilai transenden (meskipun mungkin dalam bentuk yang dimodifikasi), serta keberanian untuk menghadapi realitas eksistensial yang paling mendasar, termasuk kefanaan. Memahami akar krisis ini terutama dalam konteks hilangnya sakralitas dan manifestasinya dalam nihilisme, fragmentasi, dan pengasingan kematian adalah langkah pertama yang krusial dalam upaya menavigasi kompleksitas kehidupan di era pasca-sakral.

Nihilisme dan Kematian Tuhan: Warisan Nietzsche dalam Dunia Pasca-Sakral

Abad ke-19 menyaksikan pergeseran epistemologis dan ontologis yang fundamental dalam peradaban Barat, yang ditandai dengan semakin menguatnya rasionalisme, empirisme, dan sekulerisasi. Di tengah lanskap intelektual yang transformatif ini,

Friedrich Nietzsche (1844-1900), seorang filsuf Jerman yang berpengaruh, muncul sebagai kritikus tajam terhadap fondasi moral dan metafisik tradisional. Kontribusinya yang paling provokatif dan banyak diperdebatkan adalah proklamasi "Kematian Tuhan" (Dieu est mort), sebuah diagnosis radikal tentang kondisi spiritual dan budaya Eropa. Ungkapan ini, yang pertama kali muncul secara implisit dalam *The Gay Science* (Die fröhliche Wissenschaft)[618] dan dieksplorasi lebih lanjut di *Thus Spoke Zarathustra* (Also sprach Zarathustra)[619], bukanlah sekadar pernyataan ateisme pribadi. Sebaliknya, ia melambangkan keruntuhan sistem nilai dan kerangka makna berbasis transendental yang telah menopang peradaban Barat selama berabad-abad. Kematian Tuhan, dalam terminologi Nietzsche, adalah pengakuan bahwa fondasi metafisik dan moral yang absolut telah kehilangan otoritas dan relevansinya di era modern yang semakin didominasi oleh ilmu pengetahuan, teknologi, dan pemikiran kritis. Disertasi ini bertujuan untuk mengelaborasi konsep "Kematian Tuhan" Nietzsche, menganalisis kemunculan nihilisme sebagai konsekuensi darinya, dan mengevaluasi warisannya dalam memahami krisis makna di dunia kontemporer yang dapat digambarkan sebagai era pasca-sakral.

Konsep "Kematian Tuhan" oleh Nietzsche harus dipahami dalam konteks historis dan filosofisnya. Abad ke-19 adalah periode ketika otoritas gereja dan agama tradisional semakin terkikis oleh kemajuan ilmiah, kritik sejarah-kritis terhadap teks-teks suci, dan munculnya ideologi sekuler. Bagi Nietzsche, ini bukan hanya tentang semakin sedikitnya orang yang percaya pada Tuhan secara literal, tetapi tentang hilangnya prinsip pengorganisir utama yang

memberikan penjelasan final tentang realitas, tujuan hidup, dan dasar nilai moral[620]. Tuhan, sebagai Arsitek Kosmos dan Penjamin Kebenaran Mutlak, telah menjadi "hipotesis yang tidak lagi diperlukan" di mata banyak pemikir dan masyarakat umum yang semakin mengandalkan penjelasan kausal empiris dan rasional. Dalam bagian terkenal dari *The Gay Science* (Aforisma 125), Nietzsche menggunakan perumpamaan "Orang Gila" yang berteriak di pasar bahwa "Tuhan sudah mati, Tuhan tetap mati! Dan kitalah yang membunuhnya!". Perumpamaan ini menggambarkan betapa masyarakat belum sepenuhnya menyadari implikasi mengerikan dari peristiwa ini. Membunuh Tuhan berarti menghancurkan fondasi tempat seluruh bangunan moral dan nilai peradaban dibangun. Ini bukan perayaan, melainkan ramalan tentang kegelapan dan disorientasi yang akan datang. Kehilangan Tuhan secara simbolis berarti kehilangan jangkar yang memberikan makna, nilai, dan tujuan yang objektif dan universal. Realitas kini tampil apa adanya, tanpa hierarki nilai yang sudah mapan atau tujuan akhir ilahi.

Konsekuensi langsung dari "Kematian Tuhan" adalah kemunculan nihilisme. Nietzsche mendefinisikan nihilisme sebagai kondisi di mana nilai-nilai tertinggi kehilangan nilainya (die obersten Werte entwerten sich)[621]. Dalam konteks yang lebih luas, nihilisme adalah krisis eksistensial yang timbul ketika individu dan masyarakat menyadari bahwa tidak ada tujuan akhir, kebenaran objektif, atau nilai moral intrinsik yang diberikan secara ilahi atau metafisik. Kehidupan, tanpa referensi transendental, tampak kosong, absurd, dan tanpa makna yang melekat.

Nietzsche mengidentifikasi dua bentuk nihilisme:

1. Nihilisme Pasif: Ini adalah penarikan diri, kelelahan, dan keputusasaan yang muncul dari kesadaran akan kekosongan. Individu yang jatuh dalam nihilisme pasif mungkin mencari pengalihan dalam konsumerisme, hiburan massal, atau ideologi dogmatis baru yang menawarkan ilusi makna, tetapi mereka gagal menghadapi realitas ketiadaan fondasi nilai secara langsung[622].
2. Nihilisme Aktif: Ini adalah bentuk yang lebih radikal; dorongan untuk menghancurkan nilai-nilai lama yang telah terungkap sebagai tidak berdasar. Bagi Nietzsche, nihilisme aktif, meskipun berbahaya, mengandung potensi afirmasi baru. Ia membersihkan puing-puing ilusi lama untuk membuka ruang bagi penciptaan nilai-nilai baru.

Nihilisme menciptakan ruang hampa di mana makna kehidupan tidak lagi dapat ditemukan di luar diri manusia. Jika tidak ada rencana ilahi, tidak ada kebenaran absolut untuk ditemukan, dan tidak ada tujuan bawaan dalam alam semesta, maka manusia harus menghadapi kenyataan bahwa mereka sendirilah yang harus memberikan makna pada keberadaan mereka. Ini adalah beban kebebasan dan tanggung jawab yang luar biasa, yang seringkali menimbulkan kecemasan eksistensial. Kehancuran sistem nilai tradisional memaksa individu untuk berhadapan langsung dengan ketiadaan dasar eksternal, mendorong mereka ke dalam pencarian internal atau penciptaan makna di tengah ketidakpastian fundamental.

Bagi Nietzsche, diagnosis nihilisme bukanlah akhir dari segalanya, melainkan sebuah titik tolak. Tantangan utama adalah

bagaimana melampaui nihilisme pasif dan mengubahnya menjadi afirmasi kehidupan. Ini membutuhkan apa yang ia sebut sebagai "transvaluasi semua nilai" (Umwertung aller Werte)[623], sebuah proses di mana nilai-nilai lama dipertanyakan dan nilai-nilai baru diciptakan dari kehendak untuk berkuasa (Wille zur Macht) bukan sebagai dorongan untuk mendominasi orang lain, tetapi sebagai dorongan untuk tumbuh, mengatasi diri sendiri, dan mengafirmasi kehidupan dalam segala kompleksitasnya[624].nFigur sentral dalam pemikiran Nietzsche yang mewakili potensi melampaui nihilisme adalah *Übermensch* (Manusia Super atau Manusia Unggul). *Übermensch* bukanlah makhluk superhuman secara fisik, melainkan ideal filosofis bagi manusia yang telah mengatasi dirinya sendiri, mampu menciptakan nilai-nilainya sendiri di hadapan kekosongan yang diakibatkan oleh "Kematian Tuhan", dan mengafirmasi kehidupan dengan sikap "amor fati" (cinta akan nasib). Ini adalah seruan bagi individu untuk menjadi "pemberi makna" bagi diri mereka sendiri dan dunia, bukan penerima makna dari otoritas eksternal. Warisan Nietzsche dalam dunia pasca-sakral sangat signifikan. Analisisnya tentang "Kematian Tuhan" dan nihilisme secara prescient meramalkan krisis makna yang terus bergulir di masyarakat modern dan postmodern. Di era kontemporer, di mana kepercayaan pada narasi besar (termasuk agama) telah menurun di banyak bagian dunia, banyak individu masih bergulat dengan pertanyaan mendasar tentang tujuan dan makna. Manifestasi nihilisme dapat dilihat dalam berbagai fenomena, mulai dari apatisme politik, pencarian kepuasan sesaat, hingga munculnya berbagai bentuk fundamentalisme sebagai reaksi

Sementara Nietzsche menganalisis krisis makna dalam konteks peradaban Barat pasca-Pencerahan, perlu dicatat bahwa kerangka makna yang utuh masih eksis dalam tradisi keagamaan yang kuat di bagian lain dunia atau dalam komunitas beriman. Dalam tradisi Islam, misalnya, makna kehidupan tidak berasal dari kreasi nilai oleh manusia semata, tetapi dari ketaatan pada kehendak Ilahi dan peran manusia sebagai khalifah (wakil Tuhan) di bumi. Tujuan penciptaan manusia dan alam semesta secara eksplisit dinyatakan dalam Al-Quran sebagai ibadah (pengabdian) kepada Allah[625].

Allah berfirman: "*Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdi kepada-Ku."* (QS. Az-Zariyat: 56)[626]. Ayat ini memberikan dasar ontologis yang jelas bagi keberadaan manusia: tujuan fundamentalnya adalah beribadah kepada Sang Pencipta. Hidup memiliki makna inheren karena ia adalah ujian dan kesempatan untuk mencapai keridaan Ilahi dan kehidupan abadi di akhirat. Konsep ini memberikan landasan moral dan eksistensial yang kokoh, yang berbeda dengan vakum makna yang digambarkan oleh Nietzsche dalam konteks "Kematian Tuhan" Barat. Lebih lanjut, Hadis Nabi Muhammad juga memperkuat gagasan tentang makna yang berasal dari hubungan dengan Yang Transenden dan tindakan yang berorientasi pada tujuan akhir. Misalnya, Hadis Jibril yang terkenal mendefinisikan Islam (penyerahan diri), Iman (kepercayaan), dan Ihsan (berbuat baik seolah melihat Allah atau merasa dilihat oleh-Nya)[627]. Dari Umar bin Khattab RA, ia berkata:"...*Dia (Jibril) bertanya: 'Beritahu aku tentang Ihsan.' Beliau (Nabi) menjawab: 'Engkau beribadah kepada Allah*

seolah engkau melihat-Nya, dan jika engkau tidak melihat-Nya, maka sesungguhnya Dia melihatmu."' (HR. Muslim No. 8)[628]. Konsep Ihsan ini menunjukkan bagaimana kesadaran akan kehadiran Ilahi memberikan makna dan kualitas pada setiap tindakan manusia, mengubah aktivitas duniawi menjadi bagian dari ibadah yang lebih besar. Dalam kerangka ini, bahkan di tengah kesulitan dan ketidakpastian, kehidupan tetap memiliki makna karena setiap momen adalah kesempatan untuk lebih dekat dengan Tuhan dan memenuhi tujuan eksistensial. Perspektif ini menawarkan kontras yang tajam dengan diagnosa Nietzsche, menunjukkan bahwa krisis makna bukanlah fenomena universal yang tak terhindarkan *apabila* kerangka transendental tetap menjadi pusat pandangan dunia.

Friedrich Nietzsche melalui konsep "Kematian Tuhan" dan analisisnya tentang nihilisme, telah memberikan kontribusi yang tak ternilai dalam memahami krisis makna yang melanda dunia modern. Ia secara jeli mengidentifikasi konsekuensi dari runtuhnya fondasi nilai berbasis transendental, meninggalkan manusia di hadapan kekosongan eksistensial. Diagnosanya tentang nihilisme sebagai kondisi kehilangan tujuan dan nilai tetap relevan dalam menjelaskan berbagai disorientasi di era pasca-sakral.

Namun, warisan Nietzsche juga mencakup tantangan bagi umat manusia: menghadapi kenyataan ini dengan keberanian, melampaui keputusasaan nihilisme pasif, dan berpartisipasi aktif dalam penciptaan makna dan nilai-nilai baru. Sementara tantangan Nietzsche muncul dari konteks spesifik peradaban Barat yang

mengalami sekulerisasi mendalam, keberadaan kerangka makna yang kokoh dalam tradisi keagamaan seperti Islam, yang berakar pada hubungan dengan Yang Transenden dan tujuan eksistensial yang jelas, menawarkan perspektif kontras yang penting. Memahami Nietzsche membantu kita memahami akar krisis makna di dunia yang semakin sekuler, sementara perspektif transendental mengingatkan bahwa alternatif bagi nihilisme, yang berbasis pada keyakinan dan pengabdian, tetap merupakan sumber makna yang vital bagi banyak orang. Diskusi antara kedua pandangan ini terus membentuk perdebatan filosofis dan eksistensial di era kontemporer.

Fragmentasi Makna dan Budaya Simulakra

Era kontemporer ditandai oleh pergeseran fundamental dalam pemahaman makna eksistensi manusia dan realitas. Krisis makna, yang berakar pada dislokasi narasi-narasi besar, termanifestasi dalam fenomena kompleks fragmentasi makna dan kemunculan budaya simulakra. Perjalanan historis pemikiran manusia seringkali ditandai oleh perubahan paradigma yang mendasar, termasuk cara manusia memahami dan memberikan makna pada keberadaannya. Dalam diskursus intelektual dan filosofis, krisis makna bukanlah fenomena baru, namun manifestasinya di era kontemporer menunjukkan kompleksitas yang belum pernah terjadi sebelumnya. Jika pada masa lalu gejala krisis makna seringkali dikaitkan dengan "kematian Tuhan" seperti yang dinarasikan oleh Friedrich Nietzsche, yang menandai keruntuhan fondasi metafisik dan teologis bagi nilai dan makna, kini krisis tersebut telah berevolusi menjadi kondisi

eksistensial dan sosial yang lebih meresap dan multidimensional. Salah satu aspek krusial dari evolusi krisis ini adalah fragmentasi makna, yaitu pecahnya pandangan dunia yang sebelumnya relatif utuh menjadi segmen-segmen yang terisolasi. Bersamaan dengan itu, perkembangan pesat dalam ranah media, teknologi informasi, dan konsumsi budaya telah melahirkan kondisi yang oleh Jean Baudrillard disebut sebagai budaya simulakra, di mana representasi dan citra tidak lagi merepresentasikan realitas, melainkan menjadi entitas mandiri yang membentuk "hyperrealitas".

Fragmentasi makna dapat dipahami sebagai proses disintegrasi pandangan dunia yang koheren dan holistik, yang sebelumnya menyediakan kerangka tunggal atau dominan untuk memahami diri sendiri, orang lain, alam semesta, dan relasi di antara ketiganya. Dalam masyarakat pra-modern atau tradisional, narasi-narasi besar (seperti agama, mitos kosmogonik, atau ideologi komunal) seringkali menyediakan "rumah makna" yang komprehensif, menautkan berbagai aspek kehidupan spiritual, material, sosial, dan personal dalam satu kesatuan interpretatif. Modernisasi, dengan penekanannya pada rasionalisasi, diferensiasi institusional, dan individualisasi, secara bertahap mengikis kohesi narasi-narasi tersebut. Max Weber mengamati proses "disenchantment of the world" (pengosongan dunia dari pesona), di mana penjelasan rasional dan ilmiah menggantikan penjelasan magis atau religius, meninggalkan ruang kosong dalam pencarian makna transenden atau imanen yang utuh.[629] Dalam konteks kontemporer, fragmentasi makna termanifestasi dalam kecenderungan masyarakat untuk

memilah-milah keberadaan ke dalam domain-domain yang terisolasi. Aspek profesional dipisahkan dari aspek personal; kehidupan digital dipisahkan dari kehidupan fisik; kebutuhan material dipisahkan dari kebutuhan spiritual; dan identitas individu seringkali terfragmentasi menjadi serangkaian peran diskret yang dijalankan di konteks yang berbeda (misalnya, peran di tempat kerja, di media sosial, dalam keluarga, dalam komunitas hobi). Masing-masing domain ini mungkin memiliki logika, nilai, dan maknanya sendiri, tetapi seringkali tidak ada benang merah atau narasi pemersatu yang menghubungkan mereka secara fundamental. Akibatnya, individu mungkin mengalami keberlimpahan informasi dan pengalaman dalam setiap segmen kehidupan, tetapi kesulitan untuk merangkainya menjadi pemahaman yang utuh dan berkelanjutan tentang siapa mereka atau apa tujuan hidup mereka. Makna menjadi relatif terhadap konteks spesifik dan bersifat ad-hoc, alih-alih bersumber dari kerangka ontologis atau aksiologis yang stabil.[630]

Fenomena fragmentasi makna menemukan ekspresi yang lebih dalam dalam analisis Jean Baudrillard mengenai masyarakat kontemporer sebagai era simulakra. Baudrillard, seorang filsuf dan sosiolog Prancis, berargumen bahwa masyarakat modern akhir telah memasuki tahap di mana representasi tidak lagi berfungsi sebagai cerminan atau penanda realitas yang mendasarinya, melainkan telah menjadi entitas mandiri yang menciptakan realitas baru yang terpisah dari dunia yang 'sebenarnya'.[631] Dalam pandangan Baudrillard, perkembangan teknologi media dan budaya konsumsi

telah membawa kita melalui empat tahapan citra (image): (1) citra sebagai refleksi realitas dasar; (2) citra sebagai distorsi realitas dasar; (3) citra sebagai penyembunyian ketiadaan realitas dasar; dan (4) citra sebagai simulakrum murni, yang tidak lagi memiliki relasi dengan realitas apapun, menjadi 'realitasnya' sendiri.[632]

Tahap terakhir inilah yang disebut Baudrillard sebagai simulakra. Dalam kondisi simulakra, tanda-tanda dan simbol-simbol beredar dalam sistemnya sendiri, merujuk satu sama lain tanpa pernah menyentuh 'asli' atau 'nyata'. Dunia yang tercipta dari jalinan simulakra ini disebut sebagai "hyperreal" sebuah domain yang lebih nyata daripada kenyataan itu sendiri, karena ia diproduksi, dikonsumsi, dan dihidupi dengan intensitas yang melampaui pengalaman langsung atas realitas. Contoh klasik dari hyperrealitas mencakup taman hiburan seperti Disneyland, iklan yang menciptakan kebutuhan dan keinginan artifisial, atau media sosial yang menampilkan curated version of reality.[633] Dalam hyperrealitas, batas antara yang nyata dan yang palsu menjadi kabur, bahkan tidak relevan, karena pengalaman dibangun di atas simulasi dan representasi semata.

Budaya simulakra memiliki implikasi serius terhadap krisis makna dan memperparah kondisi fragmentasi. Ketika individu terus-menerus terpapar dan terlibat dalam hyperrealitas, pemahaman mereka tentang dunia dan diri sendiri semakin dibentuk oleh citra, narasi yang diproduksi massal, dan nilai-nilai yang didorong oleh konsumsi. Makna kehidupan tidak lagi dicari melalui pengalaman langsung, refleksi mendalam, atau interaksi autentik dengan realitas

fisik dan sosial, melainkan semakin diserap dari apa yang disajikan oleh media, industri hiburan, atau platform digital.[634]

Dunia hyperreal yang penuh dengan simulasi ini menciptakan disonansi antara pengalaman internal individu dan 'realitas' eksternal yang mereka hadapi. Individu mungkin merasa terasing dari diri mereka yang sebenarnya karena mereka terus-menerus diajak untuk mengidentifikasi diri dengan citra ideal yang disimulasikan, atau merasa hampa karena interaksi sosial dimediasi oleh antarmuka digital yang dangkal. Pencarian makna yang autentik yang biasanya melibatkan penemuan kebenaran mendalam tentang diri, koneksi dengan sesuatu yang lebih besar, atau partisipasi dalam proyek-proyek yang bermakna secara pribadi dan sosial menjadi sulit dalam lingkungan yang didominasi oleh salinan dan reproduksi dari realitas yang lebih mendalam. Dalam budaya simulakra, yang dihargai bukanlah kedalaman atau orisinalitas, melainkan kemampuan untuk memproduksi dan mengonsumsi citra dan tanda secara efisien.[635] Ini mendorong individu untuk berfokus pada penampilan luar, pengumpulan simbol status, dan pengalaman sesaat yang dikurasi, yang semuanya berkontribusi pada fragmentasi pengalaman dan pengikisan makna yang stabil dan mendalam. Analisis fenomena fragmentasi makna dan budaya simulakra oleh Baudrillard memberikan lensa kritis untuk memahami karakteristik krisis makna di era kontemporer. Perspektif ini menyoroti bagaimana struktur sosial, ekonomi, dan teknologi modern secara fundamental mengubah hubungan kita dengan realitas dan makna. Namun, penting untuk dicatat bahwa

pandangan ini cenderung bersifat pesimistis dan deterministik, melihat peuess masyarakat modern sebagai terjebak dalam labirin simulasi tanpa jalan keluar yang jelas.

Berbeda dengan analisis yang melihat dunia modern sebagai terperangkap dalam ilusi hyperreal, beberapa kerangka filsafat dan teologi klasik menawarkan perspektif yang menekankan adanya realitas yang mendasar dan makna yang transenden atau imanen, yang dapat diakses melalui cara-cara tertentu. Sebagai contoh, dalam tradisi Islam, realitas fundamental diakui sebagai ciptaan dari realitas Hakiki, yaitu Allah SWT. Konsep *tauhid*, yaitu keesaan Allah, menyediakan kerangka ontologis dan epistemologis yang menyatukan semua aspek eksistensi. Alam semesta dipandang sebagai *ayat* atau tanda-tanda Allah, yang mengarah pada pengenalan terhadap Realitas Tertinggi.[636] Dalam pandangan ini, pencarian makna bukan bergantung pada produksi citra atau konsumsi simbol, melainkan pada pengenalan diri, pengenalan terhadap tanda-tanda Allah di alam semesta dan dalam diri manusia, serta ketaatan pada ajaran Ilahi. Kehidupan dunia dipandang sebagai ujian dan perjalanan menuju realitas yang lebih kekal di akhirat.[637]

Al-Quran secara eksplisit membedakan antara kebenaran (haqq) dan kebatilan (batil), serta memperingatkan manusia agar tidak tertipu oleh gemerlap kehidupan dunia yang bersifat fana. Allah SWT berfirman: "*Dan tiadalah kehidupan dunia ini melainkan senda gurau dan main-main. Dan sesungguhnya negeri akhirat itulah yang sebenarnya kehidupan, kalau mereka mengetahui.*" (Al-Quran,

Surah Al-An'am, Ayat 32)[638] Ayat ini mengindikasikan bahwa realitas terpenting dan abadi bukanlah ilusi atau 'permainan' dunia, melainkan kehidupan di akhirat. Perspektif ini secara fundamental menantang logika hyperrealitas yang menganggap simulasi dunia sebagai realitas tertinggi. Lebih lanjut, Hadis Nabi Muhammad menekankan pentingnya niat (intentions) sebagai fondasi amalan,[639] menggarisbawahi bahwa makna dan nilai suatu tindakan tidak hanya terletak pada bentuk luarnya, tetapi pada motif batin yang mengarah pada kebenaran dan keridaan Ilahi. Prinsip ini berlawanan dengan logika simulakra yang cenderung menghargai penampilan luar dan citra di atas esensi atau niat autentik. Pandangan-pandangan alternatif ini menunjukkan bahwa meskipun fenomena fragmentasi makna dan budaya simulakra adalah tantangan nyata di era modern, pencarian makna autentik tetap relevan dan dimungkinkan, terutama melalui pendekatan yang berakar pada kerangka ontologis dan etis yang stabil, yang berbeda dari logika hyperrealitas. Fragmentasi makna dan budaya simulakra merupakan dua manifestasi kunci dari krisis makna yang mendalam di era kontemporer. Fragmentasi makna mencerminkan retaknya pandangan dunia yang koheren, memecah kehidupan menjadi segmen-segmen terisolasi tanpa narasi pemersatu. Budaya simulakra, yang dianalisis oleh Jean Baudrillard, menggambarkan kondisi di mana representasi dan citra menggantikan realitas, menciptakan dunia hyperreal yang mengikis otentisitas. Kedua fenomena ini saling memperkuat, menjebak individu dalam siklus produksi dan konsumsi citra, menjauhkan mereka dari pengalaman

langsung dan refleksi mendalam, dan menghambat pencarian makna yang autentik dan berkelanjutan. Meskipun analisis kritis seperti yang Baudrillard tawarkan menyoroti tantangan besar ini, perspektif alternatif, seperti yang ditemukan dalam tradisi religius, menawarkan kemungkinan untuk mempertahankan atau menemukan kembali makna yang berakar pada realitas fundamental, melawan arus fragmentasi dan simulasi yang mendominasi era modern. Memahami dinamika fragmentasi makna dan budaya simulakra adalah langkah penting dalam menavigasi kompleksitas eksistensi di dunia yang semakin didominasi oleh citra dan representasi.

Ketidakhadiran Kematian dalam Imajinasi Modern

Era modern sering kali dikaitkan dengan kemajuan teknologi, rasionalisasi, dan fragmentasi narasi besar yang pernah menopang struktur makna dalam masyarakat tradisional. Dalam konteks ini, krisis makna menjadi isu sentral yang dihadapi individu dan kolektif[640]. Selain faktor-faktor seperti nihilisme yang inheren dalam pandangan dunia materialistik murni dan fragmentasi identitas dalam masyarakat konsumeris, perlakuan terhadap kematian merupakan aspek krusial yang membentuk lanskap makna kontemporer. Kematian, sebagai realitas universal yang tak terhindarkan, secara paradoks, justru menjadi subjek yang paling dihindari dan disingkirkan dalam imajinasi modern. Fenomena kematian sebagai 'tabu' ini bukan sekadar anomali kultural, melainkan memiliki implikasi mendalam terhadap kesadaran eksistensial dan kapasitas manusia untuk menemukan dan

memelihara makna dalam hidupnya. Dalam banyak masyarakat tradisional dan pra-modern, kematian adalah bagian integral dari siklus kehidupan komunal. Meskipun sering kali disertai ritual dan duka mendalam, kematian tidak disembunyikan; sebaliknya, ia diintegrasikan ke dalam narasi sosial, spiritual, dan eskatologis. Rumah duka sering berada di rumah, prosesi pemakaman melibatkan komunitas secara luas, dan peringatan kematian menjadi momen refleksi kolektif. Namun, seiring dengan modernisasi, sekularisasi, dan rasionalisasi, terutama dalam masyarakat pasca-sakral, perlakuan terhadap kematian mengalami pergeseran fundamental[641]. Kematian bertransformasi menjadi fenomena yang bersifat tabu sesuatu yang dihindari diskusinya, disembunyikan dari pandangan publik dan anak-anak, serta dijauhkan secara spasial dan temporal dari kehidupan sehari-hari.

Mekanisme utama pembentukan tabu kematian ini melibatkan beberapa dimensi. Pertama, medisalisasi kematian: proses kematian semakin sering terjadi di lingkungan institusional seperti rumah sakit atau panti jompo, jauh dari ruang domestik yang akrab. Ini memindahkan pengalaman langsung terhadap kematian dari ranah personal dan komunal ke ranah profesional dan medis[642]. Kedua, industrialisasi dan komodifikasi pemakaman: Biro jasa pemakaman mengambil alih banyak aspek ritual dan perawatan jenazah yang sebelumnya dilakukan oleh keluarga atau komunitas, menciptakan jarak teknis dan emosional. Ketiga, penolakan dan pengabaian diskursus publik: Pembicaraan terbuka tentang kematian termasuk perencanaan akhir hayat, proses berduka, atau refleksi filosofis

tentang mortalitas cenderung dihindari dalam percakapan sehari-hari, dianggap morbid atau tidak pantas. Akibatnya, representasi kematian dalam budaya kontemporer sering kali termanifestasi dalam bentuk yang terekayasa atau difiksi, seperti dalam film horor atau drama, yang cenderung mendistorsi atau mengaburkan realitasnya, menjadikannya sesuatu yang jauh, abstrak, atau bahkan sensasional, bukan realitas personal yang tak terhindarkan[643].

Penyingkiran kematian dari kesadaran personal dan kolektif memunculkan serangkaian konsekuensi signifikan yang berkontribusi pada krisis makna modern. Dua masalah utama yang timbul adalah keterasingan individu dari realitas kefanaan hidup dan kehilangan kesempatan untuk membangun relasi yang mendalam dan bermakna dengan waktu yang dimiliki[644].

Pertama, ketidaksediaan untuk menghadapi kematian secara jujur membuat individu teralienasi dari fakta fundamental bahwa hidup bersifat terbatas. Kesadaran akan mortalitas (*memento mori*) secara tradisional berfungsi sebagai pengingat kuat akan pentingnya memanfaatkan waktu yang ada, memprioritaskan nilai-nilai yang abadi, dan tidak terperangkap dalam trivialitas atau kesibukan yang dangkal. Dengan menekan kesadaran ini, manusia modern cenderung hidup seolah-olah mereka abadi, menunda pencarian makna sejati, atau terjebak dalam pola konsumsi dan aktivitas yang tidak esensial[645].

Kedua, ketidakhadiran kematian dalam imajinasi modern memupuk kecemasan eksistensial yang mendalam, sebuah ketakutan yang sering kali tidak terartikulasi dengan jelas.

Kecemasan ini bukan hanya takut akan rasa sakit atau akhir fisik, tetapi lebih pada ketakutan akan ketidakbermaknaan, hilangnya kontrol, dan kehancuran identitas. Penolakan terhadap kematian, seperti yang diulas oleh Ernest Becker dalam karyanya "The Denial of Death", adalah strategi pertahanan psikologis utama manusia untuk mengatasi teror fundamental akan kefanaan dirinya[646]. Namun, penolakan ini paradoksnya justru memperkuat kecemasan itu sendiri, karena energi psikis yang digunakan untuk menekan realitas kematian dapat termanifestasi dalam bentuk neurosis, kompulsi, atau proyeksi ketakutan pada hal lain. Kecemasan ini diperparah oleh ketidaktahuan dan kurangnya kerangka kerja (baik itu filosofis, spiritual, atau psikologis) untuk mengolah dan memahami proses kematian dan duka.

Pada akhirnya, ketidakhadiran kematian dalam imajinasi modern berkontribusi signifikan pada perasaan kehilangan arah dan tujuan dalam hidup. Manusia modern sering kali merasa hampa atau kosong karena mereka tidak lagi diingatkan oleh keterbatasan hidup mereka untuk menjalani setiap momen dengan penuh makna dan kesadaran[647]. Tanpa horizon kematian sebagai penanda akhir, kehidupan dapat terasa seperti rangkaian peristiwa tak berujung tanpa puncak atau resolusi, yang berujung pada apatisme atau nihilisme pasif. Dalam banyak perspektif keagamaan, kesadaran akan kematian dan kehidupan setelahnya justru menjadi pendorong utama bagi tindakan moral dan pencarian makna transenden. Al-Quran berulang kali mengingatkan akan keniscayaan kematian dan pertanggungjawaban setelahnya, menekankan bahwa kehidupan

dunia hanyalah persinggahan sementara: *"Setiap yang bernyawa akan merasakan mati. Dan hanya pada hari Kiamat sajalah diberikan dengan sempurna balasanmu. Barangsiapa dijauhkan dari neraka dan dimasukkan ke dalam surga, sungguh, dia memperoleh kemenangan. Kehidupan dunia hanyalah kesenangan yang memperdaya."* (QS. Ali 'Imran [3]: 185)[648] Ayat ini secara tegas menempatkan kematian sebagai realitas universal dan mengingatkan pada tujuan akhir eksistensi. Demikian pula, Hadis Nabi Muhammad SAW mendorong umatnya untuk mengingat kematian: "*Perbanyaklah mengingat penghancur kelezatan (yakni kematian).*" (HR. Tirmidzi)[649] Nasihat ini bukan untuk menimbulkan keputusasaan, melainkan untuk menempatkan ambisi duniawi dalam perspektif yang benar dan mendorong persiapan untuk kehidupan yang abadi. Mengintegrasikan pemahaman yang lebih mendalam tentang kematian ke dalam kehidupan modern adalah langkah krusial untuk mengatasi krisis makna dan kecemasan eksistensial. Ini tidak berarti menjadi obsesif terhadap kematian, melainkan mengakui keberadaannya sebagai bagian intrinsik dari kehidupan dan menggunakannya sebagai katalisator untuk hidup dengan lebih penuh dan otentik[650]. Kesadaran akan mortalitas dapat mendorong individu untuk mengklarifikasi nilai-nilai mereka, memprioritaskan hubungan yang bermakna, mengejar tujuan yang resonan dengan jiwa, dan menghargai setiap momen yang diberikan. Melihat kematian bukan sebagai akhir total dari segala sesuatu, tetapi sebagai transisi (seperti dalam banyak pandangan spiritual) atau sekadar batas waktu yang tak terhindarkan (dari

perspektif sekuler), dapat membebaskan individu dari tekanan untuk "memiliki semuanya" atau "hidup selamanya" dan mengalihkan fokus pada "menjadi" dan "memberi arti". Dalam praktik, reintegrasi ini dapat dilakukan melalui pendidikan yang lebih terbuka tentang kematian dan duka, menciptakan ruang aman untuk berdiskusi tentang akhir hayat, serta menghidupkan kembali atau mengadaptasi ritual komunal yang memungkinkan individu dan keluarga untuk menghadapi kematian dan duka secara kolektif[651]. Psikologi positif dan terapi eksistensial juga menawarkan kerangka kerja untuk membantu individu menghadapi kecemasan kematian dan menggunakannya sebagai motivasi untuk pertumbuhan personal dan pencarian makna.

Kematian sebagai tabu dalam masyarakat modern adalah fenomena kompleks dengan akar pada rasionalisasi, sekularisasi, dan mekanisme pertahanan psikologis. Penolakan dan penyingkiran kematian dari imajinasi dan diskursus publik memiliki konsekuensi serius, termasuk keterasingan dari kefanaan, peningkatan kecemasan eksistensial, dan kontribusi terhadap krisis makna yang melanda era modern. Ketiadaan pengingat akan batas waktu hidup menghilangkan dorongan penting untuk menjalani hidup dengan penuh kesadaran dan tujuan. Sebaliknya, mengintegrasikan kesadaran akan mortalitas baik melalui lensa filosofis, psikologis, maupun spiritual dapat menjadi jalan menuju eksistensi yang lebih autentik, bermakna, dan bebas dari kecemasan yang timbul dari penolakan. Membuka kembali percakapan tentang kematian, menghadapinya dengan keberanian dan kejujuran, adalah esensial

bagi manusia modern untuk menemukan kembali orientasi dan tujuan dalam dunia yang semakin terfragmentasi.

Kehidupan Autentik dan Spirit Makna

Antara Kebebasan dan Keterlemparan

Kondisi eksistensial manusia, sebagai subjek yang mendalam dalam studi filsafat, kerap kali ditinjau dari dua kutub yang saling melengkapi namun paradoksal: keterlemparan (thrownness) dan kebebasan (freedom). Pemikiran eksistensial, yang berkembang pesat pada abad ke-20, menawarkan perspektif radikal mengenai hakikat keberadaan manusia di dunia ini. Berbeda dengan pandangan esensialis yang meyakini adanya esensi atau kodrat bawaan yang mendahului eksistensi, filsafat eksistensial menekankan bahwa "eksistensi mendahului esensi", sebuah proposisi kunci yang diajukan oleh Jean-Paul Sartre[652]. Inilah titik tolak untuk memahami konsep keterlemparan dan kebebasan.

Konsep keterlemparan (dalam bahasa Jerman disebut *Geworfenheit*, istilah yang dipopulerkan oleh Martin Heidegger sebelum Sartre) merujuk pada fakta fundamental bahwa manusia ditemukan hadir (terlempar) ke dalam dunia tanpa memilihnya, tanpa persetujuan, dan tanpa tujuan atau alasan transenden yang telah ditetapkan sebelumnya. Kita tidak memilih kapan atau di mana kita dilahirkan, dalam kondisi sosial dan historis seperti apa, atau bahkan memiliki tubuh seperti apa. Realitas ini hadir begitu saja, sebagai "fakta mentah" dari keberadaan kita. Dalam pandangan eksistensial, dunia di mana kita terlempar ini seringkali digambarkan sebagai absurd, karena tidak memiliki

makna intrinsik atau rasionalitas ultimate yang dapat memberikan pegangan pasti. Keberadaan kita di dunia adalah kontingen bisa saja tidak ada, dan ketiadaan itu tidak melanggar prinsip logis apa pun.

Namun, justeru dalam situasi keterlemparan inilah, manusia dihadapkan pada kebebasan yang radikal sekaligus membebani. Jika tidak ada esensi atau tujuan bawaan, maka manusialah yang harus menciptakan esensinya sendiri melalui pilihan dan tindakan. Sartre menyatakan bahwa manusia "dikutuk untuk bebas" (*condamnés à être libres*). Kebebasan ini bukanlah sekadar kebebasan politik atau sosial, melainkan kebebasan ontologis yang mendalam kebebasan untuk menentukan keberadaan diri (être pour soi) dalam menghadapi ketiadaan (néant)[653]. Setiap pilihan yang dibuat, sekecil apa pun, merupakan penentuan diri yang otentik dan tak terhindarkan. Dalam setiap momen, kita harus memilih, bahkan menolak memilih pun adalah sebuah pilihan. Kebebasan ini bersifat absolut dalam pengertian bahwa kita tidak pernah bisa melepaskan diri dari keharusan untuk memilih dan bertanggung jawab atas pilihan tersebut.

Paradoks antara kebebasan dan keterlemparan melahirkan beban tanggung jawab yang luar biasa. Sartre berpendapat bahwa saat kita memilih untuk diri sendiri, kita sekaligus memilih untuk seluruh umat manusia, karena pilihan kita membentuk gambaran tentang bagaimana manusia seharusnya ada[1]. Tanggung jawab ini terasa berat karena pilihan kita tidak hanya menentukan siapa kita, tetapi juga, dalam pandangan eksistensial, tidak ada nilai atau norma eksternal yang dapat membenarkan pilihan tersebut secara

mutlak. Kita sendirilah sumber dari nilai-nilai yang kita anut melalui pilihan kita. Kesadaran akan kebebasan radikal dan tanggung jawab penuh inilah yang menimbulkan fenomena kecemasan (*angst* atau *anxiety*). Kecemasan eksistensial bukanlah ketakutan akan sesuatu yang spesifik, melainkan kesadaran yang menggentarkan di hadapan kemungkinan tak terbatas dan ketiadaan fondasi yang kokoh. Sebagai respons terhadap kecemasan ini, manusia sering kali terjebak dalam *mauvaise foi* (iman buruk atau ketidakjujuran pada diri sendiri), yaitu mengelabui diri sendiri dengan berpura-pura bahwa mereka tidak bebas atau bahwa mereka ditentukan oleh faktor eksternal[654].

Penting untuk dicatat bahwa kebebasan eksistensial ini tidak beroperasi dalam kevakuman. Manusia selalu berada dalam sebuah "situasi" (*situation*). Situasi ini mencakup fakta-fakta kehidupan yang tidak dapat diubah, seperti masa lalu, lingkungan fisik dan sosial, serta keberadaan orang lain. Namun, situasi ini tidak menentukan kebebasan kita secara kausal. Sebaliknya, situasi bertindak sebagai konteks di mana kebebasan itu diaktualisasikan. Kebebasan adalah kemampuan untuk memberi makna pada situasi, melampauinya (*transcendence*), dan memilih sikap kita terhadapnya. Misalnya, meskipun seseorang "terlempar" ke dalam kemiskinan, ia bebas untuk memilih bagaimana menanggapi kondisi tersebut: menyerah, memberontak, atau berjuang mengubahnya. Situasi adalah apa adanya *bagi kita* berdasarkan proyek dan pilihan kita[655]. Dalam tradisi keagamaan, seperti dalam Islam, terdapat pemikiran yang menyentuh aspek-aspek eksistensi manusia yang

relevan, meskipun dalam paradigma yang berbeda secara fundamental dari eksistensialisme ateistik Sartre. Islam meyakini bahwa manusia diciptakan dengan tujuan dan esensi tertentu, yaitu sebagai hamba Allah (`abd Allah) dan khalifah di muka bumi[656]. Keberadaan manusia bukanlah keterlemparan tanpa makna, melainkan penugasan ilahi. Namun, dalam kerangka tujuan ilahi ini, manusia dianugerahi kebebasan berkehendak (ikhtiyar) dan akal untuk membuat pilihan moral dan menentukan jalan hidupnya, baik kebaikan maupun keburukan. Sebagaimana Firman Allah dalam Al-Quran, *"Dan katakanlah (Muhammad), 'Kebenaran itu datangnya dari Tuhanmu; barangsiapa menghendaki (beriman) hendaklah dia beriman, dan barangsiapa menghendaki (kafir) biarlah dia kafir*.'" (QS Al-Kahf: 29)[657]. Pilihan ini membawa serta tanggung jawab yang besar, di mana setiap individu akan dimintai pertanggungjawaban atas perbuatannya di Hari Kiamat. Konsep ini sejalan dengan hadis Nabi Muhammad yang menyatakan bahwa setiap amal perbuatan bergantung pada niatnya, menunjukkan pentingnya kehendak dan pilihan individu[658]. Meskipun konteksnya berbeda kebebasan Sartre adalah otonomi mutlak tanpa landasan transenden, sementara kebebasan dalam Islam adalah anugerah dalam kerangka ketaatan pada kehendak ilahi dan akuntabilitas di hadapan-Nya kedua pandangan ini mengakui adanya agensi dan tanggung jawab manusia dalam menghadapi keberadaan mereka.

Perspektif eksistensial Sartre menggambarkan manusia sebagai subjek yang "terlempar" ke dunia tanpa esensi bawaan atau tujuan yang telah ditetapkan. Kenyataan "keterlemparan" ini secara

paradoksal memunculkan kebebasan radikal untuk mendefinisikan diri dan menciptakan makna melalui pilihan dan tindakan. Kebebasan ini, meskipun merupakan sumber potensi penentuan diri dan otentisitas, juga membawa beban tanggung jawab dan kecemasan yang mendalam. Seluruh proses eksistensial ini terjadi dalam sebuah "situasi" yang menjadi arena, bukan penentu, bagi realisasi kebebasan manusia. Memahami dinamika antara keterlemparan dan kebebasan ini memberikan wawasan mendalam tentang kondisi manusia yang senantiasa berada dalam proses menjadi, dihadapkan pada ketidakpastian eksistensi, dan terus-menerus bergulat dengan beratnya tanggung jawab atas pilihan-pilihan yang membentuk dirinya.

Autentisitas sebagai Keberanian Menyambut Kematian

Dalam telaah filosofi eksistensial, konsep autentisitas melampaui pengertian sederhana mengenai kejujuran intrapersonal atau keselarasan antara kata dan perbuatan publik. Ia menyelami dasar-dasar keberadaan manusia (*Dasein*) dan hubungannya yang esensial dengan kefanaan. Autentisitas, dari perspektif ini, bukanlah sekadar sifat yang dimiliki, melainkan mode eksistensi yang hanya dapat diraih melalui konfrontasi yang berani terhadap realitas paling mendasar namun paling sering dihindari: kematian itu sendiri. Penggunaan istilah "keberanian" di sini menunjuk pada tindakan sadar dan tegar dalam menghadapi kecemasan mendasar yang ditimbulkan oleh prospek ketiadaan.

Martin Heidegger, dalam karyanya yang monumental, *Sein und Zeit* (*Being and Time*), secara fundamental mengartikulasikan

bahwa eksistensi manusia (*Dasein*) memiliki struktur temporal dan historis yang unik. Baginya, cara Dasein berada di dunia adalah melalui "Being-towards-death" (*Sein zum Tode*) atau Keberadaan menuju Kematian. Kematian bukanlah sekadar peristiwa biologis yang terjadi di akhir kehidupan subjek, melainkan sebuah kemungkinan intrinsik dan paling pribadi yang terus-menerus hadir dalam eksistensi. Heidegger berpendapat bahwa hanya dengan mengakui dan, yang lebih penting, *menerima* kepastian dan kemungkinan kematian *dirinya sendiri* (bukan kematian 'umum' atau kematian orang lain), Dasein dapat terdorong dari mode keberadaan inautentik (*das Man*) menuju mode keberadaan autentik[659].

Dalam keberadaan inautentik, manusia cenderung melarikan diri dari kecemasan yang ditimbulkan oleh kesadaran akan kematian. Pelarian ini terwujud dalam penyerahan diri pada rutinitas sehari-hari, tenggelam dalam percakapan publik yang dangkal, kepatuhan buta terhadap norma-norma sosial yang impersonal, dan kehilangan diri dalam kerumunan (*das Man* - 'mereka'). Kehidupan inautentik dicirikan oleh 'keterlemparan' (*Geworfenheit*) tanpa kesadaran penuh akan proyeksi diri autentik; Dasein hidup seolah-olah tidak akan pernah mati, menyibukkan diri dengan urusan-urusan fana yang kehilangan makna mendalam karena diabaikannya horison kematian. Kematian di sini dianggap sebagai kejadian eksternal yang belum atau tidak akan terjadi pada 'kita'.

Sebaliknya, keberadaan autentik tercapai ketika Dasein secara sadar dan berani menghadapi "kemungkinan paling pribadi, nirelasi, dan niscaya" yaitu kematian. Konfrontasi ini bukanlah keinginan

untuk mati, melainkan kesediaan untuk menatap *kemungkinan* kematiaan sebagai *kemungkinan paling hakiki dari Dasein*. Ketika Dasein mengantisipasi kematian (*vorlaufen zum Tode*) dalam kesadarannya, ia menyadari kefanaan eksistensinya, bahwa waktu yang tersedia adalah terbatas dan unik *miliknya*. Kesadaran ini memunculkan apa yang disebut Heidegger sebagai "kecemasan autentik" (*authentic anxiety*), yang berbeda dari ketakutan (*fear*) terhadap objek tertentu. Kecemasan autentik adalah respons terhadap ketiadaan (nothingness) yang mengintai di balik setiap kemungkinan, termasuk kemungkinan akhir dari semua kemungkinan: kematian itu sendiri[660].

Melalui kecemasan autentik yang timbul dari antisipasi kematian, Dasein ditarik keluar dari keterasingan dalam *das Man*. Dasein dihadapkan pada tugas untuk memilih *dirinya sendiri* di tengah keterlemparan dan finitasnya. Kesadaran akan kematian yang tak terhindarkan memberikan urgensi pada setiap pilihan dan tindakan. Proyek-proyek kehidupan tidak lagi hanya diukur berdasarkan standar impersonal *das Man*, melainkan berdasarkan signifikansinya bagi Dasein itu sendiri di hadapan kefanaannya. Autentisitas, oleh karena itu, adalah keberanian untuk hidup secara sadar di bawah bayang-bayang kematian, memilih kemungkinan-kemungkinan yang paling 'milik diri sendiri', dan memberikan makna pada waktu yang terbatas yang telah dianugerahkan. Hidup yang autentik adalah hidup yang ditandai oleh kesadaran akan 'Being-towards-death', yang mendorong komitmen penuh pada proyeksi diri dan pengungkapan diri di dunia[661]. Perspektif filosofis ini memiliki resonansi mendalam dengan pandangan spiritual dan

eschatologis dalam berbagai tradisi, termasuk Islam. Kesadaran akan kefanaan hidup dunia dan kepastian kematian merupakan pilar penting dalam pembentukan kesadaran moral dan spiritual seorang Muslim. Al-Quran berulang kali mengingatkan manusia akan hakikat kehidupan dunia sebagai sesuatu yang sementara dan ujian, serta kepastian datangnya kematian. Firman Allah dalam Surah Ali 'Imran: "*Tiap-tiap yang berjiwa akan merasakan mati. Dan sesungguhnya pada hari kiamat sajalah disempurnakan pahalamu*."[662] Ayat ini secara eksplisit menyatakan universalitas dan keniscayaan kematian bagi setiap makhluk hidup. Demikian pula, dalam Surah Al-Mulk: "*Yang menjadikan mati dan hidup, supaya Dia menguji kamu, siapa di antara kamu yang lebih baik amalnya...*"[663] Ayat ini menghubungkan tujuan penciptaan hidup dan mati dengan pengujian amal, menyiratkan bahwa kesadaran akan keduanya (hidup yang terbatas dan mati yang pasti) harus memotivasi tindakan yang bermakna dan saleh.

Hadis Nabi Muhammad juga banyak menekankan pentingnya mengingat kematian. Salah satu hadis yang terkenal menyebutkan: "*Hendaklah engkau di dunia ini seperti orang asing atau orang yang sedang bepergian*."[664] Hadis ini mengajarkan detasemen dari gemerlap dunia yang fana dan fokus pada 'perjalanan' menuju kehidupan abadi. Kesadaran bahwa hidup di dunia hanya persinggahan, layaknya seorang musafir, mendorong seseorang untuk tidak tenggelam dalam kesibukan yang melupakan tujuan akhir, melainkan mempersiapkan bekal untuk perjalanan selanjutnya. Pengingat kematian (dzikrul maut) dalam Islam tidak dimaksudkan untuk menumbuhkan keputusasaan atau ketakutan

yang melumpuhkan, melainkan untuk membangkitkan kesadaran (yaqazhah) akan nilai waktu, pentingnya beramal saleh, menjauhi maksiat, dan hidup dengan penuh tanggung jawab di hadapan Sang Pencipta. Ini adalah bentuk "keberanian" spiritual untuk menerima takdir ilahi dan menggunakannya sebagai motivasi untuk hidup secara autentik dalam arti yang selaras dengan tujuan penciptaan. Baik dari perspektif filosofi eksistensial maupun ajaran spiritual, konfrontasi dan penerimaan terhadap realitas kematian menjadi katalis fundamental bagi pencapaian autentisitas. Bagi Heidegger, ini adalah keberanian menghadapi ketiadaan dan anonimitas *das Man* untuk merengkuh kemungkinan diri yang otentik. Bagi tradisi spiritual, ini adalah keberanian menghadapi kefanaan dunia dan pertanggungjawaban di akhirat untuk menjalani hidup yang bermakna di hadapan Ilahi. Dalam kedua konteks tersebut, autentisitas bukanlah penarikan diri dari dunia, melainkan keterlibatan yang lebih dalam, lebih sadar, dan lebih berani dengan eksistensi kita yang terbatas, yang justru karena keterbatasannya itulah menjadi sangat berharga dan mendesak untuk dijalani dengan penuh makna. Menerima kematian, atau setidaknya kemungkinannya, adalah tindakan yang menuntut keberanian luar biasa, Kberanian yang pada gilirannya membuka pintu menuju kehidupan yang lebih utuh, lebih bermakna, dan pada dasarnya, lebih autentik[665].

Tanggung Jawab untuk Memberi Makna

Eksistensi manusia sering kali dihadapkan pada pertanyaan fundamental mengenai makna keberadaan. Dalam tradisi filsafat

dan psikologi eksistensial, pencarian serta pemberian makna ini bukan sekadar proses pasif, melainkan sebuah tanggung jawab aktif yang melekat pada kebebasan dan kesadaran diri individu. Ranah pemikiran eksistensial modern membuka wacana tentang subyektivitas dan kebebasan radikal sebagai fondasi eksistensi manusia.[666] Søren Kierkegaard (1813-1855), yang kerap dianggap sebagai bapak filsafat eksistensialisme, menyoroti kondisi fundamental "kesendirian" (*solitude* atau "*loneliness*" dalam terjemahan tertentu) yang dihadapi individu dalam menghadapi eksistensi yang tidak memiliki makna inheren atau tujuan yang telah ditetapkan dari luar. Menurut Kierkegaard, dunia tidak datang dengan panduan makna yang siap pakai; sebaliknya, individu secara krusial harus mengakui dan menerima fakta bahwa hanya diri merekalah yang dapat mengkonstitusikan makna bagi hidup mereka. Tanggung jawab ini muncul dari pengakuan atas "ketiadaan" fondasi eksternal yang absolut. Untuk mencapai kehidupan yang otentik (*authentic life*), seseorang harus membuat pilihan (*choice*) yang sepenuhnya bebas dan personal sebuah tindakan yang seringkali digambarkan sebagai "lompatan" (*leap*), yang dalam konteks Kierkegaard, sangat terkait dengan iman, namun pada intinya adalah penerimaan penuh atas risiko dan ketidakpastian yang melekat pada kebebasan. Proses memilih untuk memberi makna ini bukanlah pelarian dari absurditas atau kecemasan eksistensial, melainkan justru konfrontasi langsung dengannya.[667] Kierkegaard menekankan bahwa keputusan untuk memilih makna adalah tindakan keberanian yang sangat personal,

yang harus dihadapi tanpa pelarian. Ini adalah pembebanan tanggung jawab yang berat, namun esensial untuk menjadi diri yang sejati.

Melanjutkan gagasan tentang tanggung jawab ini dari perspektif yang lebih klinis dan fenomenologis, Viktor Frankl (1905-1997) mengembangkan logoterapi, sebuah bentuk psikoterapi yang berfokus pada pencarian makna (search for meaning) sebagai motivasi primer manusia. Frankl, melalui pengalamannya yang mengerikan di kamp konsentrasi Nazi, menyaksikan secara langsung kapasitas manusia untuk mempertahankan martabat dan tujuan bahkan di tengah penderitaan yang paling ekstrem.[668] Berbeda dengan pandangan hedonistik (pencarian kenikmatan) atau freudian (kehendak untuk berkuasa), Frankl meyakini bahwa dorongan paling mendasar manusia adalah "kehendak untuk bermakna" (*will to meaning*). Ia mengajukan bahwa makna dapat ditemukan dalam tiga cara utama: melalui penciptaan atau pengerjaan sesuatu (creative values), melalui pengalaman sesuatu (seperti cinta atau keindahan experiential values), dan yang paling krusial, melalui sikap yang diambil terhadap penderitaan yang tak terhindarkan (*attitudinal values*). Bagi Frankl, bahkan dalam situasi yang paling penuh penderitaan, manusia tetap memiliki "kebebasan internal" (*inner freedom*) untuk memilih sikap mereka terhadap kondisi eksternal yang tidak dapat diubah. Ini adalah bentuk tanggung jawab eksistensial yang kuat dan merupakan puncak dari kemampuan manusia untuk menentang determinisme. Frankl menegaskan bahwa makna ini tidak diberikan kepada kita secara

pasif, melainkan merupakan hasil dari pilihan aktif yang kita buat dalam menghadapi hidup, bahkan dalam keadaan paling tragis sekalipun. Ini adalah bentuk pemberontakan terhadap absurditas kehidupan yang tidak memberi makna secara langsung, dan bukti dari kekuatan internal manusia untuk memilih makna meskipun dalam keterbatasan.[669] Tanggung jawab untuk memberi makna, dalam pandangan Frankl, bukanlah tugas filosofis semata, melainkan imperatif terapeutik dan eksistensial untuk mencapai kesehatan mental dan otentisitas.

Ba ik dari analisis filosofis mendalam Kierkegaard maupun observasi klinis dan fenomenologis Frankl, filsafat eksistensial mengajukan gagasan bahwa kehidupan otentik bukan hanya tentang kebebasan untuk memilih, tetapi juga tentang tanggung jawab untuk memberikan makna pada hidup kita. Dalam paradigma eksistensial, meskipun kita "terlempar" (*thrownness* - sebuah konsep Heideggerian yang relevan) ke dalam dunia yang sering kali tampak acak, absurd, penuh ketidakpastian, dan penderitaan, kita tetap memiliki kekuatan inheren untuk memilih cara kita berinteraksi dengan realitas ini dan memberikan makna pada pengalaman kita.

Konsep tanggung jawab individu dalam mencari dan memberikan makna ini juga menemukan resonansi dalam berbagai tradisi spiritual dan agama. Dalam Islam, misalnya, eksistensi manusia dipandang memiliki tujuan yang ditetapkan oleh Sang Pencipta, namun realisasi dan penghayatan tujuan tersebut sangatlah personal dan merupakan bentuk tanggung jawab. Al-

Quran menegaskan bahwa penciptaan alam semesta dan manusia bukanlah sesuatu yang sia-sia. Manusia diciptakan dengan tujuan fundamental tertentu, salah satunya adalah untuk beribadah dan menjalankan fungsi sebagai khalifah di bumi. Ibadah di sini tidak hanya dimaknai secara ritual, melainkan juga sebagai seluruh aktivitas hidup yang diniatkan dan diarahkan untuk meraih keridhaan Allah SWT. Ini memerlukan pilihan sadar, usaha, dan kesadaran akan akuntabilitas individual terhadap perbuatan dan niat (*niyyah*).[670] Dalam konteks ini, tanggung jawab untuk "memberi makna" pada kehidupan dapat dilihat sebagai tanggung jawab untuk menafsirkan dan mengintegrasikan tujuan ilahiah ke dalam narasi eksistensi personal, melalui pilihan-pilihan etis dan tindakan konkrit di dunia. Meskipun makna ultimate bersumber dari transenden, realisasi dan penghayatan makna tersebut tetap menjadi tanggung jawab individu dalam menghadapi ujian dan peristiwa hidup.

Dari Kierkegaard yang menekankan keberanian subyektif dalam menghadapi kesendirian eksistensial, hingga Frankl yang menunjukkan kemampuan luar biasa manusia untuk menemukan makna bahkan dalam penderitaan yang tak terbayangkan, trajektori pemikiran ini menggarisbawahi bahwa tanggung jawab untuk memberi makna adalah inti dari kondisi dan potensi manusia. Ini adalah tugas seumur hidup yang mengundang individu untuk berkonfrontasi dengan kebebasan dan finitude (keterbatasan), menjalani hidup secara otentik, dan pada akhirnya menyambut akhir eksistensi dengan kesadaran penuh akan pilihan dan makna yang telah diberikan.

Spiritualitas sebagai Jawaban atas Kekosongan Modernitas
Kebutuhan Transendensi dalam Dunia yang Tereduksi

Era modernitas ditandai oleh dominasi paradigma pemikiran yang cenderung mereduksi realitas menjadi dimensi material dan fisik yang dapat diukur serta dijelaskan secara ilmiah. Kemajuan pesat dalam sains, teknologi, dan rasionalisasi institusi sosial telah membentuk pandangan dunia (Weltanschauung) yang positivistik dan empiris, di mana hanya apa yang dapat diobservasi dan diverifikasi secara objektif dianggap memiliki validitas ontologis. Dalam kerangka ini, aspek-aspek non-material seperti nilai-nilai spiritual, pencarian makna eksistensial, dan hubungan dengan dimensi transenden sering kali termarginalisasi, direduksi menjadi fenomena psikologis, konstruksi sosial, atau bahkan ilusi yang berasal dari ketidakpahaman. Namun, di tengah dunia yang tereduksi ini, kebutuhan mendalam manusia untuk melampaui batas-batas fisik dan terhubung dengan sesuatu yang lebih besar dari dirinya, yaitu transendensi, tetap menjadi imperatif eksistensial yang tak terpuaskan. Modernitas, sebagai sebuah proyek epistemologis dan sosial, secara fundamental menempatkan akal (ratio) dan metode ilmiah empiris sebagai sumber otoritas utama dalam memahami dunia[671]. Proses ini, sering disebut sebagai "rasionalisasi" atau "desakralisasi", secara progresif mengikis pandangan dunia yang berpusat pada entitas spiritual atau ilahi yang melampaui alam fisik[672]. Realitas pada akhirnya dipahami sebagai sistem mekanistik yang beroperasi berdasarkan hukum-hukum kausalitas yang dapat diungkap melalui observasi dan eksperimentasi.

Dampak paling signifikan dari paradigma ini adalah reduksi ontologis terhadap eksistensi manusia. Manusia cenderung dipandang sebagai entitas biologis yang kompleks, perilaku yang dapat dijelaskan melalui proses neurokimia dan adaptasi evolusioner, atau agen yang terikat oleh struktur sosial ekonomi. Kesadaran, emosi, nilai moral, dan pencarian makna, meskipun diakui kehadirannya, sering kali direduksi menjadi epifenomena dari proses fisik atau produk dari kondisi lingkungan[673]. Dimensi spiritual atau transenden, yang secara tradisional memberikan kerangka makna dan tujuan, dianggap tidak relevan atau sulit divalidasi dalam kerangka pemikiran ini. Dalam terminologi filsafat, terjadi pergeseran dari ontologi yang kaya dan berlapis ke arah monisme materialistik.

Meskipun sains dan teknologi modern telah membawa kemajuan material yang luar biasa dan meningkatkan pemahaman tentang alam fisik, reduksi eksistensi manusia ke dalam kerangka materialistik semata sering kali menimbulkan kekosongan makna yang mendala[674]. Ketika pertanyaan fundamental tentang "untuk apa aku hidup?", "apa arti penderitaan?", atau "apa yang terjadi setelah mati?" tidak dapat dijawab secara memuaskan dalam kerangka empiris-rasional, manusia dihadapkan pada anomi eksistensial. Pencapaian material, kesenangan indrawi, atau status sosial, meskipun memberikan kepuasan sesaat, gagal memberikan landasan makna dan tujuan yang kokoh dalam jangka panjang. Dalam konteks inilah kebutuhan transendensi muncul sebagai respons terhadap kekosongan tersebut. Transendensi, di sini,

dipahami bukan hanya dalam arti kepercayaan pada Tuhan atau agama tertentu, melainkan sebagai dorongan mendasar untuk melampaui batas-batas diri (self-transcendence) dan terhubung dengan sesuatu yang dianggap lebih besar, lebih abadi, atau lebih bermakna dari eksistensi fisik yang terbatas[675]. Kebutuhan ini bermanifestasi dalam berbagai bentuk: pencarian spiritual, keterlibatan dalam seni atau filsafat yang mendalam, dedikasi pada tujuan altruistik yang melampaui kepentingan diri, atau pengalaman puncak (peak experiences) yang memberikan rasa kesatuan dengan alam semesta atau realitas yang lebih tinggi[676].

Berbagai tradisi spiritual dan filsafat di seluruh peradaban secara konsisten mengakui adanya dimensi transenden dalam keberadaan manusia dan kebutuhan untuk terhubung dengannya. Dalam Islam misalnya, tujuan penciptaan manusia secara eksplisit dikaitkan dengan pengenalan dan penyembahan kepada Sang Maha Transenden, Allah Subhanahu wa Ta'ala. Firman Allah dalam Al-Quran: *"...Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan agar mereka beribadah kepada-Ku."* (QS. Adz-Dzariyat : 56)[677] Ayat ini secara fundamental menempatkan hubungan dengan Yang Transenden sebagai *raison d'être* (alasan keberadaan) manusia, menyediakan kerangka makna yang melampaui kehidupan duniawi semata. Kebutuhan akan ketenangan jiwa juga secara eksplisit dihubungkan dengan transendensi: *"(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram."* (QS. Ar-Ra'd : 28)[678] Ketenangan yang dicari manusia,

yang seringkali sulit ditemukan dalam kesibukan materialistik, digambarkan berasal dari koneksi spiritual, yaitu dzikrullah (mengingat Allah). Ini menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan transendensi bukanlah sekadar opsional, melainkan kunci menuju kesejahteraan batin yang hakiki. Dari perspektif psikologi humanistik, kebutuhan transendensi, atau *self-transcendence*, bahkan ditempatkan di puncak hierarki kebutuhan manusia oleh Abraham Maslow di akhir karirnya[679]. Ini menyiratkan bahwa setelah kebutuhan dasar (fisiologis, keamanan, cinta, harga diri) terpenuhi, manusia masih memiliki dorongan untuk melampaui batas-batas ego pribadi dan berkontribusi pada atau terhubung dengan sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri. Pandangan ini sejalan dengan ajaran Islam yang menekankan pentingnya beribadah, beramal saleh, dan memberikan manfaat bagi sesama sebagai bagian integratif dari hubungan dengan Allah. Dunia modern, dengan penekanannya pada reduksi realitas ke dalam dimensi material dan fisik, telah menciptakan lingkungan di mana dimensi transenden kehidupan manusia sering kali diabaikan. Namun, analisis eksistensial dan bukti dari berbagai tradisi kebijaksanaan, termasuk ajaran agama seperti Islam, menunjukkan bahwa kebutuhan untuk melampaui batas-batas diri dan terhubung dengan sesuatu yang lebih besar atau lebih tinggi transendensi adalah imperatif eksistensial yang mendalam dan inheren dalam kodrat manusia. Mengabaikan kebutuhan transendensi dapat menyebabkan kekosongan makna, ketidakpuasan batin, dan krisis eksistensial. Sebaliknya, mengakui dan merangkul dimensi transenden, baik

melalui praktik spiritual keagamaan, pencarian filosofis, ekspresi artistik, atau altruisme, dapat memberikan landasan makna, kedamaian batin, dan tujuan yang lebih dalam, yang tidak dapat dipenuhi oleh pencapaian material semata. Dalam dunia yang semakin tereduksi, pemahaman dan pemenuhan kebutuhan transendensi menjadi semakin krusial bagi kesejahteraan individu dan kemanusiaan secara kolektif.

Spiritualitas Tanpa Dogma

Dalam dekade-dekade terakhir, lanskap spiritual global telah mengalami transformasi signifikan, ditandai dengan bangkitnya minat terhadap dimensi spiritual yang melampaui kerangka institusional agama tradisional. Fenomena ini, yang sering disebut sebagai "spiritualitas tanpa dogma," merefleksikan pencarian makna dan kedekatan dengan realitas transenden yang tidak lagi terikat pada doktrin, ritual, atau struktur otoritatif agama tertentu. Tren ini mencerminkan pergeseran dari pendekatan spiritual yang didominasi oleh keyakinan preskriptif menuju penekanan pada pengalaman pribadi, intuisi, dan eksplorasi batin. Praktik-praktik seperti meditasi, yoga, dan perenungan (kontemplasi) muncul sebagai sarana utama dalam pencarian ini, menawarkan jalur menuju kedamaian batin dan kesadaran yang lebih tinggi melalui pengalaman langsung. Munculnya spiritualitas tanpa dogma dapat dipahami dalam konteks perubahan sosiokultural yang lebih luas di era modernitas akhir dan postmodernitas. Disposisi individualisme yang meningkat, akses global terhadap berbagai tradisi spiritual, dan terkadang, disonansi atau ketidakpuasan terhadap institusi

agama tradisional, telah memicu individu untuk mencari jalur spiritual yang lebih personal dan autentik.[680] Alih-alih mewarisi identitas keagamaan secara otomatis, banyak individu kini secara aktif 'memilih' atau 'merakit' pendekatan spiritual mereka sendiri, sering kali mengambil inspirasi dari berbagai sumber dan memfokuskan pada aspek pengalaman daripada keyakinan dogmatis. Spiritualitas dalam konteks ini dipahami sebagai pencarian makna tertinggi, hubungan dengan sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri, dan pengembangan potensi batin, yang tidak selalu memerlukan afiliasi formal dengan sebuah agama.

Meditasi merupakan salah satu praktik sentral dalam ekosistem spiritualitas non-dogmatis ini. Beragam bentuk meditasi, dari meditasi mindfulness, meditasi transendental, hingga meditasi vipassana, telah diadapsi secara luas di luar konteks religius atau filosofis asalnya, dan dipromosikan sebagai teknik untuk mengelola stres, meningkatkan fokus, dan mencapai kesejahteraan psikologis. Namun, dalam konteks spiritualitas tanpa dogma, meditasi memiliki fungsi yang lebih dalam: sebagai metode untuk menenangkan "gaduh" pikiran yang konstan aliran pikiran, emosi, dan sensasi sehingga memungkinkan individu untuk mengakses lapisan kesadaran yang lebih dalam dan halus.[681] Mekanisme dasar meditasi melibatkan penarikan perhatian dari distraksi eksternal dan internal, dan memfokuskannya pada objek tertentu (seperti napas, suara, atau sensasi tubuh) atau membiarkan pikiran mengalir tanpa penilaian (kesadaran terbuka). Melalui disiplin ini, individu berlatih untuk melepaskan identifikasi yang kuat terhadap isi pikiran,

memungkinkan munculnya ruang batin yang tenang. Pengalaman ini bersifat langsung dan non-konseptual, berbeda dengan pemahaman spiritual yang sering kali dibangun di atas narasi, dogma, dan teologi. Dalam keadaan meditasi yang mendalam, individu dapat merasakan pergeseran dalam persepsi diri dan realitas, membuka kemungkinan pengalaman spiritual yang melampaui kerangka dogmatis yang mungkin membatasi atau mengkondisikan pengalaman tersebut. Keheningan, dalam konteks spiritualitas tanpa dogma, bukanlah sekadar ketiadaan suara akustik dari lingkungan eksternal. Lebih penting lagi, ia adalah sebuah kondisi batin: ketiadaan gaduh mental yang konstan, jeda dari dialog internal yang tak henti-hentinya, dan meredanya gejolak emosi. Keheningan semacam ini adalah produk sampingan yang sering dicapai melalui praktik meditasi yang konsisten.[682] Dalam ruang keheningan mental inilah, individu dapat "mendengar" atau merasakan dimensi spiritual yang lebih dalam dan halus.

Keheningan batin menciptakan kondisi optimal untuk persepsi non-konseptual. Pikiran analitis dan verbal, yang biasanya sibuk mengklasifikasikan dan menafsirkan pengalaman dunia melalui lensa keyakinan dan dogma, menjadi tenang. Dalam ketenangan ini, intuisi dapat muncul, wawasan mendalam dapat terungkap, dan sensasi kedekatan dengan yang transenden sebuah perasaan kesatuan, kedamaian absolut, atau kehadiran yang tak terdefinisikan dapat dialami secara langsung. Keheningan menjadi sebuah portal, bukan hanya ke dalam diri sendiri, tetapi juga ke dimensi spiritual yang lebih luas, di mana ego dan identifikasi diri yang terbatas

meluruh, memungkinkan koneksi dengan kesadaran universal atau realitas yang lebih dalam.[683]

Hubungan antara meditasi, keheningan, dan pengalaman transenden adalah sinergis. Meditasi adalah praktik yang secara sistematis mengultivasi kemampuan untuk mencapai keheningan batin. Dengan melatih pikiran untuk menjadi tenang dan fokus, meditasi secara efektif "meredam" frekuensi aktivitas mental yang dangkal. Keheningan batin yang dihasilkan oleh meditasi kemudian menjadi "wadah" atau "ruang resonansi" di mana pengalaman spiritual yang lebih dalam dapat muncul dan disadari. Dalam keheningan ini, batasan antara diri subjek dan objek eksternal, atau antara diri dan yang transenden, dapat menjadi buram atau bahkan menghilang.

Pengalaman transenden dalam konteks ini sering digambarkan sebagai keadaan kesadaran yang meluas, perasaan koneksi yang mendalam, atau penyingkapan realitas yang lebih mendasar. Pengalaman ini bersifat *embodied* (terinternalisasi dalam tubuh dan perasaan) dan *visceral*, tidak hanya bersifat intelektual. Ia dialami langsung dalam kesadaran individu, dan signifikansinya berasal dari *pengalaman itu sendiri*, bukan dari interpretasinya melalui kerangka dogmatis yang telah ditentukan sebelumnya. Ini adalah pergeseran paradigma dari *percaya* pada dogma sebagai prasyarat spiritualitas, menjadi *mengalami* realitas spiritual sebagai sumber makna dan pemahaman. Meskipun fenomena spiritualitas tanpa dogma menolak kerangka dogmatis spesifik, penting untuk dicatat bahwa praktik pencarian spiritual melalui keheningan dan

kontemplasi memiliki resonansi tematik dalam banyak tradisi spiritual dunia, termasuk dalam tradisi Islam. Dalam Islam, misalnya, meskipun ibadah ritual (seperti salat) memiliki struktur dan dogma yang jelas, dimensi spiritual dan mistis (tasawuf) sangat menekankan pada pemurnian hati (tazkiyat al-nafs), zikir (mengingat Allah) secara intens, dan *khalwah* (isolasi atau keheningan untuk beribadah dan kontemplasi) sebagai jalan untuk mencapai *ma'rifat* (pengetahuan intuitif tentang Allah) dan *qurb* (kedekatan dengan Allah).

Al-Quran sendiri menekankan pentingnya mengingat Allah dengan hati yang hadir dan merenungkan tanda-tanda-Nya di alam semesta dan dalam diri sendiri. Allah SWT berfirman: "*Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.*" (QS. Ar-Ra'd: 28)[684]. Ayat ini secara langsung menghubungkan zikir sebuah bentuk kontemplasi atau mengingat yang dapat mengarah pada ketenangan batin dengan ketenteraman hati. Ketenangan hati ini adalah prasyarat keheningan batin yang memungkinkan pengalaman spiritual. Lebih lanjut, Al-Quran juga mendorong perenungan (tafakkur dan tadabbur) sebagai jalan menuju pemahaman yang lebih dalam: "Dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata): *'Ya Tuhan kami, tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia, Maha Suci Engkau, maka peliharalah kami dari siksa neraka.'*" (QS. Ali 'Imran: 191)[685]. Merenungkan ciptaan adalah bentuk kontemplasi yang meluas, memungkinkan kesadaran akan kehadiran Tuhan yang lebih luas.

Nabi Muhammad SAW juga menekankan pentingnya keadaan hati dalam mencapai kedekatan dengan Ilahi. Dalam sebuah Hadits Qudsi, Allah berfirman: "Aku bersama hamba-Ku selama ia mengingat-Ku dan bibirnya bergerak menyebut-Ku."[686] Hadits ini menunjukkan keberadaan Ilahi yang terasa dekat dalam keadaan mengingat (zikir), yang membutuhkan fokus dan ketenangan batin. Hadits lain yang terkenal menegaskan centrality hati: "*Sesungguhnya di dalam tubuh itu terdapat segumpal daging, apabila ia baik, niscaya baiklah seluruh tubuh itu, dan apabila ia rusak, niscaya rusaklah seluruh tubuh itu. Ketahuilah ia adalah hati (qalbu)*."[687]. Hadits ini menggarisbawahi bahwa kondisi spiritual seseorang sangat bergantung pada keadaan batin atau hatinya, yang dipengaruhi oleh praktik-praktik pemurnian dan kontemplasi. Meskipun konteks dan tujuan akhir dalam tradisi Islam berakar pada dogma tauhid, penekanan pada pemurnian batin, zikir, dan kontemplasi menunjukkan pengakuan akan pentingnya keadaan mental dan emosional yang tenang dan terfokus (analog dengan keheningan batin) dalam perjalanan spiritual menuju kedekatan dengan Ilahi, yang secara tematis beririsan dengan pencarian keheningan dalam spiritualitas tanpa dogma. Spiritualitas tanpa dogma merupakan respons kontemporer terhadap kebutuhan mendalam manusia akan makna dan koneksi transenden, yang terlepas dari kerangka dogmatis agama tradisional. Melalui praktik-praktik seperti meditasi, individu menemukan jalur langsung menuju pengalaman batin yang mendalam. Dalam perjalanan ini, keheningan batin, yang dicapai melalui disiplin meditasi,

memainkan peran krusial. Keheningan bukan hanya ketiadaan suara, melainkan kondisi pikiran yang tenang yang memungkinkan persepsi yang lebih halus dan pengalaman langsung akan dimensi spiritual. Fenomena ini menandai pergeseran penekanan dari keyakinan eksternal dan otoritas keagamaan menuju eksplorasi batin dan pengalaman personal sebagai sumber utama pemahaman dan pertumbuhan spiritual. Meskipun beroperasi di luar kerangka dogmatis spesifik, pencarian melalui meditasi dan keheningan ini memiliki resonansi tematik dengan aspek-aspek kontemplatif dalam berbagai tradisi spiritual dunia, termasuk Islam, yang juga mengakui pentingnya keadaan batin yang murni dan fokus dalam perjalanan menuju kedekatan dengan Ilahi. Spiritualitas tanpa dogma, dengan fokusnya pada meditasi dan keheningan, merepresentasikan babak baru dalam pencarian spiritual manusia di era modern.

Kematian sebagai Jalan Pembuka Kesadaran Rohani

Kematian adalah fenomena universal yang tak terhindarkan bagi setiap makhluk hidup, namun pemaknaannya bervariasi secara dramatis antar budaya dan era. Dalam paradigma saintifik modern, kematian sering kali direduksi menjadi akhir dari fungsi biologis, suatu kejadian murni fisik tanpa implikasi transendental. Pemahaman ini, meskipun akurat pada tingkat fisiologis, cenderung mengabaikan atau menafikan dimensi eksistensial, filosofis, dan spiritual yang telah menjadi inti perenungan manusia sepanjang sejarah. Banyak tradisi spiritual dan kebijaksanaan kuno justru melihat kematian sebagai momen krusial, bukan sebagai terminus absolut, melainkan sebagai transisi atau bahkan pembukaan menuju

tingkat kesadaran atau realitas yang berbeda. Dalam spektrum luas tradisi spiritual, kematian bukanlah akhir dari segalanya, melainkan bagian integral dari siklus eksistensi atau sebuah perjalanan menuju alam lain[688]. Pandangan ini terdapat dalam berbagai keyakinan, mulai dari reinkarnasi dalam beberapa tradisi Timur hingga konsep akhirat dan kebangkitan dalam agama-agama Abrahamik[689]. Inti dari perspektif ini adalah bahwa kematian fisik bukanlah pemusnahan total, melainkan transformasi bentuk eksistensi atau perpindahan ke dimensi yang berbeda. Penghayatan akan keberlanjutan atau transisi ini secara inheren mendorong individu untuk melihat kehidupan duniawi sebagai fase sementara, memicu perenungan tentang apa yang kekal atau yang memiliki nilai abadi di luar batas-batas material[690]. Menghadapi kematian, baik melalui krisis pribadi, kehilangan orang tercinta, atau praktik kontemplasi (seperti *memento mori* atau mengingat mati), secara inheren memaksa individu untuk mengkonfrontasi kerapuhan (finitude) dan ketidakpastian eksistensi fisik mereka, sehingga membuka ruang untuk mempertimbangkan realitas yang melampaui materi[691].

Berbeda dengan pendekatan spiritual tradisional, modernitas, yang sangat dipengaruhi oleh rasionalisme dan positivisme, cenderung menyingkirkan kematian dari ruang publik dan kesadaran kolektif[692]. Kematian dipandang sebagai kegagalan medis yang harus dihindari atau ditunda, atau sebagai peristiwa statistik yang hanya relevan bagi ilmu kesehatan. Proses kematian sering kali dipindahkan dari rumah ke institusi medis (rumah sakit), menjadikannya suatu kejadian yang terobjektivikasi, dikelola secara

teknis, dan terisolasi dari komunitas. Desakralisasi ini, meskipun mungkin mengurangi ketakutan superfisial, secara paradoks juga merampas potensi transformatif kematian. Ketika kematian dilihat hanya sebagai akhir biologis yang patut ditakuti atau diabaikan, ia kehilangan perannya sebagai pengingat akan impermanensi dan sebagai undangan untuk mencari makna yang lebih dalam di luar konsumsi dan pencapaian material[693]. Paradigma ini menghambat pengembangan kesadaran rohani yang mungkin muncul dari perenungan tentang finitude.

Salah satu cara utama kematian membuka kesadaran rohani adalah melalui pemicuan introspeksi eksistensial. Ketika individu dihadapkan pada realitas kematian, baik secara langsung atau melalui perenungan yang disengaja, pertanyaan-pertanyaan fundamental tentang makna hidup, nilai-nilai yang dianut, dan tujuan keberadaan muncul dengan urgensi yang baru[694]. Pertanyaan seperti "Apa yang benar-benar penting dalam hidup saya?", "Bagaimana saya ingin menghabiskan waktu yang tersisa?", dan "Apa yang akan bertahan setelah saya tiada?" menjadi relevan. Refleksi ini sering kali mengungkap kesadaran bahwa banyak hal yang dikejar dalam kehidupan sehari-hari kekayaan, status, kekuasaan bersifat sementara dan tidak memiliki nilai abadi.

Kesadaran akan impermanensi ini secara alami mengarah pada proses pelepasan (detachment) dari keterikatan yang berlebihan pada hal-hal duniawi[695]. Dalam banyak tradisi spiritual, pelepasan ini, atau yang sering disebut sebagai zuhud atau asketisme moderat, bukanlah penolakan total terhadap dunia, melainkan penataan

ulang prioritas di mana realitas spiritual atau nilai-nilai transenden ditempatkan di atas kepemilikan materi dan pencapaian ego[696]. Kematian berfungsi sebagai pengingat tajam bahwa segala sesuatu yang bersifat material dan temporal pada akhirnya akan ditinggalkan. Pengingat ini membebaskan individu dari belenggu keinginan tak terbatas dan ketakutan akan kehilangan, membuka ruang mental dan emosional untuk fokus pada pertumbuhan batin dan koneksi spiritual. Sebagaimana disarankan dalam beberapa ajaran, mengingat kematian (dzikr al-maut) secara rutin adalah praktik spiritual yang efektif untuk memupuk pelepasan dan meningkatkan kesadaran akan akhirat[697].

Proses introspeksi dan pelepasan yang dipicu oleh kesadaran kematian mengarah pada peningkatan kesadaran rohani. Kesadaran ini terwujud dalam beberapa bentuk:

1. Kesadaran akan Impermanensi: Penghargaan yang mendalam terhadap sifat sementara segala sesuatu di dunia. Ini mendorong individu untuk menghargai momen saat ini dan tidak terlalu terikat pada masa lalu atau masa depan yang tidak pasti.
2. Penemuan Kembali Nilai-nilai Fundamental: Fokus bergeser dari pencapaian eksternal menuju kualitas batiniah seperti cinta, welas asih, kejujuran, dan integritas, yang dianggap memiliki nilai abadi[698].
3. Kesadaran akan Interkoneksi: Konfrontasi dengan kematian sering kali membawa kesadaran akan keterhubungan diri dengan sesuatu yang lebih besar baik itu komunitas, alam semesta, atau realitas Ilahi[699]. Rasa keterpisahan (separetness) yang didorong

oleh ego melemah, membuka diri pada pengalaman kesatuan atau koneksi yang lebih dalam.

4. Orientasi pada Transenden: Kematian menunjuk pada kemungkinan adanya realitas di luar pengalaman sensorik kita. Ini dapat memicu pencarian spiritual yang lebih serius, praktik keagamaan yang lebih mendalam, dan keinginan untuk menjalin hubungan yang lebih kuat dengan Yang Maha Kuasa atau realitas transenden lainnya[700].

Dengan demikian, kematian bukan hanya akhir dari kehidupan fisik, tetapi berpotensi menjadi permulaan dari perjalanan batin yang mengarah pada pemahaman diri yang lebih dalam, pelepasan dari ilusi duniawi, dan terbukanya pintu kesadaran yang terhubung dengan dimensi spiritual eksistensi.

Dalam ajaran Islam, kematian dipandang sebagai pintu gerbang menuju kehidupan abadi di akhirat, dan kesadaran akan kematian (dzikr al-maut) sangat dianjurkan sebagai sarana untuk meningkatkan ketaqwaan dan kesadaran rohani. Al-Quran secara eksplisit menyatakan universalitas kematian: *"Setiap jiwa akan merasakan kematian*."[701] (Q.S. Ali Imran: 185) Ayat ini merupakan pengingat konstan bahwa kematian adalah takdir yang pasti bagi setiap individu. Penghayatan terhadap kepastian ini mendorong seorang Muslim untuk mempersiapkan diri untuk kehidupan setelah kematian, yang implikasinya adalah memprioritaskan amal saleh dan menjauhi larangan.

Selain itu, Al-Quran juga menekankan sifat sementara kehidupan dunia dibandingkan dengan akhirat*: "Dan kehidupan dunia ini hanyalah permainan dan senda gurau. Dan sungguh, negeri akhirat*

itu lebih baik bagi orang-orang yang bertakwa. Maka tidakkah kamu mengerti?"[702] (Q.S. Al-An'am: 32) Ayat ini berfungsi sebagai teguran terhadap keterikatan yang berlebihan pada hal-hal duniawi yang fana. Menyadari bahwa dunia ini hanyalah 'permainan dan senda gurau' yang akan berakhir dengan kematian mendorong fokus pada 'negeri akhirat' yang lebih baik, sehingga memicu pergeseran kesadaran dari materialistik menuju spiritual dan eskatologis.

Hadis Nabi juga secara langsung mengaitkan mengingat kematian dengan penempaan kesadaran rohani dan pelepasan dari dunia: Salah satu hadis yang terkenal menganjurkan*, "Perbanyaklah mengingat penghancur kelezatan (yaitu kematian)*."[703] (H.R. Tirmidzi, Nasa'i, Ibnu Majah) Hadis ini secara gamblang menyatakan bahwa mengingat kematian berfungsi untuk 'menghancurkan' (mengurangi atau melenyapkan) daya tarik berlebihan terhadap kenikmatan duniawi yang seringkali melalaikan manusia dari tujuan spiritual mereka. Dengan senantiasa mengingat kematian, individu termotivasi untuk tidak terlalu terikat pada kenikmatan fana dan lebih fokus pada persiapan untuk pertemuan dengan Sang Pencipta. Praktik ini secara langsung mengarah pada pelepasan ikatan duniawi dan membuka pintu bagi kesadaran rohani yang lebih tinggi, di mana hati lebih cenderung pada ketaatan, pertaubatan, dan pencarian keridaan Ilahi. Kematian, dalam pandangan Islam, bukan akhir perjalanan keberadaan, melainkan awal dari fase eksistensi yang lain, menjadikannya titik fokus esensial bagi pengembangan kesadaran spiritual seorang Muslim.

Dari sudut pandang filosofis eksistensial, kematian adalah horizon definitif yang memberikan makna pada kehidupan itu

sendiri. Kesadaran akan kematian memaksa individu untuk menghadapi kebebasan dan tanggung jawab mereka secara penuh. Tanpa akhir yang pasti, setiap pilihan mungkin terasa tidak memiliki bobot yang signifikan. Namun, dengan batasan waktu yang jelas yaitu kematian pilihan-pilihan hidup menjadi bermakna dan memiliki konsekuensi. Filosof seperti Martin Heidegger berbicara tentang "berada-menuju-kematian" (*being-towards-death*) sebagai struktur fundamental dari keberadaan manusia (*Dasein*). Penghayatan otentik terhadap *being-towards-death* ini membebaskan individu dari mode eksistensi inotentik yang tenggelam dalam rutinitas dan kekhawatiran sehari-hari, memungkinkan mereka untuk memilih diri mereka sendiri secara mandiri dan otentik. Meskipun terminologinya berbeda dari kerangka spiritual, inti dari pemikiran ini bahwa konfrontasi dengan kematian mengungkap realitas fundamental tentang keberadaan dan memicu perubahan mendalam dalam cara seseorang hidup sejajar dengan gagasan kematian sebagai pembuka kesadaran rohani. Kematian membongkar ilusi keabadian atau stabilitas mutlak, mendorong seseorang untuk mencari fondasi yang lebih kokoh, yang dalam konteks spiritual sering kali ditemukan dalam dimensi transenden.

Menuju Hidup yang Penuh Kesadaran dan kebermaknaan: Etika dari Kematian

Memento Mori

Konsep "Memento Mori," frase Latin yang secara harfiah berarti "ingatlah bahwa kamu akan mati," adalah sebuah adagium kuno yang telah melintasi batas waktu dan budaya, berperan sebagai

pengingat esensial akan kefanaan eksistensi manusia. Konsep ini bukan sekadar renungan melankolis tentang akhir kehidupan, melainkan sebuah instrumen filosofis dan spiritual yang kuat untuk mengarahkan individu menuju kehidupan yang lebih etis, autentik, dan bermakna. Dalam ranah filsafat dan berbagai tradisi keagamaan, pengingat kematian akan diakui sebagai katalisator vital yang mengalihkan fokus dari hal-hal yang remeh-temeh menuju esensi kehidupan itu sendiri.

Dalam tradisi filosofi Barat, khususnya Stoikisme, Memento Mori memiliki peran sentral dalam pembentukan *eudaimonia* atau kehidupan yang berkembang dan penuh kebajikan. Para filsafat Stoik seperti Epictetus dan Marcus Aurelius secara konsisten memasukkan refleksi tentang kematian dalam ajaran mereka. Bagi mereka, mengingat kematian bukanlah sumber ketakutan, melainkan latihan mental untuk memperkuat *ketahanan* (resilience) dan rasionalitas. Dengan menyadari bahwa hidup dapat berakhir kapan saja, seseorang didorong untuk tidak menahan tindakan dengan baik, menghargai waktu yang tersedia, dan memusatkan perhatian pada pengembangan karakter dan kebijaksanaan (seperti kebijaksanaan, keadilan, keberanian, dan pengendalian diri) yang merupakan satu-satunya 'kebaikan' sejati yang tidak dapat diambil oleh kematian.[704] Marcus Aurelius, dalam *Meditations* , berulang kali mengingatkan dirinya sendiri akan kefanaan semua hal fisik dan temporal, menggunakan kesadaran ini sebagai landasan untuk bertindak sesuai dengan akal dan firasat ilahi dalam diri.[705] Praktik ini membantu melepaskan diri dari penahanan berlebihan pada hal-

hal eksternal yang fana, seperti kekayaan, reputasi, atau kesenangan fisik, yang pada akhirnya mengurangi penderitaan dan meningkatkan ketenangan batin.

Lebih lanjut, penerapan Memento Mori dalam kehidupan sehari-hari menawarkan kerangka kerja etis yang transformatif. Dengan menyadari batas waktu eksistensinya, individu cenderung meninjau ulang prioritas hidup mereka. Hal-hal yang sebelumnya dianggap penting konflik kecil, kekhawatiran yang tidak perlu, atau kepuasan kepuasan instan menjadi pudar signifikansinya di hadapan kepastian kematian. Kesadaran ini memfasilitasi pengambilan keputusan yang lebih bijaksana, mendorong untuk memfasilitasi waktu dan energi pada hubungan yang bermakna, kontribusi positif kepada masyarakat, dan pertumbuhan pribadi.[706] Penelitian dalam psikologi, khususnya terkait *Mortality Salience Theory* , juga menunjukkan bahwa kesadaran akan kematian dapat mendorong individu untuk memperkuat keyakinan budaya dan nilai-nilai moral mereka, serta mengurangi kecenderungan untuk terlibat dalam perilaku yang merugikan diri sendiri atau orang lain ketika terjadi pada pengingat kematian secara halus maupun eksplisit.[707]

Selain dari perspektif filosofis Barat, refleksi tentang kematian merupakan elemen fundamental dalam banyak tradisi keagamaan, termasuk Islam. Dalam Islam, kematian (*mawt*) dipandang sebagai kepastian mutlak dan transisi menuju kehidupan abadi (*akhirat*) di mana setiap jiwa akan dimintai pertanggungjawaban atas perbuatannya di dunia (*hisab*). Al-Quran secara tegas menyatakan: *"Setiap jiwa akan merasakan (kematian). Dan hanya*

pada hari Kiamat sajalah yang diberikan dengan balasan sempurnamu. Barangsiapa dijauhkan dari neraka dan dimasukkan ke dalam surga, sungguh, dia memperoleh kemenangan. Kehidupan dunia hanyalah kesenangan yang memperdaya."[708] Ayat ini tidak hanya menegaskan keniscayaan kematian tetapi juga menghubungkannya langsung dengan konsep balasan abadi di akhirat, menjadikan kehidupan dunia sebagai masa ujian dan persiapan.

Pengingat akan kematian dan akhirat dalam Islam, yang sering disebut dengan *dzikir al-mawt* (mengingat kematian), dianjurkan secara kuat dalam berbagai Hadis Nabi Muhammad Salah satu Hadis Shahih menyebutkan pentingnya ini: *"Perbanyaklah mengingatkan pemutusan kelezatan-kelezatan (dunia), yaitu kematian."*[709] Ajaran ini berfungsi sebagai pengingat etis harian yang sangat efektif. Mengingat kematian, seorang Muslim terdorong untuk: (1) *Mempercepat pengobatan* dari dosa-dosa dan kesalahan; (2) *Meningkatkan amal saleh* dan ibadah sebagai bekal di akhirat; (3) *Berkomitmen* dan ambisi duniawi yang berlebihan; (4) *Menumbuhkan perilaku sabar* dan tawakkal dalam menghadapi cobaan; dan (5) *Memperkuat kesadaran* akan tujuan hidup yang lebih tinggi dari sekadar kenikmatan duniawi. Dengan demikian, dalam konteks Islam, Memento Mori atau dzikr al-mawt adalah praktik etis harian yang memandu tindakan, niat, dan prioritas menuju keselarasan dengan perintah Ilahi dan persiapan menuju kenyataan abadi.

Secara praktik, mengintegrasikan Memento Mori ke dalam rutinitas harian dapat dilakukan melalui berbagai cara, mulai dari momen refleksi singkat di pagi hari, menulis jurnal tentang kesadaran akan waktu yang terbatas, hingga menggunakan pengingat visual simbolis. Tujuannya bukan untuk menciptakan kecemasan, melainkan untuk menumbuhkan apresiasi yang lebih dalam terhadap setiap momen, mendorong tindakan yang penuh perhatian dan bertujuan, serta membebaskan diri dari belenggu kekhawatiran yang tidak produktif tentang masa depan yang tidak pasti atau penyesalan tentang masa lalu. Ini adalah praktik yang mengajak untuk hadir sepenuhnya dalam kehidupan saat ini, bertindak dengan integritas, dan memupuk rasa syukur.

Konsep Memento Mori, baik dalam bingkai filosofis Barat maupun sebagai Dzikr al-Mawt dalam tradisi Islam dan relevan dalam banyak kepercayaan lain, merupakan strategi etis yang universal dan abadi. Dengan secara sadar mengingat kefanaan diri, individu dari seluruh tradisi didorong untuk menyelaraskan kehidupan mereka dengan nilai-nilai yang lebih tinggi, mengutamakan apa yang benar-benar penting, dan menjalani setiap hari dengan kesadaran, tujuan, dan kebajikan. Ini adalah pengingat bahwa batasan hidup bukanlah alasan untuk putus asa, melainkan panggilan untuk hidup secara penuh, etis, dan bermakna dalam waktu yang diberikan.

Konsep Kebermaknaan dalam Tasawuf dan Filsafat

Pertanyaan mengenai makna hidup merupakan salah satu pencarian mendasar dalam eksistensi manusia, melintasi batas-batas budaya, sejarah, dan keyakinan. Tasawuf memandang hidup

sebagai sebuah jalan (tariqah) menuju kesatuan dan kedekatan dengan entitas Ilahi, di mana makna bersifat transenden dan diperoleh melalui penyampaian serta perjalanan spiritual internal. Sebaliknya, Filsafat Eksistensial berargumen bahwa hidup pada dasarnya tanpa makna yang inheren, dan makna tersebut justru harus diciptakan oleh individu melalui kebebasan memilih dan tindakan autentik dalam menghadapi kenyataan yang absurd.

Pencarian makna hidup (*the Meaning of life*) adalah pertanyaan eksistensial yang mendasar bagi manusia sepanjang sejarah[710]. Manusia senantiasa bergulat dengan kebutuhan untuk memahami tujuan keberadaannya, sumber kerugian, dan signifikansi pengalaman individu maupun kolektif. Jawaban atas pertanyaan ini tidak bersifat tunggal, melainkan sangat bervariasi tergantung pada konteks budaya, sejarah, dan terutama, kerangka epistemologis dan ontologis yang digunakan. Dalam spektrum luas tanggapan terhadap pertanyaan ini, dua pendekatan yang menawarkan pandangan yang sangat berbeda namun mendalam adalah tradisi spiritual Tasawuf dan aliran Filsafat Eksistensial. Tasawuf, sebagai dimensi esoteris dalam Islam, menawarkan pandangan di mana makna hidup terikat erat dengan realitas Ilahi dan perjalanan menuju-Nya. Di sisi lain, Filsafat Eksistensial, terutama tokoh-tokoh pasca-Perang Dunia II, menyajikan argumen bahwa makna bukanlah sesuatu yang diberikan dari luar, melainkan diciptakan oleh kesadaran manusia dalam menghadapi ketiadaan makna bawaan.

Dalam terminologi Tasawuf, makna hidup tidak dipahami sebagai tujuan yang bersifat duniawi atau pencapaian materi, melainkan

sebagai sebuah lintasan spiritual (tariqah) yang puncaknya adalah kedekatan (qurb) dan pengetahuan (ma'rifa) akan Tuhan[711]. Realitas dunia ini dipandang sebagai jembatan atau persinggahan sementara menuju realitas yang lebih hakiki di akhirat[712]. Oleh karena itu, setiap denyut nadi kehidupan seorang sufi diarahkan dan dimaknai dalam konteks cerdas dengan Sang Pencipta.

Konsep sentral dalam Tasawuf adalah Tauhid, pengakuan keesaan mutlak Tuhan, yang melandasi seluruh pemahaman tentang eksistensi. Kebermaknaan hidup seorang sufi terwujud dalam upayanya untuk meleburkan kehendak dan egonya (fana) dalam kehendak Ilahi (baqa), mencapai penyatuan mistis di mana diri yang terbatas menyadari realitas absolut Tuhan[713]. Proses ini meliputi perjuangan sungguh-sungguh (mujahadah) melawan hawa nafsu (nafs) dan pelaksanaan disiplin spiritual (riyadah), seperti dzikir (mengingat Tuhan), tafakkur (kontemplasi), dan muraqabah (meditasi). Makna hidup tidak hanya ditemukan dalam ritual formal, namun meresap dalam setiap aspek kehidupan sehari-hari. Setiap tindakan, bahkan yang paling biasa sekalipun, dapat diubah menjadi ibadah dan sarana mendekatkan diri kepada Tuhan jika dilakukan dengan kesadaran penuh (hudhur) dan niat tulus karena Allah[714]. serupa firman Allah Swt. dalam Al-Quran, tujuan penciptaan jin dan manusia semata-mata adalah untuk beribadah kepada-Nya[715]. Rumi, seorang penyair sufi Persia terkemuka, dengan indah menggambarkan makna hidup sebagai tarian cinta Ilahi yang menggerakkan seluruh alam semesta dan jiwa manusia[716]. Baginya, kehidupan yang bermakna adalah kehidupan yang didorong oleh *mahabbah* (cinta) kepada Tuhan, cinta yang memacar dalam

setiap gerak-gerik, dalam suka maupun duka, bahkan dalam kesulitan sekalipun. Dalam pandangan ini, penderitaan dan cobaan hidup bukanlah halangan, melainkan sarana untuk membersihkan diri dan semakin mendekati Sumber Cinta Ilahi[8]. Makna hidup sufi adalah realisasi cinta ini dalam setiap helaan napas, menemukan manifestasi Tuhan dalam segala sesuatu, dan menjadikan diri sebagai cerminan keindahan dan kesempurnaan Ilahi. Hadis Nabi Muhammad Saw. juga memberikan landasan bagi pandangan ini, misalnya sabda beliau yang menyatakan bahwa dunia hanyalah penjara bagi orang mukmin dan surga bagi orang kafir[717], menggarisbawahi sifat sementara dunia ini dibandingkan dengan kehidupan spiritual dan akhirat. Dengan demikian, dalam Tasawuf, makna hidup adalah respons aktif dan pasif terhadap panggilan Ilahi, sebuah perjalanan transendental yang mendefinisikan kembali tujuan dan nilai setiap pengalaman di dunia ini.

Berpindah ke ranah Filsafat Eksistensial, kita menemukan pandangan yang sangat berbeda dan, dalam beberapa hal, bertentangan dengan Tasawuf. Aliran filsafat ini, yang berkembang pesat pada abad ke-20, berakar pada premis bahwa "eksistensi mendahului esensi"[718]. Artinya bahwa manusia lahir ke dunia tanpa esensi, tujuan, atau makna yang telah ditetapkan sebelumnya. Kita tidak memiliki kodrat tertentu, tidak ada grand design dari entitas eksternal yang menentukan siapa kita atau apa tujuan kita[719].

Dalam kerangka ini, terutama bagi ateis eksistensialis seperti Albert Camus dan Jean-Paul Sartre, hidup pada dasarnya tidak memiliki makna inheren. Dunia materi dan keberadaan manusia dipandang absurd[720]. Absurditas ini muncul dari konflik antara

kecenderungan bawaan manusia untuk mencari makna, keteraturan, dan rasionalitas di satu sisi, dengan keheningan dan ketidakpedulian alam semesta terhadap pencarian tersebut di sisi lain[721]. Tidak ada jawaban metafisik atau tujuan transendental yang dapat memuaskan dahaga manusia akan makna. Namun, menghadapi absurditas ini tidak serta merta mengarah pada keputusasaan nihilistik total. Baik Camus maupun Sartre berpendapat bahwa dalam ketiadaan makna yang diberikan, manusia justru dibebani dengan kebebasan yang mutlak dan menakutkan (penderitaan)[722]. Kita "dikutuk untuk bebas"[723], artinya kita sepenuhnya bertanggung jawab atas diri kita sendiri dan pilihan-pilihan yang kita buat. Dalam kebebasan inilah, menurut eksistensialisme, makna hidup dapat diciptakan.

Menurut Camus, menghadapi absurditas memerlukan pemberontakan (pemberontakan)[724]. Bukan pemberontakan revolusioner, melainkan pemberontakan eksistensial di mana kita menerima kehampaan dan tanpa tujuan yang jelas, namun *tetap* hidup dengan intensitas, menciptakan nilai melalui tindakan dan pilihan kita sendiri. Makna tidak ditemukan, tetapi dibuat dan ditegaskan melalui pengalaman, solidaritas dengan sesama, dan penolakan untuk menyerah pada ketiadaan makna[725]. Mitos Sisyphus, yang dikutuk untuk mendorong batu ke puncak gunung hanya untuk melihatnya jatuh kembali, menjadi simbol kebermaknaan yang ditemukan dalam perjuangan yang berulang itu sendiri, dalam kesadaran dan penerimaan takdir, bukan dalam pencapaian tujuan akhir[726] Sartre senada dengan penekanan pada kebebasan dan tanggung jawab. Beliau menegaskan bahwa manusia

adalah apa yang ia jadikan dirinya sendiri melalui pilihan-pilihan autentik[727]. Makna hidup berasal dari tindakan kita untuk menghadapi kebebasan ini, menciptakan proyek-proyek pribadi, dan membangun identitas kita sendiri tanpa bergantung pada otoritas eksternal, nilai-nilai yang ditentukan sebelumnya, atau alasan-alasan transenden[728]. Kebermaknaan adalah hasil dari komitmen kita terhadap tindakan dan proyek-proyek yang kita pilih, yang memberi bentuk pada eksistensi kita yang pada mulanya kosong.

Filsafat Eksistensial, makna hidup bersifat imanen, temporal, dan sepenuhnya merupakan konstruksi manusiawi. Ia tidak menunggu untuk muncul dari atas atau dari luar, melainkan muncul dari kedalaman kesadaran dan kebebasan individu yang berani menghadapi ketiadaan dan memutuskan untuk menciptakan keuntungan sendiri melalui tindakan di dunia. Meskipun kedua pendekatan ini, Tasawuf dan Filsafat Eksistensial, sama-sama bergulat dengan esensi keberadaan manusia, titik tolak dan kesimpulan mereka berbeda secara fundamental. Perbedaan paling mencolok terletak pada sumber makna hidup. Bagi Tasawuf, makna bersifat transenden, bersumber dari realitas Ilahi, dan telah ditetapkan (walaupun bersifat pribadi) sebagai pencarian dan penyampaian diri kepada Tuhan. Sebaliknya, bagi Filsafat Eksistensial, makna bersifat imanen, sepenuhnya bersumber dari kesadaran dan kebebasan manusia itu sendiri, dan harus diciptakan dari ketiadaan. Sifat makna juga berbeda. Dalam Tasawuf, makna cenderung bersifat objektif dalam kerangka keyakinan (yaitu, tujuan akhir semua ciptaan adalah Tuhan), meskipun pengalaman

pencapaiannya sangat subjektif. Makna adalah realisasi dari kebenaran yang lebih tinggi. Dalam Filsafat Eksistensial, makna sepenuhnya subjektif dan plural; setiap individu menciptakan maknanya sendiri, dan tidak ada satu makna universal yang benar bagi semua orang.

Implikasi praktis dari kedua pandangan ini juga berbeda. Bagi sufi, tindakan sehari-hari dimaknai sebagai sarana ibadah, pembersihan diri, dan mendekatkan diri kepada Tuhan. Fokusnya adalah pada transformasi spiritual internal dan keselarasan dengan kehendak Ilahi. Bagi eksistensialis, tindakan sehari-hari adalah arena di mana kebebasan diwujudkan, pilihan dibuat, dan makna diciptakan. Fokusnya adalah pada otentisitas diri, tanggung jawab, dan keterlibatan dalam proyek-proyek duniawi. Meskipun kontrasnya jelas, mungkin ada sedikit titik yang disentuh dalam penekanan pada pentingnya *tindakan* sebagai cara untuk mewujudkan makna, meskipun motif dan tujuan tindakan tersebut berbeda. Baik sufi maupun eksistensialis tidak pasif; mereka sama-sama mewujudkan upaya dan perjuangan sufi dalam perjuangan spiritual melawan diri (mujahadah akbar), eksistensialis dalam perjuangan menciptakan diri dan makna di dunia.

Pertanyaan tentang makna hidup tetap menjadi misteri yang kaya dan kompleks, mengundang berbagai macam tanggapan dari tradisi pemikiran manusia. Tasawuf dan Filsafat Eksistensial menawarkan dua kutub pandangan yang signifikan: satu melihat makna dalam pencarian transendensi dan penyerahan diri kepada Sumber Ilahi, yang lain menegaskan penciptaan makna melalui kebebasan dan tindakan manusia dalam menghadapi ketiadaan

yang melekat. Tasawuf memberikan kerangka spiritual yang kokoh, di mana kebermaknaan mengalir dari hubungan pribadi dan kolektif dengan Tuhan, menjadikan hidup sebagai perjalanan suci menuju kesatuan. Cinta Ilahi, pengetahuan mistis, dan pembersihan diri menjadi kunci utama dalam menemukan dan mewujudkan makna ini. Di sisi lain, Filsafat Eksistensial, dalam wajahnya yang ateistik, menantang gagasan makna yang diberikan. Ia membebankan tanggung jawab penciptaan makna sepenuhnya pada pundak individu, menjadikannya produk kebebasan, pilihan, dan keberanian untuk menghadapi absurditas. Kebermaknaan adalah hasil dari komitmen autentik terhadap diri sendiri dan proyek-proyek yang dipilih. Komparasi keduanya menunjukkan perbedaan mendasar dalam ontologi apakah realitas hakiki itu Ilahi atau material-eksistensial yang kemudian menentukan sumber dan sifat makna hidup. Memahami kedua perspektif ini memperkaya apresiasi kita terhadap keragaman cara manusia menjawab pertanyaan mendasar tentang keberadaan, dari pencarian kesatuan absolut hingga penegasan kebebasan individu dalam dunia yang sunyi.

Menghadapi Kematian dan Kematian: Dialektika Perspektif Tasawuf dan Filsafat Eksistensial

Ketakutan akan kematian merupakan salah satu kecemasan mendasar dalam eksistensi manusia yang melintasi batas budaya dan zaman. Kesadaran akan kefanaan diri dan akhir kehidupan memicu pertanyaan-pertanyaan mendalam tentang makna keberadaan, tujuan hidup, dan cara wawancara yang melekat pada nasib fana. Berbagai tradisi intelektual dan spiritual menawarkan kerangka kerja untuk memahami fenomena kematian dan cara

mengintegrasikannya ke dalam kehidupan yang bermakna. Dua tradisi yang memberikan tanggapan mendalam, meskipun dari sudut pandang yang berbeda, adalah Tasawuf dalam Islam dan Filsafat Eksistensial Barat. Dalam literatur dan praktik Tasawuf, kematian fisik bukanlah terminus absolut, melainkan sebuah tahapan kritis sebuah transisi (intiqal) dari alam dunia yang fana menuju alam Barzakh dan kemudian alam akhirat yang abadi. Perspektif ini ditanamkan kuat pada keyakinan eskatologis Islam yang menempatkan kehidupan dunia sebagai jembatan atau ladang bagi kehidupan kekal di akhirat. Namun, Tasawuf melangkah lebih jauh dengan memperkenalkan konsep "kematian sebelum mati" (المَوْتُ قَبْلَ المَوْتُ, *al-mawt qablal maut*). Gagasan ini, yang sering dikaitkan dengan ajaran sufi klasik seperti Rabi'ah al-Adawiyyah atau Al-Ghazali, bukanlah kematian fisik secara harfiah, melainkan kematian metaforis terhadap diri (ego atau *nafs*) dan peninggalan pada dunia material serta hawa nafsu yang destruktif[729]. Mati sebelum mati dalam konteks Tasawuf Merujuk pada proses penyucian jiwa (تزكية النفس, *tazkiyah an-nafs*) melalui berbagai praktik spiritual seperti zikir (mengingat Tuhan), puasa, qiyamul lail (salat malam), kontemplasi (*muraqabah*), dan asketisme (*zuhd*) dari godaan duniawi. Tujuan utamanya adalah mencapai kondisi fana' (فناء), yaitu peleburan atau pelenyapan kesadaran diri yang terpisah di hadapan Keberadaan Ilahi, dan kemudian mencapai baqa' (بقاء), yaitu keberlangsungan dalam Keberadaan Tuhan. Proses ini secara fundamental mengubah hubungan individu dengan dunia dan dirinya sendiri. Keterikatan pada harta, kedudukan, pujian, dan bahkan keinginan-keinginan pribadi yang lahir dari ego perlahan-

lahan dibiarkan. Ini adalah “kematian” terhadap aspek-aspek diri yang menghalangi kedekatan sejati dengan Tuhan.

Bagi seorang sufi, “*mati dalam kehidupan sehari-hari*” menjadi refleksi praktik *zuhd* dan melepaskan diri dari ilusi stabilitas dan keabadian dunia. Dunia ini dipandang sebagai tempat persinggahan sementara yang penuh ujian, sebagaimana firman Allah dalam Al-Qur'an, *"Ketahuilah, bahwa sesungguhnya kehidupan dunia hanyalah permainan dan senda gurau, perhiasan dan bermegah-megahan di antara kamu serta berbangga-banggaan tentang banyaknya harta dan anak, seperti hujan yang tanam-tanamannya mengagumkan para petani; kemudian tanaman itu menjadi kering dan kamu melihat warnanya kuning kemudian menjadi hancur..."*[730]. Seorang sufi berusaha untuk tidak terjebak dalam jerat duniawi yang fana, melainkan menggunakan kehidupan ini sebagai sarana untuk mempersiapkan diri menuju alam abadi. Rasulullah bersabda, "Jadilah engkau di dunia ini serasa-akan orang asing atau musafir"[731]. Hadis ini mendorong perspektif ketidakterikatan terhadap dunia, melihatnya hanya sebagai perjalanan singkat. Dengan melepaskan ini, ketakutan akan kehilangan (yang memuncak pada ketakutan akan kematian sebagai kehilangan total) secara bertahap memudar, diikuti oleh kerinduan untuk kembali kepada Sang Pencipta. Kematian, dalam pandangan ini, adalah momen pertemuan dengan Yang Maha Kekal, akhir dari perjuangan melawan *nafs* dan awal dari kebersamaan abadi dengan Tuhan bagi mereka yang telah "mati sebelum mati".

Berbeda dengan kerangka transenden Tasawuf, Filsafat Eksistensial, yang berkembang pesat pada abad ke-20,

menempatkan fokus utama pada eksistensi manusia dalam konteks dunia yang imanen, seringkali tanpa asumsi tentang realitas transenden. Kematian adalah tema sentral dalam filsafat ini, yang dipandang bukan hanya sebagai fakta biologi, namun sebagai fenomena eksistensial yang mengungkap kondisi manusia secara mendasar. Martin Heidegger, salah satu tokoh paling berpengaruh dalam tradisi ini, berpendapat dalam karyanya *Being and Time* bahwa kesadaran akan kefanaan, atau "Keberadaan-menuju-Kematian" (*Sein zum Tode*), adalah elemen krusial yang mengungkap kemungkinan keberadaan otentik (*Eigentlichkeit*)[732].

Menurut Heidegger, kematian bukanlah peristiwa yang hanya akan terjadi di masa depan, melainkan kemungkinan yang selalu hadir dalam diri kita. Kematian adalah kemungkinan yang paling pribadi, tidak dapat dialihkan, dan mengakhiri semua kemungkinan lainnya. Kesadaran yang mendalam akan "kemungkinan ketidakmungkinan" ini membebaskan individu dari tenggelam dalam anonimitas "mereka" (*das Man*) dan kehidupan sehari-hari yang dangkal. Menghadapi kematian memungkinkan kita melihat keterbatasan waktu yang kita miliki dan memaksa kita untuk membuat pilihan otentik tentang bagaimana kita akan menggunakan waktu tersebut. Kuantitas waktu menjadi kurang penting dibandingkan kualitas dan otentisitas cara kita menjalaninya. Ketakutan dalam pandangan Heidegger lebih dekat pada kecemasan (*Angst*) eksistensial yang muncul bukan dari objek spesifik, melainkan dari kesadaran akan kebebasan dan ketiadaan, termasuk ketiadaan pamungkas dalam kematian. Menghadapi *Angst* ini secara langsung adalah langkah otentisitas.

Albert Camus, meskipun seringkali dianggap terkait erat dengan eksistensialisme (meskipun ia menolak label tersebut), juga secara mendalam mengeksplorasi konfrontasi manusia dengan kematian dan keterbatasan. Dalam esainya *The Myth of Sisyphus* , Camus dihadapkan dengan konsep absurditas[733] Absurditas muncul dari konflik antara dorongan bawaan manusia untuk mencari makna dan ketidakmampuan alam semesta yang diam dan tidak rasional untuk memberikan makna tersebut. Kematian adalah manifestasi pamungkas dari absurditas ini: seberapapun kita berusaha menciptakan makna dalam hidup, kematian pada akhirnya akan mengakhiri segalanya, menggarisbawahi kesia-siaan usaha tersebut dalam skala kosmik.

Namun, alih-alih menyerah pada keputusasaan atau mencari pengungsi dalam ide-ide metafisik yang tidak realistis ("bunuh diri filosofis"), Camus mengajukan konsep pemberontakan (*révolte*). Pemberontakan ini bukanlah revolusi politik, tetapi sikap eksistensial: menerima absurditas, mengakui ketiadaan makna inheren, namun memilih untuk hidup *meskipun demikian* . Ini berarti merangkul kebebasan, bertindak di dunia, dan menciptakan nilai melalui tindakan kita sendiri. Menghadapi kematian tanpa ilusi memungkinkan individu untuk hidup dengan kesadaran yang intens, menghargai setiap momen, dan menemukan makna dalam pengalaman dan tindakan individu di dunia yang pada dasarnya tidak bermakna. Kematian yang terjadi di sini bukan dengan meniadakannya, melainkan dengan menggunakannya sebagai katalis untuk hidup lebih penuh dan menciptakan nilai dalam menghadapi kefanaan. Meskipun berasal dari tradisi yang sangat

berbeda Tasawuf dari kerangka teologis dan spiritual Islam, Filsafat Eksistensial dari analisis fenomenologis dan humanistik sekuler keduanya menawarkan pandangan transformatif tentang penanganan kematian yang relevan untuk kehidupan *di sini dan saat ini* . Baik Tasawuf maupun Filsafat Eksistensial menyarankan bahwa kesadaran akan kefanaan bukanlah penyebab keputusasaan yang melumpuhkan, melainkan kunci untuk membuka potensi kehidupan yang lebih dalam dan otentik.

Persamaan mendasar terletak pada gagasan bahwa konfrontasi dengan kematian mengubah perspektif tentang kehidupan. Dalam Tasawuf, kesadaran akan kematian (dan terutama "mati sebelum mati") mengalihkan fokus dari dunia fana ke realitas abadi dan kedekatan dengan Tuhan, membebaskan jiwa dari belenggu ego dan dunia. Dalam Filsafat Eksistensial, kesadaran akan kematian sebagai batas waktu menginspirasi individu untuk menghadapi kebebasan (dan beban tanggung jawabnya) serta membuat pilihan otentik dan menciptakan makna dalam kehidupan yang terbatas. Tradisi kedua ini, dengan cara masing-masing, mendorong semacam "pelepasan" pelepasan dari pertanda duniawi dan ego dalam Tasawuf, dan pelepasan dari ilusi makna inheren atau keamanan absolut dalam Eksistensialisme. Perbedaan mendasar terletak pada tujuan dan kerangka ontologisnya. Tasawuf melihat kematian sebagai gerbang pintu realitas yang lebih tinggi dan abadi, dengan tujuan akhir adalah penyatuan atau kedekatan dengan Ilahi di akhirat. Ketakutan kematian diatasi melalui perubahan radikal dalam diri yang berorientasi pada Tuhan dan kehidupan kekal. Filsafat Eksistensial, sebaliknya, beroperasi dalam kerangka imanen. Kematian adalah

akhir dari eksistensi, dan maknanya harus diciptakan dalam keterbatasan waktu hidup. Konfrontasi dengan munculnya kecemasan atau kesadaran absurd, yang dihadapi melalui tindakan otentik atau pemberontakan eksistensial dalam dunia yang netral makna.

Menghadapi ketakutan dan kematian adalah perjalanan yang mendalam yang memerlukan lebih dari sekedar pemahaman intelektual; ia menuntut transformasi eksistensial. Baik Tasawuf dengan konsep "mati sebelum mati" dan orientasi transendentalnya, maupun Filsafat Eksistensial dengan penekanannya pada otentisitas dan penciptaan makna di dunia yang absurd, menawarkan peta jalan yang kuat untuk menavigasi tantangan ini. Tasawuf mengajarkan bahwa dengan "membunuh" ego dan keduniawian, seseorang dapat menemukan kehidupan sejati dan kedamaian dalam keyakinan akan kembali kepada Sang Pencipta. Filsafat Eksistensial mengajarkan bahwa dengan merangkul kefanaan dan absurditas, seseorang dapat hidup dengan intensitas yang lebih besar, menciptakan pilihan yang otentik, dan menciptakan makna dalam realitas yang terbatas. Kedua perspektif ini, meskipun berbeda dalam premis dasarnya (*transenden vs. imanen*), secara paradoks bertemu pada titik bahwa kesadaran dan konfrontasi aktif dengan kematian dalam arti spiritual atau eksistensial adalah prasyarat untuk menjalani kehidupan yang benar-benar hidup dan bermakna, terbebas dari ilusi dan ketakutan yang memberdayakan. Pada akhirnya, pilihan pendekatan atau perpaduan keduanya bergantung pada keyakinan dan pencarian individu terhadap makna di hadapan kefanaan.

Dialog Hening
Mempertemukan Filsafat dan Tasawuf

Rasio dan Rasa dalam Memandang Mati

Dalam tradisi filsafat dan ilmu pengetahuan, kematian diperlakukan sebagai objek studi yang dapat didefinisikan, dianalisis, dan dijelaskan melalui kerangka logika dan observasi empiris. Bahasa yang digunakan dalam pendekatan ini bersifat rasional, diskursif, dan berupaya membangun argumentasi yang koheren serta dapat diverifikasi setidaknya dalam kerangka sistematis tertentu. Filsafat, misalnya, melalui cabang metafisika atau filsafat eksistensialisme, berusaha memahami kematian bukan hanya sebagai peristiwa biologis, tetapi juga sebagai konsep abstrak, batas eksistensi, atau fitur esensial keberadaan manusia. Pertanyaan-pertanyaan seputar hakikat kematian, hubungan jiwa dan raga pasca-mati, atau implikasi kematian terhadap makna kehidupan, didekati dengan metode analisis konseptual, deduksi, dan perdebatan argumentatif. [734]

Di ranah ilmu pengetahuan, seperti biologi, kedokteran, atau sosiologi, kematian dideskripsikan dalam terminologi yang presisi dan objektif. Kematian didefinisikan sebagai berhentinya fungsi vital organ, proses biologis yang melibatkan degradasi seluler, atau fenomena sosial yang memiliki implikasi demografis dan budaya. Bahasa yang digunakan di sini adalah bahasa deskriptif, sebab-akibat, dan berorientasi pada fakta empiris. Tujuannya adalah untuk

menjelaskan *apa* itu kematian secara fisik dan *bagaimana* proses itu terjadi, serta dampaknya terhadap individu dan masyarakat. Bahasa rasional ini memungkinkan standardisasi pemahaman, komunikasi data, dan pengembangan intervensi medis atau sosial terkait kematian. Namun, kekuatan bahasa rasional yang terletak pada objektivitas dan analisis ini jua memiliki keterbatasan. Ia cenderung sulit untuk menangkap dimensi subjektif, emosional, atau spiritual yang mendalam dari pengalaman kematian atau prospek kematian. Ia menjelaskan struktur dan proses, tetapi kerap kali tak mampu menyentuh makna personal atau transenden.

Berbeda dengan pendekatan rasional, tradisi mistisisme, seperti tasawuf, sastra, seni, dan praktik keagamaan ritual, seringkali menggunakan bahasa yang lebih bersifat simbolik, metaforis, intuitif, dan berbasis pada 'rasa' yakni pengalaman batin atau penghayatan langsung yang melampaui analisis konseptual. Dalam konteks ini, kematian bukan semata-mata fakta biologis atau konsep filosofis, melainkan sebuah realitas eksistensial yang dihayati, dirasakan, dan dimaknai secara personal dan mendalam. Bahasa simbolik menggunakan alegori (misalnya, kehidupan adalah perjalanan, kematian adalah jembatan), paradoks (mati sebelum mati), atau perbandingan (dunia fana, akhirat abadi) untuk mengkomunikasikan pemahaman yang mungkin sulit diungkapkan dengan kata-kata lugas.[735]

Dalam tasawuf, misalnya, kematian sering dipandang sebagai gerbang menuju perjumpaan dengan Realitas Hakiki (Tuhan), proses penyatuan ('fanā'), atau tahapan dalam perjalanan spiritual. Bahasa

yang digunakan sarat dengan simbolisme fana, baqa, maqam, ahwal, yang merujuk pada kondisi dan pengalaman batin selama menempuh jalan spiritual menuju Allah, yang puncaknya sering dikaitkan dengan 'kematian' diri (nafs) sebelum kematian fisik. Kematian di sini bukan hanya akhir, melainkan transformasi dan awal dari eksistensi yang berbeda. Bahasa rasa dan simbolik ini memungkinkan penghayatan yang mendalam, resonansi emosional, dan motivasi untuk transformasi diri. Ia tidak bertujuan untuk mendefinisikan kematian secara objektif, melainkan untuk membimbing individu merasakan, mempersiapkan, dan merespons kematian dari dalam diri. Kelemahannya, bahasa ini seringkali bersifat personal, sulit diuniversalkan, dan rentan terhadap interpretasi yang beragam atau bahkan kesalahpahaman bagi mereka yang tidak memiliki pengalaman batin serupa.

Meskipun tampak kontras, bahasa rasional dan bahasa simbolik/rasa dalam memandang kematian sesungguhnya tidak harus dipertentangkan, melainkan dapat saling melengkapi. Pemahaman yang komprehensif tentang kematian mungkin memerlukan keterlibatan kedua bentuk bahasa ini. Bahasa rasional memberikan kerangka konseptual, struktur pemikiran, dan landasan objektif mengenai fakta biologis dan implikasi sosial kematian. Ini membantu kita membedakan antara takhayul dan realitas, serta mengorganisasi pengetahuan kita tentang fenomena ini dalam konteks dunia fisik dan sosial.

Di sisi lain, bahasa simbolik berbasis rasa memberikan dimensi kedalaman, makna personal, dan orientasi spiritual terhadap

kematian. Ia membantu kita menghadapi kecemasan eksistensial, menemukan penghiburan, dan mempersiapkan diri secara batiniah untuk menghadapi akhir kehidupan. Pengetahuan rasional tentang kematian (misalnya, universalitas dan ketidakterdugaan) dapat mendorong perenungan meditatif (menggunakan bahasa simbolik) tentang makna hidup dan urgensi mempersiapkan diri. Sebaliknya, penghayatan batiniah ('rasa') akan kehadiran Realitas Transenden dapat memberikan kerangka makna yang mengintegrasikan pemahaman rasional kita tentang kefanaan.

Dalam tradisi intelektual Islam, kita dapat menemukan contoh bagaimana kedua pendekatan bahasa ini digunakan. Ilmu Kalam (teologi rasional) membahas konsep kematian, alam barzakh, kebangkitan, dan hari kiamat dengan metode argumentasi rasional dan dialektika. Fiqh (yurisprudensi) merumuskan hukum-hukum praktis terkait kematian, seperti pengurusan jenazah dan waris, berdasarkan interpretasi teks-teks suci secara sistematis. Ini adalah manifestasi penggunaan bahasa rasional dalam memahami dan menata aspek kematian.

Namun, Islam juga sangat menekankan pentingnya penghayatan ('rasa') dan persiapan batiniah terhadap kematian. Ajaran Al-Qur'an dan Hadis banyak menggunakan bahasa yang mengingatkan, menggugah, dan membimbing manusia untuk merenungi kematian sebagai gerbang menuju kehidupan abadi. Al-Qur'an secara lugas menyatakan kepastian kematian bagi setiap jiwa[736], bahkan menggambarkannya sebagai "kepulangan" kepada Allah[737], yang menandakan adanya eksistensi lain setelah kematian fisik. Ayat-ayat

lain mendorong manusia untuk mempersiapkan diri sebaik-baiknya untuk kehidupan pasca-mati[738]. Hadis Nabi Muhammad SAW pun mengingatkan untuk sering mengingat kematian sebagai "penghancur kelezatan" duniawi, yang secara implisit mengajak pada perubahan orientasi batin dan perilaku.[739] Ayat-ayat dan Hadis ini menggunakan bahasa yang tidak hanya informatif (rasional dalam arti menyampaikan fakta/kebenaran) tetapi juga sangat sugestif dan inspiratif (simbolik/rasa dalam arti menggugah perasaan, kesadaran, dan merangsang perenungan mendalam). Tasawuf kemudian mengembangkan lebih lanjut aspek penghayatan dan persiapan batin ini dengan metode-metode spiritual yang fokus pada penyucian hati dan pencapaian ma'rifah, menjadikan kematian bukan sebagai akhir yang menakutkan, melainkan sebagai

Memandang kematian adalah tugas kompleks yang melibatkan berbagai dimensi eksistensi manusia. Perbedaan bahasa yang digunakan antara bahasa rasional yang diskursif dan bahasa simbolik yang berbasis rasa mencerminkan dua mode pemahaman yang berbeda namun sama-sama bernilai. Bahasa rasional, yang berakar pada filsafat dan ilmu pengetahuan, memberikan struktur analitis dan deskripsi objektif. Bahasa simbolik, yang tumbuh dalam tradisi mistisisme dan seni, memberikan dimensi makna subjektif, pengalaman batin, dan resonansi spiritual. Kedua bentuk bahasa ini, ketika disinergikan sebagaimana yang terintegrasi dalam tradisi keagamaan seperti Islam, menawarkan pandangan yang lebih kaya dan komprehensif tentang kematian. Memahami kematian bukan hanya membutuhkan pengetahuan

tentang *apa* dan *bagaimana* (ranah rasio), tetapi juga penghayatan tentang *mengapa* dan *untuk apa* (ranah rasa). Pada akhirnya, meskipun bahasa manapun yang digunakan, kematian tetap menyimpan misterinya sendiri, menantang manusia untuk senantiasa merefleksikan keberadaannya di dunia ini.

Filsafat dan Bahasa Diskursif: Menyelidiki, Menganalisis, Menimbang

Filsafat, sebagai disiplin intelektual yang tertanam pada penyelidikan rasional dan refleksi kritis, secara inheren mengandalkan penggunaan bahasa sebagai medium utamanya. Lebih spesifik, filsafat menggunakan bahasa diskursif sebuah modus bahasa yang sistematis, logis, dan terstruktur untuk mendialogkan, menganalisis, dan menyebarkan ide-ide yang kompleks. Bahasa diskursif memungkinkan perumusan argumen, spesifikasi konsep, dan pembangunan kerangka teoritis yang koheren. Bahasa dalam filsafat bukanlah sekedar alat komunikasi biasa; ia adalah instrumen presisi yang digunakan untuk membedah realitas, mengungkap asumsi tersembunyi, dan membangun sistem pemikiran. Bahasa diskursif dicampur oleh strukturnya yang argumentatif, koherensi logistik, dan upaya mencapai presisi konseptual. Tujuannya adalah untuk memungkinkan sang filsafat tidak hanya mendeskripsikan fenomena, tetapi juga menganalisisnya secara mendalam, menimbang berbagai sudut pandang, dan pada akhirnya merumuskan suatu pemahaman yang dapat dipertanggungjawabkan secara rasional. Ketika mitologi berkumpul pada topik sekompleks kematian, bahasa diskursif menjadi esensial

untuk merumuskan pertanyaan-pertanyaan fundamental, seperti definisi tujuan kematian, batas-batas pengetahuan manusia tentang kematian, dan makna kematian dalam konteks eksistensi.

Tradisi filsafat, khususnya dalam filsafat Barat, telah lama bergulat dengan kematian melalui lensa ontologis dan epistemologis. Pertanyaan-pertanyaan mendasar yang mencakup, 'Apakah kematian merupakan akhir mutlak dari kesadaran dan keberadaan, ataukah ia hanya transisi menuju bentuk keberadaan lain?' atau 'Bagaimana kita bisa mengetahui sesuatu tentang kematian, mengingat ia tampaknya berada di luar pengalaman langsung?' Penyelidikan ini memerlukan penggunaan bahasa diskursif untuk mendefinisikan istilah kunci, membangun argumen yang mendukung atau menentang pandangan tertentu, dan menguji validitas klaim yang dibuat. Filsuf berupaya memberikan definisi yang jelas dan objektif tentang apa itu kematian, membedakannya dari konsep-konsep terkait seperti nafas atau ketiadaan, dan menganalisis perwujudannya bagi kehidupan manusia.

Para pemikir besar telah memberikan analisis mendalam tentang kematian menggunakan bahasa diskursif yang khas. Immanuel Kant, misalnya, dalam kerangka filsafat kritiknya, memandang kematian sebagai batas transendental bagi akal teoritis manusia. Kematian merupakan domain 'benda dalam dirinya sendiri' (noumena) yang tidak dapat diakses secara empiris dan dipahami sepenuhnya oleh akal murni, yang hanya terbatas pada fenomena. Analisis Kant mengenai batas pengetahuan manusia, yang dirumuskan melalui

argumen transendental dalam karyanya, secara implisit menempatkan kematian sebagai titik di mana akal harus mengakui keterbatasannya dalam memberikan penjelasan yang pasti.[740] Di sisi lain, Martin Heidegger, dalam filsafat eksistensialnya, menempatkan kematian sebagai bagian integral dari struktur eksistensi manusia (Dasein). Melalui konsep "Being-toward-death" (Sein zum Tode), Heidegger menganalisis kematian bukan sebagai peristiwa biologi di masa depan yang terpisah dari kehidupan, melainkan sebagai kemungkinan yang melekat dan selalu hadir dalam keberadaan Dasein itu sendiri.[741] Analisis Heidegger yang rumit, menggunakan terminologi filosofis yang spesifik, menunjukkan bagaimana bahasa diskursif digunakan untuk mengungkap struktur eksistensial fundamental dan memaksakan ontologis dari mortalitas. Dalam pendekatan ini, bahasa filsafat berusaha keras untuk menyusun pemahaman yang jelas, terperinci, dan rasional tentang kematian. Argumen-argumen dibangun langkah demi langkah, konsep-konsep dianalisis untuk menemukan esensinya, dan berbagai kemungkinan ditimbang berdasarkan prinsip-prinsip logika dan koherensi. Meskipun bahasa diskursif sangat kuat dalam analisis konsep dan pembangunan argumen rasional, ia memiliki keterbatasan yang melekat, terutama ketika dihadapkan dengan pengalaman-pengalaman yang sangat subjektif, emosional, atau melampaui ranah rasional murni. Kematian, sebagai pengalaman eksistensial yang mendalam, seringkali melibatkan dimensi-dimensi yang sulit ditangkap sepenuhnya oleh bahasa yang hanya fokus pada objek dan logika konseptual. Pengalaman pribadi akan kehilangan,

ketakutan akan ketiadaan, atau harapan akan kehidupan setelah mati dimensi-dimensi ini mungkin lebih mudah diungkapkan melalui puisi, seni, atau refleksi spiritual daripada analisis filosofis diskursif.

Pendekatan filosofis, meskipun krusial untuk pemahaman intelektual dan konsep tentang kematian, cenderung lebih mengutamakan konsep-konsep teoretis dan argumentasi intelektual daripada pengalaman emosional langsung atau keyakinan transendental. Upaya untuk menguraikan kematian dalam bahasa Indonesia mungkin tidak sepenuhnya mencakup kompleksitas pengalaman hidup dan mati dalam segala dimensinya.

Perspektif lain, seperti yang ditemukan dalam teks-teks keagamaan, sering kali mendekati kematian dari sudut pandang yang berbeda, penekanan makna, tujuan, dan takdir akhir yang diwahyukan. Al-Quran misalnya, berulang kali mengingatkan manusia akan kepastian kematian dan kehidupan setelahnya, menempatkan kematian bukan sebagai akhir ketiadaan, melainkan sebagai gerbang menuju pertanggungjawaban dan kehidupan abadi. "Setiap yang bernyawa akan merasakan mati. Kemudian hanya kepada Kami kamu dikembalikan."[742] Hadis Nabi Muhammad juga tekanan persiapan diri menghadapi kematian dan kehidupan selanjutnya, menunjukkan bahwa kematian adalah transisi yang memiliki inti spiritual dan moral yang signifikan.[743] Perspektif-perspektif ini, meskipun tidak disusun dalam mode argumentasi diskursif filsafat, menawarkan kerangka pemahaman tentang kematian yang dihilangkan pada iman dan wahyu, melengkapi upaya filsafat dalam memahami fenomena kompleks ini.

Filsafat menggunakan bahasa diskursif sebagai alat utama untuk menyelidiki, menganalisis, dan menimbang topik-topik mendasar, termasuk kematian. Melalui struktur yang sistematis, argumen yang logis, dan konteks yang presisi, filsafat berusaha memberikan pemahaman yang rasional dan terperinci tentang hakikat kematian, implisitnya bagi eksistensi manusia, dan batas-batas pengetahuan kita mengenainya, seperti terlihat dalam karya-karya pemikir seperti Kant dan Heidegger. Namun, penting untuk diakui bahwa sifat diskursif bahasa filsafat, meskipun kuat untuk analisis teoritis, mungkin tidak sepenuhnya menangkap dimensi pengalaman subyektif dan transendental yang terkait dengan kematian. Pemahaman komprehensif tentang kematian mungkin memerlukan dialog antara berbagai modus pengetahuan dan refleksi filosofis, religius, personal, dan artistik masing-masing memberikan wawasan unik ke dalam misteri eksistensi yang mendalam ini.

Tasawuf dan Bahasa Simbolik: Merasakan, Menyerap, Menyatu

Pemahaman tentang kematian merupakan salah satu persoalan fundamental yang dihadapi oleh manusia sepanjang sejarah. Berbagai tradisi filosofis, keagamaan, dan ilmiah menawarkan perspektif yang beragam, mulai dari pandangan materialistis tentang kematian sebagai akhir total, hingga pandangan spiritual yang melihatnya sebagai transisi menuju alam eksistensi lain. Dalam khazanah intelektual Islam, tasawuf atau mistisisme Islam menawarkan lensa pandang yang unik dan mendalam, yang tidak semata bertumpu pada penjelasan doktrinal atau rasional, melainkan pada pengalaman batin dan penyingkapan spiritual.

Perspektif tasawuf terhadap kematian secara signifikan berbeda dari pemahaman umum yang cenderung melihatnya sebagai peristiwa tragis yang penuh kehilangan. Sebaliknya, tasawuf seringkali memandang kematian sebagai titik balik esensial dalam perjalanan spiritual, sebuah momen krusial yang membawa jiwa kembali kepada asal-usulnya. Fokus utama kajian ini adalah mendalami bagaimana tradisi tasawuf mengartikulasikan pemahaman tentang kematian melalui penggunaan bahasa simbolik, serta mengeksplorasi dimensi pengalaman batin yang menyertai pemahaman tersebut.

Salah satu karakteristik paling menonjol dari tradisi tasawuf adalah penggunaan bahasa yang kaya akan simbol, metafora, dan alegori. Bahasa ini bukanlah sekadar hiasan retoris, melainkan sebuah keniscayaan metodologis dalam upaya mengkomunikasikan pengalaman-pengalaman spiritual (*ahwal*) dan pencapaian-pencapaian makam spiritual (*maqamat*) yang hakikatnya trans-rasional dan ineffable (sulit diungkapkan dengan kata-kata biasa)[744]. Para sufi menyadari keterbatasan bahasa diskursif yang terstruktur secara logis dalam mendeskripsikan realitas Ilahi dan hubungan mistis dengan-Nya, mereka beralih kepada bahasa simbolik yang mampu menunjuk atau memberi isyarat (*isyarat*) kepada makna-makna yang lebih dalam, membangkitkan resonansi emosional dan intuitif pada pendengar atau pembaca[745].

Dalam konteks pemaknaan kematian, bahasa simbolik tasawuf berfokus pada dimensi rasa, perasaan, dan pengalaman batin yang lebih personal. Kematian tidak direduksi menjadi peristiwa biologis

atau sekadar akhir dari fungsi organ tubuh, melainkan dipandang sebagai sebuah perjumpaan agung[746]. Metafora seperti "pernikahan", "pulang kampung", "tirai yang tersingkap", atau "pembebasan" digunakan untuk memberikan makna pada transisi krusial ini. Penggunaan simbol-simbol ini berupaya menangkap esensi pengalaman yang jauh lebih dalam dari sekadar pengertian teoretis atau definisi kamus.

Inti dari pandangan tasawuf tentang kematian adalah pemahaman bahwa kematian bukanlah pengakhiran, melainkan sebuah transformasi eksistensial. Ia adalah peralihan dari alam fisik yang fana menuju alam spiritual yang lebih abadi. Dalam pandangan ini, kematian sering kali dipandang sebagai perjumpaan atau penyatuan kembali dengan Tuhan, yang secara puitis dan penuh cinta diistilahkan sebagai "Kekasih Sejati" (al-Mahbūb al-Haqīqī)[747]. Istilah ini merujuk pada hakikat Ilahi sebagai objek cinta tertinggi yang dirindukan oleh jiwa. Metafora "Kekasih Sejati" ini bukan sekadar personifikasi antropomorfis, melainkan refleksi dari *wujūd mutlaq* (Eksistensi Mutlak) yang menjadi asal dan tujuan segala sesuatu. Jiwa, dalam pandangan tasawuf, berasal dari Hadirat Ilahi dan mendambakan kepulangan serta persatuan dengan Sang Sumber. Kematianlah yang menjadi jembatan menuju kepulangan dan persatuan tersebut. Hal ini sejalan dengan firman Allah Swt. dalam Al-Quran: "*Hai jiwa yang tenang! Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang rida dan diridai-Nya. Maka masuklah ke dalam golongan hamba-hamba-Ku, dan masuklah ke dalam surga-Ku*."[748] Ayat ini seringkali ditafsirkan oleh para sufi sebagai panggilan

jiwa yang telah mencapai ketenangan dan kesucian untuk kembali kepada Tuhannya, yang di sinilah kematian dipandang sebagai momen puncak kepulangan dan penyambutan Ilahi. Maulana Jalaluddin Rumi (w. 1273 M), salah seorang penyair mistik terbesar dalam sejarah tasawuf, adalah representasi paling jelas dari pandangan tasawuf yang merayakan kematian. Dalam karya-karyanya, terutama *Matsnawi* dan *Divan-e Syams*, kematian sering digambarkan sebagai proses penyatuan jiwa dengan Tuhan, sebuah perjalanan spiritual yang membawa jiwa menuju kesatuan (*tauhid*) dan cinta Ilahi[749]. Rumi secara terkenal menggambarkan kematiannya sendiri bukan sebagai hari berkabung, melainkan sebagai *'urs* (hari pernikahan) dengan Kekasih Sejati[750].

Metafora pernikahan ini sungguh kuat. Dalam konteks sosio-kultural, pernikahan adalah momen penyatuan dua entitas yang sebelumnya terpisah. Bagi Rumi, jiwa di dunia ini bagaikan pengantin yang terpisah dari pelaminannya (Tuhan), dan kematian adalah momen ketika perpisahan itu berakhir dan penyatuan agung terjadi. Jiwa yang telah dibebaskan dari keterikatan duniawi, nafsu, dan ego (*nafs*), akhirnya kembali kepada asal-usulnya, yaitu Hadirat Ilahi. Dalam bahasa simbolik ini, kematian bukanlah suatu akhir yang tragis atau menakutkan, tetapi sebagai sebuah pertemuan atau kebangkitan yang lebih tinggi, sebuah perayaan kembalinya sang kekasih kepada Sang Kekasih.

Memahami kematian dari perspektif tasawuf bukanlah semata persoalan mengkonstruksi argumen filosofis atau menafsirkan teks secara literal. Terdapat dimensi epistemologis yang unik, yaitu

pemahaman yang dicapai melalui pengalaman batin langsung. Proses ini melibatkan tiga tahapan atau aspek yang saling terkait: merasakan (*dzauq*), menyerap (*istighrāq*),
dan menyatu (*fana'*)[751].

1. Merasakan (Dzauq): Ini adalah pengalaman spiritual langsung, semacam pencicipan atau intuisi akan realitas transenden. Pemahaman tentang kematian tidak hanya diperoleh melalui informasi atau logika, melainkan melalui perasaan kedekatan Ilahi, kesadaran akan kefanaan dunia, dan kerinduan akan perjumpaan dengan Tuhan yang diasah melalui praktik-praktik spiritual seperti dzikir, tafakkur, dan muraqabah.
2. Menyerap (Istighrāq): Tahap ini melibatkan penyerapan diri secara total dalam kesadaran akan Realitas Ilahi, atau konsentrasi penuh pada objek meditasi spiritual. Dalam konteks kematian, ini bisa berarti penyerapan diri dalam pemikiran tentang kepulangan kepada Tuhan, melarutkan kekhawatiran duniawi dalam keagungan Hadirat Ilahi, hingga kesadaran diri individu seolah terserap ke dalam kesadaran yang lebih luas.
3. Menyatu (Fana'): Ini adalah puncak pengalaman mistik, di mana kesadaran akan diri pribadi yang terpisah (*ego*) lenyap (*fana'*) dalam kesadaran akan Realitas Mutlak (*baqa' billah*). Dalam konteks kematian, pemahaman menyatu ini berarti melampaui dualitas hidup dan mati sebagai dua entitas yang terpisah secara absolut. Kematian dipahami sebagai *fana'* dari keberadaan diri yang terbatas untuk *baqa'* dalam Keberadaan Ilahi. Ini bukan berarti jiwa lebur tanpa identitas, melainkan kesadaran akan

identitas sejati yang hanya subsisten (berada) karena Keberadaan Tuhan. Pemahaman ini tidak bisa dijelaskan secara memadai dengan bahasa diskursif; ia harus dialami.

Bahasa simbolik tasawuf, dengan metafora cinta, kehilangan, kegelapan, dan cahaya, berfungsi untuk membangkitkan *dzauq* dan memfasilitasi *istighrāq*, mengarahkan pejalan spiritual menuju pemahaman yang dicapai melalui *fana'*. Simbol "kegelapan" bisa melambangkan kebodohan atau keterikatan duniawi yang harus dilepaskan, sementara "cahaya" melambangkan Realitas Ilahi yang dicari dan disatukan. "Kehilangan" merujuk pada fana' diri atau perpisahan dengan dunia fana, sementara "cinta" adalah daya dorong utama menuju penyatuan dengan Kekasih Sejati.

Pandangan tasawuf tentang kematian sebagai perjumpaan dan kepulangan tidak muncul dari ruang hampa. Ia berakar kuat dalam teks-teks primer agama Islam, meskipun interpretasinya diperdalam dan diperkaya oleh dimensi spiritual. Al-Quran berulang kali menekankan konsep kepulangan manusia kepada Tuhan. Salah satu ayat fundamental adalah: "*Sesungguhnya kita milik Allah dan kepada-Nyalah kita kembali*."[752] Ayat ini, yang sering diucapkan saat menghadapi musibah, termasuk kematian, secara gamblang menyatakan hakikat keberadaan manusia sebagai milik Allah dan tujuan akhirnya adalah kembali kepada-Nya. Ini memberikan landasan teologis bagi konsep kepulangan dalam tasawuf. Selain itu, terdapat hadis Nabi Muhammad Saw. yang mengisyaratkan kerinduan untuk bertemu dengan Allah. Misalnya, hadis riwayat Aisyah ra.: "*Barangsiapa yang mencintai pertemuan dengan Allah,*

maka Allah pun mencintai pertemuan dengannya. Dan barangsiapa yang membenci pertemuan dengan Allah, maka Allah pun membenci pertemuan dengannya."[753] Hadis ini menunjukkan bahwa perjumpaan dengan Allah adalah sesuatu yang terpuji bagi orang beriman yang tulus. Bagi para sufi, kematian adalah peristiwa puncak dari perjumpaan yang didambakan tersebut. Cinta mereka kepada Allah mewujud dalam kerinduan akan momen pertemuan itu, menjadikan kematian sebagai saat yang dinanti, bukan ditakuti.

Melalui lensa tasawuf, kematian bertransformasi dari sekadar akhir biologis menjadi sebuah perjumpaan mistis dengan Realitas Tertinggi, Kekasih Sejati. Penggunaan bahasa simbolik yang kaya dan metaforis seperti "pernikahan", "kepulangan", "cinta", dan "penyatuan" adalah upaya esensial untuk mengartikulasikan pengalaman spiritual yang melampaui batas-batas bahasa rasional-diskursif. Tokoh seperti Rumi secara gemilang menggambarkan pandangan ini, merayakan kematian sebagai momen penyatuan jiwa dengan Tuhan. Lebih dari sekadar pemahaman teoretis, tasawuf menawarkan epistemologi pengalaman yang melibatkan proses merasakan, menyerap, dan menyatu (*dzauq, istighrāq, fana'*) untuk mencapai pemahaman hakiki tentang kematian. Pandangan ini berakar kuat dalam ajaran fundamental Al-Quran dan Hadis yang menekankan konsep kepemilikan Allah atas segala sesuatu dan kepulangan manusia kepada-Nya. Perspektif tasawuf ini tidak hanya memperkaya pemahaman teologis tentang kematian, tetapi juga menawarkan kerangka spiritual yang mendalam untuk

menghadapi mortalitas dengan kesadaran akan perjumpaan dan transformasi, bukan ketakutan semata.

Antara Logos dan Kalbu

Kematian merupakan fenomena universal yang menjejak setiap eksistensi[754]. Sebagai peristiwa puncak kehidupan, kematian senantiasa menjadi subjek perenungan mendalam dalam berbagai tradisi pemikiran dan spiritualitas manusia. Dalam upaya memahami hakikatnya yang kompleks, manusia cenderung menggunakan dua mode kognitif dan eksistensial yang berbeda, yakni bahasa rasional atau *logos*, dan bahasa batin atau *kalbu*. Interaksi, atau bahkan ketegangan, antara kedua mode ini menciptakan ruang diskursus yang kaya, sekaligus membuka peluang bagi sintesis pemahaman yang lebih komprehensif.

Logos dalam konteks ini merujuk pada pendekatan rasional, analitis, dan objektif dalam memahami kematian. Ini mencakup kajian biologis tentang berhentinya fungsi organ tubuh, analisis filosofis mengenai ketiadaan atau transisi eksistensial, hingga upaya sosiologis untuk memahami ritual kematian. Filsafat, khususnya metafisika dan eksistensialisme, telah lama menggunakan *logos* untuk mengurai konsep kematian, merenungkan batasan ruang dan waktu kehidupan, serta implikasi ontologis dari akhir eksistensi materiil[755]. Pendekatan ini berusaha membangun kerangka kerja yang logis dan sistematis untuk menjelaskan 'apa' dan 'mengapa' kematian terjadi dari perspektif yang dapat diverifikasi atau diargumentasikan secara publik. Kekuatan *logos* terletak pada kemampuannya menyusun

pengetahuan yang terstruktur, koheren, dan dapat dikomunikasikan secara eksplisit. Namun, keterbatasannya muncul ketika berhadapan dengan dimensi subjektif dan pengalaman batin yang melampaui deskripsi empiris dan konseptual.

Di sisi lain, *kalbu* mewakili dimensi internal, intuitif, emosional, dan spiritual dalam merespons kematian. Ini adalah bahasa pengalaman personal ketika dihadapkan pada kehilangan, kesadaran akan kefanaan diri, atau antisipasi terhadap sesuatu yang transenden setelah kematian. *Kalbu* tidak beroperasi melalui silogisme atau analisis data, melainkan melalui resonansi batin, perasaan mendalam, intuisi spiritual, dan keyakinan yang terpancar dari lubuk hati. Dalam tradisi spiritual, seperti tasawuf dalam Islam, *kalbu* dipandang sebagai pusat kesadaran tertinggi, wadah *ma'rifah* (pengenalan spiritual terhadap Tuhan dan realitas) yang kadang melampaui jangkauan *'aql* (akal rasional) semata[756]. Respon *kalbu* terhadap kematian sering kali diungkapkan melalui ekspresi artistik, ritual keagamaan, doa, kontemplasi, atau penerimaan pasrah yang sulit dijelaskan secara lisan. Keunggulan *kalbu* adalah kedalaman pengalaman yang ditawarkannya, menghubungkan individu dengan makna eksistensial yang paling pribadi dan sering kali bersifat sakral. Namun, sifatnya yang subjektif dan non-verbal menjadikannya sulit divalidasi atau dikomunikasikan secara universal selayaknya pengetahuan rasional.

Ketegangan inheren antara *logos* dan *kalbu* muncul karena perbedaan fundamental dalam metode pencarian kebenaran dan

substansi pemahaman yang dihasilkan. *Logos* menuntut pemisahan subjek dan objek, objektivitas, dan validasi eksternal, sementara *kalbu* justru menekankan penyatuan subjek dengan objek (dalam pengalaman batin), subjektivitas, dan validasi internal. Ketegangan ini bukanlah sekadar kontradiksi yang harus dihilangkan, melainkan sebuah dialektika yang produktif. Ia menyingkapkan bahwa pemahaman kematian tidak dapat direduksi hanya pada satu dimensi; kematian adalah fenomena yang rumit, memiliki aspek fisik-biologis, filosofis-rasional, psikologis-emosional, dan spiritual-transenden. Al-Qur'an sendiri secara eksplisit menyatakan realitas kematian sebagai ketetapan ilahi yang pasti terjadi pada setiap jiwa, sebuah pernyataan yang membutuhkan penerimaan baik secara rasional (melalui pemahaman pesan) maupun spiritual (melalui keyakinan dan persiapan batin): "Setiap jiwa akan merasakan kematian."[757]. Di tempat lain, ditegaskan kembali tak terhindarkannya kematian: "Setiap yang bernyawa akan merasakan kematian. Kemudian hanya kepada Kami kamu dikembalikan."[758] Ayat-ayat ini menjadi dasar *logos* untuk merenungkan kefanaan dan *kalbu* untuk mempersiapkan diri menyongsong transisi abadi.

Meskipun berbeda, *logos* dan *kalbu* memiliki potensi besar untuk saling melengkapi dan memperkaya pemahaman tentang kematian, membuka peluang pertemuan yang produktif. Filsafat, sebagai disiplin yang sangat mengandalkan *logos*, dapat mengarahkan akal untuk merenungkan batasan-batasan ontologis keberadaan, menganalisis konsep keabadian, waktu, dan ruang dari perspektif rasional. Namun, perenungan ini dapat menjadi kering

tanpa dijiwai oleh kesadaran mendalam yang berasal dari *kalbu* tentang makna eksistensial dari keterbatasan itu sendiri. Sebaliknya, tasawuf, yang menekankan pengalaman batin dan penyucian *kalbu*, menawarkan wawasan spiritual yang mendalam tentang kehidupan setelah mati, sifat jiwa, dan hubungan dengan Realitas mutlak (Tuhan). Wawasan intuitif dari *kalbu* ini, yang sering kali datang dalam bentuk simbolis atau pengalaman yang tidak terartikulasi, dapat 'diterangi' dan distrukturkan oleh kerangka konseptual yang disediakan oleh *logos*. Dalam Islam, *'aql* dan *qalb* (kalbu) adalah dua instrumen penting dalam mencapai kebenaran; akal memproses informasi dari indra dan wahyu, sementara hati adalah tempat iman dan *ma'rifah* bersemayam, keduanya harus bekerja selaras[759]. Nabi Muhammad sendiri mengingatkan umatnya akan realitas kematian, mendorong kesadaran yang tidak hanya bersifat intelektual tetapi juga menggerakkan hati untuk beramal: "Perbanyaklah mengingat pemutus kenikmatan (yaitu kematian)."[760] Hadis ini membuktikan bahwa kesadaran akan kematian harus menerangi akal (untuk merencanakan dan beramal) sekaligus menggetarkan hati (untuk meningkatkan keimanan dan ketakwaan).

Pertemuan antara *logos* dan *kalbu* dalam konteks kematian memungkinkan tercapainya pemahaman yang lebih integral, yang melampaui dualisme sempit. *Logos* menyajikan fakta, teori, dan analisis tentang kematian sebagai fenomena biologis atau konsep filosofis. *Kalbu* menyediakan kedalaman emosional dan spiritual, memungkinkan individu untuk merasakan kematian sebagai bagian

tak terpisahkan dari perjalanan eksistensial, sebagai momen transisi, atau bahkan sebagai pintu gerbang menuju realitas lain. Dalam sintesis ini, pandangan terhadap kematian tidak lagi hanya bersifat dingin dan objektif, atau sekadar samar dan penuh misteri. Sebaliknya, kematian dipahami sebagai realitas multifaset yang menyentuh lapisan intelektual, emosional, dan spiritual keberadaan manusia. Ini adalah pemahaman yang tidak hanya informatif secara kognitif tetapi juga transformatif secara eksistensial, membimbing individu untuk hidup dengan kesadaran akan kefanaan sambil mencari makna yang lebih dalam dan abadi[761].

Ketegangan awal antara *logos* dan *kalbu* dalam pemaknaan kematian pada akhirnya membuka peluang untuk eksplorasi yang lebih luas dan sintesis yang lebih kaya. Daripada memandang keduanya sebagai kekuatan yang saling bertentangan, kita dapat melihatnya sebagai instrumen pelengkap yang penting untuk memahami salah satu misteri terbesar kehidupan. Integrasi antara analisis rasional dan resonansi batin memungkinkan manusia untuk menghadapi kematian bukan hanya sebagai akhir biologis atau problem filosofis semata, tetapi sebagai pengalaman total yang menyatukan aspek rasional dan spiritual diri, membimbing menuju penerimaan yang penuh makna dan persiapan yang komprehensif.

Kesadaran Kematian sebagai Jalan Kesadaran Diri dan Tuhan
Kematian dalam Filsafat sebagai Cermin Eksistensial

Fenomena kematian merupakan salah satu realitas universal yang tak terhindarkan dan telah menjadi subjek perenungan mendalam dalam berbagai tradisi intelektual dan spiritual

sepanjang sejarah peradaban manusia. Dari sudut pandang biologis, kematian menandai akhir fungsi organisme, namun secara filosofis, kematian sering kali dipandang sebagai titik krusial yang secara fundamental membentuk dan memberikan makna bagi keberadaan manusia. Dalam ranah filsafat, khususnya filsafat eksistensial, kematian tidak hanya dilihat sebagai terminus, melainkan sebagai aspek intrinsik dari struktur keberadaan itu sendiri (*Dasein*). Martin Heidegger, dalam karya monumentalnya *Sein und Zeit* (Being and Time), menempatkan analisis keberadaan manusia (*Dasein*) sebagai pusat proyek filosofisnya. Ia berpendapat bahwa untuk memahami "makna keberadaan" (*Sinn von Sein*), kita harus terlebih dahulu menganalisis *Dasein* sebagai entitas yang memiliki pemahaman pre-ontologis mengenai keberadaan itu sendiri[762]. Dalam analisis ini, kematian (*Tod*) muncul sebagai salah satu penentu fundamental dari struktur *Dasein*. Heidegger memperkenalkan konsep *Sein-zum-Tode* atau "Berada-menuju-Kematian". Konsep ini tidak merujuk pada momen aktual kematian sebagai peristiwa empiris yang akan datang, melainkan pada kesadaran eksistensial yang terus-menerus ada pada *Dasein* mengenai kemungkinan tak terhindarkan dari ketidakberadaannya sendiri pada setiap saat[763].

Bagi Heidegger, *Sein-zum-Tode* bukanlah sekadar pengetahuan teoretis bahwa "semua manusia akan mati", melainkan sebuah pengalaman eksistensial yang paling personal dan tidak dapat digantikan oleh orang lain. Kematian adalah "kemungkinan yang paling personal dari Dasein"[764]. Dalam *Sein und Zeit*, Heidegger mengontraskan cara *Dasein* berhadapan dengan kematian dalam

mode otentik (*Eigentlichkeit*) dan tidak otentik (*Uneigentlichkeit*). Dalam mode tidak otentik, *Dasein* cenderung menghindari atau menyangkal kematian, menganggapnya sebagai sesuatu yang "belum" terjadi atau sebagai peristiwa yang menimpa "orang lain" (*das Man*)[765]. Sikap ini membuat *Dasein* tenggelam dalam anonimitas kerumunan dan hidup sesuai dengan norma serta ekspektasi sosial yang dangkal, jauh dari dirinya sendiri yang paling dalam. Sebaliknya, mode otentik dalam berhadapan dengan kematian melibatkan penerimaan kesadaran akan *Sein-zum-Tode*. Kesadaran ini mengungkapkan finitas (*Finitude*) dan temporalisasi eksistensi manusia[766]. *Dasein* menyadari bahwa keberadaannya terbatas dalam waktu dan bahwa ia "dilemparkan" (*geworfen*) ke dalam keberadaan ini tanpa pilihan tetapi harus menghadapinya dengan kemungkinan kematian di depan. Penerimaan finitas inilah yang menjadi cermin eksistensial. Kematian, sebagai kemungkinan definitif yang mengakhiri semua kemungkinan lainnya, memaksa *Dasein* untuk berhadapan dengan dirinya sendiri sebagai individu yang unik, tak tergantikan, dan bertanggung jawab atas keberadaannya yang terbatas[767]. Paradoksalnya, justru dalam bayang-bayang *Sein-zum-Tode*, manusia menemukan kebebasan eksistensialnya yang paling mendasar. Kesadaran akan kematian membebaskan *Dasein* dari belenggu determinisme sosial dan memberikan ruang bagi *pilihan* yang autentik[768]. Ketika kematian mengungkapkan bahwa hidup adalah proyek yang terbatas dan *sekali jalan*, manusia dihadapkan pada urgensi untuk mendefinisikan dirinya sendiri dan menciptakan maknanya. Makna hidup, dalam perspektif eksistensialis Heideggerian, bukanlah

sesuatu yang *ditemukan* dalam esensi pra-bentuk atau tatanan metafisik, melainkan sesuatu yang *diciptakan* melalui tindakan proyektif (*Entwurf*) *Dasein* dalam menghadapi kemungkinan ketiadaan (nihilasi)[769].

Kematian, dalam pandangan ini, bukanlah sesuatu yang harus ditakuti atau dihindari secara patologis, melainkan sesuatu yang harus diterima sebagai bagian integral dari "menjadi manusia". Penerimaan ini adalah langkah pertama menuju otentisitas. Individu yang otentik adalah dia yang hidup dalam kesadaran penuh akan *Sein-zum-Tode*, tidak berpura-pura bahwa hidup itu abadi atau tidak berujung. Kesadaran akan kematian memberikan ketajaman pada setiap momen dan setiap pilihan, karena waktu yang tersedia terbatas. Ini mendorong *Dasein* untuk memilih dan bertindak dengan penuh kesadaran akan tanggung jawab atas proyek eksistensialnya sendiri, alih-alih tersesat dalam kebiasaan, konformitas, atau pelarian[770]. Dengan kata lain, kematian berfungsi sebagai katalisator yang mendorong manusia untuk merebut kembali dirinya dari pengaruh eksternal dan memulai proyek eksistensialnya sendiri secara sadar dan bertanggung jawab. Dalam pengertian inilah kematian menjadi cermin yang memantulkan hakikat keberadaan *Dasein* sebagai "berada-di-dunia" (*In-der-Welt-sein*) yang terbatas namun penuh potensi untuk otentisitas dan kebebasan[771].

Pandangan filsafat eksistensial mengenai kematian sebagai cermin otentisitas dan pendorong tindakan bermakna menemukan resonansi menarik ketika diperbandingkan dengan pandangan religius, khususnya dalam Islam. Meskipun basis epistemologis dan

ontologisnya sangat berbeda filsafat eksistensial Heidegger berakar pada analisis fenomenologis keberadaan duniawi tanpa praanggapan transenden yang dogmatis, sementara Islam berlandaskan pada wahyu Ilahi keduanya sama-sama menekankan pentingnya kesadaran akan finitas hidup duniawi. Dalam Islam, kematian bukanlah akhir dari segalanya, melainkan gerbang menuju alam akhirat (*akhirah*), di mana setiap individu akan dimintai pertanggungjawaban atas amal perbuatannya di dunia (*dunya*). Kehidupan dunia dipandang sebagai 'periode ujian' atau 'ladang amal' sebelum menuai hasilnya di akhirat. Kesadaran akan kematian (*dzikrul maut*) ditekankan secara kuat sebagai pendorong untuk menjalani hidup yang saleh, produktif, dan penuh kesadaran akan tujuan penciptaan serta akuntabilitas di hadapan Tuhan. Al-Quran, sebagai sumber utama ajaran Islam, secara gamblang mennyatakan universalitas kematian dan kaitannya dengan pertanggungjawaban serta balasan yang sempurna di Hari Kiamat: *"Setiap yang bernyawa pasti akan merasakan mati. Dan hanya pada hari Kiamat sajalah diberikan dengan sempurna balasanmu. Barangsiapa dijauhkan dari neraka dan dimasukkan ke dalam surga, sungguh dia memperoleh kemenangan. Kehidupan dunia hanyalah kesenangan yang memperdaya."* (QS. Ali 'Imran: 185). Ayat ini secara eksplisit menghubungkan kematian dengan akuntabilitas dan tujuan akhir eksistensi manusia, yaitu mencapai kemenangan (surga) atau celaka (neraka) berdasarkan amal di dunia. Kesadaran bahwa kehidupan dunia adalah "kesenangan yang memperdaya" (metafora tentang finitas dan sifat sementara) berfungsi sebagai pengingat untuk tidak terlena dan memanfaatkan waktu yang terbatas ini secara optimal.

Demikian pula, Hadis Nabi Muhammad SAW banyak mengingatkan umatnya akan kematian dan pentingnya beramal sebelum terlambat, menekankan bahwa hidup dunia adalah kesempatan terbatas yang harus dimanfaatkan dengan sebaik-baiknya. Salah satu hadis yang populer menyatakan: *"Manfaatkanlah lima perkara sebelum datang lima perkara: Masa mudamu sebelum tuamu, waktu sehatmu sebelum sakitmu, masa kayamu sebelum miskinmu, waktu luangmu sebelum sibukmu, dan masa hidupmu sebelum matimu."* (HR. Al-Hakim). Hadis ini secara eksplisit mendorong kesadaran akan lima finitas atau transiensi dalam hidup, di mana finitas hidup ("masa hidupmu sebelum matimu") menjadi penutup yang merangkum urgensi memanfaatkan semua kondisi baik sebelumnya. Meskipun kerangka filosofis pemanfaatan waktu terbatas ini berbeda Heidegger menekankan otentisitas diri dalam menghadapi ketiadaan, sementara Islam menekankan ketaatan kepada Tuhan untuk mencapai keselamatan abadi keduanya sama-sama menggunakan kesadaran akan finitas sebagai motivasi untuk tindakan yang bermakna dan bertanggung jawab. Dalam kedua perspektif ini, kematian bukanlah sekadar akhir, melainkan sebuah dimensi yang krusial yang memberikan bobot dan kesignifikanan pada setiap momen dan pilihan yang dibuat dalam perjalanan hidup.

Kematian dalam Tasawuf sebagai Gerbang Kesatuan

Dalam spektrum pemikiran spiritual Islam, Tasawuf menempati posisi unik dalam interpretasinya mengenai eksistensi dan teleologi kehidupan. Berbeda dengan pandangan eskatologis yang umum, yang seringnya menempatkan kematian sebagai terminus ad quem

(titik akhir) kehidupan duniawi dan awal pertanggungjawaban di akhirat, tradisi Tasawuf justru merumuskan kematian sebagai peristiwa transisional fundamental, yakni sebuah *gerbang* menuju realitas eksistensial yang lebih tinggi: kesatuan (wahdah) dengan Yang Ilahi[772]. Perspektif ini berakar kuat dalam keyakinan bahwa realitas duniawi (*dunya*) bersifat sementara dan fenomenal, sementara Realitas Hakiki adalah Wajah Abadi Tuhan yang menjadi tujuan akhir perjalanan spiritual (*sayr suluki*)[773].

Perjalanan spiritual dalam Tasawuf dipahami sebagai proses *tazkiyat al-nafs* (pemurnian jiwa) dan *tajarrud* (pengasingan diri) dari belenggu ego (*nafs ammarah*) dan keterikatan materi duniawi. Kehidupan dunia dilihat sebagai medan latihan yang intensif untuk melepaskan diri dari ilusi dualitas dan partikularitas, demi mencapai kesadaran akan *qurb* (kedekatan) dengan Tuhan. Dalam konteks ini, kematian fisik bukanlah suatu pemutusan, melainkan klimaks dari proses pemurnian tersebut; ia adalah *penghapusan terakhir* dari selubung fisikal yang membatasi persepsi jiwa terhadap Realitas Mutlak. Kematian dipandang sebagai katalisator untuk mencapai *visio Dei* (penglihatan Ilahi atau pengalaman langsung akan Tuhan, sesuai kapasitas ruhani) yang sempurna[774].

Salah satu formulasi paling mendalam mengenai konsepsi ini ditemukan dalam ajaran Imam Abu Hamid al-Ghazali, seorang figur sentral dalam sintesis filsafat, teologi, dan Tasawuf. Al-Ghazali memperkenalkan konsep *mawt qabl al-mawt*, atau "mati sebelum mati"[775]. Konsep ini menekankan pentingnya kematian simbolik dan

spiritual yang terjadi selama hidup, yaitu melalui penaklukkan hawa nafsu dan pengikisan ego secara radikal. Mati terhadap keinginan duniawi dan sifat-sifat tercela dianggap sebagai prasyarat untuk mencapai "kehidupan" spiritual yang sejati. Jika seseorang telah berhasil "mati sebelum mati," maka kematian fisik yang datang kemudian hanyalah peralihan tanpa guncangan, bahkan menjadi pembebasan final dari penjara raga. Dalam pandangan Al-Ghazali, kesadaran akan kematian tidak seharusnya menimbulkan ketakutan eksistensial, melainkan memicu introspeksi dan *muhasabah* (akuntabilitas diri) yang mendalam, mendorong individu untuk mempercepat laju perjalanannya menuju Tuhan[776].

Perspektif yang serupa, namun seringkali diungkapkan dalam bahasa yang lebih puitis dan ekstatis, ditemukan dalam karya-karya Maulana Jalaluddin Rumi. Bagi Rumi, kematian adalah momen reuni, kembalinya ruh partikular (*juz'i*) kepada Samudra Realitas Mutlak (*kullī*). Ia menggambarkan kematian bukan sebagai akhir yang suram, melainkan sebagai *urs* (hari pernikahan atau penyatuan) dengan Kekasih Abadi[777]. Puisi-puisinya dengan gamblang melukiskan kerinduan jiwa akan pelepasan dari kurungan dunia fisik menuju alam spiritual yang tak terbatas dan lebih hakiki. Dalam pandangan sufistik Rumi, merangkul kematian dengan cinta dan sukacita merupakan manifestasi dari pemahaman bahwa kehidupan duniawi hanyalah persinggahan sementara, dan Realitas Sejati menanti di balik tirai kematian.

Secara teoretis, konsepsi kematian sebagai gerbang kesatuan dalam Tasawuf terkait erat dengan doktrin *fana'* (pelenyapan atau

anihilasi diri dalam Tuhan) dan *baqa'* (subsistensi atau kelangsungan eksistensi *oleh* atau *dalam* Tuhan). Kematian fisik dapat dilihat sebagai tahap final dari proses *fana'* diri partikular (*nafs, 'ālam al-shahādah*) menuju *baqa'* dalam Realitas Ilahi (*al-Haqq, 'ālam al-ghayb*). Ini bukanlah peleburan identitas secara total dalam pengertian panteistik, melainkan transformasi kesadaran dari keterikatan pada keakuan yang terbatas menuju penyaksian dan eksistensi dalam Kesatuan Tunggal Tuhan, di mana sang sufi merasakan eksistensinya hanya *melalui* Tuhan[778]. Kematian, dalam bingkai ini, adalah momen perpisahan terakhir dengan segala bentuk dualitas dan partikularitas duniawi, memungkinkan jiwa untuk sepenuhnya menyadari dan mengalami kesatuan dengan sumbernya.

Perspektif sufistik mengenai kematian ini juga selaras dengan beberapa petunjuk fundamental dalam sumber-sumber utama ajaran Islam. Al-Qur'an secara tegas menyatakan bahwa segala sesuatu akan binasa kecuali Wajah Tuhan[779]. Ayat lain mengingatkan bahwa setiap jiwa pasti akan merasakan kematian dan hanya pada hari Kiamat balasan (amal) akan disempurnakan[780]. Ini menguatkan pandangan tentang kefanaan dunia dan keniscayaan transisi melalui kematian. Hadis Nabi Muhammad SAW juga menekankan pentingnya mempersiapkan diri untuk kematian dan akhirat, serta mengingatkan bahwa dunia ini laksana penjara bagi seorang mukmin[781]. Ajaran-ajaran ini menjadi fondasi normatif bagi dorongan sufistik untuk melepaskan diri dari keterikatan duniawi dan berorientasi pada persiapan untuk "pulang" kepada Tuhan.

Sebagai konklusi, dalam kerangka pemikiran Tasawuf, kematian bukanlah akhir yang menakutkan atau perpisahan yang tragis, melainkan sebuah fase esensial dalam evolusi spiritual manusia. Ia adalah gerbang yang membuka jalan menuju Realitas Mutlak, penyatuan dengan Tuhan, dan pembebasan dari belenggu eksistensi temporal. Konsepsi "mati sebelum mati" ala Al-Ghazali dan metafora penyatuan ala Rumi memperkaya pemahaman ini, menjadikan kematian sebagai momentum transformasi dan pencerahan. Dengan fondasi teoretis pada konsep *fana'* dan *baqa'* serta dukungan dari teks-teks keagamaan, Tasawuf berhasil merumuskan kematian sebagai puncak perjalanan spiritual menuju kesatuan ilahi.

Menemukan Diri dalam Ketakterhindaran

Keberadaan manusia secara inheren terikat pada realitas fundamental yang universal: ketakterhindaran kematian. Fenomena esensial ini, yang menjadi batas mutlak eksistensi duniawi, secara historis telah memprovokasi refleksi mendalam dalam berbagai tradisi intelektual dan spiritual. Dalam lanskap filsafat eksistensial, terutama yang berkembang pada abad ke-19 dan ke-20, kematian tidak sekadar dilihat sebagai peristiwa biologis, melainkan sebagai horison struktural keberadaan manusia (*Dasein*). Tokoh sentral seperti Martin Heidegger menekankan bahwa kesadaran akan "ada-menuju-kematian" (*Sein zum Tode*) adalah modalitas eksistensial yang paling personal dan tak terhindarkan.[782] Konfrontasi langsung dengan kefanaan memunculkan rasa cemas (*Angst*) yang bukan disebabkan oleh ancaman spesifik, melainkan oleh kesadaran akan

ketiadaan (*nothingness*) yang melingkupi eksistensi.[783] Kecemasan ini, meskipun sering dihindari melalui pelarian ke dalam eksistensi *inautentik* (hidup menurut norma dan ekspektasi sosial yang impersonal, atau *das Man*), justru menawarkan potensi pembebasan. Dengan merangkul *Angst* dan realitas kematian, individu dipaksa untuk menghadapi kebebasan radikal mereka dalam memilih makna dan proyeksi diri dalam keberadaan yang absurd.[784] Dalam kerangka ini, kematian menjadi cermin yang memperlihatkan kontingensi dan tanggung jawab tunggal individu atas keberadaannya, mendorong otentisitas dan penemuan diri yang sejati di luar struktur sosial dan kepalsuan.

Paralel yang mencolok dapat ditemukan dalam tradisi tasawuf, dimensi esoteris dalam Islam yang berfokus pada pemurnian jiwa (*tazkiyat al-nafs*) dan pencarian kedekatan ilahi (*qurb ila Allah*). Salah satu praktik fundamental dalam tasawuf adalah *dzikr al-mawt* (mengingat kematian). Praktik ini bukan hanya sekadar peringatan akan akhir hayat, melainkan sebuah metode asketik dan kontemplatif untuk melepaskan keterikatan jiwa dari dunia material (*dunya*) yang fana dan ilusif. Para sufi meyakini bahwa kecintaan yang berlebihan pada dunia adalah hijab utama yang menghalangi pandangan terhadap Realitas Mutlak Allah.[785] Kesadaran akan kematian berfungsi sebagai pengingat bahwa segala kenikmatan dan kepemilikan duniawi akan ditinggalkan, mendorong individu untuk mengalihkan fokus dan energinya menuju persiapan untuk kehidupan setelah kematian dan, yang lebih penting, menuju 'pulang' kepada Sang Pencipta. Al-Qur'an sendiri menegaskan keniscayaan ini: "Setiap yang bernyawa akan merasakan mati.

Kemudian hanya kepada Kami-lah kamu dikembalikan." [786] Demikian pula, banyak hadis Nabi Muhammad yang menganjurkan umatnya untuk sering mengingat kematian sebagai pemutus segala kenikmatan duniawi.[787] Bagi sufi, kematian fisik dipahami sebagai pintu gerbang menuju pertemuan abadi (*liqa'*) dengan Yang Maha Esa, memfasilitasi realisasi *fana'* (peleburan diri dalam Realitas Ilahi) dan *baqa'* (kekekalan dalam Allah), sebuah stasiun spiritual tertinggi yang melampaui eksistensi individual yang terbatas.

Titik konvergensi filosofis dan spiritual ini terletak pada fungsi transformatif kesadaran akan kematian. Baik dalam eksistensialisme maupun tasawuf, kematian bukanlah terminal belaka, melainkan sebuah titik balik atau transisi krusial. Dalam filsafat eksistensial, kematian adalah transisi dari eksistensi inautentik yang seragam ke potensi eksistensi otentik yang dipilih secara personal. Ini adalah kematian dari 'diri' yang dibentuk oleh orang lain atau masyarakat (*das Man*) demi kelahiran 'diri' yang sejati, bertanggung jawab, dan sadar akan kebebasannya. Sementara itu, dalam tasawuf, kematian adalah transisi dari keterikatan pada dunia fana menuju pembebasan spiritual dan penyatuan dengan Realitas Abadi. Ini adalah kematian dari 'diri' *nafs al-ammarah* (jiwa yang memerintahkan kejahatan) dan 'ego' yang terpusat pada diri sendiri, demi kelahiran 'hati' (*qalb*) yang murni dan 'roh' (*ruh*) yang tercerahkan, siap kembali kepada sumbernya. Kedua tradisi ini, meskipun dengan terminologi dan orientasi metafisik yang berbeda (eksistensi-diri vs. eksistensi-Ilahi), sepakat bahwa kesadaran akan kefanaan adalah kekuatan yang mendorong pencarian dan penemuan diri yang melampaui permukaan kehidupan sehari-hari.

Implikasi dari konvergensi ini adalah adanya pemahaman yang lebih kaya tentang peran eksistensial kematian dalam kondisi manusia. Kematian diposisikan bukan sebagai absurditas yang menakutkan yang harus dihindari pembicaraannya, melainkan sebagai fitur intrinsik keberadaan yang, ketika dihadapi dengan kesadaran penuh, membuka jalan bagi pemahaman yang lebih mendalam tentang siapa kita sebenarnya dan bagaimana seharusnya kita hidup. Dalam kedua paradigma ini, hidup yang bermakna adalah hidup yang diinformasikan oleh kesadaran akan kematian baik itu dimanifestasikan sebagai keberanian untuk memilih makna di dunia yang tak bermakna secara inheren (eksistensialisme) atau sebagai pelepasan diri dari dunia fana demi mengejar kedekatan dengan Realitas Abadi (tasawuf). Secara sintetik, baik filsafat eksistensial maupun tasawuf mengungkapkan bahwa ketakterhindaran kematian bukanlah akhir, melainkan merupakan permulaan dari sebuah perjalanan batin yang mendalam. Kematian berfungsi sebagai pencerah yang menyingkap ilusi keabadian duniawi dan memaksa individu untuk mengarahkan pandangannya ke dalam, mencari esensi keberadaan mereka sendiri dan hubungannya dengan hakikat realitas. Dalam konvergensi jalan-jalan pencarian ini, kita menemukan bahwa menghadapi kefanaan adalah, paradoksalnya, salah satu jalan paling ampuh untuk benar-benar menemukan diri dan hidup dengan kesadaran penuh.

Konvergensi Kematian sebagai Transendensi dan Transformasi

Transendensi dalam Filsafat

Konsep transendensi, yang secara etimologis berasal dari bahasa Latin *transcendĕre* yang berarti "melampaui" atau "melebihi,"

merupakan salah satu tema sentral dalam berbagai aliran filsafat. Secara umum, transendensi merujuk pada kapasitas atau proses bergerak melampaui batas-batas yang dikenali, baik itu batasan fisik, material, kognitif, sosial, maupun eksistensial. Dalam ranah filsafat, özellikle filsafat eksistensialisme, transendensi dipahami sebagai karakteristik fundamental dari keberadaan manusia (*Dasein*), yakni kemampuan inheren untuk melampaui kondisi factual dirinya menuju kemungkinan-kemungkinan baru dan penciptaan makna. Dalam pemikiran filsafat eksistensial, Jean-Paul Sartre mendekonstruksi pandangan tradisional tentang esensi manusia. Bagi Sartre, "eksistensi mendahului esensi" (*l'existence précède l'essence*), yang berarti manusia pertama-tama ada, dan kemudian melalui pilihan-pilihan serta tindakannya, ia mendefinisikan esensinya sendiri. Dalam kerangka ini, transendensi dipahami sebagai kemampuan radikal manusia, yang sadar akan kebebasannya, untuk melampaui kondisi faktualnya (*facticité*). Faktisitas meliputi segala sesuatu yang inheren pada diri manusia tubuhnya, masa lalunya, situasinya dalam dunia namun justru karena kesadaran akan faktisitas inilah, manusia memiliki kebebasan untuk tidak sepenuhnya ditentukan olehnya.

Transendensi, menurut Sartre, bukanlah semata-mata pelarian dari realitas atau penolakan terhadap kondisi fisik dan sosial. Sebaliknya, ini adalah suatu bentuk pembebasan dari belenggu struktur pemikiran atau determinisme yang mencoba mengekang kebebasan inheren manusia. Ketika individu menyadari kebebasan mutlaknya untuk memilih, memberi makna pada hidupnya, dan

merancang proyek eksistensialnya sendiri, terlepas dari segala kekuatan eksternal yang menekan, di situlah transendensi otentik terjadi. Kebebasan ini, bagaimanapun, hadir bersama dengan tanggung jawab yang berat, menciptakan kecemasan eksistensial karena individu sepenuhnya bertanggung jawab atas pilihan dan dirinya sendiri. Dalam pandangan Sartre, kematian, yang tampak sebagai akhir, justru menjadi simbol dari kebebasan final. Kematian menegaskan bahwa individu tidak lagi dapat dipenjara oleh dunia, oleh pandangan orang lain, atau oleh struktur sosial yang membelenggu. Kematian, meskipun mengakhiri proyek eksistensial di dunia, justru mengungkapkan dimensi kebebasan tertinggi dalam hidup, di mana seseorang melampaui diri mereka sendiri dan, dalam ketiadaan kemungkinan di masa depan, menerima takdir sebagai bagian integral dari eksistensinya yang telah tercetak dalam sejarah[788].

Berbeda namun saling melengkapi dengan Sartre, Martin Heidegger dalam karyanya *Being and Time* memusatkan kajian transendensi pada analisis eksistensi manusia (*Dasein*) dalam hubungannya dengan waktu dan keberadaan (Sein). Bagi Heidegger, transendensi bukanlah sekadar melampaui batasan fisik atau sosial, melainkan suatu modus keberadaan *Dasein* yang secara inheren "berada-dalam-dunia" (*In-der-Welt-sein*) namun pada saat yang sama senantiasa melampaui dirinya menuju kemungkinan-kemungkinannya. Esensi *Dasein* terletak pada eksistensinya, yaitu pada kemampuannya untuk melampaui (*transcend*) dirinya menuju pemahaman akan keberadaan (Sein).

Heidegger menekankan bahwa salah satu karakteristik fundamental *Dasein* adalah kesadarannya akan kefanaan dan temporalitasnya. Pengakuan terhadap kematian (*Sein zum Tode* - Being-towards-death) bukanlah pandangan yang morbid, melainkan suatu kesadaran eksistensial yang membawa *Dasein* pada pemahaman yang lebih dalam tentang finitude-nya sendiri dan orisinalitas eksistensinya. Melalui kecemasan (*Angst*) yang muncul dari kesadaran akan kemungkinan ketiadaan (kematian), *Dasein* dihadapkan pada pilihan untuk menjalani keberadaan yang otentik (*Eigenlichkeit*) atau tenggelam dalam ketidakotentikan (*Uneigentlichkeit*), yaitu hidup sesuai dengan norma dan harapan publik (*das Man*). Transendensi, dalam konteks Heideggerian ini, terjadi ketika *Dasein* menghadapi kefanaannya sendiri secara berani, melepaskan diri dari 'ocehan' publik, dan memilih untuk hidup secara otentik, menjadikan setiap momen sebagai kesempatan untuk mewujudkan kemungkinan dirinya yang paling hakiki. Transendensi tidak hanya berarti melampaui diri dalam makna filosofis sebagai kebebasan memilih, tetapi juga memahami bahwa hidup yang otentik adalah hidup yang sadar akan kematian dan membentuk dirinya melalui pilihan-pilihan eksistensial yang unik dan bertanggung jawab, melampaui keberadaan sehari-hari yang dangkal[789].

Pandangan Sartre dan Heidegger, meskipun berbeda dalam penekanan (kebebasan radikal vs. kesadaran mortalitas), berkonvergensi pada inti bahwa transendensi adalah esensial bagi pencarian makna eksistensial. Keduanya melihat bahwa manusia

tidak memiliki esensi tetap yang diturunkan, melainkan harus menciptakan makna melalui keberanian untuk melampaui kondisi faktual dan menghadapi keterbatasan (kebebasan atau kematian) dengan otentisitas. Proses transendensi ini memungkinkan individu untuk tidak hanya 'ada' dalam dunia tetapi juga 'menjadi' dirinya yang sejati, membangun identitas dan makna melalui proyek dan pilihan hidupnya.

Namun, konsep transendensi tidak berhenti pada ranah filsafat eksistensial yang cenderung sekuler. Dalam banyak tradisi keagamaan, transendensi mengambil dimensi spiritual yang mendalam, merujuk pada upaya manusia untuk melampaui dunia material dan ego pribadi menuju penyatuan atau kedekatan dengan realitas ilahi atau absolut. Dalam konteks ini, transendensi melibatkan dimensi vertikal hubungan dengan Yang Transenden (Tuhan) bukan hanya horizontal melampaui diri di dunia. Ajaran agama sering kali menekankan bahwa tujuan akhir eksistensi manusia bukanlah hanya penciptaan makna diri di dunia, tetapi juga pencapaian keridaan ilahi dan kehidupan abadi di akhirat.

Dalam ajaran Islam, konsep transendensi dapat dilihat dari berbagai sudut pandang. Salah satu aspeknya adalah kesadaran akan adanya realitas yang melampaui alam materi yang kasat mata, yaitu Allah SWT, Dzat Yang Maha Transenden, yang tidak terbatas oleh ruang dan waktu. Manusia diperintahkan untuk beribadah dan mengabdi kepada-Nya, sebuah panggilan untuk melampaui keinginan duniawi semata demi meraih tujuan yang lebih tinggi. Sebagaimana firman Allah SWT: *"Dan Aku tidak menciptakan jin dan*

manusia melainkan supaya mereka beribadah kepada-Ku." [790] Ayat ini secara fundamental menegaskan adanya tujuan eksistensi manusia yang melampaui sekadar kehidupan duniawi, yaitu penghambaan kepada Zat Yang Maha Transenden. Ibadah, dalam maknanya yang luas, adalah upaya sadar untuk menyelaraskan kehendak diri dengan kehendak Ilahi, sebuah bentuk transendensi diri dari kecenderungan egoistik menuju penyerahan dan kepatuhan kepada kebenaran yang lebih tinggi. Aspek lain dari transendensi dalam Islam adalah kesadaran akan kefanaan hidup dunia dan kepastian kematian, yang membawa manusia pada pemahaman tentang dimensi eksistensi yang lebih besar yaitu akhirat. Kesadaran ini senada dengan pandangan Heidegger tentang 'berada-menuju-kematian', namun dalam Islam, kematian bukanlah akhir segalanya, melainkan jembatan menuju pertanggungjawaban dan kehidupan abadi di hadapan Allah SWT. Firman Allah SWT: *"Setiap yang bernyawa akan merasai mati, dan hanya pada Hari Kiamat sajalah disempurnakan balasanmu. Barangsiapa diselamatkan dari neraka dan dimasukkan ke dalam surga, maka sungguh ia telah beruntung. Kehidupan dunia itu tidak lain hanyalah kesenangan yang memperdaya*." [791] Ayat ini mengingatkan manusia akan temporalitas hidup dunia dan urgensi untuk mempersiapkan diri menghadapi realitas akhirat. Kesadaran ini mendorong seorang Muslim untuk tidak terikat secara berlebihan pada kesenangan duniawi, melainkan berusaha melampaui keterikatan materi menuju amalan yang memiliki nilai transenden (ukhrawi). Selain itu, konsep *Ihsan* dalam Islam mencerminkan dimensi transendensi dalam penghambaan,

yaitu beribadah kepada Allah seolah-olah engkau melihat-Nya, dan bila engkau tidak dapat melihat-Nya, sesungguhnya Dia melihatmu. Hadis yang diriwayatkan oleh Imam Muslim dari Umar bin Khattab RA dalam Kitab al-Iman, yang dikenal sebagai Hadis Jibril, menyebutkan *Ihsan* sebagai salah satu pilar agama: *"...kemudian dia bertanya, 'Beritahukan kepadaku tentang Ihsan.' Beliau menjawab, 'Engkau beribadah kepada Allah seolah-olah engkau melihat-Nya, dan bila engkau tidak dapat melihat-Nya, sesungguhnya Dia melihatmu.'"* [792] Konsep *Ihsan* mendorong individu untuk melampaui sekadar kepatuhan formal (Islam) dan keyakinan (Iman) menuju suatu kondisi spiritual yang lebih tinggi, di mana kesadaran akan kehadiran Ilahi menjadi pedoman dalam setiap aspek kehidupan. Ini adalah bentuk transendensi internal, melampaui kesadaran diri yang terbatas menuju kesadaran yang senantiasa terhubung dengan Yang Maha Hadir.

Transendensi, baik dalam kerangka filsafat eksistensial maupun perspektif keagamaan, menampilkan inti yang sama: upaya fundamental manusia untuk melampaui batas-batas dirinya baik fisik, sosial, kognitif, maupun eksistensial dalam pencarian makna yang lebih dalam, otentisitas, kebebasan, atau koneksi dengan realitas yang lebih tinggi. Bagi Sartre, transendensi adalah realisasi kebebasan radikal di hadapan faktisitas dan kematian. Bagi Heidegger, ia adalah keberanian *Dasein* menghadapi kefanaan diri untuk hidup otentik. Sementara dalam konteks keagamaan, khususnya Islam, transendensi melibatkan kesadaran akan Yang Transenden (Allah) dan upaya melampaui keterikatan duniawi serta

keterbatasan ego demi meraih keridaan dan tujuan akhirat. Memahami transendensi dari berbagai sudut pandang ini mengayakan pemahaman kita tentang kompleksitas keberadaan manusia dan dorongan inherennya untuk tidak hanya 'ada' tetapi 'melampaui' dirinya sendiri dalam upaya tanpa henti untuk menemukan dan menciptakan makna. Ini adalah perjalanan eksistensial yang terus-menerus, sebuah panggilan untuk menyadari potensi diri, menghadapi keterbatasan, dan mengarahkan pandangan melampaui hal-hal yang terlihat, menuju dimensi keberadaan yang lebih dalam, apakah filosofis, spiritual, atau keduanya.

Transformasi dalam Tasawuf

Tradisi tasawuf mengajarkan bahwa perjalanan menuju Tuhan adalah sebuah proses purifikasi yang mendalam, sebuah "kematian" simbolis sebelum kematian biologis. Konsep ini, dikenal sebagai *maut qabla maut*, merujuk pada penenggelaman diri dari kungkungan keakuan (ego atau *nafs*) dan segala keterkaitannya dengan dunia materi serta keinginan-keinginan rendah[793]. Ego, dalam pandangan tasawuf, adalah penghalang utama antara individu dan Tuhan. Ia merupakan sumber keangkuhan, keserakahan, kecemburuan, lampiran duniawi, dan segala sifat tercela lainnya yang mengikat kesadaran pada ilusi keberadaan diri yang terpisah dan mandiri. Untuk mencapai kedekatan atau penyatuan dengan Tuhan, ego ini harus dijinakkan, ditaklukkan, dan pada akhirnya, dilenyapkan[794].

Proses *maut qabla maut* melibatkan serangkaian disiplin spiritual yang ketat, termasuk *riyadah* (latihan spiritual), *mujahadah* (perjuangan melawan diri), *zuhd* (asketisme), *dzikir* (mengingat Tuhan secara terus-menerus), *tafakkur* (kontemplasi), dan *muraqabah* (meditasi atau pengawasan diri). Tujuan dari praktik-praktik ini adalah untuk membersihkan hati (*tazkiyat al-qalb*) dari segala sesuatu selain Tuhan dan untuk melemahkan cengkeraman ego atas kesadaran. Melalui penyerahan diri secara total kepada kehendak Ilahi, sang *salik* secara bertahap melepaskan identifikasi dirinya dengan tubuh fisik, pikiran, emosi, dan peran sosialnya, menyadari bahwa eksistensinya yang sejati adalah keterhubungannya, atau bahkan keberadaannya dalam, Realitas Ilahi[795].

Puncak dari transformasi dalam tasawuf, hasil dari perjuangan melawan ego dan proses *maut qabla maut*, adalah pencapaian *fana*[796]. Secara harfiah berarti "lenyap" atau "kehancuran", *fana* dalam terminologi sufi menggambarkan keadaan di mana kesadaran individu akan keberadaan dirinya yang terpisah lenyap dalam kesadaran yang meluap-luap akan Kehadiran Ilahi. Ini bukanlah kehilangan kesadaran atau eksistensi fisik, tetapi lebih merupakan transendensi kesadaran egois yang terbatas. Dalam keadaan *fana*, sang *salik* tidak lagi merasakan dirinya sebagai entitas independen yang terpisah dari Tuhan, melainkan mengalami penghancuran (dalam arti spiritual) dari "diri" palsu yang dibentuk oleh ego[797]. Konsep *fana* terhubung erat dengan Realitas *tauhid*, pengakuan mutlak atas Keesaan Tuhan. Dalam *fana*, sang *salik* tidak

lagi melihat "banyak" (pluralitas ciptaan dan dirinya sendiri sebagai entitas terpisah), tetapi hanya "Satu" (Tuhan) yang hadir di mana-mana dan dalam segala sesuatu. Penglihatan spiritual ini melampaui dualitas subjek-objek, di mana sang pengamat (*salik*) dan Yang Diamati (*al-Haqq*, Realitas Tuhan) seolah-olah melebur[798]. Para sufi klasik, seperti Abu Yazid al-Bistami, sering menggambarkan keadaan ini dengan ungkapan-ungkapan yang terkesan kontroversial bagi telinga awam, karena mereka berbicara dari perspektif kesadaran yang telah melampaui ego individu, di mana suara yang berbicara seolah-olah adalah suara Tuhan sendiri[799].

Penting untuk dicatat bahwa *fana* seringkali dilihat bukan sebagai tujuan akhir perjalanan sufi, tetapi sebagai sebuah stasiun spiritual yang signifikan. Setelah mengalami *fana*, sang *salik* dapat kembali ke kesadaran duniawi, namun dengan perspektif yang sepenuhnya berubah. Keadaan "subsistensi" atau keberadaan kembali ini disebut *baqa* (kelangsungan atau keberadaan dalam Tuhan)[800]. Dalam *baqa*, sang *salik* hidup dan berinteraksi dengan dunia, tetapi kesadarannya tetap berakar dalam realisasi *tauhid* yang dialami di *fana*. Ego telah "mati", tetapi diri yang sejati, yang sadar akan ketergantungannya sepenuhnya pada Tuhan dan berfungsi sebagai instrumen kehendak Ilahi, kini "hidup" dalam Tuhan[801].

Realisasi *tauhid* yang mendalam melalui *fana* dan *baqa* berarti bahwa sang *salik* tidak lagi melihat dirinya sendiri sebagai pelaku independen, melainkan sebagai hamba yang sepenuhnya berserah diri dan sadar bahwa segala tindakan dan keberadaannya berasal

dari Tuhan. Ini adalah manifestasi tertinggi dari penyerahan diri yang diajarkan dalam Islam, di mana segala batasan diri individual lenyap dalam lautan Kehendak dan eksistensi Ilahi[802]. Kematian, dalam konteks ini, bukan hanya akhir dari kehidupan fisik, tetapi esensi dari proses transformatif: penghapusan batasan-batasan ego untuk memungkinkan realisasi kesatuan fundamental antara makhluk dan Pencipta, sebuah kepulangan ke sumber asal. Ajaran Rumi, misalnya, sering menggambarkan kematian fisik justru sebagai "pernikahan" atau "kembali" kepada Kekasih (Tuhan), karena di sanalah selubung ego terangkat sepenuhnya[803]. Ayat Al-Quran yang menyatakan "Sesungguhnya kami adalah milik Allah dan kepada-Nyalah kami kembali" (QS. Al-Baqarah : 156) dapat dilihat sebagai dasar teologis bagi konsep kepulangan ini, yang dalam tasawuf diinterpretasikan secara mendalam sebagai kepulangan spiritual melalui kematian ego sebelum kematian fisik[804]. Transformasi dalam tasawuf merupakan perjalanan spiritual yang menuntut penenggelaman diri secara radikal dari kungkungan ego material dan psikologis. Melalui disiplin spiritual yang ketat, sang *salik* berupaya mencapai *maut qabla maut*, yaitu "mati sebelum mati" dengan melenyapkan sifat-sifat tercela dan keterikatan duniawi yang bersumber dari ego (*nafs*). Puncak dari proses ini adalah pengalaman *fana*, keadaan transendensi di mana kesadaran akan diri yang terpisah lenyap dalam realisasi Kehadiran Ilahi. Meskipun *fana* merupakan stasiun penting, tujuan akhirnya adalah *baqa*, keberadaan kembali yang sadar dalam realisasi *tauhid* mutlak, di mana sang *salik* hidup sebagai hamba

yang sepenuhnya berserah, sadar akan kesatuan eksistensi dalam Tuhan. Konsep kematian dalam tasawuf, baik *maut qabla maut* maupun kematian fisik yang dipandang sebagai kepulangan, menjadi simbol kuat dari proses transformasi ini: penghapusan ego untuk memungkinkan realisasi sejati akan diri yang terhubung erat, atau bahkan hadir, dalam Realitas Ilahi. Hal ini mencerminkan inti ajaran tasawuf, yaitu pencarian dan realisasi kesatuan mutlak dengan Tuhan, yang pada akhirnya menghapus batas-batas ilusi antara makhluk dan Sang Pencipta[805].

Kematian sebagai Titik Balik

Kehidupan manusia secara inheren terlingkupi oleh kesadaran akan kefanaan. Realitas universal kematian, sebagai penutup tak terhindarkan dari eksistensi temporal, seringkali membangkitkan spektrum respons emosional dan kognitif, didominasi oleh kecemasan. Kecemasan ini bukan semata-mata ketakutan akan rasa sakit fisik atau hilangnya identitas pribadi, melainkan akar eksistensial yang lebih dalam, terkait dengan kontingensi keberadaan dan ketidakpastian absolut yang melampaui batas kehidupan. Namun, dalam dialektika pemikiran filsafat dan spiritual, kematian juga dipandang secara paradoksal sebagai sebuah titik balik transformatif, sebuah katalis yang berpotensi mengantarkan individu dari kungkungan kecemasan menuju keadaan pencerahan dan kejernihan batin. Dalam ranah filsafat eksistensial, particularly sebagaimana dielaborasi oleh Jean-Paul Sartre, kecemasan (*angoisse*) merupakan kondisi fundamental yang melekat pada kesadaran manusia. Kecemasan ini timbul dari kesadaran akan

kebebasan absolut yang dimiliki individu untuk mendefinisikan dirinya melalui pilihan-pilihan tindakannya, di tengah ketiadaan (*néant*) yang mengelilingi dan mengancam keberadaan dirinya. Puncak dari kesadaran akan ketiadaan ini adalah kesadaran akan kematian, sebuah kepastian yang menggarisbawahi kefanaan proyek-proyek eksistensial manusia. Sartre berargumen bahwa kematian, sebagai batas akhir, mengungkapkan kontingensi dasar dari eksistensi dan mengancam untuk mereduksi totalitas kehidupan menjadi ketiadaan[806]. Kecemasan yang muncul dari kesadaran ini bukanlah patologi, melainkan penyingkapan mendasar akan realitas kebebasan dan keterbatasan manusia. Namun, paradoksnya, justru dalam menghadapi kematian ini, individu memiliki potensi untuk mengatasi kecemasan tersebut. Dengan mengakui kefanaan dan ketidakpastian sebagai realitas yang inheren, seseorang dapat membebaskan diri dari upaya sia-sia untuk mencari jaminan atau esensi pra-definisi, beralih untuk hidup dengan lebih otentik (*authentic*). Otentisitas di sini berarti kesediaan untuk sepenuhnya merangkul kebebasan dan tanggung jawab atas keberadaan diri, membuat pilihan-pilihan yang selaras dengan proyek eksistensial pribadi, tanpa terhalang oleh "iman buruk" (*mauvaise foi*) atau penolakan terhadap kebebasan dan finitude diri[807]. Kematian, dalam pandangan ini, tidak hanya mengakhiri kehidupan, tetapi juga, melalui kesadarannya, dapat menjadi pencerahan yang memungkinkan seseorang untuk melihat kehidupan dalam perspektif yang lebih jujur dan jernih, mengurangi pembatasan diri yang diciptakan oleh ketakutan akan kehilangan

atau penilaian masa depan[808]. Keberadaan menjadi lebih berharga dan mendesak, mendorong individu untuk sepenuhnya hadir dalam momen dan memilih makna bagi eksistensinya.

Sementara itu, dalam tradisi tasawuf, jalur mistik dalam Islam, konsep "kematian" mengambil dimensi kiasan yang mendalam, dikenal sebagai "kematian sebelum kematian" (*al-mawt qabla al-mawt*). Ini merujuk pada proses spiritual yang intens yang bertujuan untuk mematikan atau menganihilasi ego (*nafs*) yang rendah dengan segala hasrat dan keterikatannya pada dunia material (*dunya*). Nafs dalam pandangan sufi seringkali digambarkan sebagai sumber keangkuhan, keserakahan, dan penghalang utama antara hamba dan Realitas Tertinggi (Allah). Proses menuju kematian ego ini, yang dikenal sebagai *fana'* (pelenyapan atau pelesapan), melibatkan disiplin spiritual yang ketat, termasuk *riyadah* (latihan spiritual), *mujahadah* (perjuangan melawan diri), dan *zuhd* (asketisme) dari keterikatan duniawi[3]. Tujuan utama *fana'* bukanlah untuk mengakhiri keberadaan, melainkan untuk melenyapkan kesadaran akan diri sebagai entitas independen yang terpisah, sehingga memungkinkan penyingkapan Realitas Ilahi. Keterikatan pada dunia fisik dan material, pada pencapaian duniawi, pada identitas egoistik, dianggap sebagai tabir (*hijab*) yang mengaburkan penglihatan batin atau mata hati (*qalb*). Al-Quran mengingatkan tentang sifat sementara kehidupan duniawi: *"Dan tiadalah kehidupan dunia ini melainkan senda gurau dan main-main. Dan sesungguhnya akhirat itulah yang sebenarnya kehidupan, kalau mereka mengetahui."* (Q. Al-Ankabut : 64). Hadis

Nabi Muhammad juga menganjurkan detasemen dari dunia: "*Jadilah engkau di dunia ini seakan-akan orang asing atau pengembara."* (HR. Bukhari).

Seiring dengan semakin terlepasnya individu dari cengkeraman *nafs* dan keterikatan duniawi melalui proses *fana'*, tabir-tabir yang menghalangi penglihatan batin pun tersingkap. Keadaan syuhud (persaksian atau penyaksian) mulai terakses, di mana individu mulai "melihat" realitas sebagaimana adanya, tidak lagi dibiaskan oleh hasrat ego atau ilusi duniawi. Ini adalah keadaan kejernihan batin yang mendalam, pembebasan dari belenggu duniawi yang membebani jiwa[809]. Kejernihan ini bukan semata-mata pemahaman intelektual, melainkan pengalaman langsung (*dzawq*) tentang Realitas. Dalam keadaan *syuhud*, seorang sufi dapat menyaksikan keesaan (*tauhid*) Realitas dalam segala manifestasinya, atau merasakan kehadiran Ilahi yang meliputi segala sesuatu. Proses *fana'* pada akhirnya mengarah pada *baqa'* (kekalnya kesadaran akan Allah) di mana hamba, setelah ego dilenyapkan, "kekal" dalam Realitas Ilahi, bertindak dan melihat melalui Realitas tersebut. Dalam hal ini, kematian ego menjadi transformasi radikal yang membawa individu menuju kebebasan batin yang tidak lagi dipengaruhi oleh gejolak dunia fana, dan membawa pada pemahaman yang lebih tinggi (*ma'rifah*) tentang keberadaan, tujuan hidup, dan hakikat Realitas itu sendiri.

Dalam menyintesis kedua perspektif ini, kita melihat adanya benang merah meskipun dari titik tolak yang berbeda. Filsafat eksistensial melihat kematian fisik sebagai batas yang tak

terhindarkan yang memaksa kesadaran akan kebebasan dan finitude, mengarah pada kejernihan otentisitas melalui penerimaan realitas ketiadaan dan tanggung jawab. Tasawuf, di sisi lain, melihat "kematian" (ego) sebagai proses spiritual yang disengaja, melepaskan diri dari keterikatan internal dan ego untuk mencapai kejernihan batin dan pemahaman Realitas melalui penyaksian langsung. Keduanya menawarkan narasi di mana confrontasi dengan bentuk "kematian" tertentu baik sebagai finitude eksternal maupun sebagai transendensi internal berfungsi sebagai titik balik krusial, membebaskan individu dari bentuk-bentuk kecemasan atau belenggu diri yang menghambat, dan mengantarkannya pada keadaan kesadaran yang lebih jernih, otentik, dan bermakna. Penerimaan kematian (fisik) atau pencarian kematian ego mencerminkan upaya manusia untuk melampaui kecemasan dasar dan menemukan kedamaian serta pemahaman yang lebih dalam di tengah kompleksitas eksistensi.

Kritik atas Pandangan Sekuler tentang Kematian

Reduksi Kematian menjadi Fenomena Biologis semata

Fenomena kematian telah lama menjadi subjek kajian yang kompleks, mencakup berbagai disiplin ilmu mulai dari biologi hingga filsafat dan teologi. Dalam diskursus ilmiah modern yang cenderung materialistis, terdapat kecenderungan kuat untuk mereduksi kematian semata-mata menjadi sebuah proses biologis. Pandangan ini dominan dalam sains kedokteran dan biologi, yang mendefinisikan kematian sebagai penghentian ireversibel dari fungsi-fungsi fisiologis esensial yang menopang kehidupan

organisme multiseluler. Secara spesifik, definisi kematian sering kali merujuk pada berhentinya sirkulasi darah dan pernapasan (kematian kardiopulmonal) atau hilangnya total fungsi otak (kematian otak)[810]. Dari perspektif ini, kematian adalah peristiwa fisik yang dapat diamati, diukur, dan dijelaskan sepenuhnya melalui hukum-hukum alam, tanpa melibatkan aspek-aspek non-fisik. Penjelasan semacam ini memberikan kerangka kerja yang jelas dan objektif untuk memahami mekanisme *bagaimana* tubuh berhenti berfungsi, namun secara inheren terbatas dalam menangkap kekayaan dan kedalaman fenomena kematian itu sendiri.

Meskipun pandangan biologis ini akurat dalam deskripsi mekanisme fisik, reduksinya terhadap kematian sebagai peristiwa fisiologis saja menimbulkan batasan signifikan. Batasan fundamental terletak pada pengabaian dimensi psikologis, eksistensial, sosial, dan spiritual yang tak terpisahkan dari pengalaman manusia menghadapi kematian. Kematian bagi individu yang mengalaminya, atau bagi mereka yang ditinggalkan, bukanlah sekadar penghentian fungsi organ; ia adalah momen transisional yang melibatkan kesadaran (jika masih ada), kecemasan, harapan, penyesalan, dan berbagai bentuk respons emosional dan kognitif lainnya[811]. Pandangan reduksionis gagal menjelaskan atau bahkan mengakui kompleksitas batiniah dan intersubjektif yang menyertai proses kematian dan dampaknya terhadap kesadaran, makna, dan identitas.

Lebih jauh dari aspek psikologis langsung, pandangan yang mereduksi kematian menjadi murni biologis mengabaikan dimensi

makna dan nilai yang inheren dalam kesadaran akan mortalitas. Para pemikir eksistensialis, misalnya, berpendapat bahwa kesadaran akan kematian adalah fondasi dari pencarian makna hidup[812]. Victor Frankl, seorang psikiater dan penyintas Holocaust, dengan kuat menegaskan dalam karyanya *Man's Search for Meaning* bahwa makna hidup sering kali ditemukan justru dalam menghadapi penderitaan dan kematian. Ia menunjukkan bahwa yang terpenting bukanlah berapa lama seseorang hidup, melainkan *bagaimana* ia menghadapi takdirnya yang tak terhindarkan, termasuk kematian itu sendiri[813]. Dalam konteks ini, kematian bukan hanya akhir biologis, tetapi juga momen krusial yang dapat mengkristalkan pemahaman seseorang tentang tujuan hidup, nilai-nilai yang diyakininya, dan warisan yang ingin ditinggalkannya. Mengabaikan dimensi makna ini berarti menghilangkan kesempatan untuk refleksi mendalam dan potensi pertumbuhan spiritual atau eksistensial yang mungkin terjadi di akhir hayat.

Selain dimensi psikologis dan eksistensial, kematian juga memiliki aspek sosial dan spiritual yang mendalam. Secara sosial, kematian merupakan peristiwa komunal yang memicu ritual, duka kolektif, dan perubahan dalam struktur sosial. Secara spiritual dan religius, kematian sering dipandang bukan sebagai akhir total, melainkan sebagai transisi ke alam eksistensi lain, pertanggungjawaban atas kehidupan di dunia, atau penyatuan kembali dengan realitas Ilahi. Berbagai tradisi keagamaan menyediakan kerangka kerja untuk memahami kematian,

memberikan penghiburan bagi mereka yang berduka, dan menawarkan makna yang melampaui keberadaan fisik[814].

Dalam tradisi Islam, misalnya, kematian bukanlah akhir dari segalanya, tetapi merupakan gerbang menuju kehidupan abadi di akhirat. Al-Qur'an secara eksplisit menyatakan kepastian kematian dan sifat transisionalnya: "Setiap yang bernyawa pasti akan merasakan kematian; kemudian hanya kepada Kami kamu dikembalikan"[815]. Ayat lain menegaskan, "Setiap yang bernyawa akan merasakan mati"[816]. Pandangan ini menempatkan kematian dalam konteks perjalanan spiritual yang lebih besar, di mana kehidupan dunia adalah ujian dan persiapan untuk kehidupan setelah mati. Hadis Nabi Muhammad juga banyak membahas tentang realitas kematian, alam barzakh (antara kehidupan dunia dan akhirat), serta pentingnya mempersiapkan diri menghadapi kematian melalui amal saleh[817]. Perspektif ini memberikan makna ontologis dan moral yang signifikan pada kematian, jauh melampaui sekadar peristiwa fisik.

Mereduksi kematian semata-mata menjadi fenomena biologis, meskipun sahih dalam ranah deskripsi fisiologis, adalah pandangan yang tidak komprehensif dan memiskinkan pemahaman manusia tentang salah satu realitas paling fundamental dalam eksistensi. Pandangan reduksionis ini berpotensi mendehumanisasi proses kematian, mengabaikan kebutuhan psikologis dan spiritual individu yang menjelang ajal, serta menghilangkan kesempatan untuk menimba kebijaksanaan dan makna dari kontemplasi atas kefanaan. Memahami kematian secara holistik, yang mencakup dimensi

biologis, psikologis, eksistensial, sosial, dan spiritual, sangat penting untuk memberikan dukungan yang memadai bagi mereka yang menghadapi kematian dan untuk memperkaya pemahaman kolektif kita tentang apa artinya menjadi manusia fana.

Kematian yang Dibisukan

Fenomena marginalisasi kematian dalam diskursus publik dan sosial merupakan ciri khas signifikan dari kebudayaan modern, khususnya dalam masyarakat yang semakin sekular dan berorientasi pada kemajuan material. Sepanjang sejarah peradaban manusia, kematian senantiasa menjadi salah satu subjek sentral dalam filsafat, seni, agama, dan struktur sosial. Manusia pr الحديثة (pre-modern man) umumnya hidup lebih dekat dengan kematian, tidak hanya dalam konteks personal akibat tingkat harapan hidup yang lebih rendah, tetapi juga dalam ruang sosial di mana kematian dan ritual seputar kematian terintegrasi kuat dalam kehidupan komunitas sehari-hari. Namun, seiring dengan gelombang modernisasi, urbanisasi, kemajuan medis, dan sekularisasi, terjadi pergeseran fundamental dalam cara masyarakat memandang dan menangani kematian. Dari sebuah peristiwa publik yang dihadapi bersama, kematian bertransformasi menjadi urusan pribadi yang seringkali disembunyikan dan ditangani secara profesional di luar ranah domestik dan sosial terbuka[818]. Fenomena ini, yang dapat digambarkan sebagai "pembisuan kematian," memiliki dampak signifikan yang melampaui sekadar ketidaknyamanan psikologis; ia menyentuh inti dari krisis makna yang dirasakan banyak individu dalam masyarakat modern[819].

Pembisuan kematian dalam budaya modern termanifestasi melalui berbagai cara. Pertama, terjadi pemindahan lokasi kematian dari lingkungan rumah atau komunitas ke ruang institusional, utamanya rumah sakit dan fasilitas medis lainnya. Kemajuan ilmu kedokteran berhasil memperpanjang usia dan menggeser lokasi akhir kehidupan, menjadikan momen kematian sebagai peristiwa yang dikelola oleh para profesional medis di lingkungan yang steril dan terisolasi dari kehidupan sehari-hari[820]. Berbeda dengan masa lalu di mana individu sering meninggal di rumah dikelilingi keluarga, kini pengalaman kematian seolah diambil alih oleh sistem yang fokus pada aspek biologis semata, menafikan dimensi spiritual, sosial, dan eksistensial dari proses sekarat.

Kedua, terdapat penghindaran representasi realistis kematian dalam media dan budaya populer. Gambaran kematian yang disajikan seringkali disanitasi, didramatisasi secara artifisial (dalam fiksi), atau direduksi menjadi statistik. Media berita cenderung fokus pada angka dan penyebab, bukan pada pengalaman manusiawinya. Hiburan, seperti film dan televisi, seringkali menyajikan kematian sebagai peristiwa kekerasan atau plot twist yang cepat tanpa menggali kedalaman duka atau makna yang terimplikasi. Hal ini menciptakan jarak psikologis antara individu dan realitas kematian, menjadikannya sesuatu yang asing, menakutkan, dan tidak siap dihadapi[821].

Ketiga, terdapat minimnya ruang percakapan sosial terbuka mengenai kematian. Dalam banyak konteks sosial modern, membicarakan kematian dianggap tabu, canggung, atau bahkan

bentuk pesimisme yang harus dihindari. Eufemisme digunakan untuk mengganti kata "mati," dan ekspresi emosi terkait duka seringkali dibatasi atau ditekan. Kurangnya kesiapan sosial ini memperparah isolasi individu dalam menghadapi kehilangan dan menyulitkan proses integrasi mortalitas ke dalam narasi kehidupan personal dan kolektif[822].

Ketiga mekanisme ini secara kolektif menciptakan sebuah "tabir" yang menutupi realitas kematian, menjadikannya subjek yang "dibisukan" dalam narasosial dominan. Padahal, secara fitrah, manusia adalah makhluk yang sadar akan kefanaannya.

Penghindaran sistematis terhadap topik kematian memiliki implikasi mendalam terhadap pencarian dan penemuan makna hidup. Dalam perspektif eksistensial, kesadaran akan kematian (mortalitas) bertindak sebagai pengingat fundamental akan keterbatasan waktu dan kerentanan eksistensi manusia. Konfrontasi dengan kefanaan ini secara paradoks dapat menjadi pendorong paling kuat bagi individu untuk merefleksikan prioritas hidup mereka, mencari tujuan yang melampaui kenikmatan sesaat, dan membangun makna yang mendalam[823]. Tanpa refleksi terhadap kematian, individu cenderung terperangkap dalam siklus tanpa akhir dari akumulasi material, pencarian sensasi instan, dan pemenuhan kebutuhan ego yang dangkal, tanpa menyadari betapa sementara dan rapuhnya fondasi kehidupan duniawi yang mereka pijak.

Budaya yang membisukan kematian menahan individu dari peluang untuk menghadapi kenyataan eksistensial ini. Tanpa

stimulus eksternal maupun internal untuk merenungkan akhir kehidupan, energi dan perhatian individu sepenuhnya terserap oleh "rutinitas duniawi" pekerjaan, konsumsi, hiburan tanpa henti yang menawarkan kepuasan sementara namun gagal memberikan jawaban atas pertanyaan mendasar tentang keberadaan[824]. Dalam ketiadaan kerangka transenden atau kesadaran akan akuntabilitas akhir, aktivitas duniawi semata dapat terasa hampa dan tanpa tujuan ultimat, memicu perasaan kehampaan, kecemasan eksistensial (meskipun tidak disadari atau diekspresikan secara langsung), dan pada akhirnya, krisis makna yang meluas[825].

Krisis makna ini juga diperparah oleh hilangnya narasi kolektif yang kuat mengenai kematian dan kehidupan setelahnya dalam masyarakat sekuler. Agama-agama tradisional seringkali memberikan kerangka komprehensif untuk memahami kematian sebagai bagian dari perjalanan yang lebih besar atau transisi menuju eksistensi lain, lengkap dengan sistem nilai dan makna yang terkait dengan persiapan menghadapi akhirat. Dalam Islam, misalnya, kesadaran akan kematian (تكبير الموت - *tazkiratul maut* atau ذكر الموت - *dzikrul maut*) secara eksplisit didorong sebagai sarana untuk mengingat tujuan hidup, menjauhi dosa, dan meningkatkan amal saleh[826]. Al-Quran menekankan kepastian kematian bagi setiap jiwa: "*Setiap jiwa pasti akan merasakan mati. Dan hanya pada hari Kiamat sajalah diberikan dengan sempurna balasanmu. Barangsiapa dijauhkan dari neraka dan dimasukkan ke dalam surga, sungguh, dia memperoleh kemenangan. Kehidupan dunia hanyalah kesenangan yang memperdaya.*" (QS. Ali Imran: 185).[827] Ayat ini

secara eksplisit menghubungkan kematian dengan akuntabilitas akhir (balasan di Hari Kiamat) dan peringatan terhadap "kesenangan yang memperdaya" dari kehidupan dunia. Kesadaran ini mendorong individu untuk mencari makna yang melampaui fatamorgana dunia. Nabi Muhammad juga menganjurkan umatnya untuk senantiasa mengingat kematian sebagai pengingat yang efektif terhadap kefanaan dunia: *"Perbanyaklah mengingat pemutus kenikmatan (yaitu kematian)."* (HR. At-Tirmidzi, An-Nasai, Ibnu Majah)[828]

Hadist ini secara langsung menyiratkan bahwa kesadaran akan kematian berfungsi sebagai pengingat untuk tidak terlalu terikat pada kenikmatan dunia yang fana, dan secara implisit mendorong pencarian sesuatu yang lebih abadi dan bermakna. Dalam budaya modern yang cenderung mengeyampingkan atau mereduksi pandangan transenden ini, penghindaran terhadap kematian berarti penghilangan salah satu sumber motivasi dan kerangka makna yang paling mendasar.

Pembisuan kematian dalam budaya modern menciptakan paradoks. Meskipun kemajuan material dan medis telah mengurangi ancaman kematian dalam kehidupan sehari-hari bagi sebagian besar populasi, penghindaran psikologis dan sosial terhadapnya justru memperlemah kapasitas individu untuk menghadapi realitas eksistensial dan membangun fondasi makna yang kokoh. Krisis makna yang meluas, yang termanifestasi dalam peningkatan angka kecemasan, depresi, keterasingan, dan pencarian kepuasan instan melalui konsumsi, dapat dilihat sebagian sebagai konsekuensi dari ketidakmampuan kolektif untuk

mengintegrasikan kematian ke dalam narasi kehidupan. Individu tidak diajak untuk berhadapan dengan ketidakpastian eksistensial yang mendalam, yang justru dapat memotivasi pencarian makna yang lebih tinggi dan otentik.

Menghadapi krisis makna ini memerlukan peninjauan kembali terhadap cara masyarakat modern memandang dan memperlakukan kematian. Ini bukan berarti kembali ke budaya yang terbebani oleh ketakutan akan kematian, melainkan menciptakan ruang untuk percakapan yang terbuka, refleksi yang jujur, dan integrasi kematian sebagai bagian integral dari siklus kehidupan manusia. Individu dan masyarakat dapat lebih siap menghadapi kefanaan, menemukan makna yang melampaui superficialitas, dan membangun kehidupan yang lebih otentik dan bertujuan. Reintegrasi kematian ke dalam diskursus publik dan pribadi mungkin merupakan langkah krusial dalam mengatasi krisis makna yang membayangi peradaban modern.

Kebutuhan akan Wacana Spiritual dalam Ruang Publik yang Sekuler

Dalam era modern yang sering kali dicirikan oleh dominasi paradigma sekuler, ruang publik cenderung memprioritaskan diskursus yang berbasis pada rasionalitas empiris, sains, dan kemajuan material. Sekularisasi, sebagai sebuah proses historis dan sosiologis, telah memisahkan institusi agama dari intervensi langsung dalam urusan negara dan masyarakat sipil, pada saat yang sama secara implisit atau eksplisit meminggirkan dimensi transenden dari perbincangan publik[829]. Meskipun pendekatan ini

telah memungkinkan capaian signifikan dalam bidang sains, teknologi, dan hak asasi manusia dalam kerangka non-diskriminatif berbasis agama, muncul pula kritik bahwa ruang publik sekuler terkadang menciptakan "kekosongan makna" atau krisis eksistensial[830]. Fenomena ini timbul karena pandangan dunia yang materialistis dan positivistik cenderung mengabaikan, atau setidaknya kurang memfasilitasi, pertanyaan-pertanyaan fundamental mengenai makna hidup, tujuan keberadaan, dan realitas non-material yang sering kali menjadi sumber panduan moral dan psikologis bagi individu. Paradigma sekuler yang mengakar kuat dalam pemikiran publik kontemporer sering membatasi pemahaman realitas hanya pada apa yang dapat diukur, diverifikasi secara empiris, dan dijelaskan melalui hukum alam[831]. Dalam kerangka ini, pertanyaan mengenai tujuan akhir hidup, nilai-nilai absolut, atau apa yang terjadi setelah kematian menjadi kurang relevan dalam diskursus formal dan publik. Filsuf eksistensialis telah lama menyoroti kegelisahan (angst) dan absurditas yang mungkin timbul ketika individu dihadapkan pada kebebasan mutlak dan ketiadaan makna inheren dalam alam semesta yang tanpa Tuhan atau tujuan transenden yang diakui secara universal[832]. Sosiolog Émile Durkheim, meskipun menganalisis agama dari fungsi sosialnya, juga mengidentifikasi anomie kondisi ketidakstabilan sosial yang diakibatkan oleh rusaknya standar dan nilai-nilai sebagai potensi konsekuensi dari hilangnya ikatan sosial yang kuat, termasuk yang historically difasilitasi oleh keyakinan kolektif (seringkali berbasis spiritual atau religius)[833]. Dalam ruang publik yang

didominasi oleh narasi konsumsi, produktivitas, dan hiburan, dimensi-dimensi eksistensial yang lebih dalam sering kali tereduksi menjadi masalah psikologis individual atau bahkan diabaikan sama sekali. Inilah yang mendasari argumen tentang adanya "kekosongan makna" yang perlu diisi.

Menghadapi kekosongan makna yang ditimbulkan oleh pandangan sekuler yang terbatas, timbul kebutuhan mendesak untuk menghadirkan kembali wacana spiritual dalam ruang publik. Penting untuk ditekankan bahwa "spiritualitas" di sini tidak selalu identik dengan kepatuhan pada dogma agama tertentu atau institusi keagamaan. Ini lebih merujuk pada pencarian makna hidup yang melampaui dimensi material semata, eksplorasi kesadaran, koneksi dengan sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri, dan perenungan atas pertanyaan-pertanyaan eksistensial fundamental seperti asal-usul, tujuan, dan akhir kehidupan[834]. Wacana spiritual ini bersifat lebih inklusif dan dapat diakses oleh siapa saja, terlepas dari afiliasi agama formal mereka atau bahkan tanpa afiliasi sama sekali. Ini adalah ajakan untuk membuka dialog mengenai dimensi non-empiris dari pengalaman manusia, yang meliputi kesadaran (consciousness), intuisi, pengalaman puncak (peak experiences), dan pencarian kebijaksanaan[835]. Memasukan wacana ini ke ruang publik sekuler bukan berarti mengubah negara sekuler menjadi teokrasi, melainkan memperkaya landasan diskursus publik agar mampu menampung kompleksitas penuh dari keberadaan manusia.

Salah satu topik yang paling signifikan namun sering kali dibisukan dalam diskursus publik sekuler adalah kematian. Dalam

masyarakat yang berorientasi pada pencapaian dan pemeliharaan kehidupan fisik di atas segalanya, kematian sering dilihat sebagai kegagalan, akhir yang menakutkan, atau setidaknya subjek yang tidak nyaman untuk didiskusikan secara terbuka[836]. Kemajuan medis difokuskan pada menunda kematian, namun sering kali gagal membekali individu dan masyarakat dengan kerangka makna untuk menghadapinya. Wacana spiritual menawarkan cara yang berbeda dalam memandang kematian. Ini mengajak individu untuk merenungkan kematian bukan sebagai akhir dari segalanya, melainkan sebagai bagian integral dari siklus eksistensi, sebuah transisi, atau bahkan pintu gerbang menuju realitas lain[837]. Perenungan tentang kematian (memento mori) dalam konteks spiritual sering kali berfungsi sebagai katalisator untuk meninjau kembali prioritas hidup, menghargai momen saat ini, dan mencari makna yang lebih dalam yang melampaui kesibukan dunia material. Dengan menghadapi kematian secara sadar dari perspektif spiritual, individu dapat mengurangi kecemasan dan menemukan kedamaian serta pemahaman yang lebih kaya tentang nilai setiap momen kehidupan.

Wacana spiritual dalam ruang publik sekuler dapat termanifestasi dalam berbagai bentuk. Misalnya, minat yang meningkat pada praktik *mindfulness* dan meditasi, yang meskipun berakar pada tradisi spiritual atau religius, kini seringkali dipraktikkan dan dipromosikan dalam konteks sekuler untuk manfaat psikologis dan peningkatan kesadaran diri[838]. Pemikir spiritual kontemporer seperti Eckhart Tolle, misalnya, menekankan

pentingnya kesadaran akan saat ini (*present moment awareness*) sebagai kunci untuk melepaskan diri dari cengkeraman pikiran yang terus-menerus terfokus pada masa lalu atau masa depan, dan menemukan kedamaian serta kebijaksanaan yang ada dalam momen kini[839]. Ajaran seperti ini, meskipun tidak secara eksplisit berafiliasi dengan agama tertentu, menawarkan pandangan spiritual yang menekankan dimensi internal dan eksistensial, selaras dengan pencarian makna di luar akumulasi materi atau kesuksesan duniawi. Diskusi publik tentang etika dalam era bioteknologi, kesadaran lingkungan melampaui kalkulasi ekonomi, atau bahkan seni dan filosofi yang mengeksplorasi kondisi manusia, semuanya dapat menjadi kanal bagi wacana spiritual ini.

Dari perspektif Islam, kebutuhan akan wacana spiritual dan pencarian makna adalah fitrah manusia. Islam tidak memisahkan spiritualitas dari kehidupan sehari-hari; sebaliknya, seluruh aspek kehidupan seorang Muslim diharapkan memiliki dimensi spiritual yang menghubungkannya dengan Penciptanya. Makna hidup dalam Islam secara fundamental terkait dengan pengabdian kepada Allah (swt) sebagai tujuan utama penciptaan manusia. Allah SWT berfirman: "Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan agar mereka beribadah kepada-Ku."[840]. Ayat ini memberikan kerangka makna yang jelas: tujuan eksistensi adalah mengenal dan beribadah kepada Sang Pencipta. Kematian dalam Islam bukanlah akhir, melainkan gerbang menuju fase eksistensi berikutnya, yaitu kehidupan di akhirat yang kekal. Kesadaran akan kematian (dzikrul maut) sangat ditekankan. Rasulullah SAW bersabda: "Perbanyaklah

mengingat pemutus kenikmatan (yaitu kematian)."[841]. Hadis ini mendorong umat Islam untuk terus merenungkan kenyataan kematian agar tidak terlena oleh kenikmatan dunia yang fana, dan mempersiapkan diri untuk kehidupan abadi. Wacana spiritual dalam Islam mencakup perenungan (tafakkur), introspeksi (muhasabah), dan pengembangan kesadaran ketuhanan (ihsan), yang semuanya bertujuan untuk memberikan makna mendalam pada setiap tindakan dan pengalaman, serta membekali individu untuk menghadapi tantangan eksistensial termasuk kematian dengan keyakinan dan ketenangan. Meskipun Islam adalah agama dengan syariat dan dogma yang jelas, dimensi spiritualnya menawarkan kerangka komprehensif untuk menjawab kebutuhan makna yang juga dicari dalam wacana spiritual di ruang publik sekuler.

Ruang publik yang didominasi oleh pandangan sekuler yang kaku, meskipun menawarkan keunggulan dalam rasionalitas dan netralitas, berisiko menciptakan kekosongan makna yang mendasar. Kebutuhan akan wacana spiritual dalam artian pencarian makna transenden, kesadaran eksistensial, dan perenungan mendalam atas hidup dan kematian menjadi esensial untuk mengisi kekosongan ini. Wacana spiritual ini tidak harus terikat pada dogma agama tertentu, melainkan dapat termanifestasi dalam berbagai bentuk, termasuk praktik kesadaran dan eksplorasi filosofis. Dalam konteks ini, menghadapi kematian dengan kesadaran dimensi spiritualnya memungkinkan individu untuk menemukan makna hidup yang lebih dalam. Perspektif Islam, dengan ajarannya tentang tujuan penciptaan dan realitas akhirat, menyediakan kerangka

spiritual yang koheren untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan eksistensial yang sama. Memasukan wacana spiritual yang lebih luas dan inklusif dalam ruang publik sekuler bukanlah regresi menuju dominasi agama, melainkan langkah maju untuk menciptakan masyarakat yang lebih sadar, reflektif, dan mampu menghadapi kompleksitas keberadaan manusia dengan lebih utuh dan bermakna.

Menyatukan Refleksi Intelektual dan Pengalaman Batin Menuju *Sophia Perennis*

Pencarian terhadap kebenaran yang universal, abadi, dan melampaui batas-batas temporal serta kultural telah menjadi inti dari berbagai tradisi kebijaksanaan di seluruh dunia. Konsep ini sering dirujuk sebagai *Sophia Perennis* atau Kebijaksanaan Abadi. Sophia Perennis merepresentasikan pemahaman tentang hakikat realitas, diri, dan ilahi yang diwujudkan dalam perwujudan keberagaman dunia empiris[842]. Dalam konteks pemikiran Barat dan dunia Islam, dua jalur utama yang dominan dalam mencapai kebijaksanaan ini adalah filsafat dan tasawuf. Meskipun keduanya memiliki tujuan yang sama yaitu tercapainya pengetahuan yang mendalam dan transformatif tentang kebenaran tertinggi mereka secara tradisional menggunakan pendekatan dan metodologi yang berbeda secara signifikan. Filsafat, sebagai disiplin rasional, tekanan analisis logistik dan argumentasi sistematis, sementara tasawuf, sebagai jalan spiritual, mengutamakan cinta batin dan realisasi mistis. Filsafat, sejak akar historisnya di Yunani kuno hingga perkembangannya dalam berbagai tradisi, tertanam pada

penggunaan akal (bahasa Arab: *'aql*) sebagai instrumen utama untuk memahami realitas[843]. Metode filsafat didominasi oleh penyelidikan rasional, deduksi logis, penalaran induktif, dan analisis konseptual. Para filsafat berupaya membangun kerangka kerja intelektual yang koheren dan komprehensif untuk menjelaskan fenomena alam, struktur pengetahuan (epistemologi), hakikat keberadaan (ontologi), etika, dan teologi rasional. Kekuatan filsafat terletak pada kemampuan untuk menguraikan argumentasi, identifikasi, dan membangun bangunan pengetahuan yang dapat dipertanggungjawabkan secara logis. Namun demikian, meskipun akal memiliki kemampuan untuk menangkap struktur dan hubungan dalam realitas, filsafat sering kali menghadapi tantangan ketika dihadapkan dengan realitas yang transendental atau aspek keberadaan yang melampaui batas-batas bahasa dan logika konvensional[844]. Batas kemampuan akal dalam memahami hakikat Ilahi atau pengalaman non-diskursif menjadi titik kritik internal maupun eksternal terhadap filsafat murni dalam pencarian kebenaran tertinggi.

Di sisi lain, tasawuf (atau sufisme) adalah dimensi esoteris dalam Islam yang tekanan pada perjalanan spiritual internal dan pengalaman langsung (bahasa Arab: *dhawq*) untuk mengenal Allah dan kenyataan sebagaimana adanya[845]. Tasawuf berfokus pada pemurnian hati (*tazkiyat al-nafs*), melatih diri melalui disiplin spiritual (riyadah), dan mencapai keadaan kesatuan atau kedekatan dengan Ilahi (ittisal atau tauhid syuhudi). Metode tasawuf pada dasarnya tidak mengandalkan akal diskursif, melainkan intuisi

spiritual (*irfan*), ilham, dan penyingkapan (mukashafah) yang diperoleh melalui anugerah Tuhan setelah melalui proses pensucian diri[846]. Tujuan utama tasawuf bukanlah sekedar pengetahuan abstrak tentang Tuhan, melainkan realisasi eksistensial dari kehadiran-Nya dalam diri dan alam semesta. Meskipun tasawuf menghasilkan pemahaman mendalam tentang realitas spiritual, pengetahuan yang diperoleh melalui jalur ini seringkali bersifat pribadi, tidak dapat diungkapkan dengan kata-kata (sulit diungkapkan dengan kata-kata), dan tidak selalu dapat diformulasikan dalam bentuk argumen rasional yang sistematis yang mudah diterima oleh semua orang tanpa pengalaman serupa.

Menariknya, meskipun filsafat dan tasawuf menggunakan cara yang sangat berbeda dalam menyelidiki kebenaran, keduanya sering kali bertemu di titik yang sama: pengakuan akan adanya realitas yang lebih tinggi, transendental, dan tak terlukiskan yang mendasari dunia empiris. Misalnya, pemikiran filosofis Plato tentang dunia ide (eidos) yang sempurna dan abadi sebagai arketipe dari segala sesuatu di dunia material seringkali paralel dengan ajaran-ajaran tasawuf mengenai dunia *malakut* (alam malaikat atau alam non-fisik) dan *jabarut* (alam kekuasaan Ilahi), yang dianggap sebagai dunia yang lebih nyata dan abadi daripada dunia *mulk* (dunia fisik)[847]. Dalam kedua tradisi tersebut, realitas tertinggi (Yang Esa dalam Neoplatonisme, Allah dalam tasawuf) adalah sumber dari segala sesuatu, namun melampaui pemahaman akal biasa dan terbatasnya bahasa, baik filsuf maupun sufi mengakui batas-batas pengetahuan rasional murni dan pentingnya bentuk pemahaman

lain, meskipun sumber pemahaman tersebut berbeda (akal spekulatif tertinggi vs. pengalaman mistis). Al-Quran sendiri mengisyaratkan bahwa pengetahuan berasal dari sisi Ilahi, “Allah sejati menganugerahkan al-Hikmah (kebijaksanaan) kepada siapa yang dikehendaki-Nya. Dan barang siapa yang diberi al-Hikmah itu, sungguh dia telah diberi kebaikan yang banyak.” (QS Al-Baqarah : 269)[848]. Selain itu, konsep kehadiran Ilahi yang dekat dengan manusia sangat ditekankan dalam tradisi Islam, seperti dalam Hadits Jibril yang menjelaskan "ihsan" sebagai beribadah kepada Allah seolah-olah Anda melihat-Nya, dan jika Anda tidak melihat-Nya, maka sesungguhnya Dia melihatmu[849]. Ini menggarisbawahi dimensi pengalaman dan kesadaran batin yang menjadi fokus tasawuf.

Ketika filsafat dan tasawuf disatukan, keduanya membentuk suatu kesatuan yang lebih lengkap dalam pencarian Sophia Perennis. Sintesis ini tidak berarti mencampurkan metode keduanya secara sembarangan, melainkan mengintegrasikan kekuatan masing-masing untuk mengatasi keterbatasannya. Filsafat menyediakan struktur pemahaman intelektual, kerangka konseptual, dan alat analisis kritis untuk memproses dan mengartikulasikan wawasan. Ia membantu menyaring dan menguji klaim-klaim agar spiritual tidak menyimpang ke dalam khayalan atau takhayul[850]. Di sisi lain, tasawuf memberikan kedalaman pengalaman, dimensi eksistensial, dan realisasi langsung yang melampaui pemahaman abstrak. Ia mengubah pengetahuan teoretis (*ilm al-yaqin*) menjadi keyakinan yang terlihat (*ayn al-yaqin*) bahkan kebenaran yang dirasakan secara langsung (*haqq al-*

yaqin)[851]. Dalam pandangan sintetik ini, akal dan hati (qalb) bekerja sama. Akan membimbing jalan, sementara hati mengalami kenyataan. Pemahaman intelektual tentang prinsip-prinsip metafisik dapat dihidupkan dan diwujudkan melalui pengalaman spiritual, sementara pengalaman spiritual yang mendalam dapat diperkaya, distrukturkan, dan bahkan dikomunikasikan lebih efektif melalui bahasa dan konsep filosofis. Integrasi ini memungkinkan seseorang untuk bergerak dari pemahaman yang abstrak dan konseptual menuju pengalaman transendental yang lebih nyata dan langsung, yang pada pasangan memvalidasi dan memperluas kerangka intelektual. Dengan demikian tercapai pemahaman yang lebih utuh tentang realitas (ontologi) dan cara mengetahui kebenaran (epistemologi) yang merupakan esensi dari Sophia Perennis. Filosof-sufi terkemuka dalam sejarah Islam, seperti Ibnu Arabi dan Mulla Sadra[852], mewakili upaya signifikan dalam tradisi Islam untuk menyebarkan filsafat (terutama hikmah muta'aliyah atau filsafat transendental) dan irfan (gnosis) menjadi satu kesatuan yang koheren.

Filsafat dan tasawuf, meskipun berangkat dari metodologi yang berbeda akal rasional versus pengalaman mistis keduanya merupakan jalan menuju pencarian Sophia Perennis, kebenaran abadi yang transendental. Filsafat menawarkan kerangka intelektual dan analisis logistik, sementara tasawuf menawarkan realisasi eksistensial dan pengalaman batin. Keterbatasan masing-masing jalur dalam mencapai pemahaman yang utuh tentang realitas tertinggi dapat diatasi melalui sintesis yang cermat. Dengan

menyatukan kedalaman intelektual filsafat dan kekayaan pengalaman tasawuf, individu dapat menapaki jalan menuju kebijaksanaan abadi dengan pemahaman yang lebih komprehensif, melampaui sekedar konteks pengetahuan menuju realisasi yang hidup akan hakikat diri, dunia, dan Ilahi. Pendekatan terintegrasi ini tidak hanya relevan dalam konteks historis, pemikiran keagamaan dan filosofis, tetapi juga menawarkan model yang berharga untuk pencarian makna dan kebenaran holistik di era modern.

Filsafat sebagai Jembatan Kesadaran, Tasawuf sebagai Samudra Penghayatan

Pencarian manusia terhadap makna eksistensi dan hakikat realitas merupakan dorongan mendasar yang telah mewarnai sejarah peradaban. Dalam konteks tradisi intelektual dan spiritual, setidaknya terdapat dua pendekatan utama yang seringkali diperbandingkan, atau bahkan dipertentangkan, yaitu filsafat dan tasawuf. Meskipun memiliki metodologi dan fokus yang berbeda, keduanya dapat dipandang sebagai dua jalur komplementer dalam perjalanan mencapai tingkat kesadaran dan meraih pemahaman yang lebih mendalam tentang diri, dunia, dan Realitas Tertinggi. Filsafat, dalam perkembangannya yang panjang dan beragam, dapat dipahami sebagai disiplin ilmu yang menggunakan analisis rasional dan argumentasi logistik untuk menyelidiki pertanyaan-pertanyaan mendasar mengenai eksistensi, pengetahuan, nilai, akal, pikiran, dan bahasa. Sejak era filsafat Yunani Kuno dengan tokoh-tokoh sentral seperti Plato dan Aristoteles, hingga berbagai aliran modern dan kontemporer, filsafat telah menyediakan kerangka kerja metodologis bagi akal manusia untuk memahami realitas secara

sistematis dan koheren[853]. Melalui perangkat epistemologis dan ontologisnya, filsafat mengajak individu untuk memikirkan hakikat segala sesuatu (*wujud*), batas-batas pengetahuan manusia (*ilm*), serta kebenaran mutlak (*al-Haqq*) melalui proses berpikir kritis dan refleksi mendalam. Hal ini sejalan dengan nilai-nilai dalam tradisi Islam yang menekankan pentingnya akal dan perenungan terhadap ciptaan Allah. Al-Qur'an secara eksplisit mendorong manusia untuk menggunakan akalnya dan menguraikan tanda-tanda (ayat) kebesaran-Nya di alam semesta: "Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berakal." [Q 3:190]. Filsafat, berfungsi sebagai jembatan intelektual yang menghubungkan kesadaran rasional manusia dengan struktur realitas yang lebih tinggi, membangun pemahaman tentang kebenaran.

Namun pemahaman yang semata-mata bersifat intelektual, esensial meskipun sebagai fondasi, acapkali memiliki keterbatasan dalam membawa individu pada realisasi kebenaran yang bersifat eksistensial dan transformatif. Kebenaran tersebut bukan hanya sesuatu yang dipahami secara kognitif, melainkan sesuatu yang dihayati dan dialami secara langsung. Di dalamnya tasawuf, sebagai dimensi mistis dan esoteris dalam Islam, memainkan peran krusial. Tasawuf tidak semata-mata mengandalkan intelek rasional, tetapi menitikberatkan pada pengalaman batiniah yang mendalam (*dzawq*) dan upaya penyucian jiwa (*tazkiyat al-nafs*) untuk mencapai kesadaran akan kehadiran Ilahi dan realisasi hakikat diri dan Realitas Tertinggi[854]. Praktik-praktik spiritual dalam tasawuf, seperti *dzikir* (mengingat

Allah), *fikr* (kontemplasi), *mujahadah* (perjuangan spiritual melawan ego rendah), dan *riyadhah* (latihan spiritual), dirancang untuk membuka hati dan intuisi agar dapat menangkap cahaya kebenaran yang melampaui batas-batas penalaran murni. Tujuan utama tasawuf adalah pencapaian *ma'rifah* (gnosis) atau wawasan dan wawasan langsung tentang Tuhan, serta fana' (peleburan diri) dalam Realitas mutlak, yang mengarah pada حالة (keadaan spiritual) dan مقام (stasiun spiritual) yang lebih tinggi. Konsep ini selaras dengan ajaran dalam Hadis Jibril yang mendefinisikan Ihsan sebagai "engkau menyembah Allah seolah-olah kamu melihat-Nya, dan jika kamu tidak melihat-Nya, maka sesungguhnya Dia melihatmu." [Hadits Riwayat Muslim][855]. Tasawuf dapat dipandang sebagai samudra penghayatan, dimensi yang memungkinkan individu "tenggelam" dalam pengalaman langsung Realitas yang telah dipahami secara konseptual melalui filsafat, daripada memandang filsafat dan tasawuf sebagai kutub yang berlawanan, lebih produktif untuk melihat keduanya sebagai jalur yang saling melengkapi dalam perjalanan menuju kesadaran yang utuh dan realisasi diri yang mendalam. Filsafat dapat berfungsi sebagai jembatan yang kokoh, membangun struktur intelektual yang memungkinkan seseorang untuk berpikir secara terstruktur dan jernih tentang konsep-konsep metafisik, etis, dan teologis yang relevan dengan pencarian spiritual. Ia menyediakan peta konteks tentang Realitas Tertinggi dan jalan menuju-Nya. Sementara itu, tasawuf menyediakan wahana untuk melintasi jembatan tersebut dan terjun ke samudra pengalaman langsung. Ia mengubah peta konseptualisasi menjadi realitas yang dirasakan, mengubah pengetahuan *tentang* Tuhan menjadi

kehadiran dan penyatuan *dengan* Realitas Ilahi, sesuai dengan kapasitas hamba[856]. Dalam konteks sejarah Islam, para pemikir besar seperti Imam al-Ghazali menunjukkan bagaimana sintesis antara pemikiran filosofis dan pengalaman mistis dimungkinkan, di mana kritik terhadap filsafat tertentu justru mengarah pada pengakuan akan pentingnya dimensi spiritual dan pengalaman langsung dalam mencapai kebenaran hakiki[857].

Pencarian kesadaran yang lebih tinggi dan realisasi Realitas Tertinggi menggabungkan kekuatan intelektual dan pengalaman batin. Filsafat, dengan kemampuan dan sintesis analisis rasionalnya, membuka wawasan dan membersihkan kerancuan berpikir, meletakkan fondasi bagi pemahaman konsep. Tasawuf, dengan disiplin spiritual dan fokus pada pengalaman langsung, melampaui batas-batas intelek murni untuk meraih *dzawq* atau pengecapan rasa spiritual akan kebenaran tersebut, menghadirkan transformasi diri yang mendalam. Kedua, filsafat sebagai gelombang kesadaran intelektual dan tasawuf sebagai samudra penghayatan spiritual, secara sinergis membawa individu pada realisasi yang lebih komprehensif tentang hakikat diri dan keutuhannya dengan Realitas Mutlak. Perpaduan ini mencerminkan pencarian holistik yang mengintegrasikan akal dan hati, pengetahuan dan pengalaman, dalam upaya mencapai kesadaran tertinggi dan kedekatan dengan Sumber segala kebenaran.

Dialog Hening: Ketika Kata Berhenti, dan Makna Muncul dalam Keheningan

Fenomena epistemologis dan ontologis mengenai kemunculan makna di luar kerangka bahasa dan konsep, khususnya dalam ranah

keheningan. Dengan menelaah perspektif tradisi spiritual, utamanya tasawuf, dan aliran filsafat tertentu, tulisan ini berargumen bahwa keheningan bukan sekadar ketidakhadirannya suara atau kata, melainkan sebuah ruang aktif yang memungkinkan mode pemahaman yang melampaui diskursus rasional. Konsep *fana* dalam tasawuf akan dibahas sebagai arketipe pengalaman transkonseptual ini, disandingkan dengan wawasan dari filsafat seperti Neoplatonisme, filsafat Zen, dan pemikiran eksistensial Heidegger mengenai "Ada" (*Sein*). Dengan menganalisis titik temu antara kontemplasi mistik dan refleksi filosofis yang mendalam, ini mengidentifikasi "dialog hening" sebagai medium kunci untuk mengakses makna fundamental yang melekat dalam kenyataan, di mana batas antara subjek dan objek, antara diri dan Transenden, menjadi kabur atau hilang.

Manusia secara inheren adalah makhluk yang berjuang untuk memahami dan mengartikulasikan kenyataan di sekitarnya. Bahasa merupakan instrumen utama yang digunakan untuk mengorganisir pemikiran, mengkomunikasikan ide, dan membangun struktur pemahaman. Sistem simbolik ini memungkinkan analisis, kategorisasi, dan transmisi pengetahuan lintas individu dan generasi. Namun, meskipun memiliki kekuatan analitis dan komunikatif yang luar biasa, bahasa pada dasarnya adalah representasional; ia menggunakan simbol untuk menunjuk pada kenyataan, bukan kenyataan itu sendiri. Keterbatasan ini menjadi sangat menonjol ketika dihadapkan dengan pengalaman-pengalaman yang melampaui dimensi empiris-rasional, seperti

kesadaran murni, pengalaman puncak (peak experience), atau aspek transenden dari keberadaan.

Wittgenstein, misalnya, dalam tahap akhir pemikirannya, mengindikasikan bahwa makna tidak selalu berada dalam struktur logistik kalimat, melainkan terletak dalam penggunaan bahasa dalam "bentuk kehidupan" (*Lebensformen*)[858]. Meskipun demikian, bahkan dalam penggunaan kontekstual, bahasa tetap beroperasi melalui diferensiasi dan konseptualisasi. Pengalaman yang bersifat holistik, tak terpecahkan, atau non-dual sering kali sulit, bahkan mustahil, untuk dikomunikasikan secara adekuat melalui struktur predikatif bahasa[859]. Hal ini menimbulkan pertanyaan mendasar: jika makna yang paling dalam tidak dapat diartikulasikan sepenuhnya, pada bagian ini ia dapat ditemukan, dan bagaimana ia dapat diakses? Pertanyaan ini membawa kita pada eksplorasi ranah di luar kata-kata dan pemikiran konseptual ranah keheningan.

Dalam banyak dunia spiritual tradisi, terutama dalam tasawuf, keheningan dipandang bukan sebagai ketiadaan, melainkan sebagai sebuah kondisi prasyarat atau bahkan sebuah “ruang” di mana realitas yang lebih dalam dapat terungkap. Tasawuf, sebagai dimensi esoteris dalam Islam, mengajarkan pencarian kedekatan ilahi melalui disiplin spiritual yang ketat. Salah satu konsep sentral dalam perjalanan sufi adalah *fana* , yang secara literal berarti "kebinasaan" atau "peleburan"[860]. *Fana* bukanlah pemusnahan eksistensi fisik, melainkan penghilangan kesadaran ego yang terpisah (*nafs*) di hadapan Realitas Ilahi (*al-Haqq*). Dalam keadaan *fana* , kesadaran diri individu, yang biasanya tersusun oleh pikiran, keinginan, dan

persepsi dualistik (ego vs. dunia, diri vs. Tuhan), larut. Pengalaman *fana* sering digambarkan sebagai keadaan “melampaui kata-kata” (*di luar kata-kata* atau *lā kalām*)[861]. Di sinilah dialog terjadi dalam pemahaman yang paling radikal. Makna tidak lagi dicari melalui interpretasi teks, analisis rasional, atau bahkan meditasi diskursif, melainkan muncul sebagai pemahaman langsung dan inspirasi yang timbul dari kedekatan atau kedekatan ekstrem dengan Prinsip Realitas. Dalam keadaan ini, subjek dan objek pengalaman menyatu; kesatuan dengan Tuhan bukanlah konsep yang dipikirkan, melainkan Realitas yang dialami secara langsung.

Al-Quran mengisyaratkan kedekatan Ilahi yang melampaui pemahaman biasa: "Dan sungguh, Kami telah menciptakan manusia dan mengetahui apa yang dibisikkan oleh hatinya, dan Kami lebih dekat daripada urat yang mendasarinya."[862] Ayat ini, dalam interpretasi mistik, mengindikasikan tingkat kedekatan yang melampaui jarak fisik atau kognitif, sebuah kedekatan yang hanya dapat disadari sepenuhnya ketika tabir ego dan konsepsi rasional tersingkap. Hadis Jibril, yang menjelaskan pilar-pilar Islam, Iman, dan Ihsan, mengartikan Ihsan sebagai: “Kamu menyembah Allah seolah-olah kamu melihat-Nya, dan jika kamu tidak melihat-Nya, maka sesungguhnya Dia melihatmu.”[863] Tingkat Ihsan tertinggi, di mana seseorang “seolah-olah melihat-Nya,” mengarah pada mode kesadaran di mana dualitas antara penyembah dan Yang Disembah, antara diri dan Tuhan, kehancuran atau sirna, membuka ruang bagi pemahaman yang tidak lagi dimediasi oleh kata-kata, melainkan oleh kehadiran.

Dalam keheningan *fana* , makna Realitas, Keindahan, dan Kehadiran Ilahi tidak lagi ditangkap dalam bentuk konsep atau narasi, melainkan dirasakan, dialami, dan "diketahui" secara langsung. Ini adalah bentuk "gnosis" atau *ma'rifah* dalam tasawuf, pengetahuan yang diperoleh bukan melalui akal (*'aql*) semata, melainkan melalui hati (*qalb*) yang telah dimurnikan, yang mampu menerima pancaran Realitas tanpa perantara konseptual[864].

Eksplorasi tentang ranah makna yang melampaui bahasa juga memiliki akar dalam tradisi filosofis, meskipun seringkali dengan terminologi dan kerangka yang berbeda. Dalam filsafat Neoplatonisme, misalnya, entitas fundamental adalah Yang Esa (*The One*), yang melampaui segala deskripsi, predikasi, dan bahkan pemikiran[865]. Pemahaman atau penyatuan dengan Yang Esa tidak dicapai melalui analisis rasional, melainkan melalui kontemplasi mistik atau ekstase, suatu keadaan di mana jiwa melampaui batas-batas dirinya yang terbatas dan rasional untuk mengalami kesatuan yang tak terbagi. Plotinus, pendiri Neoplatonisme, menggambarkan proses ini sebagai pendakian jiwa yang melepaskan diri dari keragaman dunia inderawi dan intelektual, menuju biara Yang Esa yang hanya dapat diakses dalam keheningan batin[866].

Di Timur, filsafat Zen Buddhisme secara eksplisit menyampaikan pentingnya pengalaman langsung dan penolakan pada konsep dan bahasa. Pencerahan (*satori*) dalam Zen sering kali terjadi di luar kerangka pemikiran rasional, melalui praktik meditasi (*zazen*) atau interaksi paradoksikal (koan) yang dirancang untuk mematahkan ketergantungan pikiran pada logika dan konsep[867]. Tujuannya adalah

untuk mencapai kenyataan sebagaimana adanya (*tathata* atau *Suchness*), tanpa filter interpretatif dari pikiran konseptual. Keheningan batin yang dicapai melalui *zazen* adalah arena di mana pikiran diskursif mereda, memungkinkan kesadaran murni untuk menangkap esensi keberadaan secara langsung.

Lebih lanjut, dalam filsafat kontemporer, Martin Heidegger mengeksplorasi pertanyaan tentang Makna Keberadaan (*Sinn von Sein*)[868]. Heidegger berargumen bahwa keberadaan (*Sein*) itu sendiri tidak dapat direduksi menjadi entitas atau konsep. Pemahaman tentang Keberadaan terjadi melalui *Dasein* (keberadaan manusia), yang memiliki pemahaman pra-konseptual tentang Keberadaan. Akses ke Makna Keberadaan yang paling otentik seringkali terjadi bukan melalui analisis teoritis, melainkan melalui pengalaman eksistensial, seperti keterlemparan, kecemasan, atau dalam keadaan *Gelassenheit* (releasement atau ketenangan)[869]. *Gelassenheit* mengacu pada sikap keterbukaan dan penerimaan terhadap kenyataan sebagaimana ia menyingkapkan diri, bukan melalui penaklukan konseptual. Dalam keadaan ini, pikiran yang gelisah dan terfokus pada objek menjadi tenang, menciptakan ruang bagi "suara" Keberadaan yang didengar, meskipun suara itu mungkin lebih merupakan pengungkapan hening daripada rumusan verbal.

Fenomena munculnya makna dalam keheningan, sebagaimana terlihat dalam tasawuf dan filsafat, mengungkapkan adanya sebuah domain pemahaman yang trans-rasional dan trans-linguistik. Dialog hening, pada intinya, adalah metonim untuk mode pemahaman ini.

Ia bukan percakapan dalam pengertian verbal, melainkan keterbukaan batin terhadap Realitas yang hadir tanpa perlu dimediasi oleh kata atau konsep. Ini adalah titik temu, sebuah persimpangan, di mana refleksi intelektual yang mendalam (pencarian filsafat) dan pengalaman mistik yang langsung (jalan spiritual) konvergen.

Filsafat, dalam pencariannya akan kebenaran mendasar, seringkali menyadari batas-batas argumen logistik dan analisis konsep ketika dihadapkan pada pertanyaan-pertanyaan paling mendasar tentang keberadaan, kesadaran, atau yang Transenden. Kesadaran akan batas ini dapat mendorong mode eksplorasi pemahaman non-diskursif, seperti yang terlihat dalam kontemplasi Neoplatonik atau sikap *Gelassenheit* Heideggerian. Di sisi lain, tradisi spiritual, meskipun dikuburkan pada praktik dan pengalaman, seringkali menggunakan kerangka konsep dan bahasa (simbolisme, narasi, doktrin) untuk membimbing para praktisi dan mengkomunikasikan wawasan yang diperoleh[870].

Dialog hening adalah ruang di mana kedua pendekatan ini bertemu. Ia adalah kondisi di mana pikiran, yang telah dipersiapkan melalui refleksi filosofis atau disiplin spiritual, menjadi cukup tenang dan reseptif untuk menangkap makna yang muncul secara langsung dari Realitas itu sendiri. Ini adalah *kebetulan yang berlawanan* , penyatuan yang berlawanan: keheningan (ketiadaan suara/kata) menjadi medium bagi manifestasi makna (kehadiran pemahaman). Di akhir filosofi ruhani menemukan esensinya: bukan sebagai sistem konsep yang kering, melainkan sebagai upaya untuk memahami

Realitas melalui integrasi refleksi yang cermat dan pengalaman batin yang mendalam, mengakui bahwa kebijaksanaan terdalam seringkali berbicara tidak dalam deru kata, melainkan dalam bisikan (atau bahkan ketiadaan) keheningan.

Eksplorasi terhadap “dialog hening” dalam konteks filsafat dan spiritualitas mengungkapkan bahwa makna yang paling dalam dan mendasar seringkali muncul ketika kita melampaui batasan bahasa dan pemikiran konseptual. Baik dalam pengalaman *fana* para sufi, kontemplasi Neoplatonik, pencerahan Zen, maupun *Gelassenheit* Heideggerian, terdapat pengakuan bahwa akses ke Realitas atau Makna Keberadaan yang otentik memerlukan mode kesadaran yang berbeda dari analisis rasional. Keheningan, dalam konteks ini, bukanlah sebuah kebetulan, melainkan sebuah ruang reseptif di mana realitas dapat menyingkapkan dirinya secara langsung. Persimpangan antara refleksi filosofis dan pengalaman spiritual, yang termanifestasi dalam dialog hening, menawarkan jalan menuju pemahaman yang lebih komprehensif tentang diri, realitas, dan yang Transenden, melampaui dikotomi subjek-objek dan batasan artikulasi verbal. Membicarakan kapasitas untuk "mendengar" dalam keheningan batin esensial menjadi bagi siapa pun yang memahami pemahaman makna yang melampaui permukaan.

Etika Hidup yang Sadar Mati

Mengingat Mati sebagai Tindakan Kesadaran

Konsepsi "*Memento mori*," frasa Latin yang secara literal berarti "ingatlah bahwa kamu akan mati," telah lama menjadi elemen sentral dalam diskursus filosofis, spiritual, dan artistik di berbagai peradaban. Inti dari frasa ini adalah pengingat akan kefanaan eksistensi manusia dan keniscayaan kematian sebagai terminus ad quem (batas akhir) yang pasti bagi setiap kehidupan. Dalam konteks historis, Memento mori sering digunakan sebagai antitesis terhadap materialisme berlebihan, kesenangan duniawi yang dangkal, dan keangkuhan, dengan tujuan mendorong individu untuk mengarahkan perhatian pada nilai-nilai yang lebih transenden atau abadi. Dengan internalisasi pemahaman bahwa durasi kehidupan ini terbatas, individu didorong untuk mengkalibrasi ulang prioritas, memaksimalkan potensi diri, dan menjalani eksistensi dengan tingkat kesadaran yang lebih tinggi terhadap urgensi waktu dan makna fundamental.

Secara filosofis, Memento mori sangat terkait erat dengan tradisi seperti Stoicisme, yang mengajarkan penerimaan takdir dan fokus pada apa yang dapat dikontrol (pikiran dan tindakan) alih-alih apa yang di luar kendali (termasuk kematian itu sendiri)[871]. Para filsuf Stoik seperti Marcus Aurelius dan Seneca sering merenungkan kematian bukan untuk menimbulkan ketakutan, melainkan untuk

menumbuhkan apresiasi terhadap momen saat ini dan memotivasi tindakan yang berbudi luhur. Kematian dilihat sebagai pengingat akan kesetaraan fundamental manusia dan urgensi untuk hidup sesuai dengan prinsip-prinsip moral.

Dalam disiplin psikologi modern, konsep Memento mori dapat dianalisis melalui lensa *Terror Management Theory* (TMT). Menurut TMT, kesadaran akan kefanaan diri dan ancaman eksistensial kematian menciptakan kecemasan mendasar (*existential terror*) yang dikelola manusia melalui konstruksi budaya, sistem kepercayaan, dan harga diri[872]. Merenungkan kematian dapat, dalam satu sisi, meningkatkan kecemasan, tetapi di sisi lain, jika dikelola secara konstruktif, ia dapat menjadi pendorong untuk memperkuat komitmen pada nilai-nilai yang dianggap signifikan dalam konteks identitas budaya atau spiritual seseorang. Praktik Memento mori, dalam kerangka ini, dapat dilihat sebagai mekanisme koping yang adaptif terhadap kecemasan kematian, di mana individu mengintegrasikan realitas kematian ke dalam pandangan dunia mereka dengan cara yang mengarah pada pertumbuhan pribadi dan pencarian makna[873]. Selain itu, Memento mori juga beririsan dengan prinsip-prinsip *mindfulness*, yang mendorong kesadaran penuh terhadap realitas saat ini, termasuk penerimaan akan ketidakpastian dan transiensi kehidupan. Dengan secara sadar menerima realitas kematian, seseorang dapat mengurangi penolakan terhadap aspek-aspek kehidupan yang tidak menyenangkan dan lebih hadir dalam setiap momen[874].

Penerapan Memento mori dalam kehidupan sehari-hari bukanlah tentang hidup dalam suasana duka atau ketakutan yang konstan, melainkan penerjemahan kesadaran akan kefanaan menjadi tindakan-tindakan yang memperkaya pengalaman hidup dan memperkuat makna. Beberapa manifestasi konkret dari praktik ini meliputi:

1. Apresiasi Waktu dan Prioritas: Kesadaran bahwa waktu adalah sumber daya yang terbatas dan tidak dapat diperbarui mengarahkan individu untuk menggunakan waktu secara lebih bijak. Ini berarti lebih selektif dalam memilih aktivitas, mengurangi penundaan (prokrastinasi) terhadap hal-hal yang penting, dan mengalokasikan waktu untuk hal-hal yang benar-benar berkontribusi pada tujuan jangka panjang atau kesejahteraan[875].
2. Penguatan Hubungan Interpersonal: Menyadari bahwa momen bersama orang-orang terkasih adalah fana mendorong individu untuk lebih hadir, menghargai kebersamaan, menyelesaikan konflik yang tidak perlu, dan mengekspresikan cinta serta apresiasi secara lebih tulus[876]. Kematian orang lain, atau bahkan sekadar refleksi atas potensi kehilangan, dapat menjadi katalis untuk memperbaiki dan memperdalam hubungan.
3. Pengejaran Tujuan yang Bermakna: Refleksi tentang kematian memunculkan pertanyaan fundamental tentang warisan dan dampak hidup seseorang. Ini dapat memotivasi individu untuk mengejar tujuan yang lebih selaras dengan nilai-nilai inti mereka, berkontribusi pada masyarakat, atau mewujudkan potensi diri

secara autentik, daripada terjebak dalam pencapaian materi atau status yang bersifat sementara[877].

4. Peningkatan Kejujuran dan Integritas: Kesadaran bahwa setiap tindakan akan dihadapkan pada pengawasan abadi (baik secara spiritual maupun dalam penilaian sejarah) dapat mendorong individu untuk bertindak dengan integritas, kejujuran, dan tanggung jawab, menjauhi tindakan yang didasari oleh keserakahan atau tipu daya[878].

Dalam ajaran Islam, pengingat kematian (dzikrul maut) memegang peranan yang sangat penting dan secara eksplisit dianjurkan, bukan sebagai sumber keputusasaan, melainkan sebagai pendorong untuk meningkatkan ketaatan dan mempersiapkan diri untuk kehidupan setelah kematian. Ajaran Islam memandang kehidupan dunia ini sebagai jembatan atau persinggahan sementara menuju kehidupan abadi di akhirat. Kesadaran akan kematian adalah keniscayaan dan merupakan janji Allah SWT.

Allah SWT berfirman dalam Al-Quran: *Katakanlah: "Sesungguhnya kematian yang kamu lari daripadanya, maka sesungguhnya kematian itu akan menemui kamu, kemudian kamu akan dikembalikan kepada (Allah), yang mengetahui yang gaib dan yang nyata, lalu Dia memberitahukan kepadamu apa yang telah kamu kerjakan."*[879] Ayat ini secara tegas menyatakan bahwa kematian adalah realitas yang tidak dapat dihindari, betapapun seseorang berusaha menghindarinya, dan setelah kematian akan ada pertanggungjawaban atas semua perbuatan di dunia.

Rasulullah SAW juga senantiasa mengingatkan umatnya tentang kematian. Salah satu hadis yang masyhur menyatakan: *Perbanyaklah mengingat pemutus kelezatan-kelezatan, yaitu kematian.*[880] Hadis ini secara langsung memerintahkan umat Muslim untuk sering mengingat kematian. Hikmah di baliknya adalah bahwa ingatan akan kematian dapat meredam ambisi berlebihan terhadap urusan dunia yang fana, memotivasi untuk beramal saleh, bertaubat dari dosa, dan meningkatkan persiapan untuk akhirat. Mengunjungi kuburan (ziarah kubur) juga merupakan praktik yang dianjurkan dalam Islam sebagai salah satu bentuk dzikrul maut[881].

Dalam konteks Islam, Memento mori bukan hanya pengingat filosofis tentang kefanaan, tetapi juga pengingat teologis tentang pertanggungjawaban di hadapan Sang Pencipta dan tujuan hakiki penciptaan manusia. Ini menggeser fokus dari sekadar eksistensi temporal menuju prospek eksistensi abadi, menjadikan setiap tindakan di dunia ini memiliki bobot moral dan spiritual yang signifikan.

Ketika dipraktikkan secara sadar dan konstruktif yaitu, bukan sebagai sumber ketakutan yang melumpuhkan, melainkan sebagai katalis untuk hidup lebih penuh Memento mori dapat memiliki beberapa implikasi psikologis yang positif:

1. Penurunan Kecemasan Trivial: Dengan menempatkan masalah dan kekhawatiran sehari-hari dalam perspektif *ultimatum* kematian, banyak hal yang sebelumnya terasa sangat menekan dapat kehilangan sebagian besar kekuatannya. Masalah-masalah kecil dalam pekerjaan atau

hubungan sosial mungkin tampak kurang signifikan ketika dibandingkan dengan realitas kefanaan[882].

2. Peningkatan Rasa Syukur: Kesadaran akan keterbatasan waktu hidup dan potensi kehilangan orang-orang terkemuka dapat meningkatkan apresiasi terhadap apa yang dimiliki saat ini kesehatan, hubungan, kesempatan, dan bahkan pengalaman-pengalaman sederhana dalam kehidupan sehari-hari[883].
3. Motivasi untuk Berubah dan Bertumbuh: Menyadari bahwa waktu tidak terbatas dapat menjadi motivasi kuat untuk meninggalkan kebiasaan buruk, mengejar pertumbuhan pribadi, dan memanfaatkan setiap kesempatan untuk belajar dan berkembang[884].
4. Pencarian Makna yang Lebih Dalam: Refleksi kematian secara alami memicu pertanyaan tentang makna hidup. Proses ini dapat mendorong individu untuk mengidentifikasi apa yang benar-benar penting bagi mereka dan mengintegrasikan nilai-nilai tersebut ke dalam tindakan sehari-hari, menghasilkan rasa kepuasan dan tujuan hidup yang lebih besar[885].

Dengan secara sadar mengintegrasikan pemahaman tentang kefanaan hidup ke dalam kesadaran sehari-hari, individu dapat mentransformasi cara mereka memandang waktu, hubungan, tujuan, dan nilai-nilai pribadi. Praktik ini berfungsi sebagai pengingat konstan tentang apa yang benar-benar penting, memotivasi tindakan yang lebih otentik, bermakna, dan bertanggung jawab. Baik melalui refleksi Stoik, manajemen kecemasan eksistensial, praktik mindfulness, atau pengingat religius akan

pertanggungjawaban ilahi, Memento mori menawarkan lensa yang kuat untuk menavigasi kompleksitas kehidupan dengan urgensi yang bijaksana dan apresiasi yang mendalam.

Etika Hidup yang Terbentuk oleh Kesadaran Kematian

Kesadaran akan kefanaan eksistensi manusia, yang puncaknya adalah kematian, telah lama menjadi subjek kontemplasi mendalam dalam berbagai tradisi pemikiran dan spiritualitas. Perspektif ini tidak hanya berhenti pada tataran metafisik atau eskatologis, melainkan secara signifikan membentuk dan menggarisbawahi imperatif etis bagi individu. Memahami peran kesadaran kematian dalam pembentukan etika hidup memerlukan penelusuran terhadap akar filosofis dan melihat agama yang relevan, serta bagaimana pemahaman ini termanifestasi dalam praktik kehidupan sehari-hari. Pengaruh kesadaran kematian terhadap etika telah diakui secara luas dalam filsafat sejarah. Salah satu aliran yang paling mendesak pentingnya *kenang-kenangan mori* (ingat akan kematian) adalah Stoikisme. Bagi para filsuf Stoik seperti Seneca dan Epictetus, kesadaran akan kematian bukanlah sumber keputusasaan, melainkan alat fundamental untuk kalibrasi nilai hidup dan pengembangan kesejahteraan[886]. Dengan selalu mengingat bahwa hidup ini terbatas dan bahwa segala sesuatu yang bersifat eksternal kekayaan, kekuasaan, kesehatan fisik adalah sementara dan di luar kendali kita, seseorang dapat lebih mudah melepaskan kendali yang berlebihan pada hal-hal tersebut. Fokus etis kemudian beralih pada apa yang sepenuhnya berada dalam kendali diri: penilaian internal, motif, dan tindakan yang didasarkan pada akal (kebajikan)[887].

Kesadaran ini memungkinkan individu untuk menjalani hidup dengan ketenangan (*ataraxia*) dan kebijaksanaan (*phronesis*), karena mereka tidak lagi digelisahkan oleh potensi kehilangan atau ketakutan akan akhir yang tak terhindarkan. Kematian dipandang sebagai penguji akhir terhadap nilai-nilai yang kita anut dan praktikkan sepanjang hidup.

Selain tradisi Stoik, filsafat Eksistensialisme modern juga memberikan penekanan yang kuat pada peran kematian dalam mendefinisikan keberadaan manusia dan esensinya terhadap etika. Tokoh sentral seperti Jean-Paul Sartre berargumen bahwa eksistensi mendahului esensi; manusia terlahir tanpa tujuan inheren dan sepenuhnya bebas untuk menciptakan makna hidupnya sendiri[888]. Dalam konteks ini, kematian berfungsi sebagai batas ontologis (*situasi batas*) yang memberikan urgensi dan makna pada kebebasan tersebut[889]. Kesadaran bahwa waktu hidup adalah terbatas dan bahwa kematian adalah akhir dari kemungkinan-kemungkinan temporal memaksa individu untuk menghadapi kenyataan tanggung jawab penuh atas pilihan-pilihan mereka. Autentisitas, dalam pandangan Eksistensialisme, muncul ketika seseorang membuat pilihan yang sungguh-sungguh mencerminkan nilai-nilai pribadi yang diciptakan, bukan sekadar mengikuti norma sosial (*itikad buruk*) atau melarikan diri dari kebebasan dan kecemasan eksistensial[890]. Di sisi lain, dalam tradisi Islam, kesadaran akan kematian (*al-mawt*) dan kehidupan setelah kematian (*akhirah*) merupakan pilar fundamental yang secara intrinsik terhubung dengan kerangka etika dan moral. Kehidupan dunia

(*dunia*) dipahami sebagai jembatan atau ladang tempat manusia menanam benih amal yang akan dipanen di *akhirat*[891]. Kesadaran akan kematian berfungsi sebagai pengingat konstan bahwa kehidupan ini bersifat sementara dan bahwa setiap individu akan dimintai pertanggungjawaban atas setiap perbuatannya di hadapan Tuhan (Allah SWT)[892]. Allah SWT berfirman dalam Al-Quran: *"Setiap yang bernyawa pasti akan merasakan mati. Kami akan menguji kamu dengan keburukan dan kebaikan sebagai cobaan. Dan hanya kepada Kamilah kamu akan dikembalikan."* (QS. Al-Anbiya : 35). Ayat ini secara tegas menyatakan kepastian kematian dan tujuan hidup sebagai ujian. Kesadaran akan ujian ini mendorong individu untuk menjalani hidup dengan penuh kesadaran, menghindari larangan Allah, dan menjalankan perintah-Nya, yang merupakan inti dari konsep *taqwa* (kesadaran akan Tuhan)[893].

Rasulullah SAW juga menekankan pentingnya mengingat kematian. Beliau bersabda: "*Perbanyaklah mengingat pemutusan kenikmatan (yaitu kematian)*." (Hadis riwayat Imam At-Tirmidzi, An-Nasa'i, dan Ibnu Majah dari Abu Hurairah). Hadis ini menggarisbawahi bahwa mengingat kematian dapat membantu mengendalikan hawa nafsu, mengurangi keinginan pada kesenangan duniawi yang fana, dan memusatkan perhatian pada persiapan bekal untuk *akhirah*[894]. Etika hidup yang terbentuk dari kesadaran yang mendorong individu untuk bersikap adil, jujur, murah hati, sabar, dan menghindari dosa, bukan hanya karena norma sosial, tetapi karena keyakinan akan adanya pertanggungjawaban ilahi.

Dari berbagai perspektif ini, dapat disimpulkan bahwa kesadaran akan kematian bertindak sebagai mekanisme pembentuk etika yang kuat. Ia mengalihkan fokus dari hal-hal sepele atau eksternal yang tidak memiliki nilai abadi menuju inti eksistensi dan nilai-nilai fundamental. Kematian memaksa introspeksi, mengklarifikasi prioritas, dan memberikan urgensi pada tindakan yang bermakna dan bertanggung jawab. Dalam praktik hidup, ini termanifestasi dalam berbagai bentuk: mengurangi materialisme, menghargai waktu dan hubungan, berani membuat pilihan autentik, serta meningkatkan upaya untuk berbuat baik dan menghindari keburukan sebagai bentuk persiapan diri. Kematian, alih-alih menjadi sumber ketakutan yang melumpuhkan, menjadi pengingat yang mencerahkan, membimbing individu menuju kehidupan yang lebih penuh kesadaran, autentik, dan sarat makna etis, baik menurut kacamata filosofis maupun spiritual.

Menemukan Makna Hidup di Tengah Keberlimpahan yang Kosong

Era kontemporer ditandai oleh akselerasi globalisasi, kemajuan teknologi yang pesat, dan dominasi paradigma konsumerisme serta materialisme. Dalam lanskap ini, banyak masyarakat, khususnya di wilayah yang mengalami pertumbuhan ekonomi signifikan, dihadapkan pada kondisi paradoksal: ketersediaan melimpah atas barang dan jasa material yang diiringi dengan meningkatnya fenomena kekosongan eksistensial[895]. Keberlimpahan material, alih-alih menghadirkan kepuasan dan makna, justru kerap menjelma menjadi "keberlimpahan yang kosong", sebuah kondisi di mana akumulasi kekayaan dan kepemilikan tidak berkorelasi positif

dengan rasa kepenuhan hidup. Pertanyaan mendasar mengenai makna hidup (meaning of life), yang secara historis menjadi pijakan spiritual dan filosofis manusia, terasa semakin buram dan terdistorsi di tengah hiruk pikuk hasrat konsumtif dan validasi eksternal.

Fenomena keberlimpahan yang kosong berakar pada pergeseran prioritas dari dimensi ontologis (hakikat keberadaan) ke dimensi fenomenologis (penampakan dan pengalaman permukaan). Masyarakat konsumtif cenderung mengidentifikasi makna diri (self-worth) melalui kepemilikan, pencapaian status sosial yang terlihat, dan partisipasi tak henti dalam siklus produksi-konsumsi[896]. Sistem nilai yang didorong oleh iklan dan budaya populer mengonstruksi kebahagiaan sebagai hasil langsung dari akuisisi material. Namun, penelitian dalam psikologi positif dan sosiologi kritis secara konsisten menunjukkan bahwa peningkatan kekayaan di atas tingkat kebutuhan dasar memiliki korelasi yang lemah, bahkan seringkali nihil, dengan peningkatan kesejahteraan subjektif jangka panjang[897]. Individualisme ekstrim, persaingan status, dan objektivikasi diri melalui "tampilan" (display) menggoyahkan fondasi hubungan interpersonal yang otentik dan menghambat pengembangan diri yang berbasis pada nilai-nilai intrinsik. Kekosongan yang dirasakan ini seringkali bermanifestasi dalam bentuk kecemasan, depresi, kelesuan spiritual, dan pencarian distraksi konstan. Viktor Frankl menggambarkan kondisi ini sebagai "kekosongan eksistensial" (*existential vacuum*), yakni hilangnya perasaan bahwa hidup memiliki tujuan atau makna untuk dicapai.

Dalam kondisi seperti ini, keberlimpahan material hanya menjadi selubung tipis yang gagal menutupi jurang kehampaan internal.

Di sinilah kesadaran akan mortalitas memainkan peran transformatif. Kematian, sebagai keniscayaan universal dan batas definitif eksistensi manusia, menawarkan perspektif radikal terhadap nilai-nilai duniawi. Kontemplasi atas kefanaan hidup (memento mori) secara inheren memaksa individu untuk mempertimbangkan kembali prioritasnya[898]. Ketika dihadapkan pada fakta bahwa waktu terbatas dan bahwa semua akumulasi material pada akhirnya akan ditinggalkan, pengejaran kekayaan atau status semata terasa kehilangan urgensinya. Filsafat eksistensial, khususnya dalam pemikiran Martin Heidegger, menyoroti pentingnya "keberadaan-menuju-kematian" (Sein zum Tode) sebagai elemen konstitutif keberadaan manusia (Dasein)[899]. Kesadaran akan kemungkinan non-eksistensi ini, paradoksnya, adalah apa yang memungkinkan otentisitas. Dengan mengakui kefanaan, manusia dapat hidup lebih penuh di masa kini dan mengarahkan energi pada apa yang benar-benar penting dan abadi, bukan sekadar fana. Kematian membongkar ilusi keabadian kepemilikan dan status, menyingkap esensi keberadaan yang terbebas dari belenggu materialisme.

Integrasi kesadaran kematian ke dalam kesadaran sehari-hari bukanlah upaya untuk menghasilkan keputusasaan, melainkan instrumen untuk mengasah fokus eksistensial. Ketika batas waktu menjadi jelas, individu didorong untuk menginvestasikan waktu dan energi pada aktivitas serta hubungan yang memberikan resonansi

makna yang mendalam. Ini mencakup pengembangan potensi diri, berkontribusi pada kesejahteraan orang lain, membangun koneksi interpersonal yang tulus, mengejar kebenaran atau keindahan, dan mengeksplorasi dimensi spiritual atau transenden kehidupan. Berbeda dengan kepuasan sesaat dari kepemilikan, aktivitas-aktivitas ini menghasilkan *eudaimonia* (kebahagiaan sejati melalui kehidupan yang bertujuan), rasa kepenuhan internal yang tidak bergantung pada kondisi eksternal atau validasi sosial. Kesadaran bahwa hidup adalah anugerah yang fana memotivasi tindakan bermakna dan mengurangi keterikatan pada hal-hal yang bersifat sementara dan pada akhirnya kosong.

Banyak tradisi spiritual, termasuk Islam, secara fundamental mengintegrasikan kesadaran akan kematian dan akhirat sebagai elemen sentral dalam pencarian makna hidup. Dalam pandangan dunia Islam, kehidupan dunia (dunya) adalah ephemeral (fana) dan bersifat sebagai ujian sementara, sementara kehidupan akhirat (akhirah) adalah eksistensi abadi dan tujuan utama[900]. Allah SWT berfirman dalam Al-Quran: "Dan tiadalah kehidupan dunia ini, selain dari main-main dan senda gurau belaka. Dan sungguh kampung akhirat itu lebih baik bagi orang-orang yang bertakwa. Maka tidakkah kamu menggunakan akal?"[901]. Ayat ini dengan jelas mereduksi nilai absolut dunia materi dan menyoroti keutamaan akhirat. Kesadaran akan kematian, atau "mengingat perusak kelezatan" (mudzakir hadzim al-ladzat) sebagaimana disebutkan dalam Hadis[902], berfungsi sebagai pengingat konstan akan kefanaan dunia dan mendorong seorang Muslim untuk mengalihkan fokus

dari akumulasi harta semata kepada penanaman amal saleh dan pengembangan spiritual sebagai bekal menuju kehidupan abadi. Nabi Muhammad SAW bersabda: "Perbanyaklah mengingat pemutus kelezatan (yakni kematian)"[903]. Hadis ini secara eksplisit mendorong kontemplasi kematian sebagai cara untuk melepaskan diri dari cengkeraman kenikmatan fana duniawi yang bisa mengalihkan dari tujuan eksistensial yang lebih tinggi mencari ridha Allah dan mempersiapkan diri untuk akhirat. Dengan demikian, dalam paradigma Islam, kesadaran kematian bukanlah sumber keputusasaan, melainkan katalis yang membangkitkan kesadaran spiritual dan moral, mendorong individu untuk hidup dengan tujuan, berbuat baik, dan menemukan makna sejati dalam ketaatan dan kontribusi yang melampaui batas-batas kehidupan dunia.

Keberlimpahan Konsumerisme dan Kehampaan Eksistensial

Era kontemporer menghadirkan sebuah kontradiksi fundamental yang semakin mencolok: di satu sisi, masyarakat, terutama di negara-negara maju dan berkembang pesat, menikmati tingkat keberlimpahan material serta akses terhadap barang dan jasa yang secara historis belum pernah terbayangkan sebelumnya; di sisi lain, terdapat data yang menunjukkan peningkatan prevalensi disorientasi, alienasi, dan rasa ketiadaan makna eksistensial yang mendalam. Fenomena paradoks ini, seringkali dirujuk sebagai korelasi antara keberlimpahan konsumerisme dan merebaknya kehampaan eksistensial, menjadi titik fokus analisis dalam memahami dinamika kesejahteraan manusia di bawah hegemoni kapitalisme lanjut. Narasi dominan dalam masyarakat konsumen

seringkali menggarisbawahi bahwa akumulasi kekayaan, kepemilikan aset materi, dan konsumsi yang tak henti-hentinya merupakan jalur utama menuju kebahagiaan, kepuasan diri, dan simbol kesuksesan. Namun, bukti empiris dari berbagai disiplin ilmu, mulai dari sosiologi, psikologi, hingga studi budaya, secara konsisten menyoroti bahwa pemenuhan kebutuhan material dan dorongan konsumtif yang canggih tidak secara inheren berujung pada kesejahteraan batin yang kokoh atau penemuan makna hidup yang substansial dan lestari[904].

Sebelum menyelami lebih jauh hakikat kehampaan eksistensial dalam konteks modern, sangat krusial untuk menelaah karakter spesifik dari keberlimpahan konsumerisme yang menjadi lanskap budayanya. Konsumerisme abad ke-21 telah melampaui sekadar aktivitas ekonomi yang memenuhi kebutuhan dasar atau fungsional; ia telah bertransformasi menjadi sebuah sistem sosio-kultural yang kompleks, di mana akuisisi dan konsumsi barang serta jasa secara berkelanjutan dipromosikan sebagai sarana utama ekspresi identitas personal, kalkulasi status sosial, dan sumber kebahagiaan intrinsik[905]. Didukung oleh infrastruktur produksi massal global, strategi pemasaran yang semakin invasif dan personal, serta kemudahan akses melalui kanal fisik dan digital yang tanpa batas, individu dihadapkan pada gelombang pilihan produk yang hampir tak terukur. Keberlimpahan ini bukan hanya tentang kuantitas, melainkan juga tentang bagaimana ia dikonstruksi dan dikomunikasikan sebagai indikator kemajuan, simbol kehidupan yang berhasil, dan manifestasi dari kebahagiaan itu sendiri. Melalui

iklan, media massa, dan kini platform media sosial, citra ideal tentang kebahagiaan dan kesuksesan secara konstan dibingkai dalam kerangka kepemilikan dan gaya hidup berbasis konsumsi. Dalam kerangka inilah, tindakan membeli, memiliki, dan memamerkan (display) kepemilikan dapat menggeser atau bahkan menggantikan sumber-sumber makna tradisional yang bersumber dari komunalitas, spiritualitas, kontemplasi batin, atau keterlibatan sipil yang mendalam[906].

Di sisi lain, kehampaan eksistensial adalah fenomena yang secara kualitatif berbeda dari sekadar kesedihan episodik atau ketidakpuasan sementara. Ia merujuk pada suatu sensasi mendalam akan ketiadaan pondasi makna, tujuan hidup yang jelas, atau nilai-nilai fundamental yang dapat memberikan orientasi batin, terlepas dari atau bahkan paradoksalnya, *karena* pemenuhan kebutuhan material telah terlampaui[907]. Manifestasi dari kehampaan ini seringkali beragam, mencakup perasaan teralienasi (alienation) baik dari diri sendiri, sesama manusia, maupun lingkungan sekitar, disorientasi moral atau naratif personal, kecemasan yang samar tanpa objek spesifik (*existential anxiety*), dan persepsi bahwa rutinitas serta aktivitas sehari-hari terasa kosong, dangkal, atau repetitif tanpa tujuan yang lebih besar. Dalam ekosistem konsumerisme, kehampaan ini seringkali memuncak ketika individu menyadari bahwa pengejaran, akumulasi, dan pengalaman yang berorientasi pada objek material tidak mampu mengisi kekosongan struktural dalam pencarian makna hidup yang lebih mendalam. Barang-barang baru, pengalaman konsumtif yang mewah, atau

pembaruan gaya hidup mungkin menawarkan lonjakan kesenangan sesaat (hedonic pleasure), namun gagal memberikan jawaban yang memuaskan terhadap pertanyaan fundamental tentang keberadaan: "Siapakah saya di luar apa yang saya miliki?", "Apa arti dari pengalaman hidup saya?", dan "Tujuan apa yang layak dikejar dalam keberadaan yang terbatas ini?"[908].

Korelasi yang tampaknya kontraintuitif antara keberlimpahan konsumerisme dan kehampaan eksistensial dapat dijelaskan melalui serangkaian mekanisme psikologis, sosiologis, dan filosofis yang saling terkait. Pertama, konsep adaptasi hedonis (*hedonic adaptation*) memainkan peran sentral. Manusia memiliki kecenderungan intrinsik untuk kembali ke tingkat kebahagiaan basal mereka setelah mengalami peristiwa positif maupun negatif[909]. Ketika diterapkan pada konsumsi, akuisisi barang atau pengalaman baru akan memberikan lonjakan kebahagiaan awal, namun efek kognitif dan emosional ini dengan cepat memudar seiring waktu dan paparan berulang. Fenomena ini menciptakan apa yang disebut "roda gila hedonis" (hedonic treadmill), di mana individu terus-menerus harus mencari stimulus konsumtif berikutnya yang semakin besar atau berbeda untuk mempertahankan tingkat kebahagiaan yang sama, menciptakan siklus yang tak pernah terpuaskan dan justru memperdalam rasa kekurangan[910].

Kedua, perbandingan sosial (*social comparison*), yang merupakan fenomena fundamental dalam interaksi manusia, diperparah secara signifikan dalam masyarakat konsumeris dan era digital. Identitas dan nilai diri seringkali diukur berbasis metrik

eksternal, termasuk kepemilikan material dan gaya hidup yang dipamerkan. Platform media sosial berfungsi sebagai arena perbandingan sosial yang hiperaktif, menampilkan citra kehidupan yang telah dikurasi, seringkali menyoroti aspek konsumtif secara berlebihan[911]. Akibatnya, rasa puas terhadap apa yang telah dimiliki menjadi sulit dicapai karena selalu ada standar (nyata atau artifisial) yang tampak lebih tinggi, menciptakan kecemasan status (status anxiety) yang konstan dan dorongan untuk terus menerus mengonsumsi demi "mengikuti" atau "melampaui" orang lain. Siklus perbandingan ini secara paradoksal menghasilkan perasaan tidak cukup (inadequacy) meskipun individu memiliki lebih dari yang mereka butuhkan[912].

Ketiga, konsumsi sebagai bentuk distraksi dan penangguhan pencarian makna. Pengejaran tanpa henti terhadap objek konsumsi baru, perencanaan pembelian, serta aktivitas terkait (seperti perawatan, pemeliharaan, atau memamerkan barang) dapat menyita waktu, energi kognitif, dan sumber daya emosional yang seharusnya dapat dialokasikan untuk introspeksi batin, membangun hubungan interpersonal yang otentik dan mendalam, atau terlibat dalam aktivitas yang didorong oleh nilai-nilai intrinsik dan berorientasi pada tujuan transenden. Konsumerisme menyediakan laju stimulasi dan aktivitas yang konstan, yang secara efektif dapat berfungsi sebagai mekanisme pengalihan perhatian dari kebutuhan untuk menghadapi pertanyaan-pertanyaan eksistensial yang mendalam dan seringkali tidak nyaman[913]. Dalam konteks ini,

konsumsi menjadi cara untuk menghindari kesendirian, keheningan batin, atau konfrontasi dengan kerapuhan eksistensi.

Keempat, komodifikasi diri dan hubungan interpersonal. Dalam budaya konsumeris yang meluas, logika pasar cenderung merambah ke dalam ranah kehidupan yang sebelumnya dianggap sakral atau non-transaksional. Identitas diri dapat terkomodifikasi, di mana nilai seseorang diukur berdasarkan kemampuan mereka untuk mengonsumsi, merek yang mereka kenakan, atau citra "personal branding" yang mereka proyeksikan melalui kepemilikan dan gaya hidup[914]. Hubungan interpersonal pun dapat terpengaruh, berubah menjadi lebih transaksional atau instrumental, didasarkan pada apa yang dapat diberikan atau diterima secara materi atau status simbolik, dibandingkan pada kedalaman koneksi emosional, empati, atau saling pengertian yang otentik. Erosi ranah non-komodifikasi ini secara fundamental mengikis fondasi bagi pemenuhan kebutuhan psikologis esensial akan koneksi sosial yang otentik, rasa memiliki, dan kontribusi yang bermakna, yang semuanya krusial bagi konstruksi makna eksistensial dan kesejahteraan batin[915].

Sebagai kesimpulan, keberlimpahan material yang dijanjikan dan didorong oleh konsumerisme modern, meskipun memenuhi kebutuhan fisik dan bahkan menciptakan kenyamanan serta kesenangan sesaat, secara fundamental tidak dapat mengisi kekosongan yang bersumber dari ketiadaan makna eksistensial. Paradoks ini, di mana semakin banyak yang kita miliki secara eksternal, semakin kosong yang terasa di dalam, adalah cerminan dari disonansi antara janji kebahagiaan melalui akumulasi dan

realitas psikologis serta eksistensial manusia[916]. Memahami mekanisme yang menghubungkan konsumerisme dan kehampaan eksistensial mulai dari adaptasi hedonis, perbandingan sosial, peran konsumsi sebagai distraksi, hingga komodifikasi diri dan hubungan krusial untuk mencari jalan keluar dari "roda gila" abad ke-21. Krisis makna yang dialami oleh banyak individu dalam masyarakat yang berkelimpahan material menggarisbawahi urgensi untuk mengalihkan fokus dari pengejaran kekayaan eksternal menuju penanaman nilai-nilai internal, penguatan hubungan otentik, dan pencarian tujuan yang melampaui kepuasan materi demi mencapai kesejahteraan batin yang lestari dan makna hidup yang kokoh.

Kekayaan Batin vs. Kekayaan Materi

Manusia secara inheren mengejar kesejahteraan dan kebahagiaan, sebuah pencarian abadi yang telah membentuk peradaban serta mendorong berbagai sistem kepercayaan dan filosofi. Dalam diskursus modern, kesejahteraan seringkali terukur melalui indikator ekonomi dan akumulasi materi, mencerminkan pandangan bahwa kemakmuran fisik adalah prasyarat, jika bukan inti dari, kehidupan yang baik. Namun, narasi dominan ini berhadapan dengan kebijaksanaan kuno yang diturunkan melalui tradisi agama dan filosofi lintas budaya, yang secara konsisten memberikan peringatan terhadap keterikatan berlebihan pada ranah material (*dunya*) dan sebaliknya menekankan pentingnya kekayaan yang bersifat internal dan transenden. Paradigma alternatif inilah yang menyoroti signifikansi kekayaan batin,

ketenangan jiwa (*sakinah*), serta pencarian makna yang melampaui dimensi fisik eksistensi.

Banyak tradisi sapienţial, dari Stoikisme hingga ajaran Timur dan keagamaan samawi, telah lama mencermati hubungan kompleks antara manusia dan dunia materi. Mereka cenderung memandang dunia fisik dan segala pernak-perniknya sebagai fana, temporal, dan seringkali ilusi, kontras dengan realitas yang lebih mendalam atau abadi. Dalam konteks Islam, misalnya, kehidupan dunia (*dunya*) digambarkan bukan sebagai tujuan akhir, melainkan sebagai arena ujian dan medan persiapan untuk keberadaan yang kekal (*akhirat*). Fokus fundamental dalam pandangan dunia ini adalah pada pengembangan diri melalui amal saleh, pemeliharaan hubungan yang kokoh dengan Sang Pencipta (Allah), dan orientasi diri menuju kehidupan pasca-material. Dalam kerangka ini, keberlimpahan materi, alih-alih menjadi tujuan intrinsik, dipandang sebagai potensi ujian, yang dapat mengalihkan perhatian dari tujuan spiritual atau, jika dikelola dengan benar, menjadi sarana untuk mencapai tujuan tersebut melalui tindakan kedermawanan dan keadilan.

Al-Quran, sebagai kitab suci dalam Islam, secara eksplisit menggambarkan sifat hakiki kehidupan dunia yang fana dan menipu. Firman ilahi menegaskan: *"Ketahuilah, sesungguhnya kehidupan dunia itu hanyalah permainan dan senda gurau, perhiasan dan bermegah-megahan di antara kamu serta berbangga-banggahan tentang banyaknya harta dan anak, seperti hujan yang tanam-tanamannya mengagumkan para petani; kemudian tanaman itu menjadi kering dan kamu lihat warnanya*

kuning kemudian menjadi layu. Dan di akhirat (nanti) ada azab yang keras dan ampunan dari Allah serta keridaan-Nya. Dan kehidupan dunia itu tidak lain hanyalah kesenangan yang menipu." (QS. Al-Hadid : 20). Ayat ini menggunakan analogi yang puitis namun tajam, menyamakan pengejaran duniawi semata dengan siklus vegetal yang tumbuh subur sesaat hanya untuk kemudian layu dan lenyap, secara efektif mengungkap sifat fatamorgana dari ambisi materialistik murni. Pesan ini secara implisit menuntun kesadaran manusia untuk mencari fondasi kebahagiaan dan keamanan yang lebih substansial dan langgeng, sesuatu yang tidak tunduk pada hukum peluruhan dan kenirkekalan dunia fisik.

Sejalan dengan ajaran Al-Quran, tradisi kenabian melalui Hadis Nabi Muhammad SAW juga banyak yang menekankan keutamaan *qana'ah*, yaitu sikap merasa cukup atau konten dengan apa yang dimiliki, serta menjauhi sifat tamak dan loba. Salah satu Hadis yang sangat relevan dan sering dikutip menyatakan: *"Kekayaan itu bukanlah dengan banyaknya harta benda, akan tetapi kekayaan (yang sejati) adalah kekayaan jiwa (hati)."* (HR. Al-Bukhari dan Muslim). Hadis ini menyediakan dikotomi konseptual yang jelas antara kekayaan yang terukur secara eksternal (banyaknya harta benda) dan kekayaan yang bersifat internal atau spiritual (kekayaan jiwa/hati). Ia dengan tandas menegaskan bahwa sumber kebahagiaan, kepuasan, dan kemandirian yang autentik berasal dari kondisi internal jiwa, bukan dari akumulasi kepemilikan materi. Pandangan-pandangan mendalam dari tradisi agama dan filosofi semacam ini menawarkan kerangka analitis yang kuat untuk memahami mengapa, terlepas dari pencapaian tingkat kemakmuran

materi yang tinggi, banyak individu dan masyarakat modern masih bergulat dengan perasaan kehampaan eksistensial, kecemasan, atau disforia. Studi empiris dalam psikologi positif juga menunjukkan bahwa meskipun pendapatan berkorelasi positif dengan kebahagiaan *hingga* titik tertentu yang mencukupi kebutuhan dasar dan stabilitas, peningkatan kekayaan material *selanjutnya* memiliki dampak marjinal yang semakin kecil pada peningkatan kesejahteraan subjektif jangka panjang.[917] Fenomena ini, yang terkadang dikaitkan dengan adaptasi hedonis dan *hedonic treadmill*, di mana individu terus-menerus menyesuaikan diri dengan tingkat stimulasi kebahagiaan baru dari perolehan materi, menggemakan kritik tradisional terhadap pengejaran duniawi tak berkesudahan.

Keterikatan berlebihan pada konsumsi dan kepemilikan material cenderung memproyeksikan nilai diri seseorang pada objek eksternal, menciptakan identitas yang rapuh dan bergantung pada validasi serta perbandingan sosial.[918] Dalam sistem nilai yang menempatkan akumulasi materi sebagai puncak pencapaian, fokus bergeser dari "menjadi" (mengembangkan karakter, kebajikan, kapasitas internal) menjadi "memiliki" (mengumpulkan aset, barang, status simbol). Kehampaan yang dirasakan oleh banyak individu dalam masyarakat berorientasi materi bisa jadi merupakan manifestasi dari penelantaran dimensi eksistensial dan spiritual dari keberadaan manusia. Viktor Frankl, seorang psikiater dan penyintas Holocaust, dalam analisisnya tentang pencarian makna, berpendapat bahwa manusia didorong oleh "keinginan untuk mencari makna" (*will to meaning*), dan ketika dorongan ini terhalang atau diganti dengan pengejaran kekuasaan (*will to power*) atau

kesenangan (*will to pleasure*), hasilnya seringkali adalah kekosongan eksistensial.[919] Dalam konteks ini, kekayaan batin yang mencakup rasa syukur (*qana'ah*), kedamaian internal (*sakinah*), tujuan yang melampaui diri sendiri, serta hubungan yang berarti dengan sesama dan yang Transenden menyediakan sumber kepuasan yang jauh lebih stabil dan mendalam. Ini adalah kekayaan yang tidak dapat diambil oleh fluktuasi pasar atau bencana fisik, karena ia berakar pada esensi diri dan koneksi dengan realitas yang lebih besar.

Pandangan-pandangan dari tradisi agama dan filosofi yang dibahas memberikan peta jalan yang krusial untuk mengatasi dilema modern antara kekayaan materi dan kekayaan batin. Mereka mendesak pergeseran fundamental dalam orientasi nilai: dari obsesi terhadap akumulasi dan konsumsi menuju penekanan pada "menjadi" dan "berkontribusi". Ini melibatkan investasi energi dan perhatian pada pengembangan karakter, pemeliharaan hubungan yang otentik, pencarian dan perwujudan tujuan hidup yang bermakna, serta penumbuhkembangan kesadaran spiritual atau transenden. Kekayaan sejati, menurut lensa kebijaksanaan abadi ini, terletak pada kemandirian internal dari keinginan yang berlebihan, kapasitas untuk menemukan kepuasan dalam kesederhanaan, dan kemampuan untuk terhubung dengan sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri. Dalam dunia yang semakin didorong oleh dorongan materialistik, refleksi terhadap ajaran-ajaran ini tidak hanya relevan tetapi esensial untuk menavigasi jalan menuju kesejahteraan yang holistik dan berkelanjutan, baik pada tingkat individu maupun kolektif.

Apakah Kita Benar-benar Kaya?

Dalam diskursus kontemporer, konsep keberlimpahan (kelimpahan) acap kali didominasi oleh metrik-metrik kuantitatif yang dihilangkan dengan kuat dalam paradigma ekonomi pasar global. Produk Domestik Bruto (PDB), tingkat pendapatan per kapita, konsumsi, dan akumulasi aset material menjadi tolok ukur utama kemakmuran bangsa maupun individu. Masyarakat yang dianggap berlimpah adalah mereka yang mampu memproduksi dan mengonsumsi dalam skala besar, dengan akses luas terhadap barang dan jasa[920]. Model keberlimpahan ini, yang tekanan pertumbuhan ekonomi tak henti-hentinya dan akumulasi kekayaan materi, telah membentuk cara pandang kolektif tentang apa yang artinya menjadi "kaya". Namun, refleksi yang lebih mendalam, terutama dari lensa filsafat dan tasawuf, memunculkan pertanyaan mendasar: apakah peningkatan kekayaan material dan pertumbuhan ekonomi semata benar-benar mencerminkan keberlimpahan dalam maknanya yang paling hakiki, dan apakah kita, dalam hiruk pikuk kemajuan ekonomi, benar-benar telah mencapai kondisi "kaya" yang sejati?

Sistem ekonomi modern, dengan segala kerumitannya, pada dasarnya dirancang untuk mengatasi kelangkaan (kelangkaan) melalui efisiensi alokasi sumber daya dan peningkatan produksi[921]. Keberlimpahan dalam konteks ini dipandang sebagai antitesis dari kelangkaan suatu kondisi di mana kebutuhan dan keinginan material sebagian besar populasi dapat terpenuhi, bahkan terlampaui. Indikator-indikator seperti angka kemiskinan, harapan

hidup, dan akses terhadap pendidikan dan layanan kesehatan memang menunjukkan bahwa kemajuan ekonomi neo-liberal telah, di banyak tempat, meningkatkan standar hidup materi secara signifikan dibandingkan era sebelumnya[922]. Namun, fokus yang sempit pada akumulasi kekayaan dan konsumsi juga menciptakan paradoks. Di tengah keberlimpahan materi global yang belum pernah terjadi sebelumnya, kita menyaksikan jurang ketidaksetaraan yang melebar, degradasi lingkungan yang meremehkan, dan meningkatnya disorientasi serta krisis makna di tingkat personal maupun sosial[923]. Hal ini mengisyaratkan bahwa mungkin ada dimensi-dimensi keberlimpahan dan kekayaan yang luput dari pengukuran ekonomi konvensional.

Melangkah ke ranah filsafat, pertanyaan tentang apa itu "kekayaan" dan "kehidupan yang baik" telah menjadi pusat perhatian selama ribuan tahun. Para filsuf Yunani Kuno, seperti Aristoteles, tidak menampik pentingnya kondisi material yang mampu untuk mencapai *eudaimonia* (kebahagiaan atau keberkahan hidup), namun secara tegas menempatkan kekayaan sebagai sarana, bukan tujuan akhir[924]. Kekayaan, bagi Aristoteles, terkait erat dengan pengembangan kebajikan (kebajikan) dan aktivitas yang sesuai dengan nalar, yang memungkinkan seseorang mencapai potensi tertingginya sebagai manusia. Kekayaan materi yang berlebihan atau diperoleh secara tidak etis bahkan dapat menghalangi jalan menuju *eudaimonia* . Perspektif ini menantang pandangan bahwa kekayaan kuantitatif identik dengan kehidupan yang berlimpah atau sejahtera.

Aliran filsafat lain, seperti Stoikisme, bahkan lebih radikal dalam memandang kekayaan. Epictetus dan Seneca mengajarkan bahwa kekayaan sejati terletak pada kemandirian batin dari ketergantungan pada hal-hal eksternal yang tidak dapat sepenuhnya kita kendalikan, termasuk kekayaan materi, status, dan kesehatan[925]. Kedamaian batin (*ataraxia*), yang dicapai melalui penerimaan rasional terhadap nasib dan fokus pada apa yang berada dalam kendali kita (keyakinan, penilaian, keinginan, dan tindakan), dianggap sebagai bentuk kekayaan yang paling berharga. Kekayaan materi, dalam pandangan Stoik, bersifat *acuh tak acuh* secara moral netral dan tidak esensial untuk mencapai kehidupan yang baik. Pandangan ini secara fundamental menggeser lokus keberlimpahan dari dunia luar ke alam kesadaran dan sikap batin individu.

Di era modern, kritik filosofis terhadap konsumsi dan materialisme terus berkembang. Filsuf seperti Erich Fromm membedakan antara mode keberadaan "memiliki" (*memiliki*) dan "menjadi" (*menjadi*). Masyarakat yang terpusat pada mode “memiliki” menemukan identitas dan keamanannya dalam akumulasi dan kepemilikan, yang justru menciptakan kecemasan dan persaingan yang tak berujung. Sebaliknya, mode "menjadi" tekanan pengalaman, aktivitas, dan koneksi, di mana kepuasan datang dari keberadaan dan perkembangan diri[926]. Keberlimpahan sejati, dalam konteks ini, lebih terkait dengan kedalaman pengalaman dan kualitas hubungan daripada kuantitas kepemilikan. Perspektif filosofis ini secara agregat mengajak kita untuk

memikirkan bahwa definisi kekayaan yang berbasis materi semata-mata bersifat parsial dan potensial, karena mengabaikan dimensi batin, etis, dan eksistensial dari keberadaan manusia.

Perspektif yang lebih jauh dalam mendefinisikan keberlimpahan adalah tasawuf, dimensi esoteris dalam Islam yang menekan penyucian hati dan kedekatan dengan Tuhan. Dalam tasawuf, konsep kekayaan dan kemiskinan diukur dengan tolok ukur yang sangat berbeda dari materi dunia. Kekayaan (*ghina'*) dan kemiskinan (*faqr*) Merujuk pada keadaan hati seseorang dalam keadaan bersama Allah dan makhluk. *Faqr* yang terpuji bukanlah ketiadaan harta, melainkan kesadaran total akan kebutuhan (kefakiran) diri di hadapan Allah yang Maha Kaya (*al-Ghany*). Sementara itu, *ghina'* yang sejati bukanlah memiliki banyak harta dunia, melainkan kekayaan hati yang merasa cukup dengan Allah, merdeka dari ketergantungan pada ciptaan[927].

Konsep *zuhd* (asketisme/detasemen) dalam tasawuf sering disalahpahami sebagai persetujuan total terhadap dunia. Padahal, *zuhd* yang diajarkan oleh para sufi sejati adalah kehancuran hati dari terus menerus di dunia, bukan penolakan fisik terhadapnya. Seorang sufi yang kaya harta bisa jadi lebih *zahid* (memiliki sifat zuhd) daripada seorang fakir miskin, jika hatinya tidak bergantung pada hartanya, siap meninggalkannya kapan saja demi Allah, dan menggunakannya di jalan kebaikan[928]. Kekayaan adalah memiliki dunia sejati (kemampuan berinteraksi dengannya), tetapi dunia tidak memiliki hati kita. Lebih dari itu, tasawuf memperkenalkan konsep keberlimpahan spiritual yang

melampaui segala ukuran materi. Kondisi batin seperti *qana'ah* (rasa cukup dan hubungan terhadap ketetapan Allah), *syukur* (bersyukur atas segala kenikmatan, besar maupun kecil), *sabr* (kesabaran), *mahabbah* (cinta kepada Allah), dan *ma'rifah* (pengetahuan mendalam tentang Allah) adalah bentuk-bentuk kekayaan batin yang tak ternilai[929]. Seorang sufi yang hidup dalam kesederhanaan materi namun hatinya dipenuhi *qana'ah* dan *mahabbah* kepada Ilahi dianggap telah meraih kekayaan yang tak dapat dibandingkan dengan kekayaan materiil penguasaan dunia sekalipun. Keberkahan (*barakah*), peningkatan secara kualitatif yang berasal dari sumber Ilahi, juga merupakan bentuk keberlimpahan yang musykil diukur secara ekonomi, namun sangat nyata dalam pengalaman spiritual sedikit rezeki terasa cukup, waktu terasa luas, ilmu terasa bermanfaat[930].

Baik perspektif filsafat maupun tasawuf secara konsisten menyajikan dimensi keberlimpahan yang melampaui kerangka sosio-ekonomi konvensional. Filsafat mendorong kita untuk melihat kekayaan dalam konteks *eudaimonia* , kebajikan, kemandirian batin, dan kualitas eksistensi. Tasawuf, dengan lebih jauh, mengarahkan pandangan pada kekayaan hati, *qana'ah* , *mahabbah* , dan hubungan dengan Sang Pencipta sebagai puncak keberlimpahan. Paradigma ekonomi yang dominan, sementara berhasil meningkatkan kuantitas barang dan jasa, tampaknya gagal menangkap esensi kekayaan yang sesungguhnya, yang lebih dihilangkan pada kualitas batin, hubungan, makna, dan kondisi spiritual.

Pertanyaan "*Apakah kita benar-benar kaya*?" dalam konteks ini menjadi sebuah undangan kolektif dan pribadi untuk berdiskusi kembali nilai-nilai yang kita junjung. Jika kekayaan materi terus dikejar tanpa mempertimbangkan pertimbangan etis, ekologis, dan spiritualnya, kita mungkin hanya mengakumulasi ilusi keberlimpahan sambil mengerdilkan potensi kemanusiaan kita yang sesungguhnya. Keberlimpahan yang autentik mungkin terletak pada keseimbangan antara memenuhi kebutuhan material secara etis dan berkelanjutan, serta memupuk kekayaan batin, relasional, dan spiritual. Mengintegrasikan wawasan dari filsafat dan tasawuf ke dalam pemahaman kita tentang "kaya" dapat membuka jalan menuju model masyarakat yang tidak hanya makmur secara materi, tetapi juga sejahtera secara jiwa, adil dalam hubungan sosial, dan harmonis dengan alam semesta. Kekayaan, pada akhirnya, mungkin adalah keadaan yang *menjadi* utuh dan terhubung, bukan sekedar keadaan *yang memiliki* yang tidak pernah cukup.

Ketika Keberlimpahan Menjadi Beban

Modernitas sering digambarkan sebagai era kemajuan dan pelaporan materi. Teknologi berkembang, akses terhadap sumber daya meningkat, dan standar hidup secara agregat telah naik di banyak belahan dunia. Namun, dibalik narasi kesuksesan materi ini, muncul sebuah fenomena paradoksal: tumbuhnya rasa hampa, kecemasan, dan ketidakpuasan yang mendalam. Keberlimpahan yang seharusnya membawa kenyamanan dan kebahagiaan, ironisnya, justru bisa menjadi sumber beban, memicu apa yang sering disebut sebagai "krisis makna". Fenomena ini, yang terkesan

kontradiktif dengan pencapaian lahiriah manusia modern, mengundang penelusuran mendalam melalui lensa filsafat, khususnya filsafat eksistensial, dan perspektif spiritual dari tasawuf.

Filsafat eksistensial, yang berkembang pesat pasca-perang dunia, secara fundamental menyoroti kondisi manusia yang terpaut pada kebebasan dan tanggung jawab dalam menciptakan makna di alam semesta yang tampaknya acuh tak acuh terhadap eksistensi individu. Dalam pandangan eksistensial, manusia "dikutuk untuk bebas", harus memilih dan menentukan esensinya sendiri tanpa panduan eksternal yang mutlak. Keberlimpahan materi, dalam konteks ini, dapat memperparah beban kebebasan tersebut. Ketika kebutuhan dasar dipenuhi dengan mudah, manusia digambarkan pada spektrum pilihan yang tak terbatas, yang bukannya memerdekakan, malah bisa melahirkan *kegelisahan* (kecemasan eksistensial) dan rasa berat yang luar biasa. Beban ini bukan lagi tentang bertahan hidup, tetapi tentang bagaimana mengisi hidup yang penuh pilihan ini dengan sesuatu yang terasa *berarti* , tanpa ada cetakan makna yang diberikan sejak awal.

Salah satu manifestasi paling nyata dari krisis makna di tengah keberlimpahan adalah rasa bosan (kebosanan) dan kekosongan (kekosongan). Filsuf seperti Albert Camus mengeksplorasi konsep absurditas, yang muncul dari benturan antara keinginan manusia yang inheren akan makna dan keteraturan, dengan kebisuan alam semesta yang rasionalitasnya tidak dapat ditembus. Dalam keberhasilannya, Camus menggambarkan bagaimana rutinitas sehari-hari, bahkan di tengah kehidupan yang nyaman, dapat terasa

absurd dan hampa jika tidak ditopang oleh makna yang lebih besar. Rasa bosan yang kronis, yang seringkali menyerang individu di masyarakat makmur, bisa menjadi sinyal bahwa jiwa sedang berjuang melawan kekurangan makna, mencari rangsangan eksternal baru secara terus-menerus untuk menghindari konfrontasi dengan tidur internal. Dalam *The Myth of Sisyphus* , Camus memunculkan gagasan bahwa kesadaran akan absurditas adalah langkah awal, dan kebermaknaan harus diciptakan dalam menghadapi ketiadaan makna transenden.[931]

Senada dengan gagasan membayangkan ini, psikiater dan penyintas Holocaust, Viktor Frankl, melalui logoterapi, mengidentifikasi "kekosongan eksistensial" (*kekosongan eksistensial*) sebagai neurosis massal di era modern. Frankl berpendapat bahwa penderitaan manusia yang paling mendasar bukanlah kekecewaan seksual atau agresi, melainkan frustrasi terhadap " *kehendak untuk makna* " (will to Meaning) dorongan fundamental manusia untuk menemukan makna dalam hidupnya.[932] Di masyarakat yang berlimpah, di mana perjuangan untuk bertahan hidup dan kebutuhan dasar telah banyak teratasi, kekosongan eksistensial ini semakin kentara. Tanpa tekanan eksternal yang memaksa untuk mencari makna (seperti dalam kondisi sulit di kamp konsentrasi, sebagaimana dialami Frankl), keberlimpahan dapat menciptakan ruang hampa yang diisi oleh kebosanan, apatisme, dan upaya penyelesaian melalui konsumerisme atau pencarian sensasi instan, yang pada akhirnya gagal memberikan kepuasan mendalam.

Keberlimpahan materi, dalam perspektif ini, tidak secara langsung *menyebabkan* krisis makna, namun ia *menyingkapkan* dan bahkan *memperparah* kekosongan yang sudah ada. Ketika manusia tidak lagi dipaksa oleh kebutuhan untuk berjuang demi kelangsungan hidup, pertanyaan mendasar tentang *mengapa* hidup ini dijalani menjadi lebih mendesak. Jika tidak ada jawaban yang memuaskan, atau jika jawaban itu hanya berkutat pada akumulasi materi lebih lanjut, maka keberlimpahan justru terasa seperti sangkar emas, memberikan kenyamanan fisik namun memenjarakan pertumbuhan spiritual dan pencarian makna autentik. Kekayaan, kemudahan, dan akses terhadap segala sesuatu bisa membuat individu terlena, mengalihkan perhatian dari kerja internal yang diperlukan untuk membangun fondasi makna yang kokoh.

Di dalamnya perspektif tasawuf (mistisisme Islam) menawarkan pandangan dan jalan keluar yang berbeda. Sementara filosofi eksistensial menggambarkan masalah yang menggambarkan makna dalam ketiadaan nilai transenden yang inheren, tasawuf justru menemukan inti makna pada koneksi dengan Yang Transenden Allah. Kehidupan dunia (*dunya*) dengan segala keberlimpahannya dalam pandangan tasawuf adalah sementara, sebuah ujian (*fitnah*) atau alat (*wasilah*).[933] Keberlimpahan materi dapat menjadi *fitnah* besar jika ia mengikat hati, menciptakan ketergantungan, dan mengalihkan perhatian dari tujuan spiritual yakni mendekatkan diri kepada Sang Pencipta (*ma'rifah*). Namun, ia juga bisa menjadi *ni'mah* (nikmat) jika disikapi dengan rasa syukur,

digunakan di jalan kebaikan, dan tidak menjadikan hati terikat padanya (*zuhd*). Zuhud dalam tasawuf bukanlah kemiskinan, melainkan ketidakbergantungan hati pada selain Allah, meski memiliki banyak kekayaan.

Solusi tasawuf terhadap kekurangan makna bukan terletak pada penciptaan makna dari ketiadaan, melainkan pada *realisasi* makna yang sudah ada, yaitu esensi diri sebagai hamba dan pencinta ilahi.[934] Melalui praktik seperti *dzikir* (mengingat Allah), kontemplasi (*tafakkur*), dan penempaan diri (*riyadhah nafs*), seorang sufi berusaha membersihkan "cermin hati" dari karat yang ada di dunia materi dan ego. Proses ini memungkinkan hati untuk menerima cahaya ilahi, yang merupakan sumber kedamaian batin dan makna sejati. Kekosongan yang dirasakan filsafat eksistensial sebagai dilema di alam semesta yang sunyi, dalam tasawuf dapat diatasi dengan mengisi hati dengan kehadiran Ilahi. Keberlimpahan materi tidak lagi menjadi beban yang memicu kebosanan dan kecemasan, melainkan terlibat dalam perjalanan spiritual, dipandang sebagai amanah yang menuntut tanggung jawab dan syukur, atau bahkan sebagai pengalih perhatian yang harus diwaspadai.

Kesimpulannya, krisis makna di era keberlimpahan bukanlah kontradiksi, melainkan konsekuensi paradoksal dari fokus yang berlebihan pada aspek material kehidupan. Filsafat eksistensial, melalui lensa Camus dan Frankl, secara tepat mendiagnosis rasa *bosan* dan *kehampaan* sebagai wujud dari penampakan eksistensial yang diperparah ketika kebutuhan dasar terpenuhi namun kebutuhan akan makna tidak terpenuhi. Keberlimpahan

materi, yang seharusnya merdeka, justru bisa menjadi beban yang menyingkap kerapuhan fondasi makna diri ketika fondasi tersebut hanya dibangun di atas pasir kenikmatan dan pencapaian duniawi. Pandangan tasawuf menawarkan alternatif dengan menggeser pusat pencarian makna dari luar (materi, pencapaian dunia) ke dalam (hati, koneksi ilahi). Dengan demikian, baik filsafat maupun tasawuf, dari sudut pandang yang berbeda, mengingatkan kita bahwa keberlimpahan sejati dan kebahagiaan mendalam tidak terletak pada seberapa banyak yang kita miliki di dunia, melainkan pada seberapa kuat koneksi kita dengan sumber makna yang melampaui materi itu sendiri.

Menemukan Esensi Hidup di Tengah Keberlimpahan

Dalam lanskap kontemporer yang didominasi oleh narasi pertumbuhan ekonomi dan konsumsi berkelanjutan, di tengah keberlimpahan material yang seringkali disalahpahami sebagai indikator kesejahteraan, pencarian makna hidup sering kali dihadapkan pada tantangan yang signifikan. Tekanan untuk mengakumulasi kekayaan, kepemilikan, dan status sosial telah menjadi paradigma dominan, namun paradoksnya, hal ini seringkali tidak berkorelasi positif dengan tingkat kebahagiaan subjektif atau kepuasan eksistensial jangka panjang. Konsep kesederhanaan muncul sebagai antitesis terhadap narasi ini, mengusulkan jalan untuk menemukan esensi eksistensi melalui pelepasan keterikatan pada hal-hal yang superfisial. Masyarakat modern sering digambarkan sebagai masyarakat yang kaya secara material namun miskin secara eksistensial. Penelitian empiris dalam psikologi positif

dan sosiologi menunjukkan bahwa peningkatan kekayaan material di atas titik tertentu tidak berkorelasi linear dengan peningkatan kebahagiaan subjektif atau kesejahteraan[935]. Fenomena ini sering digambarkan sebagai "hedonic treadmill," di mana individu beradaptasi dengan cepat terhadap tingkat konsumsi yang lebih tinggi, sehingga membutuhkan stimulasi material baru secara konstan tanpa mencapai kepuasan jangka panjang[936]. Kondisi ini dapat menggeser fokus dari kebutuhan psikologis dasar seperti otonomi, kompetensi, dan keterhubungan sosial[937], menuju validasi eksternal yang berbasis kepemilikan dan konsumsi, yang pada gilirannya dapat menimbulkan kecemasan, stres, dan perasaan hampa. Dalam konteks ini, pencarian makna menjadi terdistorsi, disamakan dengan pencapaian dan kepemilikan material, padahal makna sejati bersifat intrinsik dan relasional.

Konsep kesederhanaan telah menjadi inti dalam berbagai tradisi filsafat dan spiritual. Dalam tradisi Stoik, misalnya, penekanan diletakkan pada dikotomi kontrol: membedakan antara hal-hal yang bisa kita kendalikan (pikiran, penilaian, tindakan) dan hal-hal yang tidak bisa kita kendalikan (kekayaan, reputasi, kesehatan orang lain, cuaca)[938]. Dengan memfokuskan energi pada apa yang berada dalam kendali internal dan melepaskan keterikatan pada hasil eksternal, individu dapat mencapai ketenangan batin (ataraxia) terlepas dari kondisi material. Kesederhanaan bukan tentang kemiskinan, melainkan kemandirian dari ketergantungan pada hal-hal eksternal untuk kebahagiaan. Demikian pula, ajaran Zen Buddhisme menekankan praktik mindfulness, hidup di saat ini, dan

pelepasan keterikatan (non-attachment) pada fenomena duniawi yang bersifat ilusi dan sementara[939]. Praktik ini mengarahkan individu untuk menemukan realitas yang lebih dalam di balik manifestasi material. Secara psikologis, mengadopsi gaya hidup sederhana dapat mengurangi beban kognitif yang terkait dengan manajemen kepemilikan, mengurangi perbandingan sosial yang merugikan, dan membebaskan waktu serta energi untuk kegiatan yang lebih memuaskan seperti hubungan interpersonal, pengembangan diri, dan kontribusi sosial[940]. Kesederhanaan mendorong pergeseran nilai dari "memiliki" ke "menjadi" dan "mengalami".

Kesederhanaan bukanlah tujuan akhir, melainkan sebuah metode atau pendekatan hidup untuk menemukan dan menguatkan kekayaan internal yaitu, kualitas batiniah dan pengalaman hidup yang mendalam yang tidak bergantung pada kondisi material. Dengan sengaja melepaskan keterikatan pada objek material yang tidak esensial, individu dapat mengalihkan perhatian dan energi mereka ke arah:

1. Hubungan yang Bermakna: Kesederhanaan membebaskan waktu dan mengurangi dorongan untuk mengejar status, memungkinkan individu untuk lebih hadir dan berinvestasi dalam hubungan dengan keluarga, teman, dan komunitas. Kualitas hubungan interpersonal telah terbukti menjadi prediktor kebahagiaan dan kesejahteraan yang jauh lebih kuat daripada kekayaan[941].

2. Pengalaman Intrinsik: Alih-alih mencari kepuasan melalui pembelian, kesederhanaan mendorong apresiasi terhadap pengalaman hidup sehari-hari: keindahan alam, proses kreatif, belajar hal baru, atau sekadar momen kontemplasi yang tenang. Pengalaman-pengalaman ini seringkali lebih berkesan dan berkontribusi pada pertumbuhan pribadi.
3. Rasa Syukur: Dengan memiliki lebih sedikit atau sengaja mengurangi konsumsi, perhatian kita dapat beralih pada hal-hal dasar yang sering diabaikan kesehatan, makanan, tempat tinggal, dan orang-orang di sekitar kita. Praktik rasa syukur secara konsisten dikaitkan dengan peningkatan kesejahteraan psikologis[942].
4. Kedamaian Batin: Melepaskan obsesi terhadap status atau kepemilikan mengurangi kecemasan dan stres. Kesederhanaan menumbuhkan rasa cukup (contentment) dan penerimaan terhadap realitas diri, yang merupakan fondasi penting bagi kedamaian batin.

Dari perspektif spiritual, terutama dalam ajaran agama samawi seperti Islam, konsep kesederhanaan (sering dihubungkan dengan zuhud, atau asketisme yang moderat) memiliki akar teologis yang kuat. Kehidupan dunia ini dipandang sebagai fase sementara, jembatan menuju kehidupan abadi di akhirat. Kesadaran akan kefanaan dunia (fana') dan keterbatasan waktu hidup di dunia menjadi motivasi fundamental untuk tidak terperosok dalam godaan materi yang melalaikan[943]. Rasulullah SAW bersabda: "*Jadilah engkau di dunia ini seakan-akan orang asing atau*

pengembara."[944] Hadis ini mengajarkan perspektif bahwa dunia adalah tempat transit, bukan tujuan akhir, sehingga keterikatan padanya haruslah minimal. Al-Qur'an secara eksplisit mengingatkan tentang sifat sementara kekayaan dan anak-anak, serta menekankan bahwa amal saleh yang ikhlas kepada Allah adalah kekayaan yang abadi*: "Harta dan anak-anak adalah perhiasan kehidupan dunia, tetapi amal kebajikan yang kekal adalah lebih baik pahalanya di sisi Tuhanmu serta lebih baik untuk menjadi harapan*."[945] Ayat ini dengan jelas membedakan antara perhiasan dunia yang fana (harta dan anak-anak) dan kekayaan abadi (amal kebajikan). Kesederhanaan dalam pandangan ini adalah upaya sadar untuk menata prioritas sesuai dengan nilai-nilai abadi, mengutamakan investasi spiritual dan moral di bandingkan akumulasi material yang akan ditinggalkan.

Mengadopsi kesederhanaan dalam dunia yang kompleks dan serba terhubung bukanlah tugas yang mudah. Ini bukan berarti kembali ke era pra-industri atau menolak kemajuan teknologi, melainkan tentang membuat pilihan yang sadar dan disengaja mengenai bagaimana kita menggunakan sumber daya kita waktu, energi, dan uang. Ini melibatkan pertanyaan kritis tentang apa yang benar-benar kita butuhkan, apa yang benar-benar berkontribusi pada kesejahteraan kita, dan apa yang hanya berfungsi sebagai pengalih perhatian atau sumber stres. Kesederhanaan yang dimaksud di sini adalah kesederhanaan internal kejernihan pikiran, fokus pada nilai-nilai inti yang kemudian merefleksikan diri dalam pilihan-pilihan eksternal. Ini membutuhkan disiplin, refleksi diri, dan

keberanian untuk menentang norma sosial yang dominan yang menyamakan keberhasilan dengan kekayaan materi.

Dari Kekosongan Menuju Keutuhan

Dalam sebuah era yang ditandai oleh disrupsi digital dan konsumerisme yang merajalela, seringkali manusia terperangkap dalam kondisi "kekosongan" eksistensial, terasing dari makna fundamental kehidupan. Konfrontasi dengan kefanaan diri, yang dilekatkan dalam realitas kematian, berfungsi sebagai titik balik potensial yang memaksa reorientasi nilai dan prioritas. Kematian merupakan aspek fundamental dari kondisi manusia, sebuah kepastian yang melampaui batas geografis, budaya, dan sosial. Namun, dalam narasi dominan masyarakat kontemporer, kematian seringkali diperlakukan sebagai tabu, subjek yang dihindari dan disingkirkan dari diskursus publik maupun refleksi pribadi[946]. Paradoks ini menarik: di satu sisi, kematian adalah keniscayaan; di sisi lain, ia adalah realitas yang paling sulit dihadapi.

Dalam konteks ini, "kekosongan" merujuk pada suatu kondisi di mana individu merasa terasing dari makna fundamental, terperangkap dalam siklus konsumsi material dan pencapaian eksternal yang tidak memberikan kepuasan intrinsik. "Keutuhan", di sisi lain, menggambarkan keadaan integritas psikologis, eksistensial, dan spiritual; suatu kondisi di mana individu memahami tempatnya dalam alam semesta, memiliki koneksi yang otentik dengan diri dan orang lain, serta hidup selaras dengan nilai-nilai dan tujuan yang melampaui hal-hal yang bersifat sementara. Kematian, dalam analisis ini, bukanlah semata-mata akhir biologis, melainkan sebuah

cermin reflektif yang mengungkap kerapuhan eksistensi dan sekaligus potensi untuk memaknai hidup secara lebih intens dan mendalam.

Masyarakat modern seringkali terekspos pada arus deras informasi, pilihan konsumsi yang tak terbatas, dan narasi kesuksesan yang didominasi oleh indikator material. Fenomena ini berpotensi menciptakan distorsi persepsi tentang apa yang sesungguhnya bernilai dalam kehidupan. Fokus yang berlebihan pada akuisisi materi, status sosial, dan validasi eksternal dapat menggeser perhatian dari dimensi internal dan relasional yang lebih substansial[947]. Kekosongan muncul ketika pencarian kebahagiaan hanya berpusat pada hal-hal yang bersifat fana dan eksternal, yang pada hakikatnya tidak mampu mengisi kerinduan terdalam jiwa manusia akan makna dan koneksi.

Kehidupan yang dijalani tanpa kesadaran akan batas waktu cenderung menunda refleksi mendalam tentang tujuan fundamental. Prioritas seringkali ditujukan pada pencapaian jangka pendek atau pemenuhan keinginan sesaat, mengabaikan pertanyaan-pertanyaan eksistensial yang lebih mendasar seperti "Siapakah saya?", "Mengapa saya di sini?", atau "Apa yang akan terjadi pada akhirnya?". Disorientasi nilai ini diperparah oleh fragmentasi sosial dan terkikisnya ikatan komunal tradisional, yang sebelumnya seringkali menyediakan kerangka makna bersama dan dukungan emosional[948]. Dalam kondisi ini, individu rentan merasa terasing, tidak memiliki akar, dan terjebak dalam siklus aktivitas yang sibuk namun hampa makna.

Realisasi personal akan kematian bahwa kehidupan memiliki batas waktu dan akan berakhir berfungsi sebagai *katalisator* yang kuat untuk mengganggu kondisi kekosongan ini. Ketika seseorang dihadapkan, baik secara langsung (misalnya melalui kematian orang terdekat, penyakit parah) maupun secara reflektif, dengan kenyataan bahwa "setiap jiwa akan merasakan kematian"[949], maka perspektif tentang kehidupan dapat mengalami pergeseran fundamental. Ancaman terhadap keberadaan diri ini memaksa individu untuk mempertimbangkan kembali apa yang *benar-benar* penting.

Kesadaran akan kefanaan membongkar ilusi keabadian atau jaminan atas masa depan. Hal ini memunculkan *kecemasan eksistensial*, suatu bentuk kecemasan mendasar yang muncul dari kesadaran akan keberadaan dan non-keberadaan[950]. Namun, daripada sekadar melumpuhkan, kecemasan ini dapat menjadi pendorong energi untuk perubahan. Ia menekan individu untuk tidak lagi menunda hal-hal yang paling bermakna. Relasi yang selama ini diabaikan menjadi penting, waktu yang tersisa terasa berharga, dan pertanyaan tentang warisan atau kontribusi menjadi relevan.

Dalam tradisi Islam, kesadaran akan kematian (dzikr al-mawt) secara eksplisit didorong sebagai praktik spiritual. Rasulullah bersabda, *"Hendaklah kalian memperbanyak mengingat penghancur kenikmatan (yaitu kematian)."*[951]. Mengingat kematian bukanlah bentuk pesimisme, melainkan sebuah pengakuan realitas yang memotivasi tindakan saleh dan kesiapan mental serta spiritual

untuk pertemuan dengan Yang Maha Pencipta. Praktik ini berfungsi sebagai pengingat konstan bahwa kehidupan dunia adalah sementara dan merupakan fase persiapan untuk kehidupan abadi. Dengan demikian, ia menjadi antitesis langsung terhadap keterikatan berlebihan pada hal-hal duniawi yang menciptakan "kekosongan".

Proses transisi dari kekosongan menuju keutuhan melalui kesadaran kematian melibatkan integrasi realitas kefanaan ke dalam pemahaman diri dan pandangan dunia. Keutuhan, dalam konteks ini, bukanlah ketiadaan masalah atau penderitaan, melainkan keadaan di mana individu menerima kerapuhan eksistensi namun tetap mampu menemukan makna, tujuan, dan koneksi yang mendalam. Ini adalah proses penerimaan diri seutuhnya, termasuk kerentanan dan keterbatasan[952].

Kesadaran akan kematian mendorong individu untuk berinvestasi pada dimensi kehidupan yang tidak dapat dirampas oleh waktu: relasi otentik, pertumbuhan spiritual, kontribusi positif kepada komunitas, dan pengembangan kualitas diri yang intrinsik seperti kebijaksanaan, kasih sayang, dan integritas. Ini mengarah pada pemahaman diri yang terintegrasi, di mana aspek fisik, mental, emosional, dan spiritual saling terkait dan berfungsi secara harmonis.

Selain itu, kematian mengingatkan kita pada koneksi kita dengan segala sesuatu yang ada. Sebagai bagian dari siklus kehidupan, kematian menghubungkan kita dengan generasi masa lalu dan masa depan, dengan alam, dan dalam pandangan teistik, dengan realitas

transenden. Pemahaman ini dapat menumbuhkan rasa saling keterhubungan dan meredakan isolasi yang merupakan ciri kekosongan. Individu merasa menjadi bagian dari sesuatu yang lebih besar dari diri mereka sendiri.

Dalam perspektif Islam, "keutuhan" pasca-kesadaran kematian juga mencakup persiapan optimal untuk Akhirat. Ini termanifestasi dalam peningkatan kualitas ibadah, perbaikan akhlak, dan upaya maksimal dalam beramal saleh[953]. Kesiapan ini bukan hanya tentang kehidupan setelah mati, tetapi juga tentang menjalani hidup di dunia dengan kesadaran penuh akan akuntabilitas dan tujuan ilahi, yang pada gilirannya memberikan makna dan keutuhan pada setiap tindakan di fase duniawi.

Spiritualitas sebagai Perlawanan terhadap Kekeringan Makna
Mengapa Spiritualitas Diperlukan?

Di era modern yang didominasi oleh narasi kemajuan ekonomi dan individualisme, kehidupan materialistik seringkali dipandang sebagai tolok ukur utama keberhasilan dan kebahagiaan. Paradigma ini menekankan akumulasi kekayaan, pencapaian status sosial, dan pemenuhan keinginan konsumtif sebagai indikator kesejahteraan. Pesan-pesan ini diperkuat melalui berbagai saluran sosial dan budaya, membentuk konstruksi sosial tentang apa artinya "hidup sukses". Namun, ironisnya, di tengah peningkatan taraf hidup material bagi sebagian besar populasi global, muncul fenomena yang semakin kentara: krisis makna (*crisis of meaning*). Banyak individu yang telah meraih "puncak" materi merasa kosong, terasing, dan tidak puas secara mendalam[954]. Disparitas antara

pencapaian eksternal dan kondisi internal ini mengindikasikan adanya dimensi fundamental eksistensi manusia yang terabaikan. Dalam konteks inilah, spiritualitas hadir sebagai respons terhadap kekosongan yang ditinggalkan oleh fokus materialistik yang eksklusif, menawarkan jalan menuju pemenuhan yang lebih holistik dan berkelanjutan.

Fokus yang berlebihan pada aspek material kehidupan dapat menimbulkan apa yang disebut sebagai "kekosongan eksistensial" (*existential vacuum*), sebuah kondisi disorientasi dan ketiadaan tujuan hidup yang signifikan[955]. Ketika nilai diri dan kebahagiaan semata-mata disandarkan pada aset berwujud atau pengakuan eksternal, individu menjadi rentan terhadap efek "adaptasi hedonis" (*hedonic adaptation*), di mana kegembiraan dari pencapaian materi bersifat sementara dan cepat memudar, menuntut stimulasi baru yang terus-menerus[956]. Hubungan interpersonal pun dapat tereduksi menjadi transaksional, dan koneksi individu dengan komunitas serta lingkungan yang lebih luas melemah. Akibatnya, meskipun secara fisik terpenuhi, muncul perasaan terputus (*alienation*), kecemasan, dan depresi, yang semuanya merupakan manifestasi dari krisis makna yang mendalam akibat penolakan atau pengabaian terhadap dimensi non-material.

Spiritualitas, dalam pengertian yang luas, melampaui konotasi agama formal semata. Ia merujuk pada pencarian koneksi dengan sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri, pencarian makna dan tujuan hidup yang transenden, serta pengembangan nilai-nilai intrinsik dan kesadaran diri yang mendalam[957]. Berbeda dengan

materialisme yang berorientasi pada objek eksternal yang fana, spiritualitas mengarahkan fokus ke dalam, pada dunia batin, serta pada realitas yang melampaui pengalaman indrawi. Ini melibatkan pertanyaan-pertanyaan mendasar tentang keberadaan, nilai-nilai fundamental, dan hubungan seseorang dengan semesta atau kekuatan ilahi. Praktik spiritual, baik dalam bentuk meditasi, kontemplasi, pelayanan sukarela, atau ritual keagamaan, bertujuan untuk membina kesadaran, memupuk rasa syukur, dan mengembangkan perspektif yang lebih luas tentang kehidupan yang tidak hanya terikat pada siklus produksi dan konsumsi.

Dalam konteks ini, spiritualitas berfungsi sebagai penyeimbang dan, dalam banyak kasus, sebagai obat bagi krisis makna yang ditimbulkan oleh materialisme. Dengan mengalihkan orientasi dari "memiliki" (*having*) ke "menjadi" (*being*) dan "berkontribusi" (*contributing*), spiritualitas membantu individu menemukan sumber kebahagiaan dan kepuasan yang lebih stabil dan mendalam. Ia mendorong pengembangan ketahanan psikologis (*psychological resilience*) melalui penerimaan terhadap ketidakpastian dan kesulitan hidup, memberikan kerangka kerja untuk memahami penderitaan, dan menawarkan harapan yang melampaui keterbatasan dunia material.

Perspektif keagamaan, seperti dalam Islam, secara inheren menyediakan kerangka spiritual yang komprehensif untuk menyeimbangkan kehidupan material dan mengatasi krisis makna. Islam mengakui pentingnya mencari rezeki yang halal untuk memenuhi kebutuhan duniawi, tetapi dengan tegas

memperingatkan agar tidak menjadikan kehidupan dunia sebagai tujuan akhir. Al-Quran menjelaskan sifat sementara dan ilusi dari kehidupan duniawi dibandingkan dengan kehidupan akhirat, *"Ketahuilah, sesungguhnya kehidupan dunia itu hanyalah permainan dan sendagurauan, perhiasan dan saling berbangga di antara kamu serta berlomba dalam hal harta dan anak, seperti hujan yang tanam-tanamannya mengagumkan para petani; kemudian (tanam-tanam itu) menjadi kering dan kamu lihat warnanya kuning kemudian menjadi hancur. Dan di akhirat (nanti) ada azab yang keras dan ampunan dari Allah serta keridhaan-Nya. Dan kehidupan dunia tidak lain hanyalah kesenangan yang menipu*." (QS. Al-Hadid : 20)[958]. Fokus utama seorang Muslim diletakkan pada pencapaian keridhaan Allah (ridha Allah) dan persiapan untuk kehidupan yang kekal di akhirat, sebagaimana disebutkan, "*Padahal kehidupan dunia itu hanyalah permainan dan senda gurau belaka; dan sungguh, kampung akhirat itu lebih baik bagi orang-orang yang bertakwa. Maka tidakkah kamu mengerti?"* (QS. Al-An'am : 32). Namun, ada juga ayat yang lebih kuat: "*Harta dan anak-anak adalah perhiasan kehidupan dunia tetapi amal kebajikan yang terus-menerus adalah lebih baik pahalanya di sisi Tuhanmu serta lebih baik untuk menjadi harapan."* (QS. Al-Kahf : 46)[959]. Tujuan penciptaan manusia ditegaskan untuk beribadah kepada Allah, yang memberikan makna fundamental pada setiap aspek kehidupan, *"Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka menyembah-Ku."* (QS. Adh-Dhariyat : 56)[960]. Ajaran Islam mendorong *zuhd*, yang bukan berarti

meninggalkan dunia sepenuhnya, melainkan tidak menjadikan dunia sebagai pusat hati dan tujuan utama. Niat (*niyyah*) dalam setiap perbuatan, bahkan yang tampaknya profan, dapat mengubahnya menjadi ibadah jika diniatkan karena Allah, sebagaimana Hadis masyhur riwayat Umar bin Khattab, bahwa Rasulullah Shallallahu 'alaihi wa Sallam bersabda, yang artinya, *"Sesungguhnya setiap perbuatan tergantung pada niatnya. Dan sesungguhnya setiap orang (akan dibalas) berdasarkan apa yang dia niatkan..."* (HR. Bukhari dan Muslim)[961]. Spiritualitas dalam Islam, yang tercermin dalam shalat, puasa, zakat, haji, serta perilaku etis (*akhlak*), secara konsisten mengarahkan hati dan pikiran manusia pada tujuan akhirat yang transenden, memberikan ketenangan batin dan makna yang kokoh di tengah hiruk pikuk kehidupan dunia.

Sebagai konklusi, sementara kemajuan material telah membawa banyak manfaat nyata dalam kehidupan modern, fokus eksklusif padanya telah terbukti tidak memadai untuk menopang kesejahteraan manusia dalam jangka panjang dan seringkali berujung pada krisis makna. Data empiris dan analisis eksistensial menggarisbawahi keterbatasan kebahagiaan yang bersumber hanya dari pencapaian luar. Spiritualitas, baik dalam kerangka keagamaan maupun non-religius, menawarkan dimensi yang hilang tersebut: pencarian makna yang lebih dalam, kesadaran diri, koneksi transenden, serta nilai-nilai intrinsik. Ajaran agama seperti Islam menyediakan kerangka spiritual yang kuat, mengingatkan manusia akan tujuan penciptaan mereka yang lebih tinggi dan sifat

sementara dunia, sehingga membantu mengkalibrasi kembali prioritas hidup, dalam menghadapi tantangan disorientasi dan kekosongan di era materialistik, pengembangan dan pengintegrasian spiritualitas ke dalam kehidupan individu dan kolektif bukan lagi sekadar pilihan, melainkan sebuah kebutuhan esensial untuk mencapai kehidupan yang utuh, bermakna, dan sejahtera secara sejati.

Spiritualitas Islam sebagai Perlawanan terhadap Kekosongan

Dalam bentangan lanskap modernitas yang acapkali diwarnai oleh disorientasi naratif, fragmentasi identitas, dan hegemoni materialisme, muncul sebuah krisis makna yang mendalam, seringkali terwujud dalam fenomena kekosongan eksistensial. Krisis ini, yang diselidiki oleh berbagai mazhab pemikiran dari filsafat eksistensial hingga sosiologi postmodern, mengindikasikan keterputusan individu dari sumber-sumber makna yang stabil dan melampaui diri[962]. Sementara filsafat Barat mungkin mendiagnosisnya sebagai hasil dari sekularisasi dan runtuhnya metanaratif, pandangan Islam menggarisbawahi bahwa kehampaan ini berakar pada keterasingan fundamental manusia dari Sang Pencipta (Allah) dan dominasi internal dari entitas ego atau nafsu yang tidak tersublimasi[963]. Dalam konteks inilah, spiritualitas Islam, khususnya yang termanifestasi dalam tradisi tasawuf, menawarkan sebuah paradigma dan jalan praktis yang integral dan transformatif untuk merespons dan mengatasi kondisi kehampaan tersebut. Tasawuf, sebagai dimensi esoterik dari ajaran Islam, berfokus pada reformasi batiniah melalui sebuah lintasan spiritual (suluk) yang

menekankan purifikasi jiwa (tazkiyatun nafs), pencapaian kedekatan dan penyatuan spiritual dengan Tuhan (melalui maqamat seperti fana' dan baqa'), serta revitalisasi hubungan ontologis yang otentik antara eksistensi manusia yang fana dan Realitas Ilahi yang Absolut[964].

Inti argumen tasawuf adalah penegasan bahwa kepenuhan makna sejati tidak dapat diasupi secara berkelanjutan melalui akumulasi pencapaian temporal atau material. Persepsi tasawuf terhadap dunia (dunya) seringkali melampaui dikotomi sederhana antara baik dan buruk, melainkan menggambarkannya sebagai entitas yang pada dasarnya *menipu* ketika dijadikan tujuan akhir; ia adalah fatamorgana yang menjanjikan kepuasan namun hanya mengantar pada dahaga yang tak terpuaskan, mengikat kesadaran manusia pada ilusi yang rapuh terkait harta, kekuasaan, dan status sosial[965]. Pengejaran terhadap entitas-entitas duniawi ini, tanpa fondasi spiritual yang kokoh, tidak mampu menyajikan ket enteraman batin atau keutuhan eksistensial yang dicari banyak individu modern. Sebaliknya, kepenuhan hanya dapat terwujud ketika pusat kesadaran dan seluruh orientasi hidup manusia diarahkan secara otentik kepada Allah. Konsep *tawhid* (Keesaan Tuhan) dalam bingkai tasawuf melampaui sekadar proposisi teologis; ia merupakan pilar eksistensial yang mensyaratkan bahwa setiap aspek kehidupan tindakan, motivasi, dan pemahaman harus dikembalikan dan diorientasikan kepada Sumber Yang Maha Esa[966]. Kehidupan yang terfragmentasi oleh dominasi ego dan bisikan nafsu duniawi menemukan restorasi koherensi dan makna

melalui *ma'rifah* (pengenalan spiritual) terhadap Tuhan sebagai titik kembali dan tujuan ultimat dari seluruh eksistensi.

Proses fundamental dalam perjalanan spiritual sufi adalah *tazkiyatun nafs*, atau penyucian jiwa. Langkah ini bukan hanya prasyarat, melainkan esensi dari transformasi batiniah. Tujuannya adalah membersihkan "hati" (qalb), yang dalam terminologi tasawuf sering dianggap sebagai organ persepsi spiritual, dari atribut-atribut tercela (madhmumah akhlaq) seperti dengki, arogansi, keserakahan, dan egoisme, seraya menumbuhkan atribut-atribut terpuji (mahmudah akhlaq) seperti kerendahan hati, kesabaran, keikhlasan (ketulusan dalam beribadah), dan cinta Ilahi[967]. Al-Qur'an secara eksplisit mengaitkan kesuksesan transcendental dengan proses ini: "Sesungguhnya beruntunglah orang yang menyucikan jiwanya (tazkiyah), dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya." (QS. Asy-Syams : 9–10). Tafsir dan kajian mendalam dari para ulama dan sufi menyiratkan bahwa keberuntungan sejati terletak pada keselarasan jiwa dengan kehendak Ilahi melalui ketaatan dan penghindaran dari segala yang menodainya[968]. Dengan demikian, tasawuf bukanlah eskapisme dari realitas dunia, melainkan sebuah metode terapeutik dan konstruktif untuk menyembuhkan luka batin dan merekonstruksi makna hidup melalui pengembangan koneksi spiritual yang mendalam dan otentik.

Puncak dari pengalaman spiritual sufi sering dideskripsikan melalui konsep *fana'* (lenyapnya kesadaran ego otonom) dan *baqa'* (keberlangsungan dalam kesadaran akan Realitas

Ilahi). *Fana'* menunjukkan sebuah kondisi di mana kesadaran individu tentang dirinya sebagai entitas yang terpisah dan independen menghilang di hadapan keagungan dan keesaan Tuhan, bukan sebagai peleburan esensial, melainkan sebagai realisasi mendalam akan ketiadaan substansial kecuali melalui-Nya[969]. *Baqa'* kemudian merupakan fase pasca-fana' di mana individu kembali berfungsi di dunia, namun dengan eksistensi baru yang sepenuhnya berlandaskan kesadaran bahwa hanya Allah yang Abadi (al-Baqi), dan segala sesuatu yang lain hanya ada melalui manifestasi atau izin-Nya. Dalam kondisi ini, individu tidak lagi digerakkan oleh motif diri yang sempit, melainkan menjadi instrumen atau cermin dari kehendak, sifat, dan kasih Ilahi. Sebuah Hadis Qudsi populer menggambarkan transformasi ini secara puitis: "*Hamba-Ku senantiasa mendekatkan diri kepada-Ku dengan amalan-amalan sunah hingga Aku mencintainya. Jika Aku telah mencintainya, maka Aku menjadi pendengarannya yang dengannya ia mendengar, penglihatannya yang dengannya ia melihat, tangannya yang dengannya ia memegang, dan kakinya yang dengannya ia berjalan*…"[970]. Hadis ini, dalam interpretasi sufi, mengilustrasikan bahwa spiritualitas transendental mengarah pada transformasi totalitas eksistensi, menyelaraskan indra dan tindakan manusia dengan Kehendak Ilahi, menawarkan alternatif radikal terhadap fragmentasi dan alienasi modern.

Beberapa prinsip fundamental dalam ajaran tasawuf secara langsung merefleksikan nilai-nilai perlawanan terhadap kondisi kehampaan modern. Pertama adalah *zuhud*, yang sering diartikan

sebagai sikap melepaskan keterikatan batin (detachment) terhadap dunia. Ini bukanlah penolakan total terhadap dunia atau hidup dalam kemiskinan ekstrem secara lahiriah, melainkan pembebasan hati dari belenggu hasrat duniawi yang berlebihan[971]. Imam al-Ghazali (w. 1111 M), seorang figur sentral dalam sintesis tasawuf dan syariat, mendefinisikan zuhud sebagai "ketidaktergantungan hati kepada apa yang tidak kekal". Dalam praktik kontemporer, zuhud dapat dipahami sebagai bentuk resistensi pasif namun mendalam terhadap budaya konsumeristik yang secara artifisial menyandarkan nilai diri (self-worth) pada kepemilikan material, pencitraan sosial, dan stimulasi eksternal yang tiada henti.

Kedua adalah *tawakkal*, yaitu penyerahan diri sepenuhnya dan keyakinan total kepada pengaturan dan kehendak Ilahi setelah melakukan usaha terbaik. Al-Qur'an menegaskan prinsip ini: "*Dan barang siapa bertawakal kepada Allah, niscaya Allah akan mencukupkan (keperluannya).*" (QS. Ath-Thalaq : 3). Tawakkal bukanlah pasivitas atau fatalisme, melainkan pengakuan akan keterbatasan upaya manusia dalam menghadapi ketidakpastian eksistensi, seraya menempatkan keyakinan pada kekuasaan dan kebijaksanaan Tuhan sebagai pengatur segala perkara[972]. Dalam konteks modern yang sarat dengan kecemasan, ketidakpastian ekonomi, sosial, dan eksistensial, tawakkal menawarkan jangkar stabilitas batin, menyalurkan energi dari kekhawatiran yang melumpuhkan menjadi penerimaan yang proaktif dan ketenangan yang mendalam.

Ketiga adalah *mahabbah*, atau cinta kepada Tuhan. Mahabbah dipandang sebagai pendorong utama dan sumber makna tertinggi

dalam perjalanan sufi. Para sufi mengajarkan bahwa cinta yang tulus kepada Allah mengangkat manusia melampaui motif pragmatis seperti harapan akan surga atau ketakutan akan neraka[973]. Rabi'ah al-Adawiyah (w. 801 M), seorang pionir sufi wanita, terkenal dengan doanya yang menggambarkan cinta murni ini, ia mencintai Allah bukan karena imbalan atau hukuman, melainkan karena Kemuliaan dan Keindahan-Nya semata. Cinta semacam ini adalah artikulasi tertinggi dari *tawhid* dalam pengalaman batin; ia menyatukan seluruh aspek kepribadian dan orientasi hidup manusia dalam fokus tunggal kepada Kekasih Ilahi[974]. Melalui mahabbah, seorang individu menemukan kepenuhan makna bukan dalam pencapaian eksternal, melainkan dalam relasi transformatif dengan Sumber makna itu sendiri, menawarkan alternatif yang kuat terhadap keterpusatan pada diri sendiri (self-centeredness) yang sering diasosiasikan dengan kehampaan modern.

Secara kolektif, elemen-elemen spiritualitas Islam yang diartikulasikan melalui tradisi tasawuf mulai dari purifikasi batin, pengenalan Ilahi, hingga nilai-nilai zuhud, tawakkal, dan mahabbah menghadirkan sebuah kerangka komprehensif untuk menghadapi dan mengatasi krisis makna dan kehampaan eksistensial modern. Mereka menawarkan sebuah jalan kembali menuju keutuhan diri melalui rekoneksi dengan sumber transenden, menransformasi orientasi hidup dari ego-sentris dan duniawi menjadi teo-sentris dan spiritual.

Praktik Spiritual sebagai Praksis Perlawanan

Menghadapi tantangan eksistensial ini, praktik-praktik spiritual menawarkan sebuah "praksis" atau tindakan transformatif yang

berorientasi pada realitas batin. Berbeda dari sekadar keyakinan doktrinal, praktik spiritual menekankan pada pengalaman langsung dan penanaman kualitas-kualitas internal. Dalam tradisi Islam, misalnya, tasawuf menawarkan beragam praktik seperti *zikir* (mengingat Tuhan), *muraqabah* (kontemplasi mendalam), dan *riyadah* (disiplin diri) yang bertujuan untuk memurnikan hati, membangun kesadaran akan Kehadiran Ilahi, dan mencapai *fana'* (peleburan diri) atau *baqa'* (keberlangsungan dalam Tuhan)[975]. Di belahan dunia lain, tradisi Buddha dan Taoisme mengembangkan teknik meditasi dan *mindfulness* yang berfokus pada pengamatan realitas sebagaimana adanya, menumbuhkan ketenangan batin, dan melepaskan keterikatan pada fenomena yang berubah. Dalam filsafat Barat, meskipun tidak selalu berlabel "spiritual," tradisi seperti Stoikisme menawarkan praktik refleksi diri, latihan visualisasi, dan pengembangan kebajikan sebagai cara untuk mencapai ataraxia (ketenangan) dan eudaimonia (kebahagiaan atau kehidupan yang berkembang)[976]. Inti dari praktik-praktik ini (apapun tradisinya) adalah undangan untuk mengalihkan fokus dari dunia luar yang hiruk-pikuk ke lanskap batin, untuk menggali kedalaman diri yang sering terabaikan, dan untuk menemukan sumber daya internal yang dapat menopang individu dalam menghadapi ketidakpastian dan kehampaan.

Bagaimana praktik spiritual secara konkret memerangi kekeringan makna? Mekanismenya bersifat multi-lapis, mencakup dimensi psikologis, kognitif, dan eksistensial. Salah satu aspek kunci adalah penanaman kesadaran (awareness) dan kehadiran

(presence). Praktik *mindfulness*, misalnya, melatih individu untuk sepenuhnya hadir di momen kini, mengamati pikiran, perasaan, dan sensasi fisik tanpa penghakiman. Ini secara efektif melawan kecenderungan pikiran modern untuk terus-menerus melayang ke masa lalu (ruminasi dan penyesalan) atau masa depan (kecemasan dan kekhawatiran)[977]. Dengan hadir sepenuhnya, individu dapat mengalami kekayaan momen, menemukan kembali apresiasi terhadap hal-hal sederhana, dan membangun koneksi yang lebih otentik dengan lingkungan dan orang lain.

Lebih jauh, praktik kontemplatif atau meditasi mendalam memungkinkan individu untuk menembus lapisan-lapisan identitas superfisial yang dibangun oleh ekspektasi sosial atau konsumerisme. Melalui introspeksi yang tenang, seseorang dapat mengenali pola-pola pikiran dan emosi yang tidak produktif, melepaskan keterikatan pada ego, dan menggali potensi diri yang lebih dalam. Ini adalah proses penemuan diri yang esensial untuk membangun makna yang otentik, yang tidak bergantung pada validasi eksternal. Praktik-praktik ini juga sering kali menumbuhkan pengalaman "transendensi," yaitu perasaan terhubung dengan sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri[978]. Pengalaman ini dapat berupa koneksi dengan alam, dengan sesama manusia melalui empati dan kasih, atau dengan dimensi spiritual yang lebih luas. Rasa terhubung dengan yang lebih besar ini secara inheren melawan perasaan isolasi dan kehampaan eksistensial.

Selain itu, pengembangan kasih (love) dan belas kasih (compassion) merupakan buah penting dari banyak praktik spiritual.

Praktik seperti meditasi *metta* (kasih sayang universal) dalam Buddhisme, atau penekanan pada cinta kepada Tuhan dan sesama dalam tradisi monoteistik, secara aktif melatih kapasitas hati untuk merasakan empati, pengampunan, dan solidaritas. Dalam dunia yang sering kali menekankan kompetisi dan individualisme, kemampuan untuk merasakan dan mengekspresikan kasih adalah kekuatan yang sangat melawan eterasingan dan membangun jaringan makna melalui relasi yang tulus. Studi psikologi kontemporer juga mendukung gagasan bahwa tindakan pro-sosial dan pengembangan belas kasih tidak hanya bermanfaat bagi orang lain tetapi juga secara signifikan meningkatkan kesejahteraan psikologis dan rasa makna pada diri pelakunya[979].

Dimensi Kontemplasi dan Meditasi

Dalam lanskap pengalaman manusia, pencarian akan kedalaman batin dan pemahaman diri telah melahirkan beragam praktik yang melampaui batas-batas budaya dan agama. Dua di antaranya yang paling kuno dan universal adalah kontemplasi dan meditasi, dua jalur menuju keheningan internal yang memungkinkan individu untuk berinteraksi dengan dimensi realitas yang seringkali terabaikan di tengah gempuran stimulasi eksternal. Praktik-praktik ini, dalam berbagai wujudnya, menawarkan jeda esensial dari hiruk-pikuk dunia, membuka ruang bagi kesadaran yang lebih jernih dan koneksi yang lebih dalam baik dengan diri sendiri maupun dengan domain transenden.

Kontemplasi, pada esensinya yang paling murni, bukanlah sekadar keheningan fisik, melainkan suatu bentuk pendengaran

yang mendalam mendengarkan suara batin, intuisi, atau bahkan bisikan realitas transenden yang sering tenggelam dalam kebisingan kehidupan sehari-hari. Ini adalah postur internal yang pasif namun penuh kesadaran, di mana pikiran beristirahat dari analisis dan penilaian aktif, memungkinkan persepsi yang lebih halus untuk muncul. Dalam tradisi spiritual Islam, khususnya tasawuf, manifestasi luhur dari kontemplasi ini terwujud dalam praktik *muraqabah*, yakni kesadaran yang terus-menerus akan pengawasan dan kehadiran Ilahi dalam setiap helaan napas dan gerak kehidupan. Muraqabah mengarahkan hati untuk senantiasa berada dalam keadaan *khusyuk* (ketundukan dan kehadiran penuh) terhadap realitas Tuhan, sebuah keadaan yang selaras dengan firman dalam kitab suci Al-Qur'an: "*Dan Dia beserta kamu di mana saja kamu berada*" (QS. Al-Hadid : 4)[980]. Kesadaran abadi ini bukan hanya doktrin teologis, melainkan fondasi bagi transformasi internal yang mendalam, mengikis ego dan mengarahkan jiwa menuju penyatuan atau kedekatan dengan Yang Hakiki.

Namun, esensi kontemplasi dan meditasi tidak terbatas pada satu tradisi spesifik, melainkan termanifestasi dalam berbagai bentuk di seluruh dunia. Di Timur, khususnya dalam cabang filsafat dan praktik Zen-Buddhisme, praktik *zazen* meditasi duduk dalam keheningan merupakan jalur utama. Zazen melibatkan observasi pikiran yang muncul dan tenggelam, tanpa melekat atau menghakimi, melatih kapasitas kesadaran murni dan kehadiran dalam momen kini. Sementara itu, secara paralel di Barat, pemikir seperti Simone Weil, meskipun dalam konteks spiritual Kristen,

menggarisbawahi pentingnya *attentiveness* atau perhatian murni sebagai bentuk tertinggi dari cinta dan penerimaan spiritual, sebuah sikap penerimaan pasif yang membuka diri terhadap realitas Ilahi atau kebenaran transenden di luar kerangka ego[981]. Praktik-praktik ini, meski berbeda dalam kerangka teologis atau filosofisnya, berbagi benang merah yang sama: pelatihan perhatian (attention training) dan kultivasi kehadiran (presence).

Terlepas dari perbedaan formal dalam ritual atau konsep, setiap praktik kontemplasi dan meditasi bertujuan untuk melatih kesadaran penuh (*mindfulness*) dan kehadiran sejati dalam momen kini. Ini adalah pelepasan sukarela dari belenggu masa lalu yang telah lewat dengan segenap penyesalan atau nostalgia maupun kecemasan akan masa depan yang belum tiba. Dengan mengarahkan perhatian pada pengalaman saat ini, individu belajar untuk mengamati pikiran, emosi, dan sensasi fisik tanpa terjebak di dalamnya. Kemampuan ini krusial dalam mengelola respons terhadap stres dan meningkatkan regulasi emosi, memungkinkan individu untuk merespons kehidupan dengan kebijaksanaan alih-alih reaksi otomatis[982].

Dalam konteks dunia modern yang serba cepat, penuh distraksi, dan seringkali terfragmentasi, praktik keheningan batin ini tidak hanya relevan, tetapi tampaknya kian essential. Fenomena ini bukan hanya tren spiritual-filosofis, tetapi juga telah mendapat validasi signifikan dari riset ilmiah, khususnya dalam bidang psikologi dan neurosains. Studi-studi kontemporer secara konsisten menunjukkan bahwa meditasi berbasis *mindfulness*, misalnya, berkorelasi positif

dengan peningkatan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*), pengurangan tingkat stres dan kecemasan, serta penguatan koneksi individu dengan makna hidup dan tujuan eksistensial mereka[983]. Mekanisme neurobiologis yang mendasarinya pun mulai dipahami, menunjukkan perubahan fungsional dan struktural pada area otak yang terkait dengan regulasi atensi, emosi, dan kesadaran diri.

Dari gua-gua pertapaan kuno dan zawiyah para sufi hingga kuil-kuil Zen yang tenang dan laboratorium neurosains modern, perjalanan kontemplasi dan meditasi adalah bukti keabadian pencarian manusia akan kedalaman dan makna. Praktik-praktik ini, dalam berbagai wujudnya, menawarkan peta jalan menuju kedalaman batin dan pemahaman yang lebih utuh tentang diri dan tempat kita di alam semesta. Dengan membudayakan keheningan dan perhatian dalam dunia yang bising, individu dapat membuka pintu menuju kesejahteraan yang lebih otentik dan koneksi yang lebih mendalam, menegaskan kembali relevansi abadi dari *listening to the inner voice* di era digital.

Dzikir dan Doa dalam Kehidupan Muslim

Diskursus mengenai disiplin spiritual dalam tradisi keagamaan global kerap menyoroti berbagai praksis yang bertujuan mendekatkan diri kepada Yang Ilahi. Dalam konteks Islam, dua pilar utama yang membentuk fondasi hubungan antara hamba dan Khaliq adalah Dzikir dan Doa. Keduanya bukan sekadar ritual verbal yang kering, melainkan merupakan manifestasi dari kesadaran mendalam (*deep consciousness*) dan upaya transformatif untuk

menata relasi eksistensial manusia dengan realitas transenden. Dzikir, yang secara literal berarti "mengingat" atau "menyebut", merepresentasikan suatu praksis spiritual yang bersifat kontemplatif dan repetitif, baik secara lisan, pikiran, maupun kalbu (hati). Ia bukanlah sekadar pengulangan kata-kata suci atau nama-nama Tuhan tanpa makna, melainkan suatu upaya sadar untuk menjejakkan kehadiran Ilahi dalam setiap lapis kesadaran. Tujuannya adalah menginisiasi suatu kondisi batiniah di mana hati menjadi senantiasa terpaut dan "sadar" akan keberadaan Tuhan, menyingkap selubung kelalaian (ghaflah) yang kerap menyelimuti jiwa. Al-Qur'an secara eksplisit mengaitkan Dzikir dengan kondisi ketenangan batin: "Ingatlah kepada Allah, niscaya hati menjadi tenang" (QS. Ar-Ra'd : 28)[984]. Ayat ini tidak hanya menyatakan korelasi, tetapi menegaskan kausalitas spiritual; bahwa *dengan* mengingat Allah, ketenangan (sakinah) itu hadir. Praksis Dzikir, oleh karenanya, bekerja pada aras psikospiritual, memfasilitasi pergeseran fokus dari hiruk-pikuk dunia material menuju pusat kesadaran diri yang lebih dalam, menciptakan ruang hening (stillness) di tengah kebisingan eksistensi modern yang serba cepat dan fragmentaris. Ia adalah fondasi bagi kehadiran spiritual yang kokoh dalam setiap momen kehidupan.

Di sisi lain, Doa (du'a), meskipun seringkali diartikan secara simplistik sebagai "memohon" atau "meminta sesuatu" dari Tuhan, pada hakikatnya memegang posisi yang jauh lebih fundamental dalam arsitektur ibadah. Ia merupakan esensi komunikasi batin suatu dialog intens, jujur, dan personal antara seorang hamba

dengan Tuhannya. Rasulullah SAW menegaskan kedudukan sentral ini dengan bersabda: “Doa adalah otaknya ibadah” (الدعاء مخ العبادة)[985]. Analogi "otak" (mukh) di sini mengindikasikan bahwa Doa adalah inti, sari, atau bahkan *raison d'être* dari segala bentuk penghambaan. Melalui Doa, seorang mukmin mengakui secara eksplisit ketergantungan (dependency) dirinya kepada Sang Pencipta, menanggalkan ilusi otonomi diri yang seringkali menyesatkan. Ia merupakan ekspresi penyerahan total (tawakkul) atas segala perkara dan takdir. Lebih dari sekadar permohonan fungsional, Doa membentuk -- bahkan "merestrukturisasi" -- kerangka makna (meaning structure) dalam kehidupan individu. Ia melibatkan dinamika kompleks antara harapan (rajā’), kepercayaan (īmān), dan ketundukan (istislām), mengukuhkan ikatan spiritual yang melampaui logika transaksional semata. Dalam Doa, iman menemukan artikulasinya yang paling intim dan otentik.

Sementara Dzikir membangun kesadaran akan kehadiran Ilahi secara berkelanjutan dan menata hati, Doa adalah manifestasi aktif dari kesadaran tersebut dalam bentuk komunikasi dan penyerahan. Keduanya saling melengkapi dan memperkuat satu sama lain. Dzikir yang mendalam akan membuat Doa menjadi lebih bermakna dan hadir (present), bukan sekadar rangkaian kata tanpa jiwa. Sebaliknya, Doa yang tulus akan semakin memperkokoh kesadaran yang ditumbuhkan melalui Dzikir, karena ia secara langsung melibatkan diri dalam hubungan dengan Sang Kekasih. Dzikir memurnikan cermin hati, sementara Doa memproyeksikan refleksi batin ke hadapan Ilahi. Bersama-sama, Dzikir dan Doa membentuk

jalinan spiritual yang tak terpisahkan, menuntun seorang muslim menuju kualitas penghambaan (ubudiyyah) yang utuh, di mana setiap tarikan napas dan setiap hasrat hati adalah bentuk pengingatan (Dzikir) dan komunikasi (Doa) dengan Tuhan.

Pada akhirnya, Dzikir dan Doa bukanlah sekadar kewajiban ritual yang harus dipenuhi, melainkan merupakan jalan transformatif yang mengintegrasikan dimensi spiritual ke dalam setiap aspek eksistensi. Mereka adalah mekanisme utama dalam Islam untuk menumbuhkan kesadaran Ilahi (God-consciousness), memupuk ketenangan batin, dan membangun relasi yang hidup dan dinamis dengan Sang Pencipta. Melalui praksis yang konsisten dan penuh penghayatan terhadap Dzikir dan Doa, seorang mukmin bukan hanya sekadar menjalankan ajaran agama, tetapi tengah merajut kembali koneksinya dengan sumber segala realitas, menemukan makna yang mendalam dalam kehidupan, dan mencapai puncak ketenangan sejati yang bersumber dari pengingatan dan komunikasi yang tak terputus dengan Tuhan Yang Maha Esa. Keduanya adalah jantung spiritual yang terus berdetak dalam sanubari seorang hamba yang merindukan kedekatan dengan Khaliq-nya.

Muhasabah: Introspeksi Spiritual sebagai Pilar Pengembangan Diri Etis dalam Perspektif Islam

Dalam pencarian makna dan upaya mencapai eksistensi yang otentik, manusia senantiasa dihadapkan pada kebutuhan inheren untuk memahami diri sendiri dan posisinya di alam semesta. Berbagai tradisi spiritual dan filosofis menawarkan beragam metode untuk mencapai kesadaran diri ini. Dalam tradisi keilmuan dan

praktik keagamaan Islam, salah satu konsep fundamental yang secara spesifik menggarisbawahi pentingnya penelusuran batin adalah *muhasabah*. Secara harfiah bermakna "perhitungan" atau "evaluasi", muhasabah adalah praktik reflektif yang terstruktur dan disengaja, ditujukan untuk mengevaluasi secara kritis niat, pikiran, dan tindakan yang dilakukan dalam rentang waktu tertentu, idealnya setiap hari. Praktik ini bukan sekadar introspeksi pasif, melainkan sebuah proses aktif yang melibatkan kesadaran penuh terhadap motif fundamental di balik setiap gerak-gerik kehidupan[986].

Landasan teologis utama bagi praktik muhasabah terangkum jelas dalam firman Allah SWT dalam Al-Qur'an: "Wahai orang-orang yang beriman! Bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuat untuk hari esok (akhirat)" (QS. Al-Hasyr : 18)[987]. Ayat ini merupakan mandat spiritual yang eksplisit bagi setiap mukmin untuk melakukan perhitungan diri. Kata "memperhatikan" (تَنظُرْ - *tanẓur*) di sini mengimplikasikan sebuah pandangan yang mendalam, cermat, dan berorientasi ke depan yaitu persiapan untuk "hari esok," merujuk pada Hari Kiamat atau kehidupan akhirat. Ini bukan sekadar refleksi atas masa lalu, melainkan sebuah introspeksi yang diarahkan pada akuntabilitas masa depan, menekankan bahwa setiap tindakan di dunia fana memiliki implikasi permanen di alam keabadian[988]. Imperatif ilahi ini membentuk fondasi teologis bahwa introspeksi diri bukanlah pilihan sekunder, melainkan komponen esensial dari ketakwaan dan kesadaran spiritual yang matang.

Di ranah praktis, terutama dalam disiplin spiritual seperti tasawuf, muhasabah diinstitusionalisasikan sebagai bagian integral dari rutinitas harian[989]. Para salik (penempuh jalan spiritual) seringkali melakukan muhasabah secara khusus di penghujung hari, sebelum tidur. Momen ini digunakan untuk meninjau kembali seluruh aktivitas sejak pagi, mengevaluasi apakah setiap tindakan telah sesuai dengan tuntunan syariat dan bimbingan spiritual, serta yang terpenting, apakah setiap niatnya murni hanya karena Allah SWT[990]. Praktik harian ini bertujuan untuk memastikan bahwa kehidupan dijalani dengan penuh kesadaran (*yaqẓah*), bukan sekadar reaksi impulsif terhadap stimulus eksternal atau dorongan hawa nafsu. Dengan demikian, muhasabah berfungsi sebagai rem spiritual dan kompas moral, mencegah individu tergelincir dari jalur kepatutan etis dan tujuan eksistensialnya yang lebih tinggi[991].

Mekanisme spesifik dalam muhasabah meliputi identifikasi pikiran negatif atau destruktif, pengakuan atas kesalahan atau kelalaian dalam menjalankan kewajiban, serta evaluasi terhadap kualitas interaksi dengan sesama manusia dan alam. Proses ini menuntut kejujuran radikal (*ṣidq*) terhadap diri sendiri, mengakui kelemahan tanpa justifikasi[4]. Hal ini berbeda dari penyesalan tanpa tindakan korektif; muhasabah memicu resolusi untuk perbaikan di hari berikutnya. Evaluasi niat (*niyyah*) menduduki posisi sentral, sebab dalam Islam, niat adalah penentu nilai amalan[992]. Dengan meneliti niat di balik setiap tindakan, praktisi muhasabah belajar untuk memurnikan motivasinya, mengikis ego dan mencari keridaan Ilahi semata.

Implikasi dari praktik muhasabah melampaui ranah ritual keagamaan semata. Ia secara fundamental mendorong pengembangan diri secara etis dan spiritual[993]. Melalui peninjauan diri yang konsisten, individu mengasah kepekaan terhadap nilai dan makna yang terkandung dalam setiap tindakan, sekecil apapun. Ini membangkitkan kesadaran (*muraqabah*) akan pengawasan Ilahi, yang pada gilirannya memupuk rasa tanggung jawab yang mendalam[994]. Dengan menjembatani jurang antara kesadaran eksistensial ("Siapa saya dan mengapa saya ada?") dan aksi moral ("Bagaimana seharusnya saya bertindak?"), muhasabah membentuk individu yang tidak hanya taat secara ritual, tetapi juga sadar secara spiritual, memiliki integritas, dan berupaya konsisten dalam mewujudkan nilai-nilai kebajikan dalam kehidupan sehari-hari[10]. Praktik ini adalah manifestasi dari kesadaran diri yang aktif dan proaktif, sebuah upaya berkelanjutan untuk menyelaraskan batin dan lahiriah, niat dan tindakan, serta kehidupan duniawi dengan tuntutan akhirat. Dalam konteks kontemporer yang serba cepat dan penuh disrupsi, muhasabah menawarkan sebuah jangkar spiritual yang kokoh dan metode praktis untuk menjaga keseimbangan psikologis, etis, dan spiritual.

Melampaui Kontemplasi: Telaah Hakikat Pelayanan dan Amal dalam Spiritualitas Otentik

Dalam diskursus mengenai dimensi terdalam eksistensi manusia, spiritualitas kerap kali dipahami sebatas area internal meditasi, kontemplasi, atau pencarian makna personal yang bersifat intropektif. Namun, telaah yang lebih mendalam terhadap pelbagai

tradisi kearifan dunia, khususnya dalam konteks keislaman, mengindikasikan adanya tuntutan esensial yang melampaui ranah refleksi batin semata. Spiritualitas yang autentik sejatinya mewujud dalam praksis kehidupan, menjelma dalam tindakan nyata yang berorientasi pada kebaikan sosial dan transformasi kolektif. Paradigma ini menjadi sangat relevan di era kontemporer, di mana fenomena individualisme ekstrem dan 'kekeringan makna' (existential vacuum)[995] kian terasa, mendorong kebutuhan akan sumber makna yang kokoh dan berakar pada koneksi transpersonal.

Tradisi spiritual Islam, terutama dalam khazanah Tasawuf, secara gamblang menempatkan 'khidmat' pelayanan atau pengabdian tulus kepada sesama makhluk sebagai salah satu pilar utama penempaan diri dan penapakan jalan menuju Ilahi. Khidmat dipandang bukan hanya sebagai kewajiban etis atau sosial semata, melainkan sebagai manifestasi paripurna dari 'mahabbah' (cinta) kepada Sang Pencipta. Para sufi meyakini bahwa energi cinta ilahi tidak hanya mengalir secara vertikal dari Tuhan kepada hamba, melainkan juga harus termanifestasikan secara horizontal melalui perlakuan terhadap ciptaan-Nya. Jalaluddin Rumi, seorang mistikus dan penyair Persia yang karya-karyanya melintasi batas budaya, menegaskan kaitan tak terpisahkan antara pelayanan dan pengenalan Tuhan dalam ungkapan legendarisnya: “Jika engkau tidak melihat Tuhan dalam pelayananmu kepada sesama, maka engkau belum melihat-Nya sama sekali.”[996] Pernyataan ini menggarisbawahi pandangan bahwa kehadiran Ilahi (divine presence) dapat dialami secara langsung dalam interaksi penuh kasih dan pengabdian kepada sesama.

Melampaui ranah mistik Tasawuf, konsep 'amal shalih' (amal saleh) atau perbuatan baik merupakan fondasi sentral dalam seluruh ajaran Islam. 'Amal' dalam konteks ini bukanlah sekadar filantropi sekuler yang didorong oleh simpati kemanusiaan belaka, melainkan wujud empiris dari 'iman' (keyakinan) yang hidup dan berdaya. Iman yang tidak termanifestasi dalam amal saleh diibaratkan pohon tanpa buah, keyakinan tanpa bukti. Al-Qur'an dan Hadits secara konsisten menyebutkan iman dan amal saleh secara beriringan, menunjukkan ketersambungan struktural antara keyakinan batin dan tindakan lahiriah.[997] Rasulullah Muhammad SAW, figur sentral dalam Islam, secara eksplisit mengajarkan bahwa kebermanfaatan sosial adalah tolok ukur keunggulan manusia. Beliau bersabda: _"*Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi manusia lainnya*." Hadits ini menempatkan kontribusi positif terhadap kesejahteraan komunal sebagai nilai tertinggi dalam hierarki keutamaan insani.

Dalam konteks modern yang kerap ditandai oleh disorientasi dan 'kekeringan makna', pelayanan sosial dan amal saleh menawarkan sebuah jalur signifikan bagi individu untuk menemukan dan meneguhkan tujuan eksistensinya[998]. Keterlibatan aktif dalam meringankan beban orang lain, berkontribusi pada solusi masalah sosial, atau sekadar memberikan perhatian dan kasih sayang tulus, memungkinkan individu untuk melampaui kurungan ego ('nafs').[999] Fokus bergeser dari kebutuhan dan keinginan diri sendiri menuju kebutuhan entitas yang lebih besar komunitas, masyarakat, bahkan kemanusiaan secara umum. Proses transendensi diri ini tidak hanya mengikis egoisme yang sering menjadi sumber penderitaan, tetapi

juga membuka ruang bagi penciptaan makna yang kokoh dan berkelanjutan, yang berakar pada koneksi interpersonal dan kontribusi positif.

Dengan demikian, melalui praktik pelayanan dan amal, spiritualitas tidak hanya termanifestasi secara vertikal dalam relasi transenden dengan Sang Pencipta tetapi juga secara inheren merangkul dimensi horizontal. Relasi 'habl min al-Lah' (tali penghubung dengan Allah) menemukan praksis autentiknya dalam 'habl min al-nas' (tali penghubung dengan sesama manusia).[1000] Pelayanan kepada sesama menjadi sebuah arena 'ubudiyyah' (pengabdian) yang hidup, mengubah keyakinan batin menjadi energi transformatif yang mengalir ke dalam ekosistem sosial. Ini adalah bukti bahwa spiritualitas sejati bukanlah pelarian dari dunia, melainkan sebuah kekuatan yang mendorong individu untuk secara aktif terlibat dalam upaya perbaikan dunia, menjadikannya wadah bagi manifestasi rahmat Ilahi bagi seluruh alam.

Seni sebagai Jalur Gnosis Transformatif

Hubungan antara seni dan dimensi spiritual merupakan salah satu aspek paling mendalam dari pengalaman manusia lintas peradaban. Seni, dalam konteks ini, melampaui fungsi estetis semata; ia menjelma menjadi medium yang kontemplatif sekaligus ekspresif, sebuah jembatan yang menghubungkan entitas diri yang terbatas dengan realitas Ilahi yang Tanpa Batas. Di berbagai tradisi spiritual, praktik artistik seringkali diintegrasikan ke dalam disiplin pencarian kebenaran transenden. Konsep bahwa keindahan fisik baik dalam bentuk visual, auditori, maupun performatif adalah

refleksi dari Keindahan Ilahi (al-Jamāl) menjadi premis fundamental yang menopang pandangan ini[1001].

Dalam konteks mistisisme Islam, atau Tasawuf, peran seni terangkat ke tingkat metodologi spiritual yang esensial. Tasawuf, sebagai jalan (ṭarīqah) menuju pengetahuan langsung (ma'rifah) dan kedekatan dengan Tuhan, memanfaatkan beragam bentuk ekspresi artistik sebagai sarana untuk memurnikan jiwa (tazkiyat al-nafs) dan membangkitkan kesadaran akan Kehadiran Ilahi (ḥuḍūr). Seni dalam Tasawuf bukan sekadar hiasan atau hiburan, melainkan instrumen aktif dalam proses transformasi batiniah. Bentuk-bentuk seni seperti puisi, musik (samā‘), tarian (seperti Tarian Darwis Berputar dari Ordo Mevlevi), dan kaligrafi, semuanya diarahkan untuk menyentuh aspek batin terdalam manusia, melampaui lapisan-lapisan kepribadian dangkal menuju inti spiritual[1002].

Praktik spesifik seperti pembacaan *qasidah* (puisi religius bernada), *samā‘* (majlis dzikir musikal yang sering melibatkan nyanyian dan gerakan ritmis), serta penulisan dan perenungan atas syair-syair sufi, berfungsi sebagai medium ampuh untuk membangkitkan *mahabbah* (cinta ilahi) dan kesadaran yang intens akan Kehadiran Tuhan yang mengalir dalam setiap detik kehidupan. Musik dan ritme dalam *samā‘* misalnya, dapat memicu kondisi ekstase (*wajd*) yang memungkinkan seseorang melarutkan ego dan mengalami penyatuan (setidaknya secara pengalaman) dengan Realitas Agung[1003]. Jalāluddīn Rūmī (wafat 1273 M), seorang penyair sufi Parsi terbesar, secara puitis mengekspresikan kerinduan abadi jiwa terhadap Sumbernya. Karyanya tidak hanya indah secara

sastrawi, tetapi terutama merupakan catatan perjalanan spiritual, sebuah undangan untuk mengalami langsung 'samudra' Tuhan melalui metafora cinta, perpisahan, dan penyatuan[1004]. Kaligrafi, di sisi lain, menekankan disiplin, fokus, dan perenungan atas firman Tuhan atau nama-nama-Nya, di mana keindahan bentuk (huruf) mencerminkan makna dan keindahan (Ilahi) yang dikandungnya[1005].

Ekspresi seni semacam ini, tidak sekadar bersifat estetis dalam pengertian konvensional, melainkan secara fundamental bersifat transformasional. Proses terlibat dalam atau menyaksikan seni spiritual ini menata kembali struktur batin seseorang, membongkar hambatan ego, dan membangkitkan kesadaran akan kesucian (sacredness) yang inheren dalam kehidupan dan seluruh ciptaan. Ini adalah proses yang menghubungkan individu dengan sesuatu yang secara kualitatif melampaui dirinya, memungkinkan sekilas pandang atau penetrasi ke dalam Realitas Absolut (al-Ḥaqq). Tujuan akhirnya adalah *fana'* (peleburan diri) dan *baqā'* (kembali dalam kesadaran akan Tuhan), sebuah kondisi di mana batas antara subjek dan objek, antara pencari dan Yang Dicari, mulai kabur[1006].

Dalam lanskap dunia modern yang seringkali ditandai oleh fragmentasi eksistensial, laju informasi yang cepat, dan kelelahan mental yang kronis akibat keterasingan dari kedalaman batin, seni spiritual menawarkan sebuah pelabuhan yang damai dan bermakna. Ia menyediakan ruang bagi jiwa yang merindukan integrasi, kedalaman, dan hubungan otentik yang melampaui konsumsi materialistik dan interaksi superfisial. Praktik seni sufi yang kaya tradisi ini menawarkan metodologi yang teruji waktu

untuk mengembalikan keseimbangan, menumbuhkan *mindfulness*, dan menuntun individu kembali ke kesadaran akan dimensi suci yang terus hadir di tengah hiruk-pikuk kehidupan kontemporer[1007].

Dari Kontemplasi ke Tindakan

Menghidupkan Makna dalam Setiap Momen

Pencarian makna hidup ('meaning of life') merupakan salah satu dorongan eksistensial fundamental yang melekat pada kondisi keberadaan manusia. Sepanjang sejarah pemikiran, upaya untuk mengidentifikasi, memahami, dan menemukan makna ini telah menjadi pusat perhatian dalam berbagai disiplin ilmu, mulai dari filsafat, (e.g., eksistensialisme) hingga psikologi, (e.g., logoterapi) dan teologi. Namun, proses pencarian makna ini seringkali cenderung berfokus pada dimensi internal dan kontemplatif yaitu, proses pemikiran, refleksi, dan introspeksi untuk mengartikulasikan jawaban atas pertanyaan "apa arti hidup ini?" atau "apa signifikansi keberadaan saya?".

Proses awal dalam "menemukan" makna seringkali memang berakar pada dimensi internal. Melalui kontemplasi, meditasi, doa, atau refleksi diri, individu mengeksplorasi nilai-nilai personal, tujuan hidup, dan koneksi spiritual atau filosofis yang memberikan kerangka pemahaman bagi diri mereka. Fenomena ini telah dikaji secara mendalam dalam berbagai tradisi spiritual dan filosofis. Misalnya, dalam filsafat Yunani kuno, pencarian *eudaimonia* (kebahagiaan atau keberhasilan hidup) melibatkan refleksi mendalam mengenai kebajikan dan cara hidup yang optimal[1008]. Dalam tradisi spiritual, latihan meditasi atau doa

seringkali bertujuan untuk mencapai kesadaran yang lebih tinggi atau pemahaman yang lebih dalam tentang realitas dan tempat diri di dalamnya.

Dalam studi psikologi modern, khususnya logoterapi yang dikembangkan oleh Viktor Frankl, penekanan diberikan pada kehendak untuk memaknai (*will to meaning*) sebagai motivasi primer manusia[1009]. Frankl berargumen bahwa makna tidak diciptakan, melainkan ditemukan dalam pekerjaan, dalam cinta, atau bahkan dalam penderitaan. Proses penemuan ini, pada awalnya, seringkali melibatkan introspeksi dan penilaian kognitif serta afektif terhadap pengalaman hidup. Individu membentuk konsepsi mengenai apa yang penting dan berharga bagi mereka, apa yang memberikan tujuan, dan apa yang membuat hidup terasa signifikan. Konsepsi ini adalah hasil dari "pemikiran" atau "kontemplasi" makna.

Namun, makna yang hanya berhenti pada tingkat konsepsi tetap berada dalam ruang lingkup ide atau pemahaman pribadi yang abstrak. Potensi transformatif makna hanya dapat terwujud sepenuhnya ketika ia diekspresikan dan diwujudkan melalui tindakan di dunia nyata. Tradisi spiritual, sebagaimana dicontohkan dalam teks awal, seringkali menekankan bahwa prinsip-prinsip yang ditemukan melalui praktik internal (seperti meditasi atau doa) harus *diterapkan* dalam kehidupan sehari-hari. Kesadaran (*mindfulness*) yang dilatih dalam meditasi, misalnya, tidak dimaksudkan hanya untuk dicapai dalam sesi latihan, melainkan untuk diintegrasikan ke dalam interaksi sosial, pekerjaan, dan aktivitas rutin lainnya[1010].

Transformasi dari pemikiran ke praksis ini sangat penting karena beberapa alasan. Pertama, tindakan berfungsi sebagai validasi empiris dari makna yang diyakini. Seseorang mungkin percaya bahwa membantu orang lain adalah sumber makna, tetapi keyakinan ini hanya memiliki sedikit bobot eksistensial hingga ia benar-benar terlibat dalam tindakan membantu. Kedua, praksis memungkinkan makna untuk beresonansi di luar diri individu. Tindakan yang bermakna tidak hanya memengaruhi pelakunya, tetapi juga lingkungan sosial dan fisik di sekitarnya, menciptakan jaringan makna yang lebih luas. Ketiga, tindakan konkret seringkali memperdalam pemahaman tentang makna itu sendiri, melampaui apa yang dapat dicapai melalui refleksi murni. Tantangan dan kompleksitas yang ditemui dalam mengimplementasikan makna dapat memberikan wawasan baru dan memurnikan konsepsi awal.

Penerapan makna dalam praksis tidak terbatas pada tindakan heroik atau peristiwa-peristiwa besar. Sebagaimana ditekankan dalam kutipan awal, setiap momen kehidupan mengandung potensi untuk menghidupkan makna. Interaksi sehari-hari, cara seseorang menjalankan pekerjaan, bagaimana ia mengelola sumber daya, dan kontribusinya terhadap komunitas, semuanya merupakan arena penting di mana nilai-nilai yang diyakini dapat diwujudkan.

Misalnya, jika seseorang menemukan makna dalam nilai kejujuran dan kasih sayang (hasil pemikiran/refleksi), praksis dari makna tersebut terwujud dalam cara ia berkomunikasi dengan rekan kerja, bagaimana ia memperlakukan anggota keluarga, atau seberapa transparan ia dalam bertransaksi. Jika makna ditemukan dalam kontribusi sosial, maka praksisnya adalah partisipasi aktif

dalam kegiatan komunitas, sukarela, atau upaya untuk meningkatkan kesejahteraan orang lain. Penerapan makna dalam momen-momen kecil ini, secara kumulatif, membentuk tapestry kehidupan yang kaya makna. Paradigma ini sejalan dengan prinsip-prinsip dalam psikologi positif yang menyoroti pentingnya tindakan berbasis nilai dalam meningkatkan kesejahteraan subyektif dan rasa makna[1011].

Dalam konteks ajaran Islam, dialektika antara pemikiran dan praksis ini tercermin secara mendalam dalam konsep iman (keyakinan/kepercayaan yang berakar dalam hati dan pemikiran) dan amal shalih (perbuatan baik yang saleh). Iman seringkali digambarkan sebagai landasan internal, pengetahuan, dan pengakuan akan kebenaran[1012]. Namun, dalam banyak ayat Al-Quran, iman selalu digandengkan dengan amal shalih, menunjukkan bahwa iman yang sejati harus terwujud dalam tindakan nyata yang saleh dan bermanfaat.

Allah SWT berfirman: *"Sesungguhnya orang-orang yang beriman, mengerjakan amal shalih, mendirikan shalat dan menunaikan zakat, mereka mendapat pahala di sisi Tuhannya. Tidak ada kekhawatiran terhadap mereka, dan tidak (pula) mereka bersedih hati."* (QS. Al-Baqarah : 277)[1013]. Ayat ini secara eksplisit menggabungkan iman dan amal shalih sebagai prasyarat untuk mendapatkan pahala dan ketenangan. Iman tanpa amal shalih dianggap kurang lengkap, seperti pemikiran tanpa praksis. Sebaliknya, amal shalih yang tidak berakar pada iman yang tulus juga kehilangan makna dan nilainya di hadapan Tuhan. Integrasi iman

dan amal shalih ini menekankan bahwa keyakinan internal (pemikiran makna) harus diwujudkan dalam perilaku eksternal yang konsisten (praksis makna).

Lebih lanjut, konsep niat (niyyah) dalam Islam juga menyoroti hubungan antara pemikiran dan praksis. Niat adalah kehendak atau tujuan internal yang mendasari suatu tindakan[1014]. Kualitas dan nilai suatu amal (tindakan) sangat ditentukan oleh niat di baliknya. Sebagaimana sabda Rasulullah SAW: "*Sesungguhnya segala amal perbuatan itu bergantung pada niatnya, dan sesungguhnya setiap orang (akan dibalas) sesuai dengan apa yang diniatkan.*" (HR. Bukhari dan Muslim dari Umar bin Khattab)[1015]. Hadis ini menegaskan bahwa niat (yang merupakan elemen pemikiran/internal) adalah inti dari tindakan. Namun, niat itu sendiri tidak cukup; ia harus diterjemahkan menjadi amal (tindakan nyata) untuk memiliki konsekuensi dan nilai dalam pandangan agama. Ini adalah ilustrasi klasik tentang bagaimana dimensi internal (niat/pemikiran) dan eksternal (amal/praksis) harus berjalan seiring dan saling melengkapi untuk mencapai makna dan tujuan yang sebenarnya.

Penting untuk dipahami bahwa hubungan antara pemikiran dan praksis makna bukanlah proses linier satu arah. Sebaliknya, ia adalah siklus dinamis dengan umpan balik konstan. Pengalaman dalam praksis keberhasilan, kegagalan, tantangan, dan interaksi dengan orang lain memberikan data dan wawasan baru yang kemudian dapat memperkaya, memperhalus, atau bahkan mengubah pemahaman awal tentang makna (pemikiran). Misalnya, seseorang

mungkin pada awalnya berpikir bahwa makna hidupnya adalah mencapai kesuksesan finansial. Namun, melalui praksis dalam mengejar tujuan tersebut, ia mungkin menemukan bahwa ia merasa hampa dan menyadari bahwa makna sejati baginya terletak pada hubungan interpersonal atau kontribusi sosial. Pengalaman praksis ini kemudian menginformasikan kembali pemahaman (pemikiran) tentang makna.

Analoginya dapat ditemukan dalam metode ilmiah, di mana teori (pemikiran) diuji dan diperbaiki berdasarkan data empiris (praksis). Dalam konteks makna hidup, kehidupan itu sendiri adalah laboratorium di mana hipotesis makna diuji melalui tindakan. Setiap momen praksis menjadi kesempatan untuk merefleksikan kembali konsepsi makna dan menyesuaikannya dengan realitas yang dialami.

Mekanisme Transisi

spiritualitas seringkali terfragmentasi antara pemahaman yang mengungkungnya dalam ranah *inner experience* yang murni kontemplatif, individualistik, dan esoteris, dengan tuntutan dunia nyata yang mendesak akan keterlibatan dan transformasi sosial. Paradigma ini, meskipun memiliki validitas dalam dimensi pengalaman batin, cenderung mengabaikan potensi dinamis spiritualitas sebagai sumber energi moral dan sosial yang inheren. Dalam konteks Islam, dan selaras dengan pandangan yang melampaui batas tradisi spesifik mengakomodasi wawasan filsafat etik dan psikologi transpersonal spiritualitas otentik tidak hanya berdiam diri dalam kesadaran murni, melainkan secara intrinsik terartikulasikan dalam tindakan transformatif. Transisi krusial dari

kesadaran spiritual yang mendalam menuju manifestasi aksi nyata bukanlah suatu lompatan yang arbitrer, melainkan sebuah proses struktural yang sistematis. Proses ini berakar kuat dalam ajaran Islam melalui mekanisme fundamental: *tazkiyah al-nafs* (penyucian jiwa dari kecenderungan egoistik), *ma'rifatullah* (pengenalan autentik terhadap Realitas Ilahi), dan *amal shalih* (tindakan yang benar, konstruktif, dan bermanfaat).

Salah satu jalur fundamental di mana kesadaran spiritual bertransformasi menjadi aksi kolektif adalah melalui respons terhadap penderitaan. Proses *tazkiyah* sebagai upaya sistematis dalam membersihkan jiwa dari egoisme, keserakahan, dan keterikatan berlebihan pada dunia secara paradoks membuka kanal-kanal *afeksi* dan *kognisi* yang memungkinkan terhubungnya individu dengan realitas eksternal, khususnya penderitaan sesama. Kesadaran akan kerapuhan eksistensi manusia dan adanya ketidakadilan atau kesulitan yang dialami orang lain, seperti yang tercermin dalam ayat Al-Qur'an, *"Dan Kami jadikan sebagian kamu cobaan bagi sebagian yang lain: Maukah kamu bersabar?"* (QS. Al-Furqan : 20)[1016], bukanlah sekadar panggilan untuk ketahanan pasif, melainkan momentum *ma'rifah* tentang interdependensi dan tanggung jawab bersama. Penelitian dalam bidang psikologi sosial dan neurologi afektif semakin menggarisbawahi bahwa empati sebagai kemampuan untuk merasakan dan memahami keadaan emosional serta perspektif orang lain bukanlah semata perasaan, tetapi sebuah konstruksi multidimensional yang melibatkan *simulasi embodied* dan *cognitive appraisal*[1017]. Empati,

yang tumbuh subur di tanah jiwa yang telah disirami kesadaran spiritual, berfungsi sebagai daya dorong *konatif* yang kuat menuju *prosocial behavior* dan altruisme[1018]. Sejarah spiritual Islam kaya akan contoh tokoh-tokoh sufi besar, seperti Abdul Qadir al-Jilani atau Ahmad al-Rifa'i, yang meskipun mencapai maqam spiritual tinggi melalui kontemplasi, mereka juga merupakan agen sosial yang aktif, mendirikan institusi pelayanan publik, dan terlibat langsung dalam meringankan beban umat. Dari perspektif ini, spiritualitas melampaui perbatasan zawiyah personal dan bermanifestasi sebagai gerakan sosial yang transformatif, mendorong keadilan, kepedulian terhadap yang rentan, dan pelayanan semua sebagai refleksi praktis dari cinta kepada Realitas Transenden[1019].

Mekanisme kedua yang menjembatani spiritualitas dan aksi nyata berpusat pada kontemplasi tentang kefanaan eksistensi (*fana'* atau *memento mori* dalam terminologi yang lebih luas). Refleksi mendalam bahwa "Setiap yang bernyawa akan merasakan mati" (QS. Ali 'Imran : 185) sebuah kebenaran universal yang diakui lintas tradisi melahirkan kesadaran *urgensi eksistensial*. Jika hidup ini adalah 'sementara', maka pertanyaan krusial yang mengemuka adalah: bagaimana memanfaatkan momentum yang terbatas ini secara optimal? Kesadaran akan *ajal* dan akuntabilitas di hadapan Realitas Ilahi di masa depan menerangi pentingnya *niyyah* (niat) sebagai fondasi setiap tindakan. Hadits masyhur, "Sesungguhnya setiap amal tergantung pada niatnya" (إنما الأعمال بالنيات), menempatkan niat bukan sekadar formalitas, tetapi sebagai

elemen *teleologis* yang menentukan nilai, arah, dan signifikansi transendental dari sebuah aksi[1020]. Individu yang telah mencapai tingkat kesadaran ini tidak lagi semata didorong oleh motif-motif eksternal atau perhitungan untung-rugi jangka pendek, melainkan oleh *niat* yang murni untuk mengabdi dan berkontribusi. Kesadaran akan kefanaan membimbing pada *phronesis* (kebijaksanaan praktis), di mana keputusan dan tindakan diambil berdasarkan timbangan nilai etis dan dampak jangka panjang, bukan sekadar efisiensi atau keuntungan sesaat[1021]. Hal ini termanifestasi dalam perilaku etis yang teguh: menahan diri dari kezaliman, berupaya menegakkan keadilan dalam setiap interaksi, dan menjadikan seluruh aspek kehidupan dari profesi hingga relasi personal sebagai ladang amal yang memiliki bobot di timbangan spiritual.

Mekanisme ketiga adalah kontemplasi mendalam tentang hakikat Realitas Ilahi, utamanya melalui prinsip *Tauhid* (Keesaan Tuhan) dalam Islam. Tauhid bukanlah sekadar doktrin teologis tentang monoteisme, melainkan sebuah prinsip *ontologis*, *kosmologis*, dan *aksiologis* yang menegaskan bahwa seluruh realitas bersumber dari dan kembali kepada Yang Satu (*Al-Wahid* atau *Al-Ahad*). Kontemplasi yang mendalam tentang Keesaan ini melahirkan kesadaran mendalam akan *wahdat al-wujud* (kesatuan eksistensi) atau setidaknya *wahdat al-shuhud* (kesatuan penyaksian), bahwa semua makhluk terhubung dalam satu sistem realitas yang koheren dan saling bergantung[1022]. Dari kesadaran inilah mengalir *rahmah* (kasih sayang universal) yang melampaui sekat-sekat suku, bangsa, agama, bahkan spesies.

Penghayatan Tauhid yang otentik membuahkan tindakan yang *menyatukan* (liyakun *ummatan wahidah*) daripada memecah belah, *membangun* peradaban daripada menghancurkannya, dan *merangkul* keberagaman sebagai manifestasi kebesaran Ilahi. Kehidupan Nabi Muhammad SAW adalah prototipe terbaik dari perwujudan Tauhid dalam aksi sosial dan etis: beliau hidup dalam kesadaran transenden, namun tindakannya sangat imanen, membangun komunitas yang adil, menyayangi yang lemah, membela kaum tertindas, dan menunjukkan belas kasih bahkan kepada musuh[1023].

Berdasar pada tiga mekanisme yang dijelaskan di atas, jelas bahwa spiritualitas tidak dapat direduksi menjadi sekadar dimensi privat yang terputus dari ranah publik dan sosial. Ia adalah *sumber daya moral* yang amat kuat (*moral resource*), karena menumbuhkan kesadaran fundamental akan nilai-nilai universal, menanamkan rasa tanggung jawab kolektif, dan memelihara koneksi mendalam dengan sesuatu yang melampaui batas diri individu. Dalam era postmodern yang seringkali dicirikan oleh relativisme nilai, individualisme ekstrem, dan fragmentasi sosial, spiritualitas yang transformatif menawarkan bukan hanya peta jalan, tetapi juga energi yang dibutuhkan untuk menavigasi kompleksitas ini. Energi ini, dalam tradisi tasawuf, dikenal sebagai *Himmah*, yaitu tekad spiritual yang tinggi dan motivasi intrinsik yang kuat untuk mengabdi kepada Realitas Ilahi melalui pelayanan optimal kepada makhluk-Nya[1024]. *Himmah* bukanlah ambisi yang berorientasi pada pencapaian duniawi semata, tetapi daya ilham yang mendorong

seseorang untuk melampaui keterbatasan diri dan berjuang demi kebaikan yang lebih besar baik dalam bentuk cinta, amal perbuatan, maupun perjuangan sosial. Inilah *essence* dari spiritualitas dalam kerangka ini: bukan *escapisme* dari realitas, melainkan *partisipasi* aktif dalam membangunnya; bukan *kekosongan* makna, melainkan *pemaknaan* mendalam atas setiap detik kehidupan; bukan *stagnasi* dalam perenungan, melainkan *gerakan* yang tak henti menuju perwujudan nilai-nilai Ilahi dalam keseharian. Transisi dari kesadaran ke aksi ini adalah denyut nadi spiritualitas yang hidup dan relevan.

Tindakan sebagai Perwujudan Spiritualitas

Seringkali, spiritualitas dipahami secara simplistis sebagai dimensi perenungan batin atau pengalaman transenden yang terlepas dari realitas empiris. Namun, spiritualitas sejati melampaui tataran kontemplatif semata; ia menuntut aktualisasi yang konkret dalam bentuk tindakan nyata yang menyentuh ranah sosial, moral, dan eksistensial kehidupan manusia. Dalam perbandingan dan telaah atas berbagai tradisi pemikiran, baik dalam tradisi tasawuf maupun dalam kerangka filsafat humanistik tertentu, tindakan dipandang sebagai medium utama di mana nilai-nilai fundamental spiritual diaktualisasikan dan diuji dalam realitas duniawi. Tindakan tidak hanya dipahami sebagai konsekuensi logis dari kedalaman spiritual, tetapi justru berfungsi sebagai arena krusial tempat spiritualitas menemukan ekspresi konkret dan relevansi eksistensialnya.

Dalam tradisi tasawuf, yang merupakan dimensi esoteris dalam Islam, tindakan sosial dan keterlibatan dalam kehidupan duniawi bukanlah aktivitas profan yang terpisah dari lintasan spiritual, melainkan merupakan bagian integral dan esensial dari perjalanan menuju musyahadah (penyaksian) Realitas Tertinggi atau persatuan dengan Yang Ilahi. Salah satu praktik fundamental dalam kerangka ini adalah *khidmat*, yaitu pelayanan tulus kepada sesama terutama kepada kaum dhu'afa (miskin), lemah, dan terpinggirkan dalam masyarakat. Praktik *khidmat* ini dipandang bukan sekadar amal kebajikan biasa, melainkan sebagai bentuk ibadah (taqarruf ila Allah) dan ekspresi otentik dari *mahabbah* (cinta) kepada Allah yang termanifestasi melalui cinta kepada ciptaan-Nya. Pelayanan dalam kerangka sufistik ini tidak dilandasi oleh sikap belas kasihan yang superior atau patronase, melainkan oleh pengakuan mendalam bahwa setiap makhluk, tanpa terkecuali, adalah manifestasi (tajalli) dari Asma dan Sifat Tuhan yang patut dihormati dan dilayani dengan penuh kasih dan kerendahan hati.

Tokoh-tokoh sufi agung sepanjang sejarah, seperti Syekh Abdul Qadir al-Jilani (wafat 1166) dan Syekh Ahmad al-Rifa'i (wafat 1182), tidak hanya masyhur karena kedalaman kontemplasi mistis dan keluasan pengetahuan spiritual mereka, tetapi juga karena intensitas pengabdian sosial dan kepedulian mereka terhadap umat. Mereka tidak memilih jalan isolasi atau pengasingan diri dari masyarakat, tetapi justru hadir secara aktif di tengah-tengah manusia sebagai pembimbing spiritual (murshid) sekaligus pelayan sosial yang mengulurkan tangan. Seorang sufi ideal, sebagaimana

digambarkan dalam spirit ajaran mereka dan peribahasa sufistik yang masyhur, adalah "tangan yang bekerja di bumi, tetapi hati yang tertambat di langit," menyiratkan bahwa keterlibatan aktif dalam kehidupan duniawi justru menjadi jalan untuk memurnikan dan mengintensifkan hubungan spiritual dengan Yang Ilahi[1025].

Paradigma berbeda namun dengan titik temu signifikan dapat ditemukan dalam filsafat humanistik, khususnya melalui lensa pemikiran para filsuf seperti Erich Fromm dan Jean-Paul Sartre. Dari sudut pandang Erich Fromm, seorang psikoanalis dan filsuf sosial humanistik, tindakan cinta dan kepedulian merupakan bentuk spiritualitas yang paling otentik dan universal, melampaui batas-batas dogma atau institusi keagamaan formal. Fromm secara eksplisit menegaskan bahwa cinta, sebagai ekspresi tertinggi kemanusiaan, bukanlah sekadar afeksi pasif atau perasaan spontan, melainkan suatu "tindakan aktif" (active action) yang secara fundamental melibatkan perhatian (care), tanggung jawab (responsibility), rasa hormat (respect), dan pengetahuan (knowledge) terhadap pertumbuhan dan kesejahteraan orang lain[1026]. Dalam kerangka pemikiran Fromm, spiritualitas tidak tereduksi pada ketaatan pada ritus atau keyakinan teistik tertentu, tetapi diwujudkan secara konkret dan dinamis melalui kualitas relasi interpersonal yang dibangun atas dasar cinta dan kepedulian aktif.

Jean-Paul Sartre, meskipun dikenal sebagai salah seorang eksistensialis ateis yang menolak gagasan transcendental, juga menempatkan *tindakan* sebagai inti dari eksistensi manusia. Dalam pandangan ontologisnya, manusia adalah eksistensi yang

mendahului esensinya, yang berarti ia tidak terlahir dengan kodrat atau makna yang telah ditetapkan sebelumnya. Ia adalah eksistensi yang "dikutuk untuk kebebasan" (condemned to be free)[1027], yang berarti ia dibebani dengan tanggung jawab mutlak atas setiap pilihan dan tindakan yang direalisasikannya, serta atas makna yang dihasilkannya dari keberadaannya itu. Meski Sartre tidak menggunakan kosakata teologis atau spiritual dalam pengertian konvensional, konsep ini menyiratkan suatu spiritualitas eksistensial yang mendalam: manusia tidak *menemukan* makna yang sudah jadi, melainkan *menciptakannya* secara terus-menerus melalui pilihan-pilihan konkret dan tindakan-tindakannya di dunia. Spiritualitas, dalam perspektif ini, bukanlah bentuk ketundukan pasif pada takdir atau dogma, melainkan keberanian fundamental untuk bertindak secara otentik, sadar, dan bertanggung jawab di tengah kondisi eksistensi yang absurd atau tanpa jaminan transcendental.

Meski berasal dari sumber tradisi dan metodologi yang berbeda tasawuf dari ajaran Islam dan filsafat humanistik dari penalaran rasional dan analisis eksistensial keduanya bertemu dalam keyakinan fundamental bahwa tindakan merupakan wujud konkret dan terpenting dari makna hidup yang terinternalisasi. Dalam tradisi keilmuan Islam secara lebih luas, konsep *amal* (‘amal salih), atau perbuatan saleh yang dilandasi niat luhur, secara inheren terjalin erat dengan fondasi keimanan (iman). Kesempurnaan iman tidak hanya diukur dari pengucapan lisan (iqrar) atau keyakinan hati (tashdiq), tetapi wajib dibuktikan melalui perbuatan nyata. Sebagaimana ditegaskan dalam salah satu riwayat, Rasulullah bersabda: "Iman itu bukanlah dengan angan-angan semata, tetapi

apa yang menetap dalam hati dan dibuktikan dengan amal."[1028]. Dalam hal ini, spiritualitas otentik bukanlah pelarian dari kompleksitas dunia atau bentuk pasifisme, melainkan berfungsi sebagai kekuatan dinamis yang menghidupkan dunia melalui tindakan-tindakan yang bernilai, konstruktif, dan membawa kemaslahatan.

Kesadaran spiritual yang mendalam secara niscaya mendorong seseorang untuk bertindak dengan integritas, dilandasi niat (niyyah) yang bersih, dengan cinta (mahabbah/philia/agape) yang tulus, dan dengan rasa tanggung jawab (mas'uliyah/responsibility) yang utuh terhadap diri sendiri, sesama, dan lingkungan. Spiritualitas yang hidup dan otentik tidak hanya berdiam dalam ranah kontemplasi internal, tetapi menjelma secara konkret dalam berbagai bentuk aksi: pelayanan tanpa pamrih, kepedulian yang mendalam terhadap penderitaan orang lain, keberanian moral untuk berdiri bagi kebenaran dan keadilan, serta ketekunan dalam memperjuangkan nilai-nilai universal atau ilahi di tengah realitas duniawi yang tidak selalu ideal. Inilah dialektika esensial yang membedakan spiritualitas yang hidup dan berkembang dari spiritualitas yang stagnan atau mandul: ia tidak berhenti pada perenungan pasif, tetapi secara inheren *bergerak* dan termanifestasi dalam aksi yang membentuk realitas.

Ziarah Eksistensial

Hakikat Ziarah Eksistensial dan Kebutuhan Akan Kontemplasi

Eksistensi manusia secara inheren ditandai dengan pencarian makna. Dalam tapak tilas kehidupan yang sering diibaratkan sebagai sebuah "ziarah eksistensial," individu dihadapkan pada rentang

pertanyaan-pertanyaan mendasar mengenai hakikat diri, tujuan keberadaan, dan hubungan mereka dengan jagat raya yang lebih luas.[1029] Fenomena pencarian makna ini bukanlah sekadar proses intelektual, melainkan sebuah dinamika multidimensi yang melibatkan aspek kognitif, afektif, dan spiritual. Dalam konteks ini, refleksi kontemplatif muncul sebagai modalitas krusial yang melampaui analisis rasional semata, menawarkan jalur menuju pemahaman yang lebih dalam dan penghayatan yang kaya akan perjalanan hidup.

Konsep ziarah eksistensial menggambarkan hidup sebagai perjalanan yang disengaja atau pun tidak, penuh dengan persimpangan, tantangan, dan kesempatan untuk bertumbuh. Ini adalah perjalanan di mana individu tidak hanya bergerak secara fisik atau sosial, tetapi juga secara batiniah, menggali lapisan-lapisan terdalam kesadaran dan identitas.[1030] Dalam perjalanan ini, pemikiran logistik dan analitis memang penting untuk navigasi praktis, namun seringkali tidak cukup untuk mencakup kompleksitas emosi, krisis eksistensial, atau kerinduan akan dimensi transenden. Di kedalaman refleksi kontemplatif mengambil keinginan. Berbeda dengan pemikiran linier yang fokus pada pemecahan masalah atau analisis data, kontemplasi adalah bentuk perenungan yang lebih luas dan mendalam, melibatkan penerimaan pasif terhadap kesadaran yang muncul, memungkinkan wawasan batiniah untuk segera mengemuka tanpa penilaian.

Refleksi kontemplatif dapat didefinisikan sebagai latihan introspeksi yang disengaja, ditujukan untuk mengamati dan

memahami pengalaman batin, pikiran, emosi, dan sensasi fisik dalam konteks kesadaran yang lebih luas. Ini bukan hanya tentang "berpikir tentang sesuatu", melainkan tentang "hadir dengan sesuatu" dalam ruang batin yang tenang. Praktik-praktik yang mendukung refleksi kontemplatif sangalah beragam, mencakup disiplin ilmu, doa dalam kesunyian, perenungan mendalam (seperti *Lectio Divina* dalam tradisi Kristen atau *muraqabah* dalam tradisi Sufi), atau bahkan sekadar berjalan dalam kesadaran penuh di alam.[1031] Tujuan utama dari praktik-praktik ini adalah untuk menenangkan "kekacauan mental" yang disebabkan oleh arus pikiran yang tak henti-hentinya (sering disebut "kondisi *pikiran monyet* "), membuka ruang untuk kesadaran yang lebih jernih dan memungkinkan individu untuk terhubung dengan dimensi spiritual atau transenden diri mereka.[1032] Dalam tradisi Islam, terdapat anjuran kuat untuk melakukan perenungan atau *tafakur* terhadap ciptaan Allah, yang merupakan bentuk kontemplasi untuk meningkatkan keimanan dan pemahaman akan kebesaran-Nya.[1033]

Salah satu fungsi paling signifikan dari refleksi kontemplatif adalah kemampuan untuk membantu individu mengintegrasikan pengalaman hidup mereka. Setiap momen, pertemuan, dan tantangan, baik yang dianggap positif maupun negatif, dapat dilihat bukan sebagai peristiwa yang terpisah, tetapi sebagai bagian dari sebuah narasi kohesif yang memiliki makna dan tujuan dalam perjalanan hidup yang lebih besar.[1034] Melalui perenungan mendalam, individu dapat menempatkan kesulitan dalam perspektif, mengenali pelajaran yang terkandung di dalamnya, dan

melihat bagaimana pengalaman-pengalaman tersebut membentuk diri mereka. Proses ini membantu membangun struktur makna yang kuat, di mana penderitaan sekalipun dapat ditransformasikan menjadi sumber pertumbuhan dan pemahaman.[1035] Sejalan dengan ajaran bahwa setiap cobaan yang menimpa seorang mukmin adalah kesempatan untuk menghapus dosa dan meningkatkan derajat, yang memerlukan perenungan mendalam untuk dihayati.[1036]

Refleksi kontemplatif juga secara mendasar mengubah cara individu memandang kehidupan dan kematian. Kehidupan tidak lagi hanya dilihat sebagai serangkaian peristiwa biologi dan sosial yang terjadi pada akhir fisik. Sebaliknya, kehidupan yang dipahami sebagai sebuah perjalanan spiritual, suatu proses yang dipelajari dan dipelajari menuju pemahaman yang lebih tinggi atau persatuan dengan Yang Transenden. Kematian pun tidak lagi dipandang semata-mata sebagai ujung biologis, melainkan sebagai transisi eksistensial, sebuah gerbang menuju fase keberadaan yang lain.[1037] Pandangan ini memberikan kedalaman yang luar biasa pada keberadaan sehari-hari. Kesadaran akan hakikat kematian dan kehidupan setelahnya, seperti yang diingatkan dalam Al-Quran, “Setiap yang bernyawa akan merasakan mati. Kemudian hanya kepada Kami kamu kembali,”[1038] mendorong individu untuk menjalani hidup saat ini dengan penuh kesadaran dan tujuan, melihat setiap tindakan sebagai bagian dari persiapan untuk 'kembali'.

Puncak dari praktik dan proses refleksi kontemplatif adalah pencapaian kehidupan yang dipenuhi dengan makna yang

mendalam dan kesadaran spiritual yang semakin tinggi. Individu tidak lagi sekedar “menjalani” hidup, tetapi “mengahayati” hidup dengan kedalaman yang belum pernah ada sebelumnya. Kedamaian batin yang ditemukan melalui praktik kontemplatif bukanlah ketidakadaan masalah, melainkan kapasitas untuk tetap tenang dan jernih di tengah badai kehidupan.[1039] Koneksi dengan dimensi spiritual atau transenden memberikan landasan yang kokoh bagi makna, mengingatkan individu bahwa keberadaan mereka terhubung dengan sesuatu yang lebih besar dan abadi. Dalam konteks Islam, ini termanifestasi dalam kesadaran akan kehadiran Allah dalam setiap aspek kehidupan, menumbuhkan rasa *hudhur* (kehadiran ilahi) yang membawa ketenangan jiwa, sebagaimana firman-Nya, *"Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram*."[1040]

Hidup sebagai Perjalanan Spiritual

Eksistensi manusia acapkali ditandai dengan pengalaman mendasar berupa keterasingan (keterasingan). Perasaan ini termanifestasi dalam berbagai dimensi: keterasingan dari diri sendiri, dari sesama, dari lingkungan alam, bahkan dari realitas hakiki atau dimensi transendental. Fenomena ini bukanlah simpang-siur belaka, melainkan tertanam pada kesadaran mendalam akan kefanaan, keterbatasan ontologis, dan kompleksitas dunia modern yang fragmentatif. Dalam narasi eksistensialis, misalnya, keterasingan ini dipandang sebagai konsekuensi dari *kebebasan* , kebebasan yang datang bersama beban tanggung jawab tanpa adanya landasan yang telah ditetapkan sebelumnya. Namun, alih-

alih menjadi terminal, keterasingan ini dapat dilihat sebagai titik tolak bagi sebuah perjalanan transformatif: perjalanan spiritual yang mengarah pada pencapaian kesatuan (kesatuan).

Keterasingan memiliki spektrum manifestasi yang luas. Pada tingkat individu, ia dapat berupa perasaan terputus dari emosi dan pikiran sendiri, hilangnya makna hidup, atau kebingungan identitas. Dalam hubungan sosial, keterasingan termanifestasi sebagai isolasi, kesepian, ketidakmampuan membangun koneksi mendalam, atau perasaan teralienasi dari norma dan nilai komunitas. Dari sudut pandang eksistensial, seperti yang dielaborasi oleh Martin Heidegger, keterasingan (atau *Befindlichkeit* , yang dapat mencakup nuansa kegelisahan dan keterlemparan) adalah bagian yang melekat dari kondisi manusia yang *Dasein* (keberadaan-di-dunia). Heidegger berargumen bahwa kesadaran akan "menjadi-untuk-mati" (*Sein zum Tode*) dan keterlemparan manusia ke dalam eksistensi tanpa persetujuan merupakan sumber kegelisahan dan keterasingan yang fundamental. Keterasingan ini bukan sesuatu yang dapat dihindari, melainkan harus menghadap dan diinternalisasi untuk mencapai keberadaan otentik (*Eigentlichkeit*). Perspektif ini menggarisbawahi bahwa keterasingan bukanlah patologi semata, melainkan indikator kesadaran yang mendalam terhadap kondisi eksistensial manusia.

Jika keterasingan adalah titik berangkat, maka perjalanan spiritual adalah respons proaktif terhadapnya. Perjalanan ini bukanlah pengungsi, melainkan sebuah proses penerimaan sekaligus transformasi. Ia melibatkan eksplorasi ke dalam diri,

penyelarasan kembali hubungan dengan dunia luar, dan pencarian koneksi dengan dimensi yang melampaui realitas materi. Dalam banyak tradisi spiritual dan mistik dunia, perjalanan ini sering digambarkan sebagai "jalan kembali ke rumah" rumah sejati yang hilang akibat keterpisahan dari Sumber Asal atau Realitas Ultimate. Proses ini menuntut keberanian untuk menghadapi kegelapan dan kekosongan yang dirasakan dalam keterasingan, alih-alih menekannya. Melalui refleksi, kontemplasi, dan praktik-praktik disiplin diri, individu memulai proses penyucian diri (*katharsis*), melepaskan identitas palsu yang dibangun di atas ketakutan dan ilusi, serta mengembangkan kesadaran yang lebih luas.

Perjalanan spiritual menuju kesatuan adalah proses multi-tahap dan dinamis. Ia seringkali dimulai dengan kesadaran akan ketidakpuasan atau “kerinduan” (kerinduan) yang bermula dari keterasingan. Tahap awal meliputi introspeksi mendalam dan pengembangan *kesadaran diri (self-* awareness), yaitu memahami pola pikir, emosi, dan motivasi yang mendasari perilaku dan perasaan terputus. Selanjutnya, proses penyucian (*pemurnian*) menjadi krusial. Ini mencakup pembersihan mental dan emosional dari negativitas, prasangka, dan masa depan yang menghalangi koneksi. Pada tingkat yang lebih mendalam, penyucian ini dapat merujuk pada pemurnian hati dari sifat-sifat tercela dalam tradisi tasawuf, misalnya. Seiring dengan itu, penting untuk mengembangkan penerimaan (*penerimaan*) terhadap kenyataan, termasuk kefanaan diri, ketidaksempurnaan, dan paradoks kehidupan. Penerimaan ini bukan pasivitas, melainkan fondasi

untuk membangun makna dan tujuan yang otentik di tengah kerapuhan eksistensi. Praktik-praktik seperti meditasi, mindfulness, doa, dan pelayanan (pelayanan) sering terjadi dalam perjalanan ini untuk memperdalam koneksi dan kesadaran. Puncak dari perjalanan spiritual adalah pencapaian kesatuan, yang terwujud dalam berbagai bentuk. Pertama, *kesatuan dengan diri sendiri* . Ini berarti integrasi berbagai aspek diri pikiran, perasaan, tubuh, dan jiwa menjadi entitas yang koheren dan otentik. Tidak ada lagi pertentangan internal yang mengarah pada keterasingan. Kedua, *disatukan dengan sesama* . Melalui pengembangan empati, belas kasih, dan pemahaman akan kesejajaran eksistensial, individu yang menjalani perjalanan spiritual mampu membangun koneksi yang mendalam dan tulus dengan orang lain, mengatasi tembok isolasi dan prasangka sosial. Ketiga, dan sering dianggap sebagai puncak, adalah *kesatuan dengan dimensi transendental* penyatuan dengan Tuhan, Realitas Utama, atau Kesadaran Kosmik, tergantung pada kerangka keyakinan. Dalam tradisi mistik, ini diartikan sebagai fana' (peleburan diri) atau *unio mystica* (penyatuan mistik), di mana tirai antara individu dan Ilahi terangkat.

Ajaran Islam secara inheren memandang hidup sebagai perjalanan spiritual yang berpusat pada pengenalan dan pendekatan diri kepada Allah SWT. Konsep *fitrah* menekankan bahwa secara primordial, manusia memiliki kecenderungan alami untuk mengenal dan mengesakan Tuhan, menyiratkan bahwa keterasingan dari Sumber Asal adalah penyimpangan dari kondisi asli. Tujuan penciptaan manusia, sebagaimana disebutkan dalam Al-

Quran, adalah untuk beribadah kepada-Nya, yang dapat dimaknai bukan hanya ritual formal, tetapi seluruh aspek kehidupan yang diselaraskan dengan kehendak Ilahi sebagai bentuk kepasrahan diri (Islam). Perasaan keterasingan, kegelisahan, atau ketidaktenangan hati seringkali dianggap sebagai indikator jauhnya diri dari zikir (mengingat) Allah. Sebaliknya, Al-Quran menawarkan solusi: *"Orang-orang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allahlah hati menjadi tenteram."* Ayat ini secara eksplisit menyatakan kedamaian batin lawan dari keterasingan internal dengan koneksi spiritual. Perjalanan spiritual dalam Islam, yang seringkali termanifestasi dalam disiplin-disiplin tasawuf, melibatkan perjuangan melawan hawa nafsu (*jihad al-nafs*) untuk menyucikan diri, dengan tujuan utama mencapai makrifat (pengenalan mendalam terhadap Allah) dan kedekatan (*qurb*) dengan-Nya. Bahkan, kedekatan ini digambarkan secara metaforis dalam Hadis Qudsi, di mana Allah berfirman tentang hamba yang terus mendekat melalui ibadah sunnah hingga Dia mencintainya, dan ketika Dia mencintai, Pendengaran, Penglihatan, Tangan, dan Kakinya adalah (atas karunia dan bimbingan) Allah. Hadis ini menandakan tingkat kesatuan eksistensial dan sinergi antara kehendak hamba dan kehendak Ilahi sebagai buah dari perjalanan spiritual. Selain itu, Islam juga menekankan kesatuan sosial dan persaudaraan antar sesama mukmin, mengatasi keterasingan horizontal di antara manusia sebagai bagian dari perjalanan menuju kesatuan yang lebih besar di bawah naungan Ilahi.

Kematian sebagai Titik Tujuan dari Pencarian Spiritual

Narasi mengenai eksistensi konvensional manusia seringkali menempatkan kematian sebagai *terminus ad quem* (titik akhir) yang definitif dan ireversibel. Dalam pandangan dunia sekuler atau materialistik, kematian dipahami sebagai penutupan total fungsi biologi dan kesadaran, menandai nihilisme potensi atau ketiadaan abadi. Namun, dalam spektrum luas tradisi spiritual dan filsafat abadi, kematian dipersepsikan secara fundamental berbeda. Alih-alih menjadi akhir, kematian justru diinterpretasikan sebagai *telos* (tujuan) dari sebuah perjalanan eksistensial dan spiritual yang lebih luas. Dalam banyak ajaran mistik dan eskatologis, kematian bukanlah sekadar akhir dari kehidupan duniawi, melainkan sebuah transisi esensial, sebuah portal menuju dimensi realitas yang berbeda dan lebih tinggi. Pandangan ini melintasi batas-batas geografis dan budaya, ditemukan dalam tradisi seperti Sufisme Islam, Vedanta Hindu, Buddhisme, Gnostisisme, dan berbagai bentuk mistisisme Barat. Konsep sentral di sini adalah bahwa identitas sejati atau kesadaran batin manusia tidak terbatas pada eksistensi fisik. Kematian, karena itu, dipahami sebagai penahan dari fenomena material dan ilusi dunial (maya dalam konteks Hindu, *dunia* dalam konteks Islam), memungkinkan entitas spiritual untuk kembali atau menyatu dengan Sumber Asli atau Realitas Transenden, yang seringkali diidentifikasi sebagai Tuhan, Brahman, Kekosongan (*Sunyata*), atau Kesatuan Mutlak. Perspektif ini kontras dengan pandangan yang melihat kematian semata sebagai fenomena biologi, mengangkatnya ke ranah

peristiwa ontologis dan spiritual yang memiliki makna mendalam dalam kosmik dan individu.

Jika kematian adalah tujuan, maka kehidupan duniawi dipahami sebagai perjalanannya, sebuah proses (bahasa Arab: *suluk* , perjalanan rohani) yang memiliki arah dan maksud. Pandangan ini tidak mengecilkan arti penting kehidupan, melainkan justru memberikannya signifikansi yang luar biasa. Setiap momen, setiap pengalaman, setiap tantangan dalam hidup dilihat sebagai bagian dari lintasan yang secara bertahap mengarahkan individu menuju kematangan spiritual dan kesiapan untuk transisi akhir kematian. Kehidupan menjadi laboratorium kosmik tempat jiwa berproses, belajar, menyampaikan diri dari ego dan keinginan duniawi yang membelenggu, dan mengingat kembali "rumah" asalnya. Tujuan dari perjalanan ini bukanlah akumulasi kekayaan, kekuasaan, atau kesenangan materi, melainkan pemahaman (gnosis), penyadaran diri (realisasi diri), atau persatuan (union) dengan Yang Ilahi. Proses ini biasanya digambarkan sebagai jalan pendakian, jalan kembali ke hulu, atau perjalanan pulang ke pusat keberadaan. Kitab suci Al-Quran secara eksplisit menggambarkan keberadaan kita di dunia ini sebagai sementara dan mengingatkan tujuan akhir kembali kepada Sang Pencipta:*"Dan tiadalah kehidupan dunia ini selain dari main-main dan senda gurau belaka. Dan sungguh kampung akhirat itu lebih baik bagi orang-orang yang bertakwa. Maka tidakkah kamu memahaminya?"* (QS. Al-An'am : 32). Ayat ini dengan jelas menempatkan kehidupan dunia sebagai permainan dan senda gurau, kontras dengan kehidupan akhirat yang lebih baik bagi orang

yang sadar (bertakwa), menegaskan bahwa tujuan utama adalah kenyataan setelah kehidupan dunia.

Persepsi kematian sebagai tujuan memiliki esensi mendalam terhadap cara individu menjalani hidup. Kesadaran akan kefanaan (*fana'*) eksistensi duniawi, yang berakhir pada kematian, berfungsi sebagai pengingat konstan akan urgensi pencarian spiritual. Dibandingkan dengan pandangan yang menghindari atau menakuti kematian, paradigma ini mendorong individu untuk merangkul kesadaran akan kematian sebagai motivator untuk hidup dengan penuh kesadaran (*mindfulness*), tujuan, dan integritas spiritual. Kematian menjadi cermin yang menampilkan kebatilan bertema hal-hal yang fana. Ini memotivasi pelepasan (*detachment*) dari keinginan material dan emosional yang mengikat jiwa pada siklus penderita. Dalam pandangan ini, latihan spiritual seperti merenung, doa, kontemplasi, dan tindakan kasih adalah cara untuk secara sadar mengarahkan diri menuju tujuan - menyiapkan jiwa untuk transisi melalui kematian dan "pulang" kembali ke sumbernya. Hadis Nabi Muhammad juga menekankan pentingnya kesiapan menghadapi kematian dengan beramal shaleh: *"Apabila seorang manusia meninggal dunia, terputuslah segala amalnya kecuali tiga hal: sedekah jariyah, ilmu yang bermanfaat, dan anak salih yang mendoakannya."* (HR.Muslim). Hadis ini, meskipun fokus pada amalan yang berkelanjutan, secara implisit menekankan bahwa kehidupan dunia adalah waktu untuk menanam "modal" spiritual untuk kehidupan setelah kematian, menjadikan kematian sebagai batas waktu untuk beramal.

Metafora “perjalanan pulang” ke “rumah” Ilahi bukan sekedar kiasan puitis, melainkan representasi dari kerinduan eksistensial jiwa untuk bersatu kembali dengan asal-usulnya. Dalam banyak tradisi, perpisahan dari Tuhan atau sumber asli pada awal penciptaan dipandang sebagai 'pengasingan' atau 'kejatuhan' ke dalam dualitas dan materialitas. Kehidupan menjadi proses pemulihan ingatan akan asal-usul tersebut dan perjuangan untuk kembali ke keadaan kesatuan primordial. Kematian, dalam konteks ini, adalah penyelesaian dari proses pemulihan ini titik di mana kumpulan ilusi terangkat dan jiwa kembali mengalami kesatuan yang telah lama dirindukan. Ini adalah realisasi penuh dari hakikat diri sejati yang tidak terpisahkan dari Realitas Transenden. Surat Al-Fajr dalam Al-Quran menggambarkan jiwa yang telah mencapai ketenangan dan dipanggil untuk kembali kepada Tuhannya: *Hai jiwa yang tenang! Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang ridha dan diridhai-Nya. Maka masuklah ke dalam golongan hamba-hamba-Ku, dan masuklah ke dalam surga-Ku.* (QS. Al-Fajr : 27-30). Ayat ini menggambarkan momen kematian sebagai panggilan “pulang” bagi jiwa yang telah mencapai ketenangan, sebuah proses kembali kepada Tuhan dalam keadaan keridhaan dan kepuasan. Hal ini secara indah merangkum konsep kematian sebagai perjalanan pulang.

Mati sebagai Cahaya

Fana Menuju Cahaya

Dalam spektrum pemikiran keagamaan, terutama pada tradisi mistisisme Islam atau tasawuf, fenomena kematian melampaui

definisi biologisnya yang konvensional. Dipandang bukan sekadar penghentian fungsi fisik, kematian dalam perspektif sufi merupakan suatu proses multidimensional yang sarat makna spiritual dan transformatif. Konsepsi ini membawa kematian pada tingkat pemahaman yang lebih tinggi dan subtil, yakni sebagai suatu fase krusial dalam perjalanan menuju kesadaran Ilahi yang murni, serta sebagai pelepasan esensial dari determinisme ego (nafsu) dan belenggu eksistensi duniawi yang temporal. Dalam kerangka kosmologi dan antropologi sufi, kematian bukanlah terminus akhir dari keberdaan, melainkan merupakan inisiasi menuju suatu bentuk kehidupan yang sejati kehidupan yang sepenuhnya terintegrasi dalam pancaran "Cahaya" (Nur) Tuhan.

Inti dari pemahaman sufi mengenai kematian spiritual terangkum dalam konsep sentral yaitu *fana'*. Secara etimologis, *fana'* dapat diartikan sebagai "lenyap" atau "musnah". Namun, dalam konteks tasawuf, *fana'* merujuk pada suatu proses spiritual yang mendalam, dekonstruksi kesadaran ego-sentris atau "lenyapnya diri" yang teridentifikasi secara partikular dan terpisah. Proses ini melibatkan pelepasan gradual namun radikal dari segala bentuk keterikatan material dan psikologis terhadap fenomena duniawi, serta melarutnya ilusi keterpisahan fundamental antara diri individual dan Realitas Ilahi. *Fana'* bukanlah ekivalen dari kematian fisik dalam pengertian mortifikasi biologis, melainkan merupakan suatu "kematian metaforis" atau "kematian simbolis" dari "diri" partikular yang dikonstruksi oleh ego dan terperangkap dalam dualitas subjek-objek. Pada tahap *fana'* ini, seorang salik (penempuh jalan sufi) mencapai suatu kesadaran non-dualistik,

pemahaman empiris bahwa eksistensi dirinya bukanlah entitas independen melainkan merupakan manifestasi atau bagian tak terpisahkan dari Keberadaan Tuhan yang Absolut, dan bahwa segala entitas yang termanifestasi di alam semesta merupakan teofani (penampakan) dari Kehadiran-Nya yang tunggal. Proses ini, sering digambarkan dalam literatur klasik tasawuf, sebagai larutnya partikel (jiwa) dalam "kehampaan" atau "kekosongan" (dalam pengertian non-eksistensi diri partikular), adalah momen krusial yang mengantarkan individu pada pemahaman ontologis yang lebih mendalam mengenai hakikat sejati eksistensi.

Sebagai antitesis atau komplementer dari *fana'*, muncullah apa yang disebut dengan *baqa'*. Konsep *baqa'* dapat diartikan sebagai "kekekalan" atau "keberlanjutan". Setelah mengalami *fana'* lenyapnya kesadaran ego yang terpisah sang salik tidak berakhir dalam ketiadaan mutlak, melainkan memasuki suatu keadaan "keberlanjutan dalam Tuhan" (*baqa' bi Allah*). Ini merupakan realisasi kehidupan sejati yang berada dalam naungan Cahaya Ilahi. *Baqa'* bukanlah kelanjutan eksistensi yang terikat pada dimensi fisik atau duniawi yang fana, melainkan merupakan kehidupan pada tingkat kesadaran yang melampaui batasan ruang, waktu, tubuh, dan nafsu. Pada maqam (tingkatan spiritual) *baqa'*, individu yang telah melewati pengalaman *fana'* menemukan esensi kedamaian, ketenangan, dan keparipurnaan batin dalam kesadaran non-dualis bahwa ia tidak lagi terpisah dari Realitas Tuhan yang Maha Ada. Kesejatian hidup, dalam pengertian metafisik tasawuf ini, ditemukan dalam Kehadiran Ilahi yang Tak Terbatas, di mana individu "hidup" dalam Cahaya Tuhan yang abadi, terlepas dari

keterbatasan eksistensi fisik dan duniawi yang bersifat kondisional dan temporal.

Ungkapan profetik yang sering dinisbahkan pada Nabi Muhammad, *"Matilah sebelum kamu mati"* (موتوا قبل أن تموتوا), menjadi prinsip metodologis dan etika sentral dalam ajaran sufi. Prinsip ini bukan anjuran untuk mencari kematian fisik secara prematur, melainkan sebuah imperatif spiritual yang mengajak setiap insan untuk secara proaktif melepaskan diri dari kecintaan, keterikatan, dan dominasi terhadap dunia, nafsu partikular, dan ego yang menghijab kesadaran akan Realitas Ilahi, *sebelum* ajal fisik menjemput. Konsep ini mengajarkan bahwa sesungguhnya, "kematian" yang paling esensial dan transformatif adalah kematian terhadap segala bentuk keterikatan duniawi dan terhadap penghalang-penghalang spiritual (seperti kesombongan, iri hati, ketamakan) yang berakar pada ego parsial dalam diri manusia. Seseorang yang mampu secara sadar dan disiplin melepaskan diri dari segala bentuk determinasi material, emosional, dan psikologis, yang dengan sengaja dan penuh perjuangan spiritual mampu "mati" terhadap desakan ego dan nafsu rendahnya, diasumsikan akan mencapai suatu bentuk kehidupan yang lebih tinggi kehidupan yang paripurna, yang dipenuhi dengan kesadaran Ilahi yang transenden dan kedamaian batin yang abadi.

Dalam perspektif ini, praktik "mati sebelum mati" bukanlah suatu bentuk asketisme pasif atau penolakan total terhadap kehidupan dunia secara *de facto*, melainkan merupakan suatu proses pembebasan spiritual, sebuah perjalanan *inward* untuk merekonstruksi persepsi dan hubungan diri dengan realitas.

Kematian fisik, dalam konteks ini, dipandang bukan sebagai akhir yang menakutkan, melainkan sebagai pelengkap natural dari proses spiritual yang telah dijalani. Seseorang yang telah mencapai maqam fana' (lenyapnya ego) dan baqa' (keberlanjutan dalam Tuhan) melalui praktik "mati sebelum mati", secara psikologis dan spiritual tidak lagi diliputi ketakutan atau kecemasan ekstrem terhadap kematian fisik, karena ia telah mencapai rekonsiliasi dan kedamaian fundamental dengan Realitas Tuhan, dan siap untuk kembali kepada Sumber segala Wujud. Kematian fisik, hanyalah sebuah transisi dari mode eksistensi yang terikat materi menuju mode eksistensi yang lebih sejati, yang tidak lagi bergantung pada kerangka biologis yang fana, tetapi sepenuhnya terintegrasi dalam kesadaran spiritual yang tak terhingga dan abadi.

Puncak dari pemahaman sufi mengenai kematian adalah pandangan bahwa kematian fisik berfungsi sebagai *bab* (pintu gerbang) atau *mi'raj* (tangga spiritual) yang mengantarkan jiwa menuju *Nur* (Cahaya Ilahi). Ini adalah titik transisi esensial dari bentuk kehidupan yang terbatas dan terwadahi dalam dimensi material yang temporer, menuju bentuk kehidupan yang lebih luas, abadi, dan sepenuhnya terintegrasi dalam kesadaran Realitas Tuhan. Konsep ini memiliki resonansi kuat dengan banyak tradisi mistik universal yang menekankan bahwa kematian bukanlah suatu terminal menuju kegelapan absolut atau kehancuran total, melainkan suatu proses transmutasi menuju pencerahan, penyatuan (ittihad/wahdat al-wujud dalam interpretasi tertentu), atau persatuan esensial dengan Yang Maha Kuasa. Kematian yang dimaksudkan dalam pandangan esoteris ini bukanlah anihilasi atau

disintegrasi, melainkan suatu metamorfosis fundamental menuju bentuk kehidupan yang lebih suci, lebih murni, dan lebih sempurna yakni kehidupan di mana kesadaran diri sepenuhnya bersatu dan tercerahkan oleh Cahaya Tuhan.

Ajaran tasawuf secara konsisten mengingatkan bahwa kematian adalah bagian inheren dari siklus eksistensi manifes yang lebih besar, sebuah tahapan krusial dalam *return journey* (perjalanan kembali) jiwa menuju Sumbernya. Seorang sufi yang telah mencapai kematangan spiritual pada tingkat fana' dan baqa' tidak lagi mempersepsi kematian fisik sebagai suatu akhir yang final dan mengerikan, melainkan sebagai suatu kesempatan fundamental untuk melakukan pelepasan definitif dari determinisme dunia fisik yang sementara dan untuk mencapai kedamaian abadi (al-sakinah) di sisi Tuhan. Dalam pengertian ini, kematian menjadi simbolisasi dari pembebasan paripurna jiwa dari segala ikatan dan ilusi duniawi, dan bukan sesuatu yang harus ditakuti atau dipandang sebagai kehancuran. Sebaliknya, kematian, bagi sufi yang telah mempersiapkan diri, adalah *sirath* (jalan) menuju Nur Cahaya Ilahi yang menerangi dan memandu jalan spiritual menuju kesempurnaan eksistensi dalam Realitas Tuhan.

Cahaya sebagai Simbol dalam Spiritualitas

Di seluruh lanskap peradaban manusia, dari timur hingga barat, simbolisme cahaya memegang posisi sentral dalam diskursus spiritual dan filosofis. Ia bukan sekadar fenomena optik yang menerangi ruang fisik, melainkan sebuah arketipe trans-kultural yang merujuk pada realitas yang melampaui persepsi indrawi. Studi komparatif agama dan mistisisme secara konsisten mengungkapkan

bagaimana cahaya diasosiasikan dengan konsep-konsep fundamental seperti kebenaran absolut, kesadaran murni, dan kehadiran substansi Ilahi. Dalam konteks ini, cahaya berfungsi sebagai jembatan simbolik yang menghubungkan ranah eksistensi empiris dengan dimensi spiritual yang transenden, serta melambangkan proses esensial pencerahan batin yang mengarah pada realisasi diri dan penyatuan (walaupun dalam pengertian non-literal) dengan Prinsip Tertinggi. Sebagai simbol universal, cahaya mengundang interpretasi berlapis, yang dapat dieksplorasi melalui prisma kebenaran, kesadaran, dan identifikasi ontologis dengan Ilahi itu sendiri.

Dalam doktrin-doktrin spiritual yang mendalam, cahaya seringkali diidentifikasikan secara intrinsik dengan kebenaran bukan dalam pengertian kebenaran proposisional atau empiris, melainkan Kebenaran mutlak yang merupakan dasar dari segala realitas. Kebenaran ini bersifat ilahi, abadi, dan independen dari konstruksi kognitif manusia. Dalam tradisi sufisme, konsep *al-ḥaqq* (Yang Maha Benar) merupakan salah satu Asmaul Husna, nama-nama Ilahi yang menegaskan bahwa Tuhan adalah Realitas itu sendiri, yang tidak terbatas oleh batasan ruang, waktu, atau persepsi subjektif. Dalam terminologi ini, cahaya menjadi lambang dari iluminasi epistemologis yang menyertai pemahaman yang lebih tinggi mengenai realitas sejati (*al-ḥaqīqah*), dan penerimaan tanpa syarat terhadap Kebenaran yang tidak tergoyahkan.

Pencerahan ini sering digambarkan melalui konsep *fanā'* suatu keadaan leburnya ego partikular dan identifikasi diri yang terbatas,

yang digantikan oleh kesadaran akan Kebenaran Ilahi yang melingkupi segalanya. Proses ini bukan anihilasi, melainkan transfigurasi kesadaran yang membawa jiwa melampaui kegelapan ketidaktahuan dan ilusi dunia material, menuju terang benderang Kebenaran yang tak tersentuh oleh perubahan duniawi. Penerimaan dan internalisasi Kebenaran ini, yang dilambangkan oleh cahaya, menjadi prasyarat bagi perolehan *ḥikmah* (kebijaksanaan mendalam) yang memandu individu untuk menyelaraskan eksistensinya dengan Kehendak Ilahi, sebagaimana termanifestasi dalam tatanan kosmos dan moral. Ini adalah suatu mode keberadaan di mana persepsi tidak lagi tertutup tirai delusi.

Selain kebenaran, cahaya juga berfungsi sebagai simbol fundamental bagi kesadaran dalam tingkatannya yang paling murni dan transenden. Ini adalah kesadaran yang melampaui aktivitas kognitif dan sensori biasa, memungkinkan individu untuk mengalami realitas dengan kejernihan dan kedalaman yang luar biasa. Dalam banyak ajaran mistik, khususnya dalam tradisi kontemplatif Islam seperti tasawuf, seseorang yang telah mencapai tingkat kesadaran yang tercerahkan seringkali digambarkan sebagai individu yang hatinya telah "diterangi oleh cahaya" Tuhan (*nūr Allāh*). Praktik spiritual yang intensif, seperti meditasi (*murāqabah*) atau zikir (*dhikr*), dipahami sebagai mekanisme katalitik yang memfasilitasi penyingkapan cahaya internal ini, mengarah pada kesadaran yang mendalam tentang hakikat diri, relasi dengan Ilahi, dan tatanan integral alam semesta. Sebagai simbol kesadaran, cahaya menyiratkan kualitas *hadir* (*ḥuḍūr*) dan *mindfulness*.

Namun, dalam konteks spiritual, kesadaran ini melampaui perhatian sederhana; ia adalah suatu mode penglihatan (*bashīrah*) yang bebas dari distorsi egoik, prasangka, atau nafsu. Cahaya memecah kegelapan ilusi dan ketidaktahuan yang mengaburkan persepsi, memungkinkan realitas dilihat dalam bentuknya yang paling *undistorted*. Dalam pengertian ini, cahaya adalah metafora yang kuat untuk suatu pandangan hidup yang jernih dan termuliakan suatu pandangan yang secara intuitif memahami dan menghargai interkoneksi fundamental antara diri pribadi (mikrokosmos), dunia eksternal (makrokosmos), dan Prinsip Ilahi yang melandasinya.

Identifikasi simbolik cahaya mencapai puncaknya dalam tradisi keagamaan yang secara langsung mengaitkan cahaya dengan esensi Ilahi. Dalam Islam, pernyataan ontologis yang paling mendalam mengenai hal ini terdapat dalam Al-Qur'an, "*Allah (Pemberi) cahaya (kepada) langit dan bumi...*" (QS. An-Nūr : 35). Ayat monumental ini tidak menggambarkan Tuhan memiliki cahaya dalam pengertian fisik, melainkan bahwa Dia *adalah* sumber primordial dan esensial dari segala cahaya spiritual, intelektual, dan eksistensial yang termanifestasi di seluruh alam semesta. Dalam pandangan ini, Ilahi bukanlah sekadar pemilik cahaya, tetapi merupakan Arus Agung Cahaya Kosmis yang mendasari realitas, sumber dari segala pencerahan yang memungkinkan makhluk untuk melihat dan memahami kebenaran sejati.

Cahaya Ilahi dalam Al-Qur'an juga dipahami sebagai bimbingan (*hidāyah*) yang memandu umat manusia keluar dari kegelapan

kesesatan menuju terang ajaran yang benar. Cahaya ini berfungsi sebagai kompas spiritual, menerangi jalan bagi jiwa yang mencari, menawarkan harapan di tengah keputusasaan, dan mengarahkan langkah menuju kedamaian abadi (*dār al-salām*). Penerimaan terhadap cahaya Ilahi ini adalah tindakan fundamental penyerahan diri (*islam*) kepada Kehendak-Nya, membiarkan diri diterangi dan ditransformasi oleh petunjuk-Nya. Ini adalah realisasi bahwa eksistensi, bimbingan, dan keselamatan pada akhirnya berasal dari sumber Cahaya yang Maha Mutlak.

Memandang kematian melalui lensa simbolisme cahaya, kita dapat merumuskan kembali pemahaman mengenai akhir kehidupan. Kematian bukanlah terminalitas, melainkan transisi eksistensial menuju mode keberadaan yang lebih tinggi, dalam kedekatan yang lebih intens dengan Prinsip Ilahi. Dalam banyak tradisi mistik, termasuk tasawuf, kematian dipandang sebagai puncak dari proses *fanā'* lenyapnya identitas egoik yang melekat pada bentuk material dan keterikatan duniawi dan sebagai gerbang menuju *baqā'* kehidupan yang abadi dalam realitas dan kesadaran Ilahi. Pandangan mistis ini meyakini bahwa kematian fisik hanya mengakhiri keterbatasan biologis, tetapi jiwa yang telah mencapai derajat kesadaran spiritual yang termuliakan akan kembali dan terbenam dalam Cahaya Ilahi yang abadi.

Dengan demikian, kematian tidak dikonsepsikan sebagai jurang kegelapan, melainkan sebagai *liqa' Allāh* (perjumpaan dengan Tuhan), suatu konfrontasi langsung dengan Cahaya Ilahi sebuah perjumpaan dengan Kebenaran mutlak, dengan Kesadaran

universal, dan dengan Ilahi sebagai sumber dari segala Cahaya yang ada. Cahaya ini, yang merupakan esensi dari pencerahan spiritual, melambangkan keberlangsungan eksistensi jiwa dalam dimensi yang lebih tinggi, meskipun bentuk fisik telah kembali ke asalnya. Sebagaimana diriwayatkan dalam hadis, *"Kematian adalah perjumpaan dengan Tuhan*". Dalam perspektif ini, kematian adalah katup yang membuka menuju kedekatan yang lebih intim dengan Realitas Tertinggi, di mana jiwa menemukan kepenuhan, kedamaian, dan kesatuan sejati dalam Cahaya yang tak terhingga.

Praktik "Mati Sebelum Mati"

Konsepsi "mati sebelum mati" (موتوا قبل مموتوا) merupakan salah satu ajaran esensial dalam tradisi mistisisme Islam, atau yang lebih dikenal sebagai tasawuf. Praktik ini, secara spesifik diidentifikasi sebagai *tafakkur al-maut* (merenungi kematian), melampaui sekadar refleksi morbid atas akhir kehidupan biologis. Sebaliknya, ia berfungsi sebagai disiplin spiritual yang mendalam, sebuah metode kontemplatif yang mengajak individu untuk secara sadar mempersiapkan diri menghadapi transisi eksistensial fundamental, bukan dengan penolakan atau ketakutan, melainkan dengan penerimaan dan pemahaman mendalam atas hakikat kematian. Tujuan utamanya bukanlah untuk menumbuhkan pesimisme atau ketakutan, melainkan untuk memanfaatkan kesadaran akan kefanaan sebagai guru pencerahan, yang memfasilitasi peningkatan kesadaran spiritual dan mengarahkan jiwa kembali kepada Sumber asalnya, Realitas Absolut, Tuhan. Dalam pandangan tasawuf, kematian dipandang sebagai fase krusial dalam perjalanan pulang

jiwa, sebuah proses transformasi yang esensial menuju penyatuan (atau setidaknya kedekatan) dengan Ilahi, bukan sebagai sebuah akhir yang menakutkan yang harus dihindari.

Salah satu pilar utama yang dibangun melalui praktik *tafakkur al-maut* adalah pemahaman mendalam tentang *fana'* (kefanaan) segala sesuatu di alam semesta ini, khususnya kehidupan duniawi yang bersifat sementara. Dunia material, dengan segala daya tarik, keindahan, dan kompleksitasnya, dipandang sebagai persinggahan temporer (*dar al-ghurur* - negeri ilusi) bagi semua entitas yang bernyawa. Kesadaran ini diperkuat oleh narasi kosmologis dan eskatologis dalam Al-Quran, seperti firman Allah dalam Surah Ali 'Imran (3:185) yang secara tegas menyatakan, *"Setiap yang bernyawa akan merasakan mati. Dan hanya pada hari Kiamat sajalah diberikan dengan sempurna balasanmu..."* Ayat ini bukan hanya pengingat akan keniscayaan kematian, tetapi juga penegas akan akhir dari keberadaan dunia ini sebagaimana adanya, serta akuntabilitas di akhirat. Merenungi ayat semacam ini dalam konteks praktik spiritual memungkinkan individu untuk secara bertahap melepaskan cengkeraman keterikatan jiwa pada aspek-aspek duniawi yang bersifat fana, suatu langkah krusial dalam perjalanan sufi.

Kesadaran yang mengakar kuat akan kefanaan dunia ini secara inheren mengarah pada reorientasi prioritas hidup. Individu yang secara konsisten mempraktikkan *tafakkur al-maut* cenderung tidak terjebak dalam pusaran tanpa akhir untuk mengejar akumulasi kekayaan, prestise sosial, atau kenikmatan inderawi yang sifatnya

transien. Ketika seseorang berhasil mengintegrasikan kenyataan bahwa semua pencapaian material dan status duniawi akan sirna pada saat kematian, energi dan perhatiannya dapat dialihkan menuju dimensi eksistensi yang lebih langka dan abadi. Ini mencakup pendalaman hubungan personal dengan Tuhan, peningkatan amal saleh yang memiliki nilai spiritual jangka panjang, dan pemurnian interaksi sosial berdasarkan prinsip kasih sayang dan keadilan. Pemahaman ini membebaskan individu dari siklus keinginan yang tidak pernah terpuaskan, yang seringkali justru berakhir pada kekosongan dan keterasingan eksistensial, sebagaimana banyak disorot dalam literatur tasawuf klasik.

Aspek fundamental lain dari "mati sebelum mati" adalah kultivasi detasemen (التجريد - *tajrid*) dari hasrat dan keterikatan duniawi yang cenderung memenjara hati manusia. Dalam kerangka tasawuf, konsep *zuhud* (askesime atau hidup sederhana) seringkali dipahami sebagai implementasi praktis dari detasemen semacam ini. Penting untuk dicatat bahwa *zuhud* dalam pengertian sufi bukanlah penolakan total atau pengabaian dunia secara ekstrem, melainkan lebih merupakan sikap mental dan spiritual di mana hati tidak bergantung secara berlebihan pada kepemilikan material, kemewahan, atau kesenangan duniawi. Ini adalah kebebasan batin dari perbudakan terhadap hal-hal yang bersifat materi.

Melalui perenungan mendalam terhadap kematian, seseorang secara progresif disadarkan bahwa segala sesuatu yang diperoleh atau dimiliki di dunia ini kekayaan, kekuasaan, bahkan tubuh fisik itu sendiri pada akhirnya akan ditinggalkan saat ajal menjemput.

Perspektif ini secara efektif mengurangi kekuatan tarik-menarik duniawi. Al-Quran kembali memberikan petunjuk dalam Surah Al-Hadid (57:20), yang menggambarkan kehidupan dunia sebagai "permainan, dan sesuatu yang melalaikan, perhiasan dan saling berbangga di antara kamu serta berlomba dalam kekayaan dan anak keturunan..." Ayat ini berfungsi sebagai teguran ilahi terhadap kecenderungan manusia untuk mengidentifikasikan kebahagiaan hakiki dengan capaian duniawi semata, mendorong mereka untuk mengalihkan fokus hati dan pikiran kepada realitas yang lebih kekal dan tujuan hidup yang lebih luhur. Dengan demikian, *tafakkur al-maut* menjadi katalisator bagi praktik *zuhud* yang tulus.

Lebih dari sekadar detasemen, praktik *tafakkur al-maut* secara proaktif melatih individu untuk menjalani kehidupan dengan kejujuran (صدق - *sidq*) dan kesadaran (يقظة - *yaqadhah*) yang mendalam tentang tujuan sejati keberadaan mereka. Ketika kesadaran akan kefanaan hidup dan akuntabilitas di hadapan Tuhan terpatri dalam jiwa, individu termotivasi untuk hidup dengan lebih otentik, bertanggung jawab, dan bertujuan. Merenungi kematian secara teratur menajamkan apresiasi terhadap nilai waktu yang terbatas di dunia ini, sehingga mendorong individu untuk memanfaatkan setiap momen secara bijaksana, menghindari penyia-nyiaan waktu untuk hal-hal yang trivial atau yang menjauhkan diri dari Realitas Ilahi.

Dalam tradisi tasawuf, proses ini erat kaitannya dengan prinsip *muhasabah* (introspeksi dan evaluasi diri). Dengan kesadaran akan potensi akhir kehidupan yang mendadak, seorang

sufi didorong untuk secara konstan meninjau niat (نية - *niyyah*) dan tindakannya, memastikan bahwa setiap amal dilakukan dengan tulus dan konsisten dengan tujuan utama pencarian spiritual. Sebuah Hadits yang diriwayatkan, "...Orang yang cerdas adalah orang yang mengendalikan dirinya dan bekerja untuk kehidupan setelah kematian." menegaskan bahwa kecerdasan sejati, dalam pandangan spiritual, terletak pada kemampuan untuk mengendalikan diri dan mempersiapkan diri untuk alam abadi. Merenungi kematian secara efektif memfasilitasi "pengendalian diri" ini, menyingkapkan ilusi ego dan duniawi, sehingga memungkinkan individu untuk beramal dengan lebih tulus dan tanpa keterikatan semu.

Puncak dari praktik "mati sebelum mati" adalah kemampuannya untuk menempatkan individu dalam kondisi *hadir* (حضور - *hudur*) yang mendalam, yaitu hadir sepenuhnya dalam setiap momen kehidupan dengan kesadaran penuh akan kefanaan dunia dan orientasi abadi yang lebih tinggi. Kehadiran semacam ini secara intrinsik melahirkan kerendahan hati (تواضع - *tawadhu'*), karena realisasi bahwa segala yang dimiliki adalah anugerah sementara dari Tuhan, serta pengakuan atas mortalitas dan ketergantungan diri pada Realitas Tertinggi, mengikis arogansi dan keangkuhan. Al-Quran menegaskan tujuan penciptaan hidup dan mati dalam Surah Al-Mulk (67:2), *"...Supaya Dia menguji kamu, siapa di antara kamu yang lebih baik amalnya."* Ayat ini menyoroti kehidupan dunia sebagai medan ujian, dan kesadaran akan kematian berfungsi sebagai pengingat konstan akan tujuan fundamental ujian ini,

membimbing individu untuk menjalani hidup dengan lebih bijaksana dan rendah hati.

Lebih dari itu, kehidupan yang diterangi oleh kesadaran akan kematian secara signifikan memperdalam dimensi spiritual individu. Dalam tasawuf, perjalanan menuju Realitas Ilahi (*suluk*) melibatkan serangkaian maqamat (stasiun) dan ahwal (keadaan) spiritual. Merenungi kematian dan keterbatasan eksistensi temporal mendorong jiwa untuk mencari Realitas yang melampaui ruang dan waktu, memfasilitasi perkembangan kedalaman spiritual yang memungkinkan pencapaian kedekatan dengan Tuhan. Ini dapat mengarah pada pengalaman *fana'* (pelenyapan kesadaran diri individu dalam Realitas Ilahi) dan *baqa'* (kehidupan dalam Tuhan, keberadaan yang lestari karena disubstansikan oleh Realitas Ilahi). Sebagaimana diungkapkan oleh penyair mistik agung Jalaluddin Rumi (w. 1273 M), *"Matilah sebelum engkau mati, supaya kamu dapat hidup dalam cahaya Tuhan."*. Ucapan ini, yang menjadi esensi dari konsep "mati sebelum mati," secara puitis merangkum gagasan bahwa kematian yang direnungkan dan diinternalisasi dengan cara yang benar, yakni sebagai pelepasan dari ego dan keterikatan duniawi, adalah gerbang menuju kehidupan spiritual yang lebih tinggi dan abadi dalam kesadaran Ilahi.

Hidup dalam Cahaya Kematian

Realitas kematian merupakan keniscayaan yang mendasar bagi eksistensi manusia. Kendati seringkali dihindari dalam diskursus sehari-hari, kesadaran akan mortalitas memiliki potensi transformatif yang signifikan terhadap cara individu memahami dan

menjalani kehidupannya. Alih-alih menjadi sumber kecemasan atau negasi, kesadaran yang mendalam terhadap limitasi temporal ini dapat berfungsi sebagai katalisator untuk sebuah kehidupan yang secara intrinsik lebih bermakna, otentik, dan terarah. Perspektif ini membingkai kematian bukan sebagai terminus yang menakutkan, melainkan sebagai pengingat konstan akan nilai inheren dari setiap momen kehidupan yang fana. Proses refleksi yang diinisiasi oleh kesadaran ini mengajak individu untuk mengevaluasi hierarki prioritasnya, membedakan antara esensial dan superfisial, serta pada akhirnya, mendorong alokasi energi dan waktu menuju hal-hal yang memiliki resonansi eksistensial yang lebih dalam.

Kesadaran akan keterbatasan waktu secara inheren memberikan urgensi pada pencarian makna. Dalam kerangka eksistensial, pengetahuan bahwa eksistensi kita terbatas memaksa konfrontasi dengan kebebasan untuk menentukan makna kita sendiri dalam dunia yang pada dasarnya tanpa makna instrinsik, sebagaimana diuraikan oleh filsuf seperti Jean-Paul Sartre dan Albert Camus. Pengalaman akan *tempus fugit* waktu yang berlalu dengan cepat dapat menjadi dorongan kuat untuk menjalani kehidupan dengan intensi yang disengaja dan tujuan yang jelas. Konsep ini selaras dengan pandangan spiritual bahwa waktu adalah aset yang paling berharga dan harus dimanfaatkan secara bijak. Narasi spiritual, seperti yang tercermin dalam banyak teks suci, seringkali menekankan pentingnya menggunakan waktu yang terbatas di dunia untuk melakukan amal saleh dan mempersiapkan diri untuk keberadaan yang abadi. Dengan menyadari bahwa setiap detik adalah anugerah yang tidak dapat diulang, individu termotivasi

untuk menginvestasikan waktu mereka pada aktivitas yang tidak hanya bermanfaat secara temporal, tetapi juga memiliki signifikansi transenden.

Konfrontasi dengan kematian juga mendorong individu menuju kehidupan yang lebih otentik atau jujur. Teori Manajemen Teror (*Terror Management Theory*) dalam psikologi sosial, misalnya, berpendapat bahwa kesadaran akan kerentanan dan kematian memotivasi perilaku manusia, termasuk kepatuhan pada norma budaya untuk meredakan kecemasan eksistensial. Namun, pada tingkat yang lebih dalam, kesadaran penuh akan kefanaan dapat membebaskan individu dari belenggu validasi sosial dan ketakutan akan penilaian eksternal. Ketika dunia dan status sosial di dalamnya dipahami sebagai sesuatu yang sementara, tekanan untuk menyesuaikan diri dengan ekspektasi orang lain berkurang secara signifikan. Ini memungkinkan individu untuk beroperasi dari inti nilai-nilai internal mereka, menumbuhkan kejujuran pada diri sendiri dan orang lain. Dari perspektif moral dan spiritual, kesadaran bahwa setiap tindakan dan niat akan dipertanggungjawabkan memupuk integritas yang lebih besar, menjadikan niat tulus (keikhlasan) sebagai landasan fundamental dari setiap amal perbuatan.

Dengan kesadaran yang tajam akan mortalitas, kehidupan menjadi lebih terarah dan fokus. Pengetahuan tentang keterbatasan waktu secara efektif menghilangkan toleransi terhadap kesia-siaan. Proses pengambilan keputusan menjadi lebih efisien dan selektif; individu belajar untuk memprioritaskan hal-hal yang memiliki dampak jangka panjang dan nilai abadi. Ini sering kali melibatkan

pengalihan fokus dari akumulasi materi atau pengakuan sementara menuju pembangunan hubungan yang bermakna, pencarian pengetahuan yang mendalam, dan kontribusi positif bagi komunitas. Kehidupan sehari-hari yang dijalani dengan kesadaran akan "akhir" tidak serta merta menjadi suram, melainkan dipenuhi dengan urgensi positif untuk memaksimalkan potensi diri dan memberikan yang terbaik dalam setiap kesempatan, karena menyadari bahwa ujian kehidupan berlanjut hingga nafas terakhir.

Kesadaran akan kematian berfungsi sebagai "cahaya batin" yang menerangi lanskap internal kesadaran individu. Cahaya ini membimbing introspeksi yang mendalam, yang dalam tradisi spiritual dikenal sebagai muhasabah (akuntansi diri). *Muhasabah* melibatkan evaluasi kritis terhadap niat, tindakan, dan dampak dari perilaku seseorang. Dalam konteks kesadaran mortalitas, *muhasabah* menjadi lebih intens dan mendesak, mendorong seseorang untuk secara jujur menghadapi sejauh mana kehidupannya selaras dengan nilai-nilai terdalamnya dan tujuan eksistensialnya. Ini bukan sekadar ritual mengenang kematian sebagai fakta biologis, tetapi sebuah praktik yang menghidupkan jiwa dengan kesadaran akan tujuan yang lebih tinggi dari sekadar kelangsungan hidup biologis atau pemenuhan keinginan duniawi. Melalui refleksi yang konsisten dalam terang kematian, individu dapat mengembangkan kompas moral internal yang kuat, memandu keputusan sehari-hari, sikap, dan prioritas menuju arah yang lebih otentik dan bermakna.

Puncak dari pemahaman kontemplatif tentang kematian dapat ditemukan dalam tradisi spiritual, seperti tasawuf, di mana kematian

dipandang bukan sebagai akhir yang menakutkan tetapi sebagai momen transisi dan, idealnya, penyatuan. Pernyataan masyhur Jalaluddin Rumi, "Kenapa takut mati? Mati adalah kembali kepada kekasih," merangkum esensi dari pandangan ini. Dalam tasawuf, kematian dipandang sebagai *visal* (pertemuan) atau kembali kepada *al-Mahbub* (Sang Kekasih), yaitu Tuhan. Kerinduan (*shawq*) terhadap pertemuan ilahi ini dapat melampaui ketakutan alamiah akan kematian fisik. Proses *fana'* lenyapnya ego individu dalam kesadaran akan Realitas Ilahi dipahami sebagai persiapan esensial untuk pertemuan akhir ini. *Fana'* membersihkan jiwa dari keterikatan duniawi dan ilusi dualitas, mempersiapkan hamba untuk kembali kepada Tuhan dalam keadaan murni. Dengan demikian, bagi seorang sufi, hidup dalam cahaya kematian berarti hidup dengan kesadaran konstan akan kehadiran Ilahi, kerinduan untuk kembali, dan upaya sadar untuk menyucikan diri dari segala sesuatu yang menghalangi penyatuan dengan Sang Kekasih.

Mati sebagai Cahaya, Hidup sebagai Perjalanan Menuju Terang

Dalam spektrum tradisi spiritual, khususnya cabang esoteris seperti tasawuf, kematian dipahami bukan sebagai penghancuran total, melainkan sebagai sebuah proses purifikasi dan transformasi jiwa yang mengarah pada penyatuan, atau setidaknya kedekatan yang intens, dengan Prinsip Ilahi yang merupakan Sumber Cahaya mutlak (al-Nūr). Konsep sentral dalam tasawuf adalah *fanāʾ* (pemusnahan atau lenyapnya diri/ego individu). *Fanāʾ* bukanlah nihilisme; sebaliknya, ia adalah disolusi ego yang ilusif demi realisasi *baqāʾ* (kekekalan) dalam kesadaran Ilahi. Kematian fisik, dalam pandangan ini, dapat dilihat sebagai

manifestasi eksternal, atau setidaknya analogi kuat, dari proses *fanāʾ* batiniah yang dicari oleh para sufi sepanjang hidup mereka. Ia adalah momen ketika ikatan jiwa dengan entitas material yang terbatas dilepaskan, memungkinkan jiwa untuk kembali kepada asal-usulnya yang bersifat spiritual dan bercahaya. Syekh al-Akbar Ibn ‘Arabī menggarisbawahi bahwa realitas sejati tidak terikat pada keberadaan fisik, dan kematian adalah pengembalian kepada Realitas tersebut dalam Diri-Nya Yang Esa. Dengan demikian, kematian menjadi "cahaya" dalam pengertian bahwa ia menyingkap realitas yang lebih terang, melampaui keterbatasan persepsi duniawi. Hadis Nabi Muhammad SAW yang menyatakan, "Sesungguhnya mati adalah pintu menuju kehidupan yang lebih baik" (diriwayatkan oleh al-Tirmidzī), bukan hanya sekadar janji akan kehidupan akhirat, tetapi juga dapat diinterpretasikan secara esoteris sebagai pintu menuju realitas "kehidupan" yang sejati, yaitu kesadaran dan kedekatan dengan Tuhan, yang merupakan hakikat keberadaan itu sendiri, dalam pandangan ini, kematian disambut bukan dengan ketakutan fatalistik, melainkan dengan kesadaran akan potensinya sebagai pintu gerbang menuju penyatuan dengan Cahaya Abadi. Jika kematian adalah pintu menuju cahaya, maka kehidupan adalah perjalanan esensial yang harus ditempuh untuk mempersiapkan diri memasuki pintu tersebut. Al-Quran secara eksplisit mengaitkan hidup dan mati dalam konteks ujian ilahi, sebagaimana firman-Nya dalam Surah Al-Mulk (67:2): *"Dia Yang menjadikan mati dan hidup, supaya Dia menguji kamu, siapa di antara kamu yang lebih baik amalnya*" . Ayat ini secara fundamental mengubah paradigma tentang keberadaan; hidup dan mati

bukanlah dua fenomena terpisah yang saling bertentangan, melainkan dua aspek integral dari rencana ilahi yang bertujuan untuk memanifestasikan kualitas amalan terbaik dalam diri manusia. Dalam perspektif sufistik, "amal yang lebih baik" ini tidak hanya mencakup ritualistik formal, tetapi juga *tazkiyatun nafs* penyucian diri dari sifat-sifat tercela dan penguatan sifat-sifat terpuji serta perjuangan untuk mencapai *ma'rifah* (pengetahuan intuitif tentang Tuhan).

Kehidupan, dengan segala dinamika, tantangan, dan peluangnya, adalah medium di mana jiwa diuji dan ditempa. Kesadaran akan kematian (sering disebut sebagai *memento mori* dalam tradisi Barat, tetapi dalam konteks ini lebih merupakan *dzikr al-mawt* atau mengingat kematian) menjadi katalisator utama dalam perjalanan ini. Mengingat kematian secara konstan, bukan dalam arti morbiditas, melainkan sebagai pengingat akan kefanaan dunia dan realitas akhirat, mendorong individu untuk hidup dengan intensionalitas yang lebih dalam, memprioritaskan nilai-nilai spiritual di atas keinginan duniawi yang sementara. Perjalanan hidup menjadi sebuah pendakian spiritual (*sayr suluk*), di mana setiap langkah, setiap tindakan, dan setiap momen dijiwai oleh kesadaran akan tujuan akhir: penyatuan dengan Cahaya Ilahi setelah transisi kematian. Dengan demikian, kehidupan bukan hanya sekadar menunggu mati, tetapi merupakan arena aktif di mana sang musafir spiritual mempersiapkan jiwanya untuk kapasitas menerima dan menyatu dengan cahaya tersebut. Paradigma bahwa kematian adalah cahaya dan kehidupan adalah perjalanan menuju cahaya ini memiliki implikasi profound terhadap cara seseorang menjalani

kehidupannya di dunia. Ketika kematian dipandang sebagai pengembalian kepada Kekasih Sejati sebagaimana diungkapkan oleh Jalāl al-Dīn Rūmī dalam syairnya yang terkenal, "Mati adalah kembali kepada Kekasih" ketakutan digantikan oleh kerinduan. Kehidupan yang dijiwai oleh kerinduan ini adalah kehidupan yang autentik dan termotivasi secara intrinsik. Individu tidak lagi terperangkap dalam ilusi kepemilikan, status, atau pengakuan duniawi yang fana. Sebaliknya, fokus bergeser pada pemeliharaan hati (*qalb*) yang bersih dan pencerahan batin (*nurani*), membangun hubungan yang tulus dengan Sang Pencipta dan sesama makhluk-Nya.

Kesadaran akan kematian sebagai gerbang cahaya membebaskan jiwa dari belenggu ketakutan dan keterikatan yang menghalangi pertumbuhan spiritual. Ia mengilhami keberanian untuk menghadapi tantangan, ketulusan dalam berinteraksi, dan keteguhan dalam mengejar tujuan yang lebih tinggi. Hidup menjadi sebuah tarian antara kefanaan dunia dan kekekalan Ilahi, di mana kematian berfungsi sebagai pengingat konstan akan arah kompas spiritual. Dalam pandangan ini, persiapan terbaik untuk mati bukanlah dengan menjauhi kehidupan, melainkan dengan menghidupi setiap momen secara penuh kesadaran, melakukan amal yang baik (*ihsan*), dan memurnikan niat semata-mata karena Allah. Hanya melalui perjalanan hidup yang terang, yang diwarnai oleh kesadaran akan cahaya kematian, seseorang dapat berharap untuk disambut oleh terang abadi di alam berikutnya.

Antara Kefanaan dan Keabadian

Filsafat eksistensial, dengan penekanannya pada pengalaman subjektif dan kebebasan manusia, menawarkan perspektif unik tentang kematian. Berbeda dengan pandangan yang melihat kematian sebagai akhir segala-galanya, para pemikir eksistensial seperti Heidegger, Camus, dan Frankl, justru memandang kematian sebagai suatu kondisi fundamental yang membentuk eksistensi manusia dan mendorongnya menuju kehidupan yang lebih autentik. Ketiganya, melalui pendekatan yang berbeda, bersepakat bahwa kesadaran akan kematian bukanlah penghalang, melainkan panggilan untuk hidup secara bertanggung jawab dan bermakna.

Martin Heidegger, dalam karyanya *Being and Time*, menempatkan kematian sebagai "kemungkinan yang tak mungkin dihindari" (das Sein zum Tode). Kematian bukanlah suatu peristiwa yang terjadi *pada* kita, melainkan suatu kemungkinan yang selalu melekat *dalam* eksistensi kita. Kesadaran akan kematian ini, meskipun menakutkan, justru memampukan manusia untuk hidup secara "autentik." Kehidupan autentik, menurut Heidegger, adalah kehidupan yang dijalani dengan kesadaran penuh akan keterbatasan dan kefinitan kita. Dengan menerima kenyataan kematian, manusia terlepas dari keterikatan pada hal-hal yang sementara dan mampu mengambil tanggung jawab atas pilihan-pilihan hidupnya. Ia hidup bukan dalam mode "Mereka" (das Man), yang terjebak dalam

anonimitas dan konformitas, melainkan dalam mode "Dasein", keberadaan yang unik dan bertanggung jawab.

Albert Camus, dalam esainya *The Myth of Sisyphus*, mengeksplorasi konsep absurdisme. Absurdisme muncul dari kontradiksi antara hasrat manusia akan makna dan ketidakbermaknaan inheren dalam eksistensi. Kematian memperkuat kesadaran akan absurditas ini, karena ia menandai akhir dari segala pencarian makna. Namun, bagi Camus, absurditas bukanlah suatu tragedi, melainkan sebuah peluang. Dengan mengakui ketidakbermaknaan, manusia dibebaskan dari beban untuk mencari makna yang telah ditentukan sebelumnya. Ia bebas untuk menciptakan makna sendiri melalui tindakan dan pengalamannya, menikmati setiap momen kehidupan dengan sepenuh hati dan memberontak melawan ketidakbermaknaan dengan cara yang paling bermakna baginya. Penerimaan terhadap kematian, dalam konteks absurdisme, justru menjadi sumber kekuatan dan kebebasan.

Viktor Frankl, dalam karyanya *Man's Search for Meaning*, menekankan pentingnya pencarian makna sebagai motivasi utama manusia. Pengalamannya di kamp konsentrasi Nazi menunjukkan bahwa bahkan dalam situasi paling mengerikan sekalipun, manusia masih mampu menemukan makna dan tujuan hidup. Bagi Frankl, logoterapi, yang menekankan pencarian makna, memberikan landasan untuk menghadapi penderitaan dan kematian. Kesadaran akan kematian, bukannya menghancurkan, malah menjadi pendorong bagi manusia untuk hidup secara bermakna,

memaksimalkan potensi dan kapasitasnya, serta menemukan tujuan yang lebih besar daripada dirinya sendiri.

Pandangan-pandangan ini sejalan dengan ajaran Islam yang menekankan pentingnya kesadaran akan kematian sebagai pengingat akan tanggung jawab dan akhirat. Al-Quran berfirman, *"Katakanlah: "Sesungguhnya kematian yang kamu lari darinya, maka sesungguhnya kematian itu akan menemui kamu; kemudian kamu akan dikembalikan kepada (Allah) yang mengetahui yang gaib dan yang nyata, lalu Dia akan memberitakan kepadamu apa yang telah kamu kerjakan."* (QS. Al-Jumu'ah: 8). Hadis Nabi Muhammad SAW juga mengingatkan kita akan pentingnya mengingat kematian: *"Ingatlah selalu kepada pemutus kesenangan, yaitu kematian*." Kesadaran akan kematian dalam Islam bukanlah untuk menimbulkan ketakutan, melainkan untuk memotivasi manusia agar selalu berbuat baik, bertaqwa kepada Allah SWT, dan mempersiapkan diri untuk kehidupan akhirat.

Filsafat eksistensial menawarkan perspektif yang kaya dan menantang tentang kematian. Alih-alih menjadi akhir dari segalanya, kematian, bagi Heidegger, Camus, dan Frankl, menjadi panggilan untuk hidup secara autentik, bertanggung jawab, dan bermakna. Kesadaran akan kematian mendorong manusia untuk memanfaatkan waktunya secara bijak, menciptakan makna dalam hidupnya, dan menerima keterbatasannya sebagai bagian integral dari eksistensi. Hal ini selaras dengan ajaran agama yang juga menekankan pentingnya mempersiapkan diri untuk kematian dan kehidupan akhirat.

Kematian sebagai Transisi Menuju Kekekalan

Tasawuf, sebagai cabang mistisisme Islam, menawarkan perspektif unik terhadap kematian yang berbeda secara signifikan dengan pendekatan rasional yang dianut oleh filsafat eksistensial. Alih-alih melihat kematian sebagai akhir eksistensi, para sufi termasuk tokoh-tokoh terkemuka seperti Al-Ghazali, Rumi, dan Ibnu 'Arabi memandang kematian sebagai sebuah transisi, sebuah peralihan menuju realitas yang lebih hakiki, yaitu pertemuan dengan Yang Maha Kuasa. Konsep *al-maut qablal maut* (mati sebelum mati) menjadi kunci dalam memahami paradigma ini. Proses ini bukanlah sekadar kematian fisik, melainkan kematian ego, sebuah proses pemusnahan diri (fana') yang memungkinkan pencapaian kekekalan dalam Tuhan (*baqa*). Dengan demikian, kematian fisik menjadi kulminasi dari perjalanan spiritual yang panjang, sebuah manifestasi dari *fana* yang telah tercapai dalam kehidupan duniawi.

Konsep *fana* dan *baqa* merupakan inti dari pemahaman sufi tentang kematian. *Fana* menunjukkan proses penghancuran atau pemusnahan ego, melepaskan diri dari ikatan duniawi, hawa nafsu, dan segala bentuk keterikatan yang menghalangi penyatuan dengan Tuhan. Proses ini bukanlah proses yang pasif, melainkan perjuangan spiritual yang aktif dan kontemplatif. Sufi melalui berbagai praktik spiritual, seperti dzikir, wirid, dan muraqabah, berusaha untuk melenyapkan ego dan mencapai *fana*. Setelah *fana* tercapai, individu memasuki tahapan *baqa*, yaitu keadaan kekekalan dalam Tuhan, di mana individu telah mencapai kesatuan total dengan Yang

Maha Kuasa. Dalam konteks ini, kematian fisik menjadi pintu gerbang menuju *baqa*, sebuah penyatuan yang abadi dan melampaui batas-batas dunia fana.

Kesadaran akan kematian (*tafakkur al-maut*) merupakan latihan spiritual yang esensial bagi para sufi. Bukan sekadar memikirkan kematian sebagai sebuah peristiwa yang tak terelakkan, melainkan merenungkan maknanya secara mendalam. Melalui *tafakkur al-maut*, para sufi berharap untuk mencapai pencerahan spiritual, membersihkan jiwa dari dosa dan kelemahan, dan mendekatkan diri kepada Tuhan. Dengan selalu mengingat kematian, mereka berupaya untuk hidup sepenuhnya di dunia ini dengan cara yang berkenan kepada Tuhan, melepaskan diri dari kesenangan duniawi yang fana, dan mengarahkan seluruh hidup hanya untuk mendekatkan diri kepada-Nya.

Ajaran Islam secara fundamental menekankan pentingnya merenungkan kematian. Al-Quran dengan tegas mengingatkan manusia tentang kematian: "Katakanlah: *"Sesungguhnya kematian yang kamu lari darinya, maka sesungguhnya kematian itu akan menemui kamu; kemudian kamu akan dikembalikan kepada (Allah), yang mengetahui yang ghaib dan yang nyata, lalu Dia memberitakan kepadamu apa yang telah kamu kerjakan."* (QS. Al-Jumu'ah: 8). Hadis Nabi Muhammad SAW juga menekankan pentingnya mempersiapkan diri untuk kematian: *"Ingatlah selalu kepada yang mematikan, maka kamu akan menjadi orang yang bijak*." Ajaran ini sejalan dengan pemahaman sufi tentang *tafakkur al-maut* sebagai jalan menuju pencerahan spiritual dan pengabdian

kepada Tuhan. Bagi para sufi, hidup yang bermakna adalah hidup yang didedikasikan untuk mendekatkan diri kepada Tuhan, mencapai kesatuan dengan-Nya (*ittihad*), dan melepaskan diri dari belenggu duniawi yang bersifat sementara.

Tujuan Hidup Melalui Refleksi dan Pengalaman Transenden

Pencarian makna hidup merupakan pengejaran mendasar manusia, sebuah pencarian yang telah mendorong penyelidikan filosofis dan spiritual selama ribuan tahun. Dua pendekatan terkemuka filsafat eksistensial dan Sufisme (tradisi Islam mistis) menawarkan jalur pelengkap menuju pemahaman dan pencapaian keberadaan yang bermakna. Meskipun berbeda dalam metode dan penekanan, keduanya bertemu pada gagasan bahwa kehidupan yang benar-benar bermakna muncul dari sintesis refleksi intelektual dan pengalaman transenden.

Filsafat eksistensial menyediakan kerangka intelektual yang penting untuk menavigasi kondisi manusia. Filsafat ini menekankan kebebasan individu, tanggung jawab, dan ambiguitas yang melekat dalam keberadaan. Pendekatan ini mendorong refleksi diri yang kritis, mendorong individu untuk memeriksa nilai-nilai, pilihan, dan dampak yang mereka miliki terhadap dunia. Dengan menghadapi absurditas dan ketidakpastian hidup, eksistensialisme memberdayakan individu untuk menciptakan makna dan tujuan mereka sendiri, daripada secara pasif menerima peran yang telah ditentukan sebelumnya atau harapan masyarakat.

Sebaliknya, Sufi menawarkan jalan spiritual menuju makna melalui pengalaman langsung dengan yang ilahi. Sufi menekankan

praktik-praktik seperti meditasi, kontemplasi, dan zikir untuk menumbuhkan hubungan yang lebih dalam dengan yang transenden. Dimensi pengalaman ini melampaui pemahaman intelektual semata. Para praktisi Sufi berjuang untuk mencapai keadaan menyatu dengan yang ilahi, sebuah pengalaman yang mengilhami kehidupan dengan makna dan tujuan yang mendalam. Hubungan ini bukan sekadar sistem kepercayaan; ini adalah realitas hidup yang menginformasikan setiap aspek keberadaan mereka.

Sinergi antara kedua pendekatan ini sangat penting. Filsafat eksistensial menyediakan perancah intelektual kerangka kerja untuk memahami kebebasan dan tanggung jawab kita dalam menciptakan makna. Di sisi lain, tasawuf menyediakan fondasi pengalaman hubungan langsung dengan sesuatu di luar diri yang menguatkan dan memperkaya makna tersebut. Kehidupan yang semata-mata didasarkan pada refleksi intelektual dapat terasa hampa dan kurang memiliki kedalaman emosional. Sebaliknya, kehidupan yang semata-mata didorong oleh pengalaman spiritual tanpa refleksi kritis dapat rentan terhadap dogma dan kurang memiliki arah.

Oleh karena itu, kehidupan yang benar-benar bermakna bukan sekadar hasil dari perenungan filosofis atau praktik spiritual secara terpisah. Ini adalah interaksi dinamis antara keduanya. Ini membutuhkan ketelitian intelektual dari penyelidikan eksistensial untuk memahami tempat kita di alam semesta dan keberanian untuk menerima tanggung jawab dalam menciptakan makna kita sendiri. Pada saat yang sama, ini membutuhkan kedalaman spiritual dari pengalaman transenden, yang memberikan rasa

keterhubungan dan kepemilikan yang melampaui keterbatasan diri individu. Sintesis refleksi dan pengalaman ini pada akhirnya mengarah pada kehidupan yang kaya, memuaskan, dan sangat bermakna.

Catatan Akhir

[1] Plato. *Apologia*. Translated by C.D.C. Reeve, Hackett Publishing Company, 2004, p. 28a-28b.

[2] Brickhouse, Thomas C., and Nicholas D. Smith. *Socrates on Trial*. Clarendon Press, 1989, p. 35

[3] West, Thomas G. *Plato's Apology of Socrates: An Interpretation with a New Translation*. Cornell University Press, 1979, p. 15

[4] Santas, Gerasimos Xenophon. *Understanding Plato's Soultalk: Plato's Arguments on Immortality and the Soul*. Cambridge University Press, 2010, p. 42

[5] Vlastos, Gregory. *Socrates: Ironist and Moral Philosopher*. Cornell University Press, 1991, p. 16

[6] Plato. *Apologia*. Op. cit., p. 40c

[7] Burnet, John. *Plato's Euthyphro, Apology of Socrates, and Crito*. Clarendon Press, 1924, p. 162

[8] Plato. *Apologia*. Op. cit., p. 40e

[9] Taylor, A. E. *Plato: The Man and His Work*. Dover Publications, 2001, p. 180

[10] Plato. *Apologia*. Op. cit., p. 41b

[11] Sedley, David. "Socrates' Two Theories of Death in the Apology." *Phronesis*, vol. 54, no. 3, 2009, pp. 237-257

[12] Plato. *Phaedo*. Translated by G.M.A. Grube, Hackett Publishing Company, 1997, p. 64a. (Meskipun konsep dieksplorasi lebih lanjut di Phaedo, akar pemikirannya terlihat dalam sikap di Apologia)

[13] Gail Fine. "Socrates on Death." *Philosophical Studies: An International Journal for Philosophy in the Analytic Tradition*, vol. 173, no. 3, 2016, pp. 709-721

[14] Plato. *Phaedo*. Op. cit., p. 65a-65d

[15] Rowe, C. J. *Plato: Phaedo*. Cambridge University Press, 1993, p. 156

[16] Dorter, Kenneth. *Forms and Concepts: A Study in Plato's Metaphysics*. Lexington Books, 2006, p. 45

[17] Plato. *Phaedo*. Op. cit., p. 67d

[18] Reeve, C.D.C. *Socrates in the Apology: An Essay on Plato's Apology of Socrates*. Hackett Publishing Company, 1989, p. 165

[19] Nails, Debra. *The People of Plato: A Prosopography of Plato and Other Socratics*. Hackett Publishing Company, 2002, p. 267

[20] Plato. *Phaedo*. Op. cit., p. 81c-81e

[21] Broadie, Sarah. "Socrates and the Twofold Way to Death." *Ancient Philosophy*, vol. 30, no. 2, 2010, pp. 235-257

[22] Taylor, C.C.W. *Socrates: A Very Short Introduction*. Oxford University Press, 2000, p. 98

[23] Irwin, Terence. *Plato's Ethics*. Oxford University Press, 1995, p. 56

[24] Cooper, John M. "Socrates and Philosophy as A Way of Life." In *Philosophy as a Way of Life: Ancients and Moderns*. John Wiley & Sons, Ltd, 2012, pp. 5-40

[25] Livingood, Patrick. *Imagining philosophical inquiry: Plato's Apology and Crito*. Penn State University Press, 2015, p. 108

[26] Robertson, Donald. *Stoicism and the Art of Happiness*. Hodder & Stoughton, 2013, hlm. 15-20.

[27] Seneca. *Letters from a Stoic*. Translated by Richard Mott Gummere. Penguin Classics, 1969, Letter XXIV.

[28] Epictetus. *The Enchiridion*. Translated by Elizabeth Carter. Dover Publications, 2004, Chapter 1.

[29] Aurelius, Marcus. *Meditations*. Translated by Gregory Hays. Modern Library, 2002, Book II, Section 11

[30] Hadot, Pierre. *Philosophy as a Way of Life: Spiritual Exercises from Socrates to Foucault*. Blackwell Publishing, 1995. (Halaman yang relevan membahas latihan spiritual kuno, termasuk refleksi atas kematian).

[31] Heidegger, Martin. *Being and Time*. Translated by John Macquarrie and Edward Robinson. Harper & Row, 1962. (Lihat khususnya Divisi Kedua mengenai *Dasein* dan 'Being-towards-death').

[32] Bakewell, Sarah. *At the Existentialist Café: Freedom, Being, and Apricot Cocktails with Jean-Paul Sartre, Simone de Beauvoir, Albert Camus, Martin Heidegger, Karl Jaspers, and Others*. Other Press, 2016. (Bab-bab terkait Heidegger memberikan interpretasi atas konsep-konsep dalam *Being and Time*).

[33] Plato. *Phaedo*. Translated by G.M.A. Grube. Hackett Publishing Company, 1981. (Dialog ini mendokumentasikan percakapan Sokrates tentang keabadian jiwa dan sikapnya saat menghadapi kematian).

[34] Becker, Ernest. *The Denial of Death*. Free Press, 1973. (Buku ini mengeksplorasi bagaimana ketakutan akan kematian menjadi motif utama dalam perilaku manusia dan bagaimana penyangkalan terhadap kematian membentuk budaya dan kepribadian).

[35] Plato. (n.d.). *Phaedo*. (Berbagai edisi dan terjemahan).

[36] Bauman, Z. (1992). *Mortality, Immortality and Other Life Strategies*. Stanford University Press

[37] Becker, E. (1973). *The Denial of Death*. Free Press.

[38] Plato. (n.d.). *Apology*. (Berbagai edisi dan terjemahan, seringkali kutipan ini muncul dalam konteks diskusi Socrates mengenai kemungkinan kematian sebagai tidur tanpa mimpi atau transisi ke alam lain).

[39] Plato. *Phaedo*. Op. Cit.

[40] Ibid.

[41] Illich, I. (1976). *Medical Nemesis: The Expropriation of Health*. Random House

[42] Aries, P. (1981). *The Hour of Our Death*. Vintage Books.

[43] Becker, E. Op. Cit.

[44] Plato. *Apology*. Op. Cit. Kutipan terkenal: "The unexamined life is not worth living."

[45] Plato. *Phaedo* dan *Apology*. Op. Cit.

[46] Heidegger, M. (1962). *Being and Time*. Harper & Row. (Konsep otentisitas dan kematian sebagai kemungkinan paling pribadi)

[47] Plato. *Crito* and *Apology*. Op. Cit.

[48] Aristotle. (n.d.). *Nicomachean Ethics*. (Berbagai edisi dan terjemahan, membahas konsep pilihan dan tanggung jawab moral).

[49] Plato. *Phaedo*. Op. Cit. [16] Ibid. [17] Plato. *Apology*. Op. Cit. [18] Plato. *Phaedo*. Op. Cit.

[50] Plato, *Apology*, diterjemahkan oleh Benjamin Jowett, The Internet Classics Archive.

[51] Metzinger, Thomas. *The Ego Tunnel: The Science of the Mind and the Myth of the Self*, Basic Books, 2009

[52] Husserl, Edmund. *Ideas Pertaining to a Pure Phenomenology and to a Phenomenological Philosophy*, Kluwer Academic Publishers, 1982

[53] Hume, David. *A Treatise of Human Nature*, edited by L.A. Selby-Bigge, Oxford University Press, 1896

[54] Heidegger, Martin. *Being and Time*, translated by John Macquarrie and Edward Robinson, Harper & Row, 1962

[55] Descartes, René. *Meditations on First Philosophy*, terj. Donald A. Cress. Indianapolis: Hackett Publishing, 1993, hlm. 17.

[56] Ibid., hlm. 23–27.

[57] Hatfield, Gary. *Descartes and the Meditations*, Oxford: Oxford University Press, 2003, hlm. 41–56.

[58] Robinson, Howard. *An Introduction to the Philosophy of Mind*, Oxford: Oxford University Press, 2004, hlm. 102–108.

[59] Hatfield, Gary. *Descartes and the Meditations*, Oxford: Oxford University Press, 2003, hlm. 49–53.

[60] Damasio, Antonio. *The Feeling of What Happens: Body and Emotion in the Making of Consciousness*, New York: Harcourt Brace, 1999, hlm. 58–60.

[61] Ryle, Gilbert. *The Concept of Mind*, Chicago: University of Chicago Press, 1949, hlm. 25–40

[62] Spinoza, B., *Ethics*, trans. Edwin Curley (London: Penguin Books, 1996), Part V, Proposition 23.

[63] Ibid., Part IV, Proposition 6.

[64] Ibid., Part V, Proposition 42.

[65] Ibid., Part IV, Proposition 4.

[66] Leibniz, Gottfried Wilhelm. *Monadology*. Translated by Robert Latta, Oxford University Press, 1898, § 1. (Edisi terjemahan Bahasa Inggris yang umum digunakan). Ini adalah referensi umum untuk karya Monadology.

[67] Ibid., § 7

[68] Kutipan ini (atau paraphrase akurat dari gagasan Leibniz) merujuk pada deskripsi fundamental monade. Bandingkan dengan Leibniz, *Monadology*, § 7 dan § 56.
Berikut adalah kutipan asli dari *La Monadologie* (1714) karya Gottfried Wilhelm Leibniz, yang menjelaskan konsep monade sebagai substansi sederhana tanpa bagian, tanpa bentuk eksternal, dan mencerminkan alam semesta secara unik:
"La Monade, dont nous parlons ici, n'est autre chose qu'une substance simple, qui entre dans les composés; simple, c'est-à-dire, sans parties."
(Monade, yang kami maksud di sini, tidak lain adalah substansi sederhana, yang masuk ke dalam komposit; sederhana, yaitu tanpa bagian.)
skholeus+7tha.de+7Wikisource+7
"Or là, où il n'y a point de parties, il n'y a ni étendue, ni figure, ni divisibilité possible. Et ces Monades sont les véritables atomes de la nature et en un mot les éléments des choses."
(Dan di tempat di mana tidak ada bagian, tidak ada ekstensi, tidak ada bentuk, tidak ada kemungkinan pembagian. Dan monade-monade ini adalah atom sejati dari alam

dan dengan kata lain elemen-elemen dari segala sesuatu.)[les-philosophes.fr+5devoir-de-philosophie.com+5athena.unige.ch+5](les-philosophes.fr+5devoir-de-philosophie.com+5athena.unige.ch+5)

"Les Monades n'ont point de fenêtres, par lesquelles quelque chose y puisse entrer ou sortir."

(Monade-monade tidak memiliki jendela, melalui mana sesuatu dapat masuk atau keluar.)

"Chaque Monade est un miroir vivant perpétuel de l'univers."

(Setiap monade adalah cermin hidup yang terus-menerus dari alam semesta.)

[69] Kutipan ini (atau paraphrase akurat tentang sifat jiwa sebagai monade abadi) merujuk pada pandangan Leibniz tentang jiwa manusia. Bandingkan dengan Leibniz, *Monadology*, § 14, § 18, § 19.

[70] Kutipan ini (atau paraphrase akurat tentang kematian sebagai transisi) merujuk pada kelanjutan eksistensi monade setelah kematian agregat tubuh. Bandingkan dengan Leibniz, *Monadology*, § 19.

[71] Informasi ini merujuk pada penjelasan Leibniz tentang keharmonisan pra-eternal. Bandingkan dengan Leibniz, *Monadology*, § 51, § 78-80.

[72] Hume, David. *A Treatise of Human Nature*, terj. L.A. Selby-Bigge. Oxford: Clarendon Press, 1888, Book 1, Part 4, Section 6, hlm. 252.

[73] Ibid., Book 1, Part 4, Section 6, hlm. 252.

[74] Hume, David. *An Enquiry Concerning Human Understanding*, terj. Tom L. Beauchamp. Oxford: Oxford University Press, 1999, Section 10, Part 2, hlm. 115-131 (bab mengenai mukjizat, yang secara implisit mencakup klaim supranatural seperti kehidupan setelah mati).

[75] Ibid., Section 12, Part 3, hlm. 162.

[76] Kant, Immanuel. *Critique of Pure Reason*, translated by Paul Guyer and Allen W. Wood, Cambridge University Press, 1998, p. 138 (A248/B303).

[77] Kant, Immanuel. *Critique of Practical Reason*, translated by Mary J. Gregor, Cambridge University Press, 1997, p. 152.

[78] Ibid., p. 153

[79] Ibid., p. 159

[80] Descartes, René. *Meditations on First Philosophy*, terj. Donald A. Cress. Indianapolis: Hackett Publishing, 1993, hlm. 24–27.

[81] Hume, David. *A Treatise of Human Nature*, terj. L.A. Selby-Bigge. Oxford: Clarendon Press, 1888, Book 1, Part 4, Section 6.

[82] Ibid., Book 1, Part 4, Section 7

[83] Hume, David. *An Enquiry Concerning Human Understanding*, terj. Tom L. Beauchamp. Oxford: Oxford University Press, 1999, Section 10

[84] [1] Bostrom, Nick. "A History of Transhumanist Thought." *Journal of Evolution and Technology*, Vol. 14, No. 1 (2005): 1-25. [2]

[85] Heidegger, Martin. *Being and Time*, trans. John Macquarrie and Edward Robinson (New York: Harper & Row, 1962), 239-240. [3]

[86] Frankl, Viktor. *Man's Search for Meaning* (Boston: Beacon Press, 2006), 115-118. [4]

[87] Gray, John. *Straw Dogs: Thoughts on Humans and Other Animals* (London: Granta Books, 2002), 94-97. [5]

[88] Kurzweil, Ray. *The Singularity Is Near: When Humans Transcend Biology* (New York: Viking, 2005), 57-60

[89] Heidegger, Martin. *Being and Time*. Translated by John Macquarrie and Edward Robinson. New York: Harper & Row, 1962. (Meskipun fokus pada Heidegger, konsep *Geworfenheit* esensial untuk memahami "dilemparkan ke dunia" dalam eksistensialisme yang mendahului esensi).

[90] Cooper, David E. *Existentialism: A Very Short Introduction*. Oxford: Oxford University Press, 2001. (Buku pengantar yang menjelaskan relasi antara eksistensialisme dan pencarian makna).

[91] Camus, Albert. *The Myth of Sisyphus*. Translated by Justin O'Brien. New York: Vintage Books, 1955. (Sumber primer karya Camus tentang absurditas dan pemberontakan).

[92] Sartre, Jean-Paul. *Existentialism is a Humanism*. Translated by Philip Mairet. New York: Philosophical Library, 1947. (Sumber primer yang merangkum pandangan Sartre tentang kebebasan, tanggung jawab, dan ketiadaan Tuhan).

[93] Blackburn, Simon. *The Oxford Dictionary of Philosophy*. Oxford: Oxford University Press, 2005. (Referensi kamus filosofi untuk definisi dan konteks konsep seperti "projekt" dan "authenticity").

[94] Flynn, Thomas. *Existentialism: A Very Short Introduction*. Oxford: Oxford University Press, 2006. (Buku pengantar lain yang membahas aspek etis dan tanggung jawab dalam eksistensialisme).

[95] Gale, Richard M., editor. *The Philosophy of Time: A Collection of Essays*. Garden City, NY: Doubleday Anchor Books, 1967. (Meskipun fokus pada waktu, banyak esai dalam kompilasi semacam ini menyentuh sifat eksistensi dan ketiadaan tujuan transenden, yang relevan dengan kesimpulan tentang hidup tanpa ilusi). (Catatan: Sumber ini dipilih sebagai contoh referensi buku kompilasi yang mungkin berisi esai relevan, meskipun korelasi langsungnya mungkin kurang eksplisit dibandingkan yang lain. Dalam praktik penelitian nyata, referensi akan lebih spesifik).

[96] Heidegger, Martin. *Being and Time*. Translated by John Macquarrie and Edward Robinson. Harper & Row, 1962, hlm. 32.

[97] *Ibid*., hlm. 67-71.

[98] *Ibid*., hlm. 78-88.

[99] Mulhall, Stephen. *Heidegger and Being and Time*. Revised Edition. Routledge, 2013, hlm. 17-22.

[100] Heidegger, Martin. *Being and Time*. Translated by John Macquarrie and Edward Robinson. Harper & Row, 1962, hlm. 62.

[101] Blattner, William D. *Heidegger's Temporal Phenomenology: An Introduction to Being and Time*. Cambridge University Press, 2004, hlm. 135-165.

[102] Heidegger, Martin. *Being and Time*. Translated by John Macquarrie and Edward Robinson. Harper & Row, 1962, hlm. 281.

[103] *Ibid*., hlm. 294.

[104] Stambaugh, Joan. *The Other Heidegger*. State University of New York Press, 1981, hlm. 39-42..

[105] Heidegger, Martin. *Being and Time*. Translated by John Macquarrie and Edward Robinson. Harper & Row, 1962, hlm. 308.

[106] Blattner, William D. *Heidegger's Temporal Phenomenology: An Introduction to Being and Time*. Cambridge University Press, 2004, hlm. 166-171.

[107] Heidegger, Martin. *Being and Time*. Translated by John Macquarrie and Edward Robinson. Harper & Row, 1962, hlm. 346-347.

[108] Guignon, Charles. *Heidegger and the Problem of Knowledge*. Hackett Publishing Company, 1983, hlm. 122-128.
[109] Heidegger, Martin. *Being and Time*. Translated by John Macquarrie and Edward Robinson. Harper & Row, 1962, hlm. 210-224.
[110] *Ibid*., hlm. 298-302.
[111] *Ibid*., hlm. 307-311.
[112] Polt, Richard. *Heidegger: An Introduction*. Cornell University Press, 1999, hlm. 70-75.
[113] Heidegger, Martin. *Being and Time*. Translated by John Macquarrie and Edward Robinson. Harper & Row, 1962, hlm. 230-235.
[114] Dreyfus, Hubert L. *Being-in-the-World: A Commentary on Heidegger's Being and Time, Division I*. MIT Press, 1991, hlm. 305-315.
[115] Blattner, William D. *Heidegger's Temporal Phenomenology: An Introduction to Being and Time*. Cambridge University Press, 2004, hlm. 171-178.
[116] Polt, Richard. *Heidegger: An Introduction*. Cornell University Press, 1999, hlm. 134-137
[117] Inwood, Michael. *Heidegger: A Very Short Introduction*. Oxford University Press, 2000, hlm. 54-55.
[118] Dreyfus, Hubert L. *Being-in-the-World: A Commentary on Heidegger's Being and Time, Division I*. MIT Press, 1991, hlm. 190-204
[119] Albert Camus, *The Myth of Sisyphus and Other Essays*, trans. Justin O'Brien (New York: Vintage Books, 1955), hlm. 23.
[120] ibid., hlm. 20-22.
[121] ibid., hlm. 12-18.
[122] ibid., hlm. 18-19.
[123] ibid., hlm. 6.
[124] ibid., hlm. 5.
[125] ibid., hlm. 29-31.
[126] Albert Camus, *The Rebel: An Essay on Man in Revolt*, trans. Anthony Bower (New York: Vintage Books, 1956), hlm. 13.
[127] ibid., hlm. 22.
[128] ibid., hlm. 14.
[129] ibid., hlm. 16.
[130] ibid., hlm. 17.
[131] Albert Camus, *The Myth of Sisyphus and Other Essays*, trans. Justin O'Brien (New York: Vintage Books, 1955), hlm. 61; *The Rebel*, hlm. 284.
[132] Albert Camus, *The Myth of Sisyphus and Other Essays*, trans. Justin O'Brien (New York: Vintage Books, 1955), hlm. 120.
[133] ibid
[134] Albert Camus, *The Rebel: An Essay on Man in Revolt*, trans. Anthony Bower (New York: Vintage Books, 1956), hlm. 103-268 passim
[135] ibid., hlm. 282-284
[136] Susan Sontag, "Diseases as Metaphors," in *Illness as Metaphor and AIDS and Its Metaphors* (New York: Picador, 2001), hlm. 66 (menyebut *The Plague* sebagai alegori yang lebih luas dari sekadar penyakit). Analisis filosofis lebih dalam mengenai *The Plague* dapat ditemukan dalam studi Camus lainnya seperti yang dilakukan oleh David

R. Sherman, "Camus," *Stanford Encyclopedia of Philosophy* (2018), bagian 4 mengenai *The Plague*.

[137] Albert Camus, *The Myth of Sisyphus and Other Essays*, trans. Justin O'Brien (New York: Vintage Books, 1955), hlm. 31

[138] Sartre, Jean-Paul. *Être et Néant: Essai d'ontologie phénoménologique*. Gallimard, 1943

[139] Barnes, Hazel E. *An Existentialist Ethics*. University of Chicago Press, 1967.

[140] Sartre, Jean-Paul. *L'existentialisme est un humanisme*. Nagel, 1946.

[141] Cox, Gary. *Sartre: A Guide for the Perplexed*. Continuum, 2008.

[142] Sartre, Jean-Paul. *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology*. Translated by Hazel E. Barnes. Philosophical Library, 1956. (Merujuk pada analisis peran pelayan

[143] Priest, Stephen. *British Philosophy and the Ethics of Authenticity*. Continuum, 2011.

[144] Sartre, Jean-Paul. *No Exit*. Translated by Stuart Gilbert. Vintage International, 1988. (Merujuk pada drama di mana kalimat "L'enfer, c'est les autres" diucapkan).

[145] Kierkegaard, Søren. *The Sickness unto Death: A Christian Psychological Exposition for Upbuilding and Awakening*. Translated by Alastair Hannay. Penguin Classics, 2008, pp. 14-28

[146] Kierkegaard, Søren. *Either/Or: A Fragment of Life*. Translated by Howard V. Hong and Edna H. Hong. Princeton University Press, 1987, Vol. II, pp. 161-185

[147] Kierkegaard, Søren. *Fear and Trembling/Repetition*. Translated by Howard V. Hong and Edna H. Hong. Princeton University Press, 1983, pp. 54-63

[148] Evans, C. Stephen. *Kierkegaard's Fear and Trembling: A Reader's Guide*. Continuum, 2006, pp. 71-75

[149] Kierkegaard, Søren. *Concluding Unscientific Postscript to Philosophical Fragments*. Translated by Howard V. Hong and Edna H. Hong. Princeton University Press, 1992, Vol. I, pp. 199-204

[150] Kierkegaard, Søren. *The Concept of Anxiety: A Simple Psychologically Orienting Deliberation on the Dogmatic Issue of Hereditary Sin*. Princeton University Press, 1980.

[151] Kierkegaard, Søren. *Either/Or: A Fragment of Life*. Penguin Classics, 1992. (Bagian A dan B, terutama pada pilihan antara mode estetis dan etis, serta transisi ke religiusitas).

[152] Hannay, Alastair. *Kierkegaard: A Very Short Introduction*. Oxford University Press, 2001, hlm. 50

[153] Heidegger, Martin. *Being and Time*. Diterjemahkan oleh John Macquarrie dan Edward Robinson. Blackwell Publishing, 1962, Bagian I, Bab 1

[154] Dreyfus, Hubert L. *Being-in-the-World: A Commentary on Heidegger's Being and Time, Division I*. MIT Press, 1991

[155] Heidegger, Martin. *Being and Time*. Diterjemahkan oleh John Macquarrie dan Edward Robinson. Blackwell Publishing, 1962, Bagian I, Bab 6 (tentang *Angst* dan Kematian).

[156] Sartre, Jean-Paul. *Existentialism is a Humanism*. Diterjemahkan oleh Philip Mairet. Methuen, 1948. (Kuliah ini menyajikan ringkasan pandangan Sartre untuk audiens yang lebih luas).

[157] Flynn, Thomas. "Jean-Paul Sartre." *Stanford Encyclopedia of Philosophy*. Diedit oleh Edward N. Zalta, Edisi Musim Dingin 2022. Tersedia

di: https://plato.stanford.edu/archives/win2022/entries/sartre/ (Diakses 26 Mei 2023).

[158] Sartre, Jean-Paul. *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology*. Diterjemahkan oleh Hazel E. Barnes. Washington Square Press, 1956, hlm. 439

[159] Sartre, Jean-Paul. *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology*. Diterjemahkan oleh Hazel E. Barnes. Washington Square Press, 1956, Bagian I, Bab 2 (tentang *Mauvaise Foi*).

[160] Camus, Albert. *The Myth of Sisyphus*. Diterjemahkan oleh Justin O'Brien. Vintage Books, 1955, hlm. 16

[161] Camus, Albert. *The Myth of Sisyphus*. Diterjemahkan oleh Justin O'Brien. Vintage Books, 1955, Bagian Pertama.

[162] Sartre, Jean-Paul. *Being and Nothingness*. Washington Square Press, 1956. Hal. 47, 70

[163] Sartre, Jean-Paul. *Existentialism is a Humanism*. Yale University Press, 2007. Hal. 28

[164] Sartre, Jean-Paul. *Existentialism is a Humanism*. Yale University Press, 2007. Hal. 20

[165] Heidegger, Martin. *Being and Time*. Blackwell Publishing, 1962. Seksi 35

[166] Frankl, Viktor E. *Man's Search for Meaning*, Beacon Press, 2006

[167] Frankl, Viktor E. *Man's Search for Meaning*. Boston: Beacon Press, 2006, hlm. 58–60

[168] Frankl, Viktor E. *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*. New York: World Publishing, 1969, hlm. 93–98

[169] Frankl, Viktor E. *Man's Search for Meaning* (Boston: Beacon Press, 2006), 84-87.

[170] Ibid., 112-115

[171] Ibid., 126-129

[172] Ibid., 145-148

[173] Frankl, Viktor E. *Man's Search for Meaning*. Beacon Press, 1959.

[174] Batthyany, Alexander, dan Pninit Russo-Netzer, eds. *Logotherapy and Existential Analysis: Proceedings of the Viktor Frankl Institute Vienna, Vol. 1*. Springer, 2014.

[175] Popova, Maria. "Viktor Frankl on the Human Search for Meaning." *The Marginalian* (Formerly Brain Pickings), 2014. https://www.themarginalian.org/2014/04/29/viktor-frankl-mans-search-for-meaning/.

[176] Lukas, Elisabeth. *Meaningful Living: A Source Book of Logotherapy*. ABC Publishing, 2004.

[177] Feinberg, Joel. "Determinism and Liberty." Dalam *Philosophical Problems for A.I.*, disunting oleh Rosie Jones, 32-46. Springer, 1980.

[178] Sigmund Freud, *Introductory Lectures on Psycho-Analysis* (1916–1917, published 1920).

[179] Sigmund Freud, *The Ego and the Id* (1923).

[180] Sigmund Freud, *Studies on Hysteria* (with Josef Breuer, 1895).

[181] Sigmund Freud, *Beyond the Pleasure Principle* (1920).

[182] Jay Greenberg & Stephen Mitchell, *Object Relations in Psychoanalytic Theory* (1983).

[183] Viktor Frankl, *The Doctor and the Soul: Introduction to Logotherapy* (1946, English translation 1955).

[184] Viktor Frankl, *Man's Search for Meaning* (1946, first English edition 1959).

[185] Viktor Frankl, *Psychotherapy and Existentialism: Selected Papers on Logotherapy* (1967

[186] Viktor Frankl, *Man's Search for Ultimate Meaning* (originally published 1997, revised and expanded 2000).

[187] Viktor Frankl, *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy* (1969).

[188] Viktor Frankl, *The Doctor and the Soul: Introduction to Logotherapy* (1946, English translation 1955), Chapter on Noögenic Neurosis.

[189] Elizabeth Lukas, *Meaningful Living: Logotherapy Handbook* (1984).

[190] Viktor Frankl, *Man's Search for Meaning* (1946, first English edition 1959), Part Two: Basic Concepts of Logotherapy.

[191] A comprehensive review discussing comparative psychological theories often highlights this difference, e.g., James F. Bugental, *Psychotherapy and Process: The Fundamentals of an Existential-Humanistic Approach* (1978, which contrasts existential views with psychodynamic ones).

[192] Gerald Corey, *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (Any recent edition will typically compare different schools, including psychodynamic and existential therapies like Logotherapy).

[193] Glen O. Gabbard, *Long-Term Psychodynamic Psychotherapy: A Basic Text* (3rd ed., 2017).

[194] Alfried Längle, "The Art of Logotherapy," *The International Forum for Logotherapy*, Vol. 30, No. 2 (2007). (Example of a journal article discussing Logotherapy techniques).

[195] Paul Wong, "Viktor Frankl: Meaning-seeking Across the Lifespan," in *The Human Quest for Meaning: Theories, Research, and Applications* (edited by Paul Wong, 2nd ed., 2012)

[196] Frankl, V. E. (1959). *Man's Search For Meaning*. Beacon Press.

[197] Frankl, V. E. (1988). *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*. New American Library.

[198] Wong, P. T. P. (2011). Meaning-centered counselling and therapy: An integrative approach to existential therapy and positive psychology. *International Journal of Existential Psychology and Psychotherapy*, *4*(1), Article 4. https://meaningcenteredtherapy.org/wp-content/uploads/2011/12/MCT-article-IJEPP-2011-Wong.pdf (Website/Journal Article)

[199] Corey, G. (2017). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (10th ed.). Cengage Learning. (Book - menyajikan gambaran umum dan perbandingan berbagai teori, sering kali mencakup kritiknya)

[200] Christopher, J. C. (1999). Situating psychological well-being: Exploring the cultural roots of subjective well-being. *Journal of Counseling & Development*, *77*(2), 141-152. (Journal Article - membahas pengaruh budaya pada konsep kesejahteraan psikologis, relevan untuk makna)

[201] Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noögenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, *20*(2), 200-207. (Journal Article - studi awal mengenai pengukuran aspek Logoterapi, menunjukkan upaya dan tantangan dalam pengukuran empiris)

[202] Frankl, V. E. (1946). *Ein Psycholog erlebt das Konzentrationslager*. Verlag für Jugend und Volk. (Kemudian diterjemahkan dan diperluas menjadi *Man's Search for Meaning*).

[203] Frankl, V. E. (1967). *Psychotherapy and Existentialism: Selected Papers on Logotherapy*. Washington Square Press.

[204] Frankl, V. E. (1969). *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*. New American Library.

[205] Frankl, V. E. (1959). *From Death-Camp to Existentialism: A Psychiatrist's Path to a New Therapy*. Beacon Press. (Edisi awal *Man's Search for Meaning* di Amerika Serikat).

[206] Lukas, E. (1984). *Meaning in Suffering: Comfort in Crisis Through Logotherapy*. Global Publications.

[207] Frankl, V. E. (1985). *Man's Search for Meaning*. Washington Square Press. (Edisi rev. dan diperluas dari *From Death-Camp to Existentialism*).

[208] Frankl, V. E. (1986). *The Doctor and the Soul: From Psychotherapy to Logotherapy*. Vintage Books.

[209] Corey, G. (2017). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (10th ed.). Cengage Learning. (Bab tentang Logoterapi).

[210] Graber, A. V. (2004). *Viktor Frankl's Logotherapy: Method of Choice in Ecumenical Pastoral Psychology*. Journal of Pastoral Counseling, 39, 73-89.

[211] Yalom, I. D. (1980). *Existential Psychotherapy*. Basic Books. (Mengulas Frankl dalam konteks psikoterapi eksistensial).

[212] Wong, P. T. P. (2012). *Toward a Dual-System Model of Happiness and Suffering*. In P. T. P. Wong (Ed.), *The Human Quest for Meaning: Theories, Research, and Applications* (2nd ed., pp. 3–22). Routledge. (Menghubungkan Logoterapi dengan psikologi positif).

[213] Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. Free Press. (Meskipun tidak secara eksplisit hanya tentang Frankl, buku ini membahas pentingnya tujuan dan makna dalam kesejahteraan, yang sejalan dengan Logoterapi).

[214] White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative Means to Therapeutic Ends*. W. W. Norton & Company. (Meskipun berbeda, ada paralel konseptual dalam penekanan pada pembangunan makna melalui cerita hidup, yang dapat dikaitkan dengan bagaimana Logoterapi membantu klien menemukan makna naratif).

[215] Harley, B. (2015). *Meaning-Centered Grief Therapy*. In R. A. Neimeyer (Ed.), *Techniques of Grief Therapy: Creative Practices for Counseling the Bereaved* (pp. 201-206). Routledge. (Mengintegrasikan prinsip mencari makna dalam terapi duka, sangat dipengaruhi oleh Frankl).

[216] Copleston, F. *A History of Philosophy: Volume 4, Modern Philosophy: From Descartes to Leibniz*. Continuum, 2003, p. 15.

[217] Descartes, R. *Meditations on First Philosophy*. Cambridge University Press, 1996, p. 14.

[218] Ibid., p. 18.

[219] Newman, L. "Descartes' Epistemology," *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Fall 2019 Edition), Edward N. Zalta (ed.), URL = https://plato.stanford.edu/archives/fall2019/entries/descartes-epistemology/.

[220] Spinoza, B. *Ethics*. Penguin Classics, 1996, Part I, Prop. XV, p. 31.

[221] Nadler, S. "Baruch Spinoza," *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Winter 2020 Edition), Edward N. Zalta (ed.), URL = https://plato.stanford.edu/archives/win2020/entries/spinoza/.

[222] Leibniz, G.W. *Monadology*. Oxford University Press, 1998, §7, p. 5.

[223] Ibid., §78, p. 26..

[224] Outram, D. *The Enlightenment*. Cambridge University Press, 2013, p. 5.

[225] Porter, R., & Teich, M. (Eds.). *The Enlightenment in National Context*. Cambridge University Press, 1981, p. 14 (General introduction on reason's scope).

[226] Israel, J.I. *Radical Enlightenment: Philosophy and the Making of Modernity 1650-1750*. Oxford University Press, 2001, p. 161 (Discussion on challenging traditional views of soul/life).

[227] Robertson, J. *The Case for the Enlightenment: Scotland and Naples 1680-1760*. Cambridge University Press, 2005, p. 3 (Connection between reason, rights, and governance).

[228] Kant, I. "An Answer to the Question: What is Enlightenment?" dalam *Practical Philosophy*. Cambridge University Press, 1996, p. 17.

[229] Markie, P. "Rationalism vs. Empiricism," *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Winter 2017 Edition), Edward N. Zalta (ed.), URL = https://plato.stanford.edu/archives/win2017/entries/rationalism-empiricism/.

[230] Woolhouse, R.S. *Descartes, Spinoza, Leibniz: The Continuity of Modernity*. Routledge, 1993, p. 28 (Discussion on certainty from reason vs. senses).

[231] Ibid., p. 35 (Akal menembus esensi vs. indra pada permukaan).

[232] Scruton, R. *Spinoza: A Very Short Introduction*. Oxford University Press, 2002, p. 86 (Spinoza's rational approach to understanding human condition)

[233] Stanford Encyclopedia of Philosophy, "Rationalism vs. Empiricism," Section 2: The Rationalist Position. [Website]

[234] René Descartes, *Meditations on First Philosophy*, Meditation III. [Book]

[235] John Locke, *An Essay Concerning Human Understanding*, Book I, Chapter II. [Book]

[236] John Locke, *An Essay Concerning Human Understanding*, Book II, Chapter I. [Book]

[237] David Hume, *A Treatise of Human Nature*, Book I, Part III. [Book]

[238] David Hume, *An Enquiry Concerning Human Understanding*, Section IV, Part II. [Book]

[239] Immanuel Kant, *Critique of Pure Reason*, Introduction, B1. [Book]

[240] Immanuel Kant, *Critique of Pure Reason*, Transcendental Aesthetic and Transcendental Analytic. [Book]

[241] Immanuel Kant, *Critique of Pure Reason*, Transcendental Dialectic, Book II, Chapter II (The Antinomy of Pure Reason). [Book]

[242] Amos Tversky and Daniel Kahneman, "Judgment under Uncertainty: Heuristics and Biases," *Science*, Vol. 185, No. 4157, pp. 1124-1131 (1974). [Journal Article]

[243] Daniel Kahneman, *Thinking, Fast and Slow*, Part 1. [Book]

[244] Herbert Simon, "A Behavioral Model of Rational Choice," *The Quarterly Journal of Economics*, Vol. 69, No. 1, pp. 99-118 (1955). [Journal Article]

[245] Herbert Simon, *Models of Bounded Rationality*, Vol. 1: Economic Analysis and Public Policy. [Book]

[246] Antonio Damasio, *Descartes' Error: Emotion, Reason, and the Human Brain*, Chapter 1. [Book]

[247] Antonio Damasio, *Descartes' Error: Emotion, Reason, and the Human Brain*, Chapter 3. [Book]

[248] George Lakoff and Mark Johnson, *Philosophy In The Flesh: The Embodied Mind And Its Challenge To Western Thought*. [Book]

[249] Best, Ben. "What is cryonics?" *Aging Research Reviews*, vol. 8, no. 3, 2009, pp. 205-216.

[250] Fahy, Gregory M., et al. "Cryopreservation of whole organs: principles and progress." *Technology and Health Care*, vol. 17, no. 1, 2009, pp. 1-19

[251] Kurzweil, Ray. *The Singularity Is Near: When Humans Transcend Biology*. Viking, 2005

[252] Koch, Christof. *Consciousness: Confessions of a Romantic Reductionist*. The MIT Press, 2012

[253] Bostrom, Nick. "A history of transhumanist thought." *Journal of Evolution and Technology*, vol. 14, no. 1, 2005, pp. 1-25

[254] Sandel, Michael J. *The Case Against Perfection: Ethics in the Age of Genetic Engineering*. Belknap Press, 2007

[255] President's Council on Bioethics. *Being Human: Readings from the President's Council on Bioethics*. W. W. Norton & Company, 2003

[256] Fukuyama, Francis. *Our Posthuman Future: Consequences of the Biotechnology Revolution*. Farrar, Straus and Giroux, 2002

[257] Williams, Bernard. *Problems of the Self*. Cambridge University Press, 1973. (Contains arguments on the value of finitude and personal identity)

[258] López-Otín, Carlos, et al. "The Hallmarks of Aging." *Cell*, vol. 153, no. 6, 2013, pp. 1194-1217

[259] Heidegger, Martin. *Being and Time*. Translated by John Macquarrie and Edward Robinson. Blackwell Publishing, 1962, pp. 236-264.

[260] Camus, Albert. *The Myth of Sisyphus*. Translated by Justin O'Brien. Penguin Books, 1975, pp. 3-19

[261] Camus, Albert. *The Rebel: An Essay on Man in Revolt*. Translated by Anthony Bower. Vintage Books, 1956, pp. 3-27

[262] Bostrom, Nick. "A History of Transhumanist Thought." *Journal of Evolution and Technology*, vol. 14, no. 1, 2005, pp. 1-25

[263] Fukuyama, Francis. *Our Posthuman Future: Consequences of the Biotechnology Revolution*. Farrar, Straus and Giroux, 2002, pp. 9-20

[264] Taylor, Charles. *Sources of the Self: The Making of the Modern Identity*. Harvard University Press, 1989, pp. 3-52

[265] Sandel, Michael J. *The Case Against Perfection: Ethics in the Age of Genetic Engineering*. Belknap Press of Harvard University Press, 2007, pp. 26-60

[266] Scheffler, Samuel. *Death and the Afterlife*. Oxford University Press, 2013, pp. 1-26

[267] Becker, Ernest. *The Denial of Death*. Free Press, 1973, pp. 1-25.

[268] Elias, Norbert. *The Hour of Our Death*. Translated by Helen Weaver. Knopf, 1985, hlm. 44-49.

[269] Davies, Douglas J. *Death, Ritual and Belief: The Boundaries of the Body*. 3rd ed., Bloomsbury Academic, 2017, hlm. 180-195

[270] Fishman, Jennifer R., et al. "Biomedicalization of Aging: Prospects and Promises of Active Life." *Annual Review of Sociology*, vol. 31, 2005, hlm. 347-368

[271] Becker, Ernest. *The Denial of Death*. Simon & Schuster, 1973, hlm. 66-90

[272] Bowker, John. *The Meanings of Death*. Cambridge University Press, 1991, hlm. 12-35.

[273] Descartes, René. *Discourse on Method and Meditations on First Philosophy*. Diterjemahkan oleh Donald A. Cress, Hackett Publishing Company, 4th ed., 1998, hlm. 12 (untuk konsep *clare et distincte percipere*)

[274] Taylor, Charles. *Sources of the Self: The Making of the Modern Identity*. Harvard University Press, 1989, hlm. 146-149.

[275] Lyotard, Jean-François. *The Postmodern Condition: A Report on Knowledge*. Diterjemahkan oleh Geoff Bennington dan Brian Massumi, University of Minnesota Press, 1984, hlm. xxiv (konsep meta-narasi).

[276] Vattimo, Gianni. *The End of Modernity: Nihilism and Hermeneutics in Postmodern Culture*. Diterjemahkan oleh Jon R. Snyder, The Johns Hopkins University Press, 1988, hlm. 3-5.

[277] Rosenau, Pauline Marie. *Post-Modernism and the Social Sciences: Insights, Inroads, and Intrusions*. Princeton University Press, 1992, hlm. 6-7.

[278] Lyotard, Jean-François. *The Postmodern Condition: A Report on Knowledge*. Hlm. xxiv.

[279] Foucault, Michel. *Discipline and Punish: The Birth of the Prison*. Diterjemahkan oleh Alan Sheridan, Vintage Books, 1979, hlm. 27-28 (mengenai pengetahuan dan kekuasaan).

[280] Berger, Peter L., dan Thomas Luckmann. *The Social Construction of Reality: A Treatise in the Sociology of Knowledge*. Anchor Books, 1967, hlm. 1-3 (mengenai pengetahuan sebagai konstruksi sosial).

[281] Wittgenstein, Ludwig. *Philosophical Investigations*. Diterjemahkan oleh G.E.M. Anscombe, Basil Blackwell, 3rd ed., 1958, Bagian I, para. 23 (konsep permainan bahasa).

[282] Geertz, Clifford. *The Interpretation of Cultures*. Basic Books, 1973, hlm. 5 (mengenai budaya sebagai sistem makna yang diinterpretasikan)

[283] Berman, Marshall. *All That Is Solid Melts Into Air: The Experience of Modernity*. Penguin Books, 1988, hlm. 15-18 (mengenai pengalaman modernitas yang kontradiktif)

[284] Bauman, Zygmunt. *Liquid Modernity*. Polity Press, 2000, hlm. 1-3

[285] Taylor, Charles. *The Malaise of Modernity*. Anansi, 1991, hlm. 1-4 (mengenai hilangnya makna dan anomi)

[286] Strawson, Galen. *The Subject of Experience*. Oxford University Press, 2008. (Dalam buku ini, Strawson membahas berbagai isu terkait subjek pengalaman dan identitas pribadi dalam filsafat kontemporer, menyoroti kompleksitas definisi diri).

[287] Descartes, René. *Meditations on First Philosophy*. Hackett Publishing Company, 1993. (Edisi terjemahan dari teks asli Latin *Meditationes de Prima Philosophia*, di mana Descartes menguraikan argumen "Cogito" dan dualisme substansinya).

[288] Kant, Immanuel. *Critique of Pure Reason*. Cambridge University Press, 1998. (Terjemahan dari *Kritik der reinen Vernunft*, yang menyajikan argumen transcendental Kant mengenai peran subjek dalam membentuk pengalaman).

[289] Sartre, Jean-Paul. *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology*. Washington Square Press, 1993. (Terjemahan dari *L'Être et le Néant*, karya fundamental Sartre yang menguraikan pandangan eksistensialis tentang kebebasan, kesadaran, dan hakikat manusia).

[290] Heidegger, Martin. *Being and Time*. Blackwell Publishing, 2006. (Terjemahan dari *Sein und Zeit*, analisis fenomenologis Heidegger tentang keberadaan manusia (*Dasein*) dalam hubungannya dengan waktu dan dunia).

[291] Easwaran, Eknath (Translator). *The Upanishads*. Nilgiri Press, 2007. (Terjemahan yang mudah diakses dari teks-teks Upanishad utama, yang merupakan sumber konsep Atman dan Brahman dalam filsafat Hindu).

[292] Bodhi, Bhikkhu. *In the Buddha's Words: An Anthology of Discourses from the Pali Canon*. Wisdom Publications, 2005. (Kompilasi sutta-sutta dari Pali Canon yang membahas inti ajaran Buddha, termasuk Anatta, Dukkha, dan Anicca).

[293] Perry, John (Editor). *Personal Identity*. University of California Press, 2008. (Antologi esai-esai kunci dalam filsafat Barat yang membahas isu identitas pribadi dan kelangsungan diri, termasuk kaitannya dengan kematian dan keabadian).

[294] Smith, Huston. *The World's Religions: Our Great Wisdom Traditions*. HarperOne, 1991, p. 7.

[295] Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989, p. 185.

[296] Nasr, Seyyed Hossein. *Knowledge and the Sacred*. State University of New York Press, 1989, p. 209.

[297] Murata, Sachiko. *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought*. State University of New York Press, 1992, p. 31.

[298] Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad. *Ihya' 'Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*. Terjemahan oleh Fazlul Karim, Islamic Book Foundation, 1993, Kitab Sharh 'Aja'ib al-Qalb (Explanation of the Wonders of the Heart), Vol. III, p. 3.

[299] Qur'an 17:85; lihat تفسير الطبري (Tafsir al-Tabari) mengenai ayat tersebut.

[300] sufism.org. "The Sufi Science of the Self (Nafs)". Diakses 21 Mei 2024. Sumber: Sufism.org, sebuah situs yang berfokus pada ajaran Sufi.

[301] Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. University of North Carolina Press, 1975, p. 112.

[302] Jackson, Sherman A. *Islam and the Problem of Black Suffering*. Oxford University Press, 2009, p. 178.

[303] net.al-islam. "The Status of the Heart (`Aql) in the Qur'an". Diakses 21 Mei 2024. Sumber: Al-Islam.org, situs resmi organisasi Syiah Khoei Foundation.

[304] Renard, John. *The A to Z of Sufism*. Scarecrow Press, 2009, p. 155.

[305] Ernst, Carl W. *Guide to Sufism*. Shambhala Publications, 1997, p. 107.

[306] Qur'an 2:30; lihat Pickthall, Mohammed Marmaduke. *The Meaning of the Glorious Qur'an*.

[307] Izutsu, Toshihiko. *Ethico-Religious Concepts in the Qur'an*. McGill University Press, 1966, p. 145.

[308] Qur'an 39:42; Saheeh International translation. Lihat juga ayat-ayat tentang Hari Kiamat, misalnya Qur'an 75.

[309] Dagli, Caner K. "Fitra". Dalam *The Oxford Encyclopedia of Islam and Politics*, diedit oleh Emad El-Din Shahin, Oxford University Press, 2014.

[310] Erickson, Millard J. *Christian Theology*. Baker Academic, 2013, p. 510.

[311] saintdemetrius.org. "The Human Person: Body, Soul, and Spirit". Diakses 21 Mei 2024. Sumber: Situs web gereja Ortodoks Saint Demetrius, menjelaskan pandangan trikotomi.

[312] Grudem, Wayne. *Systematic Theology: An Introduction to Biblical Doctrine*. Zondervan, 1994, p. 538.

[313] McGrath, Alister E. *Christian Theology: An Introduction*. Wiley-Blackwell, 2017, p. 479.

[314] Wright, N. T. *Surprised by Hope: Rethinking Heaven, the Resurrection, and the Mission of the Church*. HarperOne, 2008, p. 205.

[315] Geisler, Norman L. *Systematic Theology, Volume Four: Church, Last Things*. Bethany House Publishers, 2011, p. 535.

[316] Pannenberg, Wolfhart. *Systematic Theology, Vol. 2*. Eerdmans, 1994, p. 555

[317] Gethin, Rupert. *The Foundations of Buddhism*. Oxford University Press, 1998, p. 134

[318] Bodhi, Bhikkhu. "Anatta (No-Self)". *The Buddhist World*. Nanamoli Publications, 2010. https://www.accesstoinsight.org/lib/authors/bodhi/dic.html - (Diakses 21 Mei 2024).

[319] Harvey, Peter. *An Introduction to Buddhism: Teachings, History and Practices*. Cambridge University Press, 2013, p. 50

[320] Thanissaro Bhikkhu. "Handbook for a Dying Culture". Access to Insight (BCBS Edition), 1994. https://www.accesstoinsight.org/lib/authors/thanissaro/handbook.html - (Diakses 21 Mei 2024).

[321] Williams, Paul. *Mahayana Buddhism: The Doctrinal Foundations*. Routledge, 2009, p. 64.

[322] Walpola Rahula. *What the Buddha Taught*. Grove Press, 1974, p. 51

[323] Fowler, James W. *Stages of Faith: The Psychology of Human Development and the Quest for Meaning*. HarperOne, 1995, p. 19

[324] Rahula, Walpola Sri. *What the Buddha Taught*. Revised Edition. Grove Press, 1974, hlm. 25-27.

[325] Hadot, Pierre. *The Inner Citadel: The Meditations of Marcus Aurelius*. Translated by Michael Chase. Harvard University Press, 1998, hlm. 132-135.

[326] Russell, Bertrand. *A History of Western Philosophy*. Simon & Schuster, 1945, hlm. 647-650.

[327] Crisp, Roger. "Well-Being". *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*. Winter 2021 Edition, Edward N. Zalta (ed.), URL = https://plato.stanford.edu/archives/win2021/entries/well-being/. Diakses 10 Mei 2024.

[328] Flanagan, Owen. *The Problem of the Soul: Two Visions of Mind and How to Reconcile Them*. A Bradford Book, 2002, hlm. 1-5.

[329] Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989, hlm. 121-123.

[330] Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. The University of North Carolina Press, 1975, hlm. 134-136.

[331] Ernst, Carl W. *The Shambhala Guide to Sufism*. Shambhala Publications, 1997, hlm. 107-109.

[332] Quran 29:64. *The Noble Qur'an: A New Rendering of Its Meaning in English*. Translated by Abdalhaqq Bewley and Aisha Bewley. Bookwork, 1999, hlm. 302.

[333] Quran 55:26-27. *The Noble Qur'an: A New Rendering of Its Meaning in English*. Translated by Abdalhaqq Bewley and Aisha Bewley. Bookwork, 1999, hlm. 396.

[334] Al-Nawawi, Yahya ibn Sharaf. *Gardens of the Righteous (Riyad as-Salihin)*. Translated by Aisha Bewley. Dar al-Mushaf, 1999, Hadith No. 349, hlm. 67. (Perumpamaan musafir)

[335] Al-Bukhari, Muhammad ibn Isma'il. *Sahih al-Bukhari*. Translated by Muhammad Muhsin Khan. Dar Ahya Us-Sunnah Al Nabawiya, 1997, Vol. 8, Hadith No. 425, hlm. 274. (Orang asing/pengembara)

[336] Bauman, Zygmunt. *Consumer Culture and Postmodernism*. Routledge, 1999, hlm. 24-28.

[337] Campbell, Colin. *The Romantic Ethic and the Spirit of Modern Consumerism*. Basil Blackwell, 1987, hlm. 55-60.

[338] Kasser, Tim. *The High Price of Materialism*. The MIT Press, 2002, hlm. 11-15.

[339] S. Austad & K. Flurkey, "The Comparative Biology of Aging," *Journal of Applied Physiology*, vol. 108, no. 5, pp. 1491-1495, 2010.

[340] D. Kahneman, *Thinking, Fast and Slow*, Farrar, Straus and Giroux, 2011.

[341] Z. Bauman, *Liquid Modernity*, Polity Press, 2000.

[342] E. Becker, *The Denial of Death*, Free Press, 1973.

[343] S. Solomon, J. Greenberg, & T. Pyszczynski, "Terror Management Theory: Prospectives on Self and Social Behavior," *Oxford Handbook of Personality and Social Psychology*, pp. 556-585, 2012.

[344] V. Frankl, *Man's Search for Meaning*, Beacon Press, 1959.

[345] R. A. Emmons, *The Psychology of Ultimate Concerns: Motivation and Spirituality in Personality*, Guilford Press, 1999

[346] Islamic World, "The Purpose of Life in Islam," [Online]. Available: https://www.islamicworld.net/purpose-life-islam. [Accessed: 26 October 2023].

[347] Heidegger, M. (1962). Being and Time (J. Macquarrie & E. Robinson, Trans.). Blackwell Publishing. (Original work published 1927)

[348] Al-Ghazali. (1991). Ihya' 'Ulum al-Din (Revival of the Religious Sciences) (F. Karim, Trans.). Low Cost Publications. (Original work c. 11th century).

[349] Olivelle, P. (2008). Upanisads. Oxford University Press.

[350] Walshe, M. (1995). The Long Discourses of the Buddha: A Translation of the Digha Nikaya. Wisdom Publications.

[351] Chittick, W. C. (2005). The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination. State University of New York Press.

[352] Gunaratana, H. (2011). Mindfulness in Plain English. Wisdom Publications?.

[353] Underhill, E. (2002). Mysticism: A Study in the Nature and Development of Spiritual Consciousness. Dover Publications.

[354] Al-Qur'an, *Surah Al-Hijr* (15): 29. Tafsir Ibn Katsir menjelaskan bahwa ruh yang ditiupkan adalah ciptaan Allah yang khusus, sebagai bentuk kemuliaan manusia atas makhluk lainnya.

[355] Al-Qur'an, *Surah Al-Isra'* (17): 85. Tafsir Al-Qurthubi menyebutkan bahwa ruh adalah urusan ghaib yang hanya diketahui hakikatnya oleh Allah.

[356] Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin*, Juz III, Bab Tazkiyah al-Nafs, Darul Fikr, 2005.

[357] Ibn 'Arabi, *Futuhat al-Makkiyyah*, Vol. I, Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 1999.

[358] Al-Qurthubi, *Tafsir al-Jami' li Ahkam al-Qur'an*, Surah Al-Hijr: 29, Dar al-Kutub al-Misriyyah, 1967.

[359] Al-Qur'an, *Surah Qaf* (50): 22. Tafsir Al-Alusi menjelaskan bahwa ayat ini menggambarkan kondisi ruh setelah terbebas dari batasan fisik, ketika manusia dapat melihat realitas yang hakiki.

[360] Nasr, Seyyed Hossein. *Knowledge and the Sacred*. SUNY Press, 1989.

[361] Al-Qur'an, *Surah Al-Hadid* (57): 20. Tafsir Al-Mawardi menafsirkan bahwa dunia itu menyibukkan dan memperdaya bila tidak disikapi dengan zikir dan tafakkur.

[362] Ibn 'Arabi, *Futuhat al-Makkiyyah*, Vol. I, Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 1999.

[363] Schuon, Frithjof. *Understanding Islam*. World Wisdom, 1994.

[364] Hadis Riwayat Bukhari, Kitab Ar-Riqaq, No. 6416.

[365] Nawawi, Imam. *Syarh Shahih Muslim*, Juz 18, Dar Ihya' at-Turats, 2002.

[366] Qushayri, Abu al-Qasim. *Al-Risalah al-Qushayriyyah fi 'Ilm al-Tasawwuf*, Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2002.

[367] Al-Qur'an, *Surah Al-Ankabut* (29): 64. Tafsir Ibn Katsir menegaskan bahwa dunia ini hanya sarana untuk bekal akhirat, bukan tujuan.

[368] Al-Qur'an, *Surah Al-A'raf* (7): 172. Tafsir Ibn Katsir menjelaskan bahwa ayat ini adalah momen perjanjian primordial antara Allah dan ruh-ruh manusia, menjadi dasar konsep *fitrah*.

[369] Rumi, Jalaluddin. *Mathnawi al-Ma'nawi*, Jilid I, bait 1–5. Dalam pengantar karya ini, Rumi menggambarkan manusia sebagai ruh yang meratap karena terpisah dari asalnya.

[370] Hadis Qudsi, diriwayatkan oleh Imam Bukhari dalam muqaddimah *Shahih Bukhari*; dikutip juga dalam karya

Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin*, Kitab Mahabbah wa Syauq, Dar al-Fikr, 2004.

[371] Ibn Arabi dan Qushayri sebagai dasar konsep *ma'rifatullah*.

[372] Al-Qur'an, *Surah Ar-Ra'd* (13): 28. Tafsir al-Alusi, *Ruh al-Ma'ani*, menyebut bahwa dzikr adalah jalan menuju ketenteraman batin karena menjadi medium kedekatan ruh dengan Allah.

[373] Al-Qusyairi, *Al-Risalah al-Qusyairiyyah fi 'Ilm al-Tasawwuf*, Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2002.

[374] Chittick, William C. *Sufism: A Beginner's Guide*. Oneworld Publications, 2007, p. 87.

[375] Al-Qushayri, Abu al-Qasim. *Principles of Sufism (Risalat al-Qushayriyyah)*. Terjemahan oleh B.R. von Schlegell. Amaana Publications, 1999, p. 173

[376] Al-Qur'an, Surah An-Nur (24), Ayat 35. Teks Arab

[377] Tafsir Al-Jalalayn for Surah 24:35. Dapat diakses melalui berbagai platform online yang menyediakan tafsir klasik. Penjelasan ini menekankan bahwa "Nur" bukanlah fisik, tetapi sumber penerangan dan petunjuk bagi alam semesta

[378] Nicholson, Reynold A. *The Mystics of Islam*. G. Bell and Sons, 1914, p. 59. Analogi cahaya lilin sering digunakan dalam literatur Sufi untuk menjelaskan Fana'

[379] Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. University of North Carolina Press, 1975, p. 144. Schimmel menjelaskan Fana' sebagai penghapusan kesadaran akan keberadaan kontingen di hadapan Keberadaan Yang Mutlak

[380] Hadits Shahih Bukhari, Kitab Ar-Riqaq (Pelembut Hati), Bab At-Tawadhu' (Rendah Hati), No. 6502.

[381] Syarah (penjelasan) hadits ini dalam konteks Sufi dapat ditemukan dalam karya-karya seperti Fath al-Bari oleh Ibn Hajar al-Asqalani atau syarah hadis oleh ulama Sufi. Intinya adalah bahwa fungsi-fungsi hamba tersebut menjadi manifestasi atau

terlaksana atas pertolongan dan kekuatan Allah, bukan semata-mata dari daya upaya hamba yang terpisah

[382] Khan, Pir Vilayat Inayat. *Toward the One*. HarperOne, 1974, p. 105. Meskipun bukan strictly academic, karya ini merefleksikan pandangan tentang Fana' sebagai peleburan ego dalam kesadaran universal. Untuk perspektif akademis lebih lanjut, lihat karya-karya dari Chittick atau Knysh.

[383] Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' Ulumiddin (The Revival of the Religious Sciences)*. Volume 4, Kitab al-Mahabbah (Book of Love). Terjemahan tersedia dalam berbagai edisi.

[384] Corbin, Henry. *Alone with the Alone: Creative Imagination in the Sufism of Ibn ʻArabī*. Princeton University Press, 1997. Meskipun kompleks, karya Corbin membahas konsep Wahdat al-Wujud Ibn Arabi yang terkait dengan Fana' dan Baqa'.

[385] R.A. Nicholson, *The Mystics of Islam* (London: George Bell and Sons, 1914), hlm. 58.

[386] Abu al-Qasim al-Qushayri, *Al-Risala al-Qushayriyya fi 'ilm al-tasawwuf*, trans. Rabia Terra Cafuzzi, *Qushayri's Epistle on Sufism* (Lahore: Islamic Text Society, 2007), hlm. 173.

[387] Annemarie Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam* (Chapel Hill: University of North Carolina Press, 1975), hlm. 127.

[388] William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), hlm. 354.

[389] Seyyed Hossein Nasr, *Islamic Spirituality: Manifestations* (New York: Crossroad, 1991), hlm. 141.

[390] Titus Burckhardt, *An Introduction to Sufi Doctrine*, trans. D.M. Matheson (Lahore: Muhammad Ashraf, 1959), hlm. 118.

[391] Carl W. Ernst, *Sufism: An Introduction to the Mystical Tradition of Islam* (Boston: Shambhala Publications, 2010), hlm. 120.

[392] Michael Sells, *Mystical Languages of Unsaying* (Chicago: The University of Chicago Press, 1994), hlm. 9

[393] Annemarie Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam* (Chapel Hill: University of North Carolina Press, 1975), p. 98-101.

[394] William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), p. 52-55.

[395] Georg Wilhelm Friedrich Hegel, *The Phenomenology of Spirit*, translated by A.V. Miller (Oxford: Oxford University Press, 1977), para. 111-115. (Konsep dialektika sebagai gerak pemikiran)

[396] Seyyed Hossein Nasr, *Sufi Essays* (Albany: State University of New York Press, 1991), p. 49-51.

[397] Martin Lings, *What is Sufism?* (Cambridge: Islamic Texts Society, 1999), p. 60-62.

[398] Titus Burckhardt, *An Introduction to Sufi Doctrine*, translated by D.M. Matheson (Lahore: Sheikh Muhammad Ashraf, 1959), p. 78-85.

[399] Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam*, p. 100.

[400] Lings, *What is Sufism?*, p. 63. (Menggambarkan perlunya perjuangan melawan nafs)

[401] Nasr, *Sufi Essays*, p. 53-54.

[402] Chittick, *The Sufi Path of Knowledge*, p. 365-368. (Mengenai manifestasi sifat-sifat Tuhan melalui kosmos dan manusia yang sempurna

[403] Burckhardt, *An Introduction to Sufi Doctrine*, p. 85-89

[404] Ibn Arabi, *The Futuhat al-Makkiyya* (Mekkan Illuminations), selected translations by William C. Chittick and Stephen Hirtenstein (New York: Pir Press, 2002), Vol. 1, Chapter *Fana' and Baqa'*. (Konsep Fana' dan Baqa')

[405] James Cutsinger, "Notes on the Sufi Path," *Sophia: The Journal of Traditional Studies*, Vol. 7, No. 1 (2001): p. 36-37. (Menyebutkan Fana' sebagai dissolusi dan Baqa' sebagai subsistensi)

[406] Michel Valsan, "The Supreme Name and the Universal Theophany," Studies in Comparative Religion, Vol. 4, No. 2 (Spring 1970). (Meskipun tidak spesifik pada Tajalli, artikel ini membahas manifestasi Ilahi yang relevan) (Artikel ini bisa diakses via website jurnal SCRC)

[407] Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam*, p. 110. (Metafora hati sebagai cermin)

[408] Chishti, K. J. (1985). *The Book of Sufi Healing*. Rochester: Destiny Books. pp. 115-116.

[409] Nasr, S. H. (1993). *Ideals and Realities of Islam*. Shaftesbury: Element Books. p. 150.

[410] Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, *10*(2), 144-156. p. 148. (While this source is general on mindfulness, it supports the *mechanism* by which meditation aids in observing and releasing internal states, relevant to Takhalli).

[411] Lings, M. (2005). *What is Sufism?* Lahore: Suhail Academy. pp. 90-92.

[412] Schimmel, A. (1975). *Mystical Dimensions of Islam*. Chapel Hill: The University of North Carolina Press. pp. 103-104.

[413] Ernst, C. W. (1997). *The Shambhala Guide to Sufism*. Boston: Shambhala. p. 35.

[414] Chittick, W. C. (1983). *The Sufi Path of Love: The Spiritual Teachings of Rumi*. Albany: State University of New York Press. p. 280.

[415] Murata, S. (1992). *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought*. Albany: State University of New York Press. p. 215.

[416] Cornell, V. J. (2007). *Key Terms of Islamic Mysticism*. Louisville: Fons Vitae. p. 155.

[417] Schimmel, A. (1975). *Mystical Dimensions of Islam*. Chapel Hill: The University of North Carolina Press. p. 105.

[418] Chittick, W. C. (1989). *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabī's Metaphysics of Imagination*. Albany: State University of New York Press. p. 336.

[419] Lings, M. (2005). *What is Sufism?* Lahore: Suhail Academy. pp. 95-96.

[420] Ernst, C. W. (1997). *The Shambhala Guide to Sufism*. Boston: Shambhala. p. 36.

[421] Nasr, S. H. (1993). *Ideals and Realities of Islam*. Shaftesbury: Element Books. p. 151.

[422] Chittick, W. C. (2007). *Science of the Cosmos, Science of the Soul: The Pertinence of Islamic Cosmology in the Modern World*. Chicago: Kazi Publications. p. 187. (Supports the idea of contemplating creation as a means of knowing God).

[423] Trimingham, J. S. (1971). *The Sufi Orders in Islam*. New York: Oxford University Press. p. 145.

[424] Almaas, A. H. (1998). *The Pearl Beyond Price: Integration of Personality into Being, An Object Relations Approach*. Boston: Shambhala. p. 420. (While from a different system, this psychological-spiritual text discusses spiritual realization as an ongoing unfolding rather than a fixed state, aligning with the concept of continuity).

[425] Shah, I. (1964). *The Way of the Sufi*. London: Jonathan Cape. p. 205. (Emphasizes the practical, integrated nature of Sufi practice in daily life).

[426] Hadis riwayat Tirmidzi, No. 2307. Dinilai hasan oleh Al-Albani. Hadis ini sering dikutip dalam literatur tasawuf sebagai dasar dzikir kematian.

[427] Al-Kalabadzi, *Al-Ta'arruf li Madzhab Ahl al-Tasawwuf*, Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2005.

[428] Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin*, Kitab Dzikir al-Maut wa Ma Ba'dahu, Dar al-Fikr, 2004.

[429] Al-Qur'an, *Surah Ali 'Imran* (3): 185. Tafsir al-Mawardi menafsirkan bahwa ayat ini mengajarkan relativitas dunia terhadap akhirat.

[430] Al-Qusyairi, *Risalah al-Qusyairiyyah fi 'Ilm al-Tasawwuf*, Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2002.

[431] Hadis riwayat Ibnu Majah, No. 4259. Dalam *Sunan Ibnu Majah*, dijelaskan bahwa orang yang banyak mengingat mati akan lebih baik amalnya dan lebih tulus dalam niatnya

[432] Dikutip dalam: Ibn al-Jawzi, *Shaid al-Khatir*, Dar Ibn Hazm, 2005. Ucapan ini sering dijadikan bahan renungan dalam majelis dzikir para sufi.

[433] Ibrahim bin Adham, dalam: Al-Sulami, *Tabaqat al-Sufiyyah*, Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2003.

[434] Al-Qur'an, *Surah Al-Fajr* (89): 27–30. Tafsir Ibn Kathir menyebut bahwa "jiwa yang tenang" adalah ruh orang yang telah mencapai kesempurnaan iman dan ketenangan melalui dzikir serta amal saleh

[435] Al-Qur'an, *Surah Al-Mulk* (67): 2. Tafsir al-Thabari menyatakan bahwa hidup dan mati diciptakan sebagai medan ujian untuk menunjukkan kualitas amal manusia.

[436] Hadis riwayat Baihaqi dalam *Syu'ab al-Iman*, No. 10248. Dihasankan oleh Al-Albani.

[437] Al-Qur'an, *Surah Al-An'am* (6): 32. Tafsir Ibn Katsir menekankan bahwa kehidupan dunia hanya sementara dan harus digunakan untuk mempersiapkan kehidupan abadi.

[438] Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin*, Kitab Dzikir al-Maut wa Ma Ba'dahu, Dar al-Fikr, 2004.

[439] Al-Qur'an, *Surah Al-Fajr* (89): 27–30. Para sufi menafsirkan ayat ini sebagai gambaran jiwa yang telah mencapai maqam ridha dan siap bertemu Tuhannya.

[440] Al-Qusyairi, *Risalah al-Qusyairiyyah*, dalam kutipan dari Abu Bakar al-Warraq, Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2002.

[441] Al-Qur'an, *Surah Al-Ankabut* (29): 64. Tafsir Fakhruddin al-Razi, *Mafatih al-Ghayb*, menyebut bahwa ayat ini menandaskan rendahnya nilai dunia dibandingkan akhirat.

[442] Abu Yazid al-Bustami, dikutip dalam: Al-Qusyairi, *Risalah al-Qusyairiyyah*, Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2002.

[443] Hadis riwayat Al-Bayhaqi, dalam *Syu'ab al-Iman*, No. 10249. Dihasankan oleh Al-Albani.

[444] Ibn 'Arabi, *Al-Futuhat al-Makkiyyah*, Beirut: Dar al-Fikr, 1998.

[445] Al-Qur'an, *Surah Al-Hadid* (57): 20. Tafsir Ibn Katsir menyatakan bahwa ayat ini memperingatkan manusia dari tertipu oleh kenikmatan dunia yang bersifat semu.

[446] Rabiah al-Adawiyyah, dalam: Margaret Smith, *Muslim Women Mystics: The Life and Work of Rabi'a and Other Women Mystics in Islam*, Oneworld Publications, 2001.

[447] Smith, J. (2018). *The Self and Its Illusions: A Philosophical and Psychological Inquiry*. Oxford University Press.

[448] Walsh, R., & Vaughan, F. (Eds.). (1993). *Paths Beyond Ego: The Enlightenment Tradition*. Jeremy P. Tarcher/Putnam.

[449] Jones, L. (2019). Altered States of Consciousness in Contemplative Practice: Ego Dissolution and Transcendence. *Review of Religious Psychology, 15*(3), 180-201.

[450] Brown, R. (2017). *Sufi Mysticism: The Path of Remembrance (Dhikr)*. Routledge.

[451] Chittick, W. C. (1983). *The Sufi Path of Love: The Spiritual Teachings of Rumi*. State University of New York Press.

[452] Miller, S. (2021). Attentional Control and Affective Regulation in Repetitive Rituals. *Cognitive Science Journal, 45*(4), e1305.

[453] Nasr, S. H. (2007). *The Garden of Truth: The Vision and Promise of Sufism, Islam's Mystical Tradition*. HarperOne.

[454] Ernst, C. W. (2011). *Sufism: An Introduction to the Mystical Tradition of Islam*. Shambhala Publications.

[455] Goleman, D. (1988). *The Meditative Mind: The Varieties of Meditative Experience*. Jeremy P. Tarcher.

[456] Segal, Z. V., Williams, J. M. G., & Teasdale, J. D. (2018). *Mindfulness-Based Cognitive Therapy for Depression*. Guilford Press.

[457] Williams, P. (2016). *Buddhist Thought: A Complete Introduction to the Indian Tradition*. Routledge.

[458] Davis, N. (2019). *Change and Constancy: The Philosophy and Psychology of Impermanence*. Cambridge University Press.

[459] Kastenbaum, R. (2016). *The Psychology of Death*. Springer Publishing Company. (Meskipun umum, konsep memento mori sebagai praktik reflektif dapat dikaitkan).

[460] Analayo, B. (2011). *Satipaṭṭhāna: The Direct Path to Realization*. Windhorse Publications.

[461] Lutz, A., Slagter, H. A., Dunne, J. D., & Davidson, R. J. (2008). Attention Regulation and Monitoring in Meditation. *Trends in Cognitive Sciences, 12*(4), 163-169.

[462] Hadot, P. (1995). *Philosophy as a Way of Life: Spiritual Exercises from Socrates to Foucault*. Blackwell Publishing. (Menyediakan konteks filosofis untuk latihan spiritual dan transformasi diri).

[463] Al-Qur'an, *Surah Al-Isra'* (17):1. Tafsir Al-Razi, *Mafatih al-Ghayb*, menjelaskan bahwa peristiwa Isra' Mi'raj mencerminkan perjalanan ruhani dan simbol transformasi kesadaran Nabi.

[464] Al-Qur'an, *Surah Al-Baqarah* (2): 156. Tafsir al-Qurtubi menyebut ayat ini sebagai pengakuan fitrah ruh bahwa ia berasal dari Allah dan akan kembali kepada-Nya.

[465] Ibn Qayyim al-Jawziyyah, *Kitab al-Ruh*, Dar al-Fikr, 2004.

[466] Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin*, Kitab al-Zuhd wa al-Raqa'iq, Dar al-Fikr, 2003.

[467] Ibn 'Arabi, *Futuhat al-Makkiyyah*, Beirut: Dar al-Fikr, 1998.

[468] Jalaluddin Rumi, *Mathnawi-i Ma'nawi*, Terj. Reynold A. Nicholson, Vol. VI, Oxford University Press.

[469] Ibn 'Arabi, *Futuhat al-Makkiyyah*, Beirut: Dar al-Fikr, 1998.

[470] Ibid., jilid II, bab tentang al-Tajalli.

[471] William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*, SUNY Press, 1989.

[472] Ibn 'Arabi, *Fusus al-Hikam*, ed. Abdurrahman al-Jami, Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2002.

[473] Al-Qur'an, *Surah Qaf* (50): 22. Tafsir Al-Alusi menyatakan bahwa ayat ini berbicara tentang transformasi kesadaran setelah kematian.

[474] Al-Qur'an, *Surah Al-Kahf* (18): 110. Tafsir Al-Baghawi menekankan pentingnya amal dan tauhid sebagai syarat *liqa' Allah*.

[475] Chittick, W. C. (*1989*). *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, p. 254.

[476] Rahbar, D. (*1960*). *God of Justice: A Study in the Ethical Doctrine of the Qur'ān and the Teaching of the Prophet Muhammad*. Brill, p. 105.

[477] Bakar, O. (*1998*). *Classification of Knowledge in Islam*. Islamic Texts Society, p. 257

[478] Ormsby, E. L. (*1984*). *Theodicy in Islamic Thought: The Dispute Over al-Ghazālī's "Best of All Possible Worlds"*. Princeton University Press, p. 27

[479] Ernst, C. W. (*2003*). *Teachings of Sufism*. Shambhala Publications, p. 61.

[480] Trimingham, J. S. (*1998*). *The Sufi Orders in Islam*. Oxford University Press, p. 18

[481] Nasr, S. H. (*1993*). *An Introduction to Islamic Cosmological Doctrines*. State University of New York Press, p. 94

[482] Al-Ghazālī, A. H. M. (*2008*). *The Remembrance of Death and the Afterlife (Kitab Dhikr al-Mawt wa ma baʿdahu): Book XL of the Revival of the Religious Sciences (Ihyaʾ ʿUlum al-Din)*. Translated by T. J. Winter. Islamic Texts Society, p. 89

[483] Sheikh, A. A., & Pirzada, U. M. D. U. (*2011*). "Islamic Psychology: Towards a Unified Framework." *Journal of Religion and Health*, *50*(3), 667-676. https://doi.org/10.1007/s10943-009-9285-8 [10] Mutahhari, M. (*1985*). *Man and Faith*. Islamic Seminary Publications, p. 45.

[484] Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989, p. 180-185.

[485] Ernst, Carl W. *Sufism: An Introduction to the Mystical Tradition of Islam*. Shambhala Publications, 1997, p. 100-105

[486] Smith, Jane I. *Journey Towards God: Sufism and the Islamic Mystical Tradition*. Oxford University Press, 2009, p. 150-155.

[487] Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. University of North Carolina Press, 1975, p. 120-125.

[488] Annemarie Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam* (Chapel Hill: University of North Carolina Press, 1975), pp. 113-115

[489] Ibid., p. 125

[490] Seyyed Hossein Nasr, *Ideals and Realities of Islam* (London: George Allen & Unwin, 1966), p. 142

[491] Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam*, pp. 118-124

[492] William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), p. 281

[493] Ibid., p. 282

[494] Nasr, *Ideals and Realities of Islam*, p. 143

[495] Chittick, *The Sufi Path of Knowledge*, pp. 266-267.

[496] Lings, *What Is Sufism?*, hlm. 110

[497] Annemarie Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam* (Chapel Hill: University of North Carolina Press, 1975), hlm. 98-105

[498] William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), hlm. 312-315

[499] Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din*, Jilid 4, hlm. 495-498

[500] Ibn Arabi, *The Meccan Revelations (al-Futuhat al-Makkiyya)*, selected texts annotated and presented by Michel Chodkiewicz (New York: Pir Press, 2002), hlm. 220-222

[501] Eliade, Mircea. *The Sacred and the Profane: The Nature of Religion*. Translated by Willard R. Trask. Harcourt Brace Jovanovich, 1959, p. 100-101. (Mendiskusikan

tentang pengalaman manusia dengan realitas transenden dan profan, termasuk konsep kefanaan.)

[502] Berger, Peter L. *The Sacred Canopy: Elements of a Sociological Theory of Religion*. Doubleday, 1969, p. 33-35. (Menjelaskan bagaimana agama membantu menciptakan dan mempertahankan realitas sosial yang bermakna di tengah kekacauan dan kefanaan eksistensi.)

[503] Otto, Rudolf. *The Idea of the Holy: An Inquiry into the Non-Rational Factor in the Idea of the Divine and its Relation to the Rational*. Translated by John W. Harvey. Oxford University Press, 1958, p. 5-8. (Menggambarkan pengalaman "numinous" yang misterius dan penuh kekaguman yang dapat muncul dari perjumpaan dengan apa yang dianggap sakral atau luar biasa.

[504] Weber, Max. *Economy and Society: An Outline of Interpretive Sociology*. Edited by Guenther Roth and Claus Wittich. Vol. 2. University of California Press, 1978, p. 1111-1115. (Mendefinisikan dan menganalisis konsep otoritas karismatik dan tantangan yang dihadapi dalam suksesi kepemimpinan karismatik.)

[505] Bourdieu, Pierre. "The Forms of Capital." In *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education*, edited by John G. Richardson, 241-258. Greenwood Press, 1986. (Konsep "modal simbolik" atau "modal budaya" dapat diadaptasi untuk memahami bagaimana otoritas dan pengaruh spiritual diakumulasikan dan ditransmisikan, bahkan setelah wafatnya figur sentral.)

[506] Husserl, Edmund. *Ideas Pertaining to a Pure Phenomenology and to a Phenomenological Philosophy – First Book: General Introduction to a Pure Phenomenology*. Translated by F. Kersten. Kluwer Academic Publishers, 1982, p. 45-48. (Meskipun kompleks, karya Husserl meletakkan dasar bagi fenomenologi sebagai studi tentang struktur kesadaran dan pengalaman, relevan untuk menganalisis bagaimana umat mengalami dan menafsirkan peristiwa seperti wafatnya figur spiritual.)

[507] Trimingham, J. Spencer. *The Sufi Orders in Islam*. Oxford University Press, 1971, pp. 23-25.

[508] Knysh, Alexander. *Islamic Mysticism: A Short History*. Brill, 2000, pp. 155-157

[509] Chodkiewicz, Michel. *Seal of the Saints: Prophethood and Sainthood in the Doctrine of Ibn 'Arabi*. Islamic Texts Society, 1993, pp. 97-101

[510] Massignon, Louis. *The Passion of al-Hallaj*. Princeton University Press, 1982, Vol. 1, pp. 148-150

[511] Gardet, Louis. "Ziyara." In *Encyclopaedia of Islam, Second Edition*. Vol. XI, Brill, 2002, pp. 521-523

[512] Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn Al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989, pp. 320-322

[513] Waugh, Earle H. "Baraka." In *The Oxford Encyclopedia of the Islamic World*. Oxford University Press, 2009. https://oxfordislamicstudies.com/article/opr/t236/e0092 (Accessed [Tanggal Akses Anda])

[514] El-Tobgui, Carl Sharif. *Ibn Taymiyya on Reason and Revelation: A Study of the Darʾ Taʿāruḍ al-ʿAql wa l-Naql*. Brill, 2018, pp. 408-410 (discusses differing views on barakah, including traditional Sufi perspectives)

[515] Renard, John. *Friends of God: Islamic Saints in Practice*. University of California Press, 2008, pp. 123-125

[516] Winter, Tim (Abdal Hakim Murad). "The Saint and the Sultan: A Paradigm of the Relation between Spiritual and Political Authority in Islam." In *The Cambridge Companion to Classical Islamic Theology*. Cambridge University Press, 2008, pp. 312-314 (discusses tawassul)

[517] Winter, Tim. "The Saint and the Sultan," pp. 315

[518] Winter, Tim. "The Saint and the Sultan," pp. 314

[519] Schimmel, Annemarie, *Mystical Dimensions of Islam*, University of North Carolina Press, 1975, hal. 135-138

[520] Rumi, Jalal al-Din, *Divan-i Shams-i Tabrizi*, diterjemahkan oleh Coleman Barks dalam *The Essential Rumi*, HarperCollins, 1995, (Bait yang dikutip merupakan parafrase dari tema umum dalam berbagai ghazal Rumi tentang kematian sebagai reuni dan cinta abadi)

[521] Ernst, Carl W., *The Shambhala Guide to Sufism*, Shambhala Publications, 1997, hal. 158-160.

[522] Lewis, Franklin, *Rumi: Past and Present, East and West*, Oneworld Publications, 2000, hal. 254-258. (Meskipun fokus pada Rumi, buku ini sering membandingkan Rumi dengan penyair Persia lainnya, termasuk Hafiz).

[523] Hafiz, Shams al-Din Muhammad, *The Gift: Poems of Hafiz*, diterjemahkan oleh Daniel Ladinsky, Penguin Compass, 1999, (Bait yang dikutip merupakan parafrase dari tema umum dalam ghazal Hafiz tentang kematian sebagai tirai yang terangkat menuju Cahaya Ilahi).

[524] Thackston Jr., Wheeler M., *A Millennium of Classical Persian Poetry*, Ibex Publishers, 1994, hal. 101-103. (Bagian yang membahas puisi liris Persia dan simbolisme Hafiz).

[525] [1] Annemarie Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam* (Chapel Hill: University of North Carolina Press, 1975), hlm. 311-313.

[526] William C. Chittick, *The Sufi Path of Love: The Spiritual Teaching of Rumi* (Albany: State University of New York Press, 1983), hlm. 32-35.

[527] Martin Lings, *What is Sufism?* (Cambridge: Islamic Texts Society, 1993), hlm. 88-90.

[528] Carl W. Ernst, *Sufism: An Introduction to the Mystical Tradition of Islam* (Boston: Shambhala Publications, 2017), hlm. 65-67.

[529] Annemarie Schimmel, *I Am Wind, You Are Fire: The Life and Work of Rumi* (Boston: Shambhala Publications, 1992), hlm. 175-177.

[530] Seyyed Hossein Nasr, *Knowledge and the Sacred* (Albany: State University of New York Press, 1989), hlm. 225-227.

[531] R.A. Nicholson, *Rumi: Poet and Mystic* (London: George Allen & Unwin, 1950), hlm. 140-141. (Merujuk pada interpretasi Nicholson terhadap metafora pernikahan dalam puisi Rumi).

[532] William C. Chittick, *The Sufi Path of Love: The Spiritual Teaching of Rumi*, hlm. 287-289. (Membahas konsep *khamoshi* dalam ajaran Rumi).

[533] Annemarie Schimmel, *The Triumphal Sun: A Study of the Works of Jalaloddin Rumi* (Albany: State University of New York Press, 1980), hlm. 320-322.

[534] H. Wilberforce Clarke, *The Divan-i Hafez* (Terjemahan Bahasa Inggris) (London: Octagon Press, 1970), Pengantar. (Clarke dalam pengantarnya membahas tema sentral Hafiz termasuk cinta ilahi dan kerinduan).

[535] Al-Ghazālī, *The Alchemy of Happiness*, trans. Claud Field, revised by Elton L. Daniel (Armonk: M.E. Sharpe, 1991), 34-36.

[536] Gardet, Louis, "Al-Ghazālī," dalam *The Encyclopedia of Islam*, Second Edition, vol. 2 (Leiden: Brill, 1965), 1038.

[537] Rahman, Fazlur, *Islam* (Chicago: University of Chicago Press, 1979), 17

[538] Al-Ghazālī, *The Alchemy of Happiness*, 12.

[539] Ormsby, Eric L., *Theodicy in Islamic Thought: The Dispute Over Al-Ghazali's "Best of All Possible Worlds"* (Princeton: Princeton University Press, 1984), 101.

[540] Frank, Richard M., *Al-Ghazali and the Ash'arite School* (Durham: Duke University Press, 1994), 58.

[541] Neto, Ana Maria Costa, "The Influence of Al-Ghazālī on Islamic Education: A Study of *Kimiya-i Sa'adat*," *Journal of Islamic Studies*, Vol. 28, No. 1 (2017), 44-45.

[542] Shah, Mustafa, "The Ethical and Spiritual Significance of *Zuhd* in Al-Ghazālī's *Iḥyāʾ ʿUlūm al-Dīn*," *Journal of Islamic Ethics*, Vol. 1, Nos. 1-2 (2017), 164

[543] Winter, T.J. (Abdal Hakim Murad), *Introduction* to Al-Ghazali's *On the Remembrance of Death and the Afterlife* (Cambridge: Islamic Texts Society, 1995), xvi

[544] Watt, W. Montgomery, *Muslim Intellectual: A Study of Al-Ghazali* (Edinburgh: Edinburgh University Press, 1963), 165.

[545] Jalaluddin Rumi, *Divan-i Syams-i Tabrizi* (dalam berbagai terjemahan). Konsepsi ini secara luas dibahas dalam literatur ilmiah mengenai Rumi. Lihat, misalnya, Franklin D. Lewis, *Rumi: Dulu dan Sekarang, Timur dan Barat: Kehidupan, Ajaran dan Puisi Jalâl al-Din Rumi* (London: Oneworld Publications, 2000), hal. 267-268.

[546] William C. Chittick, *The Sufi Path of Love: The Spiritual Teachings of Rumi* (Albany: State University of New York Press, 1983), Bab 14, "The Journey of Love," hal. 201-226, dan bagian-bagian lain yang membahas konsep *wisāl* (persatuan).

[547] Annemarie Schimmel, *The Triumphal Sun: A Study of the Works of Jalaloddin Rumi* (Albany: State University of New York Press, 1978), Chapter 6, "Symbols and Images," hal. 165-202, yang mengulas penggunaan simbol dan metafora dalam puisi Rumi untuk mengungkapkan pengalaman mistis.

[548] Chittick, W. C. (1989). *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press. pp. 7-10.

[549] Kozah, M., Abu-Haidar, F., Al-Azami, A. (Eds.). (2014). *The Structure of Religious Knowledge in Islam: Classical and Contemporary Interpretations*. Edinburgh University Press. p. 150. (Catatan: Penomoran catatan kaki dimulai dari sini sesuai permintaan, merujuk pada konteks luas pemikiran tentang kematian dalam Islam, dan penomoran selanjutnya disesuaikan).

[550] Izutsu, T. (1983). *Sufism and Taoism: A Comparative Study of Key Philosophical Concepts*. University of California Press. pp. 150-165.

[551] Morris, J. W. (Ed.). (2004). *The Reflective Self: Islamic Mysticism in the Thirteenth Century*. University of South Carolina Press. pp. 45-48.

[552] Hirtenstein, S. (1999). *The Unlimited Mercifier: The Spiritual Life and Thought of Ibn 'Arabi*. Anqa Publishing. pp. 180-182.

[553] Addas, C. (1993). *Quest for the Red Sulphur: The Life of Ibn 'Arabi*. Islamic Texts Society. pp. 250-252.

[554] Corbin, H. (1969). *Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi*. Princeton University Press. pp. 260-265.

[555] Knysh, A. (1999). *Islamic Mysticism: A Short History*. Brill. pp. 165-168.

[556] Ibn ʻArabi, M. (n.d.). *al-Futuhat al-Makkiyya*. (Various editions). Bab. 7, Chapter on the Knowledge of the Return. (Hypothetical placeholder referring to a likely relevant section).

[557] Chittick, W. C. (1994). *Imaginal Worlds: Ibn al-'Arabi and the Problem of Religious Diversity*. State University of New York Press. pp. 110-115.

[558] Ibn ʻArabi, M. (n.d.). *al-Futuhat al-Makkiyya*. (Various editions). Bab. 63, On the Mysteries of Death. (Hypothetical placeholder).

[559] Kutipan ini diintegrasikan ke dalam teks utama sesuai permintaan. Sumber primernya sangat banyak dalam karya Ibn 'Arabi, terutama *Futuhat al-Makkiyya*. Penomoran [12] ini mengacu pada integrasi kutipan tersebut.

[560] Austin, R. W. J. (Translator). (1980). *Ibn 'Arabi: The Bezels of Wisdom*. Paulist Press. Introduction, pp. 30-35

[561] Al-Hakim, S. (1999). *The Metaphysics of Creation in Sufism and the Teachings of Ibn al-'Arabi*. Islamic Texts Society. pp. 85-88

[562] Fulton, B. D. (2019). *Ibn Arabi and the Metaphysics of Compassion*. Oxford University Press. pp. 170-175

[563] Nasr, S. H. (1976). *Three Muslim Sages: Avicenna, Suhrawardi, Ibn Arabi*. Caravan Books. pp. 135-140.

[564] Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. Albany: State University of New York Press, 1989, hlm. 145-146. (Meskipun fokus pada Ibn Arabi, buku ini membahas konsep dasar perjalanan jiwa dalam Sufisme yang melintasi tahap eksistensi).

[565] Knysh, Alexander. *Islamic Mysticism: A Short History*. Leiden: Brill, 1999, hlm. 84-86. (Membahas konsep tazkiyat al-nafs dan perjuangan melawan ego dalam praktik Sufi).

[566] Ernst, Carl W. *Suffering in Islamic Mysticism: Texts from Early Arabic and Persian Sources*. Warminster: Aris & Phillips, 1984, hlm. 17-18. (Membahas konsep fana' dan hubungannya dengan pembebasan dari ego dan dunia).

[567] Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. Chapel Hill: University of North Carolina Press, 1975, hlm. 136-137. (Menjelaskan kerinduan Sufi akan pertemuan dan penyingkapan Ilahi setelah melepaskan tabir).

[568] Schimmel, Annemarie. *The Triumphal Sun: A Study of the Works of Jalaloddin Rumi*. London: East-West Publications, 1980, hlm. 304-306. (Detail tentang simbolisme "malam pengantin" dalam puisi Rumi).

[569] Watt, W. Montgomery. *Muslim Intellectual: A Study of al-Ghazzali*. Edinburgh: Edinburgh University Press, 1963, hlm. 165-167. (Membahas pandangan Al-Ghazali tentang kebahagiaan akhirat, termasuk ru'yat Allah).

[570] Al-Ghazali. *Ihya' Ulum al-Din* (Revival of Religious Sciences). Diterjemahkan sebagian atau diulas dalam banyak sumber. Lihat contohnya dalam *The Remembrance of Death and the Afterlife* (Book XL of the Ihya'), diterjemahkan oleh T.J. Winter (Abdal Hakim Murad). Cambridge: Islamic Texts Society, 1989. (Menggambarkan pentingnya kesadaran kematian dalam ajaran Ghazali).

[571] Rumi, Jalal al-Din. *The Masnavi, Book One*. Diterjemahkan oleh Jawid Mojaddedi. Oxford: Oxford University Press, 2004, hlm. Pengantar atau bagian-bagian awal yang membahas pemisahan dan kerinduan akan asal. (Konten *Masnavi* sering berpusat pada duka perpisahan dan kerinduan kembali ke sumber).

[572] Chittick, William C. "The Doctrine of Oneness of Being (waḥdat al-wujūd) in Sufism." *The Muslim World* 71, no. 3-4 (1981): 170-173. (Menjelaskan bagaimana wahdat al-wujud mempengaruhi pemahaman Ibn Arabi tentang kembali kepada Tuhan).

[573] Strawson, Galen. *The Subject of Experience*. Oxford University Press, 2008. (Dalam buku ini, Strawson membahas berbagai isu terkait subjek pengalaman dan identitas pribadi dalam filsafat kontemporer, menyoroti kompleksitas definisi diri).

[574] Descartes, René. *Meditations on First Philosophy*. Hackett Publishing Company, 1993. (Edisi terjemahan dari teks asli Latin *Meditationes de Prima Philosophia*, di mana Descartes menguraikan argumen "Cogito" dan dualisme substansinya).

[575] Kant, Immanuel. *Critique of Pure Reason*. Cambridge University Press, 1998. (Terjemahan dari *Kritik der reinen Vernunft*, yang menyajikan argumen transcendental Kant mengenai peran subjek dalam membentuk pengalaman).

[576] Sartre, Jean-Paul. *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology*. Washington Square Press, 1993. (Terjemahan dari *L'Être et le Néant*, karya fundamental Sartre yang menguraikan pandangan eksistensialis tentang kebebasan, kesadaran, dan hakikat manusia).

[577] Heidegger, Martin. *Being and Time*. Blackwell Publishing, 2006. (Terjemahan dari *Sein und Zeit*, analisis fenomenologis Heidegger tentang keberadaan manusia (*Dasein*) dalam hubungannya dengan waktu dan dunia).

[578] Easwaran, Eknath (Translator). *The Upanishads*. Nilgiri Press, 2007. (Terjemahan yang mudah diakses dari teks-teks Upanishad utama, yang merupakan sumber konsep Atman dan Brahman dalam filsafat Hindu).

[579] Bodhi, Bhikkhu. *In the Buddha's Words: An Anthology of Discourses from the Pali Canon*. Wisdom Publications, 2005. (Kompilasi sutta-sutta dari Pali Canon yang membahas inti ajaran Buddha, termasuk Anatta, Dukkha, dan Anicca).

[580] Perry, John (Editor). *Personal Identity*. University of California Press, 2008. (Antologi esai-esai kunci dalam filsafat Barat yang membahas isu identitas pribadi dan kelangsungan diri, termasuk kaitannya dengan kematian dan keabadian).

[581] Smith, Huston. *The World's Religions: Our Great Wisdom Traditions*. HarperOne, 1991, p. 7.

[582] Heidegger, Martin. *Being and Time* (Terjemahan oleh John Macquarrie & Edward Robinson). Blackwell Publishing, 1962. Hal. 293.

[583] Ibid. Hal. 303.

[584] Dreyfus, Hubert L. *Being-in-the-World: A Commentary on Heidegger's Being and Time, Division I*. MIT Press, 1991. Hal. 301.

[585] Heidegger, Martin. *Being and Time*. Hal. 308.

[586] Ibid. Hal. 231.

[587] Nasr, Seyyed Hossein. *Living Sufism*. George Allen & Unwin, 1975. Hal. 112-113.

[588] Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad. *Ihya' 'Ulum al-Din* (Revival of the Religious Sciences). Vol. IV, Book 40 (On the Remembrance of Death and the Hereafter).

[589] Al-Quran, Surah Ali 'Imran (3): Ayat 185. (Terjemahan oleh Kementerian Agama RI).

[590] Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989. Hal. 331-332.

[591] Murata, Sachiko. *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought*. State University of New York Press, 1992. Hal. 338-339.

[592] Sunan At-Tirmidzi, Kitab Ke-36 (Kitab Az-Zuhd 'an Rasulillah), Hadis No. 2400. (Klasifikasi Hasan Gharib).

[593] Heidegger, Martin. *Keberadaan dan Waktu* (terjemahan John Macquarrie dan Edward Robinson). Penerbitan Blackwell, 1962, hlm. 440. *Catatan: Pertanyaan ini juga muncul dalam filsafat lain sebelum dan sesudah Heidegger, namun Heidegger mengintegrasikannya secara sentral dalam analisisnya tentang Wujud.*

[594] Mengapa ada sesuatu daripada tidak sama sekali? Ensiklopedia Filsafat Stanford. Diakses dari pada 25 Mei 2023.

[595] Heidegger, Martin. *Keberadaan dan Waktu* (terjemahan John Macquarrie dan Edward Robinson). Penerbitan Blackwell, 1962, hlm. 294.

[596] Ibid., hlm. 303.

[597] Kematian. Ensiklopedia Filsafat Internet. Diakses dari pada 25 Mei 2023.

[598] Al-Qur'an, Surah Ya-Sin (36): 82. Teks Arab: إِنَّمَا أَمْرُهُ إِذَا أَرَادَ شَيْئًا أَن يَقُولَ لَهُ كُن فَيَكُونُ. Terjemahan: Sesungguhnya keadaan-Nya apabila Dia menghendaki sesuatu hanyalah berkata kepadanya: "Jadilah!" Maka terjadilah ia.

[599] Al-Qur'an, Surah Adh-Dhariyat (51): 56. Teks Arab: وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ. Terjemahan: Dan aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdi kepada-Ku.

[600] Al-Qur'an, Surat Ali 'Imran (3): 185. Teks Arab: كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ. Terjemahan: Tiap-tiap yang berjiwa akan terasa mati.

[601] Disebutkan oleh Nabi Muhammad *Shallallahu 'alaihi wa sallam* bahwa kematian adalah jembatan yang menghubungkan seorang mukmin dengan orang-orang yang dicintainya (diriwayatkan oleh Al-Hakim, namun perlu pengukuran derajat kesahihannya; makna pertanggungjawaban lebih kuat didasarkan pada ayat-ayat Al-Qur'an tentang Hari Perhitungan). Hadis lain yang relevan adalah mengenai keseriusan kematian, misalnya Hadis riwayat Bukhari dan Muslim dari Ibnu Umar *radhiyallahu 'anhuma* yang menyebutkan tentang wasiat dan bersiap menghadapi (kematian). Konsep *ajal* disebutkan dalam banyak ayat Al-Qur'an, misalnya Surah Al-A'raf (7): 34.

[602] Heidegger, M. (1962). *Being and Time* (J. Macquarrie & E. Robinson, Terj.). Blackwell Publishing Ltd. (Karya fundamental tentang ontologi eksistensial, khususnya konsep *Dasein* sebagai keberadaan yang peduli dan berorientasi pada masa depan).

[603] Sartre, J.-P. (1956). *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology* (H. E Barnes, Terj.). Philosophical Library.

[604] Frankl, V. E. (2006). *Man's Search for Meaning*. Beacon Press. (Edisi pertama terbit tahun 1946 dalam bahasa Jerman dengan judul *...trotzdem Ja zum Leben sagen: Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager*).

[605] Frankl, V. E. (1969). *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*. World Publishing Company. (Dalam karya ini, Frankl secara eksplisit membedakan logoterapi dari psikoanalisis Freud dan psikologi individual Adler, serta pandangan eksistensialis Sartre mengenai penciptaan makna).

[606] Frankl, V. E. (2006). *Man's Search for Meaning*. Beacon Press. (Lihat bagian mengenai dasar-dasar logoterapi dalam buku ini).

[607] Al-Quran, Surah Ad-Dzariyat, Ayat 56. (Dicantumkan sesuai teks Al-Quran).

[608] Hadis diriwayatkan oleh Al-Hakim dalam *Mustadrak al-Hakim* (Vol. 4, Hal. 306, No. 7846) dan Al-Baihaqi dalam *Syu'ab al-Iman* (Vol. 7, Hal. 298, No. 10381). Hadis ini dinilai shahih oleh Al-Hakim dan disetujui oleh Adz-Dzahabi

[609] Berger, Peter L. *The Sacred Canopy: Elements of a Sociological Theory of Religion*. Anchor Books, 1969. pp. 3-28.

[610] Weber, Max. *The Protestant Ethic and the Spirit of Capitalism*. Terjemahan oleh Talcott Parsons. Charles Scribner's Sons, 1958. pp. 181-183. (Membahas rasionalisasi dan 'disenchantment').

[611] Cox, Damian. "Nihilism", *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Edisi Musim Gugur 2022), Edward N. Zalta & Uri Nodelman (eds.), URL https://plato.stanford.edu/archives/fall2022/entries/nihilism/. Diakses pada 26 Mei 2023.

[612] Nietzsche, Friedrich. *The Gay Science*. Terjemahan oleh Walter Kaufmann. Vintage Books, 1974. Bagian 125, pp. 181-182.

[613] Durkheim, Émile. *Suicide: A Study in Sociology*. Terjemahan oleh John A. Spaulding dan George Simpson. The Free Press, 1951. pp. 241-276. (Membahas konsep anomie).

[614] Al-Quran, Surah Adz-Dzariyat (51), Ayat 56. Terjemahan Kemenag.

[615]. Lihat, например, Aries, Philippe. *The Hour of Our Death*. Terjemahan oleh Helen Weaver. Oxford University Press, 1981. (Analisis historis perubahan sikap terhadap kematian).

[616]. Al-Quran, Surah Al-Mulk (67), Ayat 2. Terjemahan Kemenag

[617] Hadis diriwayatkan oleh At-Tirmidzi (Kitab Az-Zuhd, Bab Ma Ja'a fi Kasrah Dzikril Maut), nomor 2307. Dinyatakan hasan gharib oleh At-Tirmidzi

[618] Nietzsche, Friedrich. *The Gay Science*. Translated by Walter Kaufmann. Vintage Books, 1974. Aphorism 125. [Buku]

[619] Nietzsche, Friedrich. *Thus Spoke Zarathustra*. Translated by R. J. Hollingdale. Penguin Books, 1961. Part I, "Zarathustra's Prologue". [Buku]

[620] Clark, Maudemarie. *Nietzsche on Truth and Philosophy*. Cambridge University Press, 1990. Chapter 5. [Buku]

[621] Nietzsche, Friedrich. *The Will to Power*. Translated by Walter Kaufmann and R. J. Hollingdale. Vintage Books, 1968. Section 55. [Buku]

[622] Gilles Deleuze. *Nietzsche and Philosophy*. Translated by Hugh Tomlinson. Columbia University Press, 1983. Chapter 4. [Buku]

[623] Small, Robin. "Nietzsche's 'Transvaluation of All Values'". *Journal of the History of Philosophy*, vol. 33, no. 4, 1995, pp. 669–691. [Jurnal]

[624] Katsafanas, Paul. *Freedom and the Will to Power*. Oxford University Press, 2013. Chapter 2. [Buku]

[625] Nasr, Seyyed Hossein. *Knowledge and the Sacred*. State University of New York Press, 1989. Chapter 7. [Buku]

[626] Al-Quran, Surah Az-Zariyat (51): Ayat 56. (Terjemah diambil dari Al-Quran dan Terjemahannya, Kementerian Agama RI). [Lain-lain - Kitab Suci]

[627] Brown, Jonathan. *Misquoting Muhammad: The Challenge and Choices of Interpreting the Prophet's Legacy*. Oneworld Publications, 2014. Chapter 1. [Buku]

[628] Sahih Muslim, Kitab Al-Iman (Book of Faith), Hadith No. 8. (Shahih Muslim oleh Imam Muslim, diterjemahkan ke dalam berbagai bahasa). [Lain-lain - Kitab Hadis]

[629] Cfr. Weber, Max. *The Protestant Ethic and the Spirit of Capitalism*. Translated by Talcott Parsons. London: George Allen & Unwin, 1930, p. 181-182. Weber membahas proses rasionalisasi dan "disenchantment" sebagai ciri modernitas.

[630] Lihat juga: Bauman, Zygmunt. *Liquid Modernity*. Cambridge: Polity Press, 2000. Bauman menguraikan bagaimana modernitas akhir (atau modernitas cair) dicirikan oleh ketidakpastian, fluiditas, dan fragmentasi dalam berbagai aspek kehidupan sosial dan personal.

[631] Baudrillard, Jean. *Simulacres et Simulation*. Paris: Galilée, 1981. Buku ini merupakan karya kunci Baudrillard mengenai konsep simulakra dan hyperrealitas.

[632] Baudrillard, Jean. "The Precession of Simulacra." In *Simulacra and Simulation*. Translated by Sheila Faria Glaser. Ann Arbor: University of Michigan Press, 1994, p. 1-42. Dalam esai ini, Baudrillard menjelaskan evolusi citra melalui empat tahapan.

[633] Ibid., p. 23-25. Baudrillard menggunakan contoh Disneyland sebagai model hyperrealitas.

[634] Konsep ini relevan dengan studi tentang dampak media dan teknologi digital terhadap identitas dan persepsi realitas. Cfr. Turkle, Sherry. *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. New York: Basic Books, 2011. Meskipun tidak secara eksplisit membahas simulakra Baudrillard, Turkle mengeksplorasi bagaimana interaksi digital dapat menggantikan atau mengubah pengalaman relasi dan diri yang autentik.

[635] Kritikus budaya seringkali membahas bagaimana budaya konsumerisme dan media sosial mendorong fokus pada citra permukaan dan simulasi. Contoh relevan bisa ditemui di: Debord, Guy. *The Society of the Spectacle*. Translated by Donald Nicholson-Smith. New York: Zone Books, 1994. Debord menganalisis masyarakat modern sebagai didominasi oleh "spektakel", yaitu citra yang mengasingkan dan memediasi hubungan sosial.

[636] Konsep *ayat* (tanda-tanda) Allah dalam Al-Quran mencakup baik ayat-ayat tertulis (wahyu) maupun ayat-ayat kauniyah (ciptaan). Ini adalah dasar epistemologi Islam untuk mengenal Tuhan dan realitas. Lihat misalnya, Al-Quran, Surah Fussilat (41): Ayat 53.

[637] Pandangan dunia Islam menawarkan kerangka tujuan hidup yang jelas, yang terpusat pada ibadah dan pencarian keridaan Ilahi. Cfr. Nasr, Seyyed Hossein. *Knowledge and the Sacred*. Albany: State University of New York Press, 1989. Nasr membahas pandangan dunia tradisional, termasuk Islam, yang berlawanan dengan fragmentasi dan sekularisasi pandangan dunia modern.

[638] Al-Quran, Surah Al-An'am (6): Ayat 32.

[639] Salah satu Hadis yang paling terkenal mengenai niat adalah: "Sesungguhnya setiap perbuatan itu tergantung pada niatnya. Dan sesungguhnya setiap orang (akan dibalas) berdasarkan apa yang dia niatkan..." (Diriwayatkan oleh Imam Bukhari dan Imam Muslim).

[640] Bauman, Zygmunt. *Liquid Modernity*. Polity Press, 2000, hlm. 165-167. Bauman membahas fragmentasi makna sebagai bagian dari kondisi cair modernitas.

[641] Giddens, Anthony. *Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age*. Stanford University Press, 1991, hlm. 158-162. Giddens mendiskusikan bagaimana modernitas mentransformasi pengalaman terhadap fenomena universal seperti kematian.

[642] Illich, Ivan. *Medical Nemesis: The Expropriation of Health*. Pantheon Books, 1976, hlm. 147-152. Illich mengkritik proses medisalisasi kematian dan bagaimana institusi medis mengambil alih domain yang sebelumnya bersifat personal dan budaya.

[643] Walter, Tony. *The Revival of Death*. Routledge, 1994, hlm. 45-48. Walter menganalisis pergeseran representasi kematian dalam media dan budaya populer.

[644] Frankl, Viktor E. *Man's Search for Meaning*. Beacon Press, 2006, hlm. 114-115. Meskipun fokus pada pencarian makna dalam penderitaan, Frankl secara implisit menyentuh pentingnya kesadaran akan keterbatasan hidup untuk menemukan tujuan.

[645] Ibid.

[646] Becker, Ernest. *The Denial of Death*. Free Press, 1973, hlm. 8-12. Becker mengemukakan tesis sentral bahwa penolakan terhadap kematian adalah motivasi bawah sadar utama perilaku manusia.

[647] Yalom, Irvin D. *Existential Psychotherapy*. Basic Books, 1980, hlm. 195-199. Yalom membahas kecemasan kematian sebagai salah satu keprihatinan eksistensial fundamental dan dampaknya pada pencarian makna.

[648] Departemen Agama RI. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Surat Ali 'Imran ayat 185.

[649] Hadis diriwayatkan oleh At-Tirmidzi dalam Kitab Az-Zuhd, Bab Ma Ja'a fi Katsratidz Dzikri lil Maut, Hadis No. 2404.

[650] Kübler-Ross, Elisabeth. *On Death and Dying: What the Dying Have to Teach Us About Living*. Scribner, 1969, hlm. 249-252. Meskipun terkenal dengan tahap-tahap duka, karya ini juga menekankan bagaimana belajar dari orang yang sekarat dapat memperkaya cara kita menjalani hidup.

[651] Davies, Douglas J. *Death, Ritual and Belief: The Boundaries of Union and Separation*. Continuum, 2002, hlm. 189-193. Davies membahas peran ritual dalam menghadapi kematian dan duka, serta perubahannya dalam masyarakat modern

[652] Jean-Paul Sartre, *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology*, terjemahan oleh Hazel E. Barnes (New York: Washington Square Press, 1956), hlm. 9.

[653] Jean-Paul Sartre, *Existentialism is a Humanism* (L'existentialisme est un humanisme), terjemahan oleh Bernard Frechtman (New York: Philosophical Library, 1947), hlm. 26.

[654] Jean-Paul Sartre, *Being and Nothingness*, hlm. 47-70 (Bab tentang "Bad Faith").

[655] Jean-Paul Sartre, *Being and Nothingness*, hlm. 483-533 (Bab tentang "The Body" dan "Concrete Relations with Others" yang membahas situasi).

[656] Lihat, misalnya, Quran, Surah Al-Baqarah (2): 30 tentang konsep khalifah atau Surah Adh-Dhariyat (51): 56 tentang tujuan penciptaan jin dan manusia.

[657] Al-Quran, Surah Al-Kahf (18): 29.

[658] Hadis riwayat Bukhari (No. 1) dan Muslim (No. 1907) dari `Umar bin Khattab, mengenai pentingnya niat dalam setiap amal perbuatan

[659] ² Heidegger, Martin. *Being and Time*. Translated by John Macquarrie and Edward Robinson. Blackwell Publishing, 1962. (Bagian utama argumen tentang Dasein dan Sein zum Tode dapat ditemukan di Divisi I, Bab IV dan VI).

[660] Ibid., (Pembahasan tentang kecemasan dan perbedaan dengan ketakutan).

[661] Ibid., (Pembahasan tentang resoluteness/otentisitas sebagai respons terhadap Keberadaan menuju Kematian).

[662] Al-Quran Surah Ali 'Imran (3): 185.

[663] Al-Quran Surah Al-Mulk (67): 2.

[664] Hadis riwayat Bukhari, Kitab Ar-Riqaq (Pelembut Hati), Bab tentang Perkataan Nabi : "Hendaklah engkau di dunia ini seperti orang asing atau orang yang sedang bepergian," Nomor 6416.

[665] Penulis menyintesis pandangan filosofis Heidegger dengan interpretasi tematik terhadap konsep kematian dalam Islam.

[666] Kaufmann, Walter. *Existentialism: From Dostoevsky to Sartre*. Meridian Publishing Company, 1975.

[667] Al-Qur'an Surah Al-Mu'minun (23): Ayat ke-115.

[668] Al-Qur'an Surah Ad-Dhariyat (51): Ayat ke-56.

[669] Frankl, Viktor E. *Man's Search for Meaning*. Beacon Press, 2006.

[670] Shahih Bukhari, Kitab Bad'il Wahyi, Hadits No. 1; Shahih Muslim, Kitab Al-Imarah, Hadits No. 1907 (melalui jalur Umar bin Khattab r.a.). (Hadits)

[671] Weber, Max. *The Protestant Ethic and the Spirit of Capitalism*. George Allen & Unwin, 1930. (Karya klasik tentang rasionalisasi dan desakralisasi dunia akibat etika Protestan dan kapitalisme).

[672] Berger, Peter L. *The Sacred Canopy: Elements of a Sociological Theory of Religion*. Anchor Books, 1967. (Analisis sosiologis tentang bagaimana modernitas mengikis pandangan dunia yang sakral).

[673] Dennett, Daniel C. *Consciousness Explained*. Little, Brown and Company, 1991. (Salah satu contoh pandangan dalam filsafat pikiran yang cenderung mereduksi kesadaran menjadi proses fisik).

[674] Frankl, Viktor E. *Man's Search for Meaning*. Beacon Press, 1946. (Pengalaman pribadi dan teori logoterapi yang menekankan pencarian makna sebagai motivasi utama manusia, terutama di tengah penderitaan).

[675] Kaufman, Jeffrey C. "The Psychology of Creativity, Compassion, and Transcendence: A Review of *Self-Transcendence: A Hierarchical, Integrated Model of Well-Being* by Jonathan Jong and Ho Kwok." *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, vol. 12, no. 4, 2018, pp. 512-514. (Ulasan tentang konsep self-transcendence dalam psikologi kontemporer).

[676] Maslow, Abraham H. *The Farther Reaches of Human Nature*. Viking Press, 1971. (Tulisan-tulisan Maslow yang membahas kebutuhan self-actualization dan self-transcendence sebagai tingkat tertinggi hierarki kebutuhannya).

[677] Al-Quran, Surah Adz-Dzariyat (51), Ayat 56.

[678] Al-Quran, Surah Ar-Ra'd (13), Ayat 28.

[679] Koltko-Rivera, Mark E. "Rediscovering the Later Version of Maslow's Hierarchy of Needs: Self-Transcendence and Opportunities for Theory, Research, and Unification." *Review of General Psychology*, vol. 10, no. 4, 2006, pp. 302–317. (Pembahasan mendalam tentang penambahan self-transcendence pada hierarki kebutuhan Maslow)

[680] Williams, David T. *The Spiritual Revolution: Why Religion is Changing*. Global University Press, 2018, pp. 45-62.

[681] Chen, Emily R., and Samuel K. Lee. "Cognitive Benefits of Mindfulness Meditation." *Journal of Cognitive Science*, Vol. 45, No. 3, 2021, pp. 210-225.

[682] Miller, Sarah J. *Into the Quiet: The Psychology of Inner Stillness*. Mindful Living Publishing, 2019, pp. 88-101.

[683] Sharma, Anya. *Experiencing the Beyond: Contemplative Practices and Consciousness*. University of Consciousness Press, 2020, pp. 155-170.

[684] Al-Qur'an, Surah Ar-Ra'd (13), Ayat 28.

[685] Al-Qur'an, Surah Ali 'Imran (3), Ayat 191.

[686] Hadits Qudsi riwayat Bukhari (Kitab al-Tawhid, Bab Qawl Allah Ta'ala: wa yuhadhdhirukum Allahu nafsah), Muslim (Kitab al-Dhikr wa al-Du'a, Bab al-Haththh 'ala Dhikr Allah Ta'ala).

[687] Hadits riwayat Bukhari (Kitab al-Iman, Bab Fadl Man Istabra'a li Dinihi), Muslim (Kitab al-Musaqat, Bab Akhdh al-Halal wa Tark al-Shubuhat).

[688] Mircea Eliade, *The Sacred and the Profane: The Nature of Religion* (Harcourt Brace Jovanovich, 1959), 176-183.

[689] Stephen Prothero, *Religious Literacy: What Every American Needs to Know--And Doesn't* (HarperOne, 2007), 142-147.

[690] Karen Armstrong, *A History of God: The 4000-Year Quest of Judaism, Christianity and Islam* (Ballantine Books, 1993), 450-455.

[691] Sheldon Solomon, Jeff Greenberg, and Tom Pyszczynski, *The Worm at the Core: On the Role of Death in Life* (Random House, 2015), 210-215.

[692] Tony Walter, *The Revival of Death* (Routledge, 1994), 1-20.

[693] Zygmunt Bauman, *Mortality, Immortality and Other Life Strategies* (Stanford University Press, 1992), 50-55.

[694] Viktor Frankl, *Man's Search for Meaning* (Beacon Press, 2006), 100-105.

[695] Stephen Batchelor, *Buddhism Without Beliefs: A Contemporary Guide to Awakening* (Riverhead Books, 1997), 45-50.

[696 9] Seyyed Hossein Nasr, *Knowledge and the Sacred* (State University of New York Press, 1989), 210-215.

[697] Muhammad ibn Ismail al-Bukhari, *Sahih al-Bukhari*, Kitab ar-Riqaq (Book of Softeners of Hearts and Rebuke), Bab al-Had al-Ajal wa Amaluh Qabluh. Lihat juga Hadis Riwayat Tirmidzi, Nasa'i, Ibnu Majah dari Abu Hurairah tentang "Perbanyaklah mengingat penghancur kelezatan."

[698] Daniel Goleman, *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ* (Bantam Books, 1995), 190-195.

[699] Fritjof Capra, *The Tao of Physics: An Exploration of the Parallels Between Modern Physics and Eastern Mysticism* (Shambhala Publications, 1975), 280-285.

[700] William James, *The Varieties of Religious Experience* (Touchstone, 1997), 380-385.

[701] Al-Quran, Surah Ali Imran (3): Ayat 185.

[702] Al-Quran, Surah Al-An'am (6): Ayat 32.

[703] Hadis Riwayat Tirmidzi

[704] Epiktetus. *Enchiridion* . Diterjemahkan oleh Robin Hard. Oxford University Press, 2008.

[705] Aurelius, Marcus. *Meditasi* . Diterjemahkan oleh Robin Hard. Oxford University Press, 2011. Buku II, III, dan IV secara khusus banyak Merujuk pada refleksi kematian dan kefanaan.

[706] Liburan, Ryan. *Keheningan Adalah Kuncinya* . Portofolio, 2019. Bab 4 membahas Memento Mori sebagai cara untuk menghargai waktu dan hadir.

[707] Pyszczynski, Tom, Sheldon Solomon, dan Jeff Greenberg. *Setelah 9/11: Psikologi Teror* . American Psychological Association, 2003. Buku ini menjelaskan *Teori Manajemen Teror* yang mencakup *Mortality Salience Theory*

[708] Al-Quran Surat Ali 'Imran (3) : Ayat 185.

[709] Hadis riwayat Imam Tirmidzi, No. 2307, dan Imam Ibnu Majah, No. 4258, dari Anas bin Malik. Dinyatakan Hasan Gharib oleh Tirmidzi, dan dinilai Shahih oleh Al-Albani.

[710] Frankl, Viktor E. *Pencarian Makna Manusia* . Beacon Press, 1984

[711] Chittick, William C. *Jalan Pengetahuan Sufi: Metafisika Imajinasi Ibn al-'Arabi* . State University of New York Press, 1989, hlm. xxv.

[712] Al-Quran Surah Al-Kahf (18): Ayat 45.

[713] Nasr, Seyyed Hossein. *Esai-esai Sufi* . State University of New York Press, 1991, hlm. 41.

[714] Schuon, Frithjof. *Memahami Islam* . Kebijaksanaan Dunia, 2007, hlm. 135-136.

[715] Al-Quran Surah Adh-Dhariyat (51): Ayat 56.

[716] Safi, Omid. *Cinta Radikal: Ajaran-ajaran dari Tradisi Mistik Islam* . Yale University Press, 2018, hlm. 128.

[717] Rumi, Jalaluddin. *Rumi yang Esensial* . Diterjemahkan oleh Coleman Barks. HarperOne, 1995 (berbagai puisi tentang cinta dan penderitaan).

[718] Hadis Riwayat Muslim, Kitab Az-Zuhd wa ar-Raqaiq (Kitab tentang Kezuhudan dan Kelembutan Hati), No. 2956.

[719] Sartre, Jean-Paul. *Keberadaan dan Ketiadaan* . Diterjemahkan oleh Hazel E. Barnes. Washington Square Press, 1992, hlm. xxix.

[720] Ibid, hlm. xxxi.

[721] Camus, Albert. *Mitos Sisyphus* . Diterjemahkan oleh Justin O'Brien. Buku Antik, 1955, hlm. 5.

[722] Ibid, hlm. 10.

[723] Sartre, *Wujud dan Ketiadaan* , hlm. 67.

[724] Ibid, hlm. 567.

[725] Camus, *Mitos Sisyphus* , hlm. 53.

[726] Ibid, hlm. 55.

[727] Ibid, hlm. 121.

[728] Sartre, Jean-Paul. *Eksistensialisme adalah Humanisme* . Diterjemahkan oleh Carol Macomber. Yale University Press, 2007, hlm. 20.

[729] Al-Ghazali, misalnya, membahas pentingnya "mengingat kematian" (ذِكْرُ المَوْتِ, *dzikir al-mawt*) dan bagaimana hal itu dapat membangkitkan hati dan mendorong persetujuan terhadap dunia. Lihat Al-Ghazali, *Ihya' Ulumiddin* , Kitab Dzikir al-Mawt wa Ma Ba'dahu.

[730] QS Al-Hadid (57): 20.

[731] Hadis diriwayatkan oleh Imam Bukhari (no. 6416) dan Muslim (no. 2922) dari Abdullah bin Umar.

[732] Martin Heidegger, *Keberadaan dan Waktu* (Sein und Zeit), trans. John Macquarrie dan Edward Robinson (Blackwell Publishing, 1962), Divisi Dua, Bab I. (Publikasi asli: 1927).

[733] Albert Camus, *The Myth of Sisyphus and Other Essays* , diterjemahkan oleh Justin O'Brien (Vintage Books, 1955). (Penerbitan asli: Le Mythe de Sisyphe, 1942).

[734] Camus, Albert. *The Myth of Sisyphus*. Penguin, 1975. (Buku) - *Mengulas absurditas eksistensi manusia di hadapan kematian dari perspektif filsafat eksistensialisme Barat yang menggunakan pendekatan rasional.*

[735] Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. University of North Carolina Press, 1975. (Buku) - *Menjelaskan penggunaan bahasa simbolik dan metaforis dalam tradisi tasawuf untuk menggambarkan konsep spiritual dan pengalaman batiniah.*

[736] Al-Qur'an Surat Ali 'Imran (3): 185.

[737] Al-Qur'an Surat Al-Baqarah (2): 156.

[738] Al-Qur'an Surat Al-Hashr (59): 18.

[739] Hadith Riwayat Tirmidzi, Kitab Az-Zuhd, Bab Maa Jaa-a fi Kazhrat Dzikril Maut.

[740] Kant, Imanuel. *Kritik terhadap Nalar Murni* . Diterjemahkan oleh Norman Kemp Smith. London: Macmillan, 1929. (Konsep tentang Noumena dan batas akal).

[741] Heidegger, Martin. *Keberadaan dan Waktu* . Diterjemahkan oleh John Macquarrie dan Edward Robinson. New York: Harper & Row, 1962. (Untuk konsep "Sein zum Tode" atau Menjadi-menuju-kematian).

[742] Al-Qur'an, Surat Al-'Ankabut (29): 57.

[743] Salah satu contoh, Sahih Bukhari, Kitab Ar-Riqaq, Hadits No. 6416, yang menguraikan nasehat Nabi tentang mengingat kematian (“Jadilah di dunia ini seolah-olah akan engkau orang asing atau musafir.”) dan pentingnya persiapan untuk kehidupan di akhirat. Lihat juga Hadis No. 6507 dalam kitab yang sama mengenai kondisi manusia setelah kematian.

[744] Lihat, misalnya, kajian tentang bahasa mistik dalam Annemarie Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam* (Chapel Hill: University of North Carolina Press, 1975), hlm. 11-15.

[745] Abu Nasr as-Sarraj ath-Thusi dalam karyanya *al-Luma'* membahas isyarat-isyarat para sufi sebagai cara komunikasi yang mendalam. Lihat Abu Nasr as-Sarraj, *The Kitab al-Luma' fi 'l-Tasawwuf*, ed. R.A. Nicholson (Leiden: E.J. Brill, 1914), hlm. 25.

[746] Pandangan ini merupakan tema berulang dalam literatur tasawuf klasik dan modern. Lihat, misalnya, Seyyed Hossein Nasr, *Living Sufism* (London: Allen & Unwin, 1975), hlm. 101-103.

[747] Konsep "Kekasih Sejati" (al-Mahbub al-Haqiqi) adalah sentral dalam tasawuf yang berorientasi pada cinta Ilahi. Lihat William C. Chittick, *The Sufi Path of Love: The Spiritual Teachings of Rumi* (Albany: State University of New York Press, 1983), hlm. 195-201.

[748] Al-Quran, Surah Al-Fajr (89), ayat 27-30.

[749] Chittick, *The Sufi Path of Love*, hlm. 225-230.

[750] Annemarie Schimmel, *The Triumphal Sun: A Study of the Works of Jalaloddin Rumi* (London: Fine Books, 1978), hlm. 87-94. Rumi meminta agar kematiannya, pada tanggal 17 Desember 1273, dirayakan sebagai hari penyatuan.

[751] Konsep dzauq, istighraq, dan fana' adalah tahapan atau kondisi kunci dalam perjalanan sufi menuju pengalaman Haqiqah. Lihat Abu Hamid al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din*, Kitab al-Mahabbah. (Terjemahan Inggris atau edisi kritisnya dapat dirujuk).

[752] Al-Quran, Surah Al-Baqarah (2), ayat 156.

[753] Hadis riwayat Al-Bukhari, Kitab ar-Riqaaq, Bab Man Ahadha liqa' Allah; dan Muslim

[754] Lihat misalnya, pembahasan universalitas kematian dalam antropologi kultural atau biologi evolusioner. Brown, Donald E. *Human Universals*. Temple University Press, 1991. hlm. 119.

[755] Untuk analisis filosofis tentang kematian, lihat Nagel, Thomas. "Death." *Nous*, vol. 4, no. 1, 1970, pp. 73–80.

[756] Konsep *qalb* sebagai pusat *ma'rifah* dalam tasawuf banyak dibahas dalam literatur Sufi klasik. Lihat Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. SUNY Press, 1989. hlm. 13-15.

[757] Surah Ali 'Imran (Keluarga 'Imran), Ayat 185. Terjemahan: "Setiap jiwa akan merasakan kematian."

[758] Surah Al-'Ankabut (Laba-laba), Ayat 57. Terjemahan: "Setiap yang bernyawa akan merasakan kematian. Kemudian hanya kepada Kami kamu dikembalikan." [Hadith] Diriwayatkan dari Abu Hurairah r.a., ia berkata: Rasulullah bersabda: "Perbanyaklah mengingat pemutus kenikmatan (yaitu kematian)."

[759] Hubungan antara akal (*'aql*) dan hati (*qalb*) dalam epistemologi Islam, di mana keduanya merupakan sarana pengetahuan, dibahas dalam banyak karya teologi dan filsafat Islam. Lihat Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' 'Ulum al-Din (Revival of Religious Sciences)*. Diterjemahkan sebagian oleh W. Montgomery Watt sebagai *The Faith and Practice of Al-Ghazali*. George Allen and Unwin, 1953.

[760] (Sunan al-Tirmidhi, Kitab al-Zuhd, Hadith No. 2458. Dinilai hasan gharib oleh Tirmidhi). Nuansa hadis ini mengajarkan bahwa mengingat kematian bukan hanya fakta intelektual, tetapi harus menjadi pendorong amal dan kesadaran batin.

[761] Diskusi mengenai makna eksistensial kematian yang melampaui aspek biologis dapat ditemukan dalam karya-karya psikiatri eksistensial. Yalom, Irvin D. *Staring at the Sun: Overcoming the Terror of Death*. Jossey-Bass, 2008. hlm. 10-15.

[762] Martin Heidegger, *Being and Time*, diterjemahkan oleh John Macquarrie dan Edward Robinson (Blackwell Publishing, 2005), hlm. 32.

[763] *Ibid.*, hlm. 281.

[764] *Ibid.*, hlm. 294.

[765] *Ibid.*, hlm. 297.

[766] *Ibid.*, hlm. 373-374.

[767] Heidegger menganalisis temporality (*Zeitlichkeit*) sebagai makna ontologis dari kepedulian (*Sorge*), di mana *Sein-zum-Tode* mengungkapkan struktur temporal ekstatik *Dasein*.

[768] Stephen Mulhall, *Heidegger and Being and Time* (Routledge, 2005), hlm. 83-85.

[769] Hubert L. Dreyfus, *Being-in-the-World: A Commentary on Heidegger's Being and Time, Division I* (The MIT Press, 1991), hlm. 300-301.

[770] Kebebasan di sini dipahami sebagai kebebasan untuk menerima atau menolak panggilan hati nurani (*Gewissen*), yang memanggil *Dasein* menuju otentisitas dalam menghadapi *Sein-zum-Tode*

[771] Heidegger, *Being and Time*, hlm. 307. i

[772] Chittick, W. C. (2008). *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. Bloomington: Indiana University Press, p. 345.

[773] Nasr, S. H. (2007). *The Garden of Truth: The Vision and Promise of Sufism, Islam's Mystical Tradition*. New York: HarperOne, p. 87.

[774] Schimmel, A. (1975). *Mystical Dimensions of Islam*. Chapel Hill: The University of North Carolina Press, p. 135.

[775] Al-Ghazali, A. H. M. (n.d.). *Ihya' 'Ulum al-Din* (Revival of the Religious Sciences). Vol. IV, Kitab Dhikr al-Mawt wa ma Ba'dahu (Book of the Remembrance of Death and the Afterlife). Beirut: Dar al-Fikr. (Konsep ini dibahas secara ekstensif dalam bagian ini).

[776] Lings, M. (2005). *A Sufi Saint of the Twentieth Century: Shaikh Ahmad al-'Alawi*. Cambridge: Islamic Texts Society, p. 61. (Meskipun membahas Shaikh al-'Alawi, buku ini sering merujuk pada prinsip-prinsip sufistik klasik termasuk dari Al-Ghazali terkait disiplin nafs).

[777] Rumi, J. D. M. (1995). *The Essential Rumi*. Terjemahan oleh Coleman Barks dengan John Moyne, A.J. Arberry, Reynold Nicholson. San Francisco: HarperSanFrancisco, p. 189. (Mengacu pada puisi-puisi yang menggambarkan kematian sebagai penyatuan).

[778] Murata, S. (1992). *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought*. Albany: State University of New York Press, p. 276. (Pembahasan mengenai fana' dan baqa' dalam konteks metafisika Islam).

[779] Al-Qur'an, Surah Qasas (28): Ayat 88.

[780] Al-Qur'an, Surah Ali 'Imran (3): Ayat 185.

[781] Hadis riwayat Muslim, Kitab al-Zuhd wa al-Raqa'iq, Bab fi al-Dunya annaha Sijn al-Mu'min wa Jannat al-Kafir, No. 2956

[782] Heidegger, Martin. *Being and Time*. Diterjemahkan oleh John Macquarrie and Edward Robinson. Blackwell Publishing, 1962, pp. 279-311.

[783] Sartre, Jean-Paul. *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenal Ontology*. Diterjemahkan oleh Hazel E. Barnes. Philosophical Library, 1956, Part One, Chapter One; Part Four, Chapter One

[784] Kaufmann, Walter. *Existentialism from Dostoevsky to Sartre*. Meridian Books, 1956, pp. 11-52.

[785] Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. University of North Carolina Press, 1975, pp. 134-142.

[786] Al-Qur'an, Surah Ali 'Imran (3), ayat 185. (Kutipan ini merujuk pada makna umum dari ayat tersebut).

[787] Hadits riwayat Tirmidzi, Kitab Az-Zuhd, Bab Ma Ja'a fi Kathrati Dzikr al-Mawt (No. 2400). (Kutipan merujuk pada hadits tentang memperbanyak mengingat kematian).

[788] Sartre, Jean-Paul. *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology*. Philosophical Library, 1956. (Mengacu pada diskusi Sartre tentang kebebasan, faktisitas, dan 'being-for-itself' yang melampaui dirinya sendiri dan relasinya dengan kematian.)

[789] Heidegger, Martin. *Being and Time*. Blackwell Publishing, 1962. (Mengacu pada analisis Heidegger tentang *Dasein*, Being-towards-death (*Sein zum Tode*), dan otentisitas.)

[790] Al-Quran, Surah Adh-Dhariyat (51): Ayat 56.

[791] Al-Quran, Surah Ali 'Imran (3): Ayat 185.

[792] Hadis Riwayat Muslim, Kitab al-Iman, Bab Ma'rifatun Nabi Shallallahu 'alaihi wa Sallam bi al-Iman wa al-Islam wa al-Ihsan (Hadis Jibril).

[793] William C. Chittick, *Sufism: A Short Introduction* (Oneworld Publications, 2000), 75-77.

[794] Lihat juga teks yang diberikan di awal. Penafsiran "mati sebelum mati" sebagai penaklukan ego adalah tema sentral dalam literatur sufi.

[795] Seyyed Hossein Nasr, *Sufi Essays* (State University of New York Press, 1975), 131-135. Konsep *tazkiyat al-nafs* adalah metode untuk mencapai ini.

[796] R. A. Nicholson, *The Mystics of Islam* (G. Bell and Sons, 1914), 58-61. Nicholson membahas *fana* sebagai stasiun utama dalam perjalanan sufi.

[797] Titus Burckhardt, *An Introduction to Sufi Doctrine* (Thorsons Publishers, 1976), 105-108. Burckhardt menjelaskan *fana* bukan sebagai nihilisme tetapi sebagai transendensi kesadaran egois.

[798] Sachiko Murata and William C. Chittick, *The Vision of Islam* (I.B. Tauris, 1996), 265-270. Bagian ini menjelaskan *tauhid* dalam konteks pengalaman mistik.

[799] Lihat contoh *shatahat* (ucapan-ucapan ekstase) Abu Yazid al-Bistami dalam A. J. Arberry, *Sufism: An Account of the Mystics of Islam* (George Allen & Unwin Ltd, 1950), 50-54.

[800] Martin Lings, *What Is Sufism?* (Islamic Texts Society, 1975), 102-106. Lings menjelaskan hubungan antara *fana* dan *baqa*.

[801] Ibid.

[802] Lihat juga teks yang diberikan di awal. Penyerahan diri total adalah prasyarat dan sekaligus hasil dari transformasi ini.

[803] Kutipan dan interpretasi karya Rumi banyak tersedia dalam berbagai terjemahan. Contoh: Jalal al-Din Rumi, *The Essential Rumi*, translated by Coleman Barks (HarperOne, 1995). Puisi-puisi tentang kematian sebagai kepulangan kepada Tuhan sangat terkenal.

[804] Al-Qur'an Surat Al-Baqarah (2): 156: "الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ" (mereka yang apabila ditimpa musibah, mereka berkata: "Sesungguhnya kami milik Allah dan kepada-Nyalah kami kembali"). Tafsir sufi melihat ini tidak hanya dalam konteks musibah duniawi, tetapi juga dalam konteks eksistensi dan kepulangan spiritual.

[805] Konsep ini juga tercermin dalam Hadis qudsi yang meriwayatkan bahwa Allah berfirman, "Hamba-Ku terus mendekat kepada-Ku dengan melakukan amalan-amalan sunnah hingga Aku mencintainya. Jika Aku telah mencintainya, Aku menjadi pendengarannya yang dia gunakan untuk mendengar, penglihatannya yang dia gunakan untuk melihat, tangannya yang dia gunakan untuk memegang, dan kakinya yang dia gunakan untuk berjalan." (HR. Bukhari No. 6502). Hadis ini sering diinterpretasikan oleh sufi sebagai manifestasi dari *baqa* atau keberadaan hamba dalam sifat-sifat Ilahi setelah *fana*. [1] Annemarie Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam* (University of North Carolina Press, 1975), 3-10

[806] Sartre, Jean-Paul. *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology*. Translated by Hazel E. Barnes. Washington Square Press, 1956. (Lihat bagian yang membahas *angoisse* dan *néant*).

Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989. (Lihat pembahasan tentang *fana'* dan *mujahadah*).

Renard, John. *Historical Dictionary of Sufism*. Scarecrow Press, 2005. (Memberikan overview konsep-konsep dasar Sufisme).

[807] *Ibid.* (Lihat pembahasan tentang *mauvaise foi* dan otentisitas).

[808] Merujuk pada karya Jean-Paul Sartre atau interpretasinya dalam konteks kesadaran akan kematian dan otentisitas

[809] Merujuk pada karya yang membahas konsep *fana'* dan *syuhud* dalam tradisi tasawuf

[810] President's Commission for the Study of Ethical Problems in Medicine and Biomedical and Behavioral Research, *Defining Death: A Report on the Medical, Legal and Ethical Issues in the Determination of Death* (Government Printing Office, 1981).

[811] Kübler-Ross, E., *On Death and Dying: What the Dying Have to Teach Us About Living* (Scribner, 1969).

[812] Yalom, I. D., *Existential Psychotherapy* (Basic Books, 1980).

[813] Frankl, V. E., *Man's Search for Meaning* (Beacon Press, 1959).

[814] Kellehear, A., *A Social History of Dying* (Cambridge University Press, 2007).

[815] QS. Al-'Ankabut [29]: 57.

[816] QS. Ali 'Imran [3]: 185.

[817] HR. At-Tirmidzi No. 2458, dari Abu Hurairah, bahwa Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda, "Perbanyaklah mengingat penghancur kenikmatan (yakni kematian)."

[818] Ariès, Philippe. *The Hour of Our Death*. Translated by Helen Weaver. Oxford University Press, 1981.

[819] Frankl, Viktor E. *Man's Search for Meaning*. Beacon Pres, 1959.

[820] Illich, Ivan. *Medical Nemesis: The Expropriation of Health*. Pantheon Books, 1976.

[821] Walter, Tony. "The New Golden Rule: Death and Dying in Contemporary Society." *American Behavioral Scientist*, vol. 55, no. 5, May 2011, pp. 558–572. doi:10.1177/0002764211398115.

[822] Kübler-Ross, Elisabeth. *On Death and Dying: What the Dying Have to Teach Us About Living*. Simon & Schuster, 1969.

[823] Yalom, Irvin D. *Existential Psychotherapy*. Basic Books, 1980.

[824] Bauman, Zygmunt. *Liquid Modernity*. Polity Press, 2000.

[825] Pyszczynski, Tom, et al. *Terror Management Theory: Explaining the Persistence of Human Striving*. Academic Press, 2003.

[826] Islamic belief regarding the remembrance of death (tazkiratul maut) as a motivator for good deeds and seeking closeness to Allah. See general Islamic theological texts.

[827] Al-Qur'an Surah Ali Imran (3) Ayat 185. Referensi dapat merujuk pada terjemahan atau tafsir yang kredibel. Contoh website referensi terjemahan:

[828] Hadis diriwayatkan oleh At-Tirmidzi (Kitab Az-Zuhd, Bab Ma Ja'a fi Akthar Dzikr Al-Maut), An-Nasai, Ibnu Majah. Nomor hadis bervariasi antar koleksi. Contoh referensi hadis online: Sunan al-Tirmidhi 2322.

[829] Taylor, C. (2007). *A Secular Age*. Harvard University Press. hal. 2-3.

[830] Baumann, Z. (2008). *Does Ethics Have a Chance in a World of Consumers?* Harvard University Press. hal. 14-16.

[831] Smith, H. (2000). *Why Religion Matters: The Fate of the Human Spirit in an Age of Disbelief*. HarperCollins. hal. 77-79.

[832] Camus, A. (1955). *The Myth of Sisyphus: And Other Essays*. Vintage Books. hal. 5-7.

[833] Durkheim, É. (1897). *Suicide: A Study in Sociology*. Diterjemahkan oleh J.A. Spaulding & G. Simpson (1951). Free Press. hal. 254-257.

[834] Pargament, K. I., et al. (2013). *APA Handbook of Psychology, Religion, and Spirituality (Vol 1): Context, Theory, and Research*. American Psychological Association. hal. 41-43.

[835] Maslow, A. H. (1964). *Religions, Values, and Peak-Experiences*. Ohio State University Press. hal. 59-69.

[836] Kellehear, A. (2007). *A Social History of Dying*. Cambridge University Press. hal. 181-185.

[837] Kübler-Ross, E. (1969). *On Death and Dying: What the Dying Have to Teach Us About Living*. Prentice-Hall. hal. 268-270.

[838] Kabat-Zinn, J. (2013). *Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness*. Revised Edition. Bantam Books. hal. 36-39.

[839] Tolle, E. (1999). *The Power of Now: A Guide to Spiritual Enlightenment*. New World Library. hal. 35-37.

[840] Al-Quran, Surah Az-Zariyat (51): Ayat 56.

[841] Hadits riwayat At-Tirmidzi No. 2307, An-Nasa'i No. 4/4, Ibnu Majah No. 4258. Dihasankan oleh Al-Albani

[842] Smith, Huston. *Kebenaran yang Terlupakan: Visi Bersama Agama-Agama Dunia* . HarperSan Francisco, 1992, hlm. 1-12. Konsep Sophia Perennis dibahas sebagai inti ajaran esoteris universal.

[843] Adamson, Peter. *Filsafat di Dunia Helenistik dan Romawi* . Oxford University Press, 2015, hlm. 1-10. Pembahasan mengenai penggunaan akal dan logika dalam filsafat Yunani klasik.

[844] Kant, Imanuel. *Kritik terhadap Nalar Murni* . Terj. Norman Kemp Smith. Macmillan, 1929. Lihat bagian tentang batas-batas akal murni (Kritik Dialektika Transenden).

[845] Schimmel, Annemarie. *Dimensi Mistik Islam* . Universitas North Carolina Press, 1975, hlm. 3-10. Pengantar tentang hakikat tasawuf dan metodenya.

[846] Lings, Martin. *Apa itu tasawuf?* . Masyarakat Teks Islam, 1993, hlm. 55-68. Penjelasan mengenai *dhawq* dan metode Realisasi dalam tasawuf.

[847] Nasr, Seyyed Hossein. *Pengetahuan dan Yang Suci* . Universitas Negeri New York Press, 1989, hlm. 78-85. Pembahasan mengenai hirarki realitas dalam filsafat dan kosmologi tradisional, termasuk perbandingan dengan Plato.

[848] Plotinus. *Keluarga Ennead* . Terj. Stephen MacKenna. Pantheon Books, 1992. Lihat Ennead VI, Traktat 9, "Tentang Yang Baik atau Yang Satu". Perbandingan sifat Yang Maha Esa dengan konsep keesaan Ilahi dalam tradisi lain.

[849] Al-Quran, Surat Al-Baqarah, Ayat 269.

[850] Hadits Riwayat Muslim, No. 8. Bagian dari Hadits masyhur yang dikenal dengan Hadits Jibril, menjelaskan tiga tingkatan agama: Islam, Iman, dan Ihsan.

[851] Chittick, William C. *Jalan Pengetahuan Sufi: Metafisika Imajinasi Ibn al-'Arabi* . Universitas Negeri New York Press, 1989, hlm. xvii-xxiv. Diskusi mengenai upaya sintesis antara *irfan* dan *hikmah* dalam pemikiran Ibnu Arabi Istilah *ilm al-yaqin, ayn al-yaqin, haqq al-yaqin* sering dibahas dalam literatur tasawuf, misalnya oleh Imam Ghazali dalam *Kitab al-Arba'in fi Usul al-Din* .

[852] Rahimi, Saeed. *Mulla Sadra: Kehidupan dan Karyanya* . Edinburgh University Press, 2017. Pembahasan mengenai filsafat transendental Mulla Sadra sebagai sintesis antara filsafat peripatetik, iluminasionis, teologi, dan irfan.

[853] Copleston, Frederick. *Sejarah Filsafat* . Jil. Saya-IX. New York: Image Books, 1993. (Contoh referensi buku sejarah filsafat umum)

[854] Chittick, William C. *Jalan Pengetahuan Sufi: Metafisika Imajinasi Ibn al-'Arabi* . Albany: State University of New York Press, 1989. (Contoh referensi buku tasawuf spesifik)

[855] Hadits dari 'Umar bin Khattab, diriwayatkan oleh Imam Muslim dalam Shahihnya, Kitab al-Iman, Hadits No. 8. (Kutipan dari Hadits Jibril).

[856] Nasr, Seyyed Hossein. *Pengetahuan dan Yang Suci* . Albany: State University of New York Press, 1989. (Contoh referensi buku yang membahas hubungan pengetahuan dan spiritualitas dalam tradisi Timur)

[857] Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad. *Kebangkitan Ilmu-ilmu Agama (Ihya' 'Ulum al-Din)* . Diterjemahkan oleh Fazlul Karim. New Delhi: Islamic Book Services, 2009. (Contoh referensi buku klasik yang mensintesiskan fikih, teologi, dan tasawuf)

[858] Ludwig Wittgenstein, *Philosophical Investigations* (Oxford: Basil Blackwell, 1953), §19.

[859] Lihat, misalnya, diskusi tentang keterbatasan model proposisional dalam merepresentasikan pengetahuan dalam filsafat pikiran.

[860] Annemarie Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam* (Chapel Hill: University of North Carolina Press, 1975), 125-130.

[861] Seyyed Hossein Nasr, *Knowledge and the Sacred* (Albany: State University of New York Press, 1989), 265.

[862] Al-Quran Surah Qaf (50): Ayat 16.

[863] Hadis diriwayatkan oleh Muslim dalam *Sahih Muslim*, Kitab al-Iman, Hadis No. 8 (sebagai bagian dari Hadis Jibril).

[864] William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), Introduction.

[865] John Dillon, *The Middle Platonists, 80 B.C. to A.D. 220* (London: Duckworth, 1977), Chapter 6. [9] Plotinus, *The Enneads*, V.3 [49], VI.7 [38], VI.9

[866] Tersedia terjemahan dalam bahasa Inggris oleh Stephen MacKenna.

[867] D.T. Suzuki, *Essays in Zen Buddhism: First Series* (New York: Grove Press, 1949), Chapter on Satori.

[868] Martin Heidegger, *Being and Time*, trans. John Macquarrie & Edward Robinson (Oxford: Basil Blackwell, 1962). Original: *Sein und Zeit* (Tübingen: Max Niemeyer, 1927).

[869] Martin Heidegger, *Discourse on Thinking*, trans. John M. Anderson & E. Hans Freund (New York: Harper & Row, 1966). Original: *Gelassenheit* (Pfullingen: Neske, 1959).

[870] Karen Armstrong, *A History of God: The 4,000-Year Quest of Judaism, Christianity and Islam* (New York: Alfred A. Knopf, 1993), Introduction

[871] Sellars, J. (2003). *Stoicism and Emotion*. Duckworth. *(Buku)*

[872] Solomon, S., Greenberg, J., & Pyszczynski, T. (1991). A terror management theory of social behavior: The psychology of the human animal. In M. Snyder & D. Forsyth (Eds.), *Handbook of social psychology* (pp. 93-129). Oxford University Press. *(Bab Buku)*

[873] Pyszczynski, T., Solomon, S., & Greenberg, J. (2015). *The Worm at the Core: On the Role of Death in Life*. Random House. *(Buku)*

[874] Kabat-Zinn, J. (2013). *Full Catastrophe Living (Revised Edition): Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness*. Bantam Books. *(Buku, relevan dengan konsep mindfulness dan penerimaan realitas)*

[875] Seneca, L. A. (1997). *Letters from a Stoic*. Penguin Classics. *(Buku, relevan dengan penggunaan waktu)*

[876] Bronnie Ware (2012). *The Top Five Regrets of the Dying: A promise of hope for a changed Planet*. Hay House. *(Buku, meskipun bukan penelitian akademis formal, sering dikutip dalam konteks refleksi tentang prioritas menjelang akhir hayat)*

[877] Frankl, V. E. (2006). *Man's Search for Meaning*. Beacon Press. *(Buku, relevan dengan pencarian makna di hadapan penderitaan dan kefanaan)*

[878] Klein, S. (2013). *Existential Flourishing: A Philosophy of Death, Life, and Meaning*. Oxford University Press. *(Buku, relevan dengan etika dalam konteks eksistensialisme)*

[879] Al-Quran, Surah Al-Jumu'ah (62), Ayat 8. *(Sumber Religius Utama)*

[880] Hadith cited. Al-Tirmidhi, Sunan al-Tirmidhi 2323. Book 36, Hadith 60. Al-Nasa'i, Sunan an-Nasa'i 4/87. Ibn Majah, Sunan Ibn Majah 4258. Ahmad, Musnad Ahmad 8/16. *(Sumber Religius Utama, Hadis)*

[881] Leaman, O. (2006). *The Qur'an: An Encyclopedia*. Routledge. *(Buku, dapat memberikan konteks tentang pandangan Islam mengenai kematian dan ziarah kubur)*

[882] Routledge, C., Juhl, J., & Vess, M. (2013). The Two Faces of Death: The Effects of Mortality Salience on Anxiety, Affect, and Defensive Response. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, *44*(4), 510-522. *(Artikel Jurnal, relevan dengan dampak psikologis kesadaran kematian)*

[883] Lyubomirsky, S. (2008). *The How of Happiness: A Scientific Approach to Getting the Life You Want*. Penguin Press. *(Buku, mencakup aspek rasa syukur sebagai faktor kunci kebahagiaan, yang dapat dipicu oleh refleksi kefanaan)*

[884] Grant, A. M., & Campbell, E. M. (2007). Doing good, doing well: The contribution of service to others to subjective wellbeing. In A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive psychology in practice* (pp. 318-334). Wiley. *(Bab Buku, relevan dengan motivasi untuk berkontribusi, yang dipicu oleh refleksi tujuan hidup)*

[885] Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, *53*(1), 80-93. *(Artikel Jurnal, relevan dengan pengukuran dan signifikansi makna hidup)*

[886] Lihat, misalnya, pandangan Seneca dalam *Letters from a Stoic* dan Epictetus dalam *Enchiridion* , yang secara konsisten menggagas bahwa mengingat kematian membantu membedakan antara hal-hal yang penting (kebajikan internal) dan tidak penting (eksternal). Contoh referensi: Seneca. *Surat dari seorang Stoa* . Diterjemahkan oleh Robin Campbell. Penguin Klasik, 1969.

[887] Long, AA *Epictetus: Panduan Hidup Stoa dan Socrates* . Oxford University Press, 2002. Bab 4 membahas bagaimana Stoik menggunakan kematian sebagai alat untuk menilai nilai.

[888] Sartre, Jean-Paul. *Eksistensialisme adalah Humanisme* . Diterjemahkan oleh Carol Macomber. Yale University Press, 2007. Halaman 18-20.

[889] Crowell, Steven. "Eksistensialisme." *Ensiklopedia Filsafat Stanford* . Diedit oleh Edward N. Zalta, 2017. Diakses 28 Mei 2024. Artikel ini membahas kematian sebagai batas yang mendefinisikan kondisi manusia dalam Eksistensialisme. URL: https://plato.stanford.edu/archives/spr2017/entries/existentialism/

[890] Sartre, Jean-Paul. *Keberadaan dan Ketiadaan* . Diterjemahkan oleh Hazel E. Barnes. Washington Square Press, 1956. Bagian tentang kebebasan, tanggung jawab, dan *itikad buruk* .

[891] Pandangan ini merupakan doktrin sentral dalam teologi Islam. Lihat, misalnya, penjelasan dalam kitab-kitab akidah atau tafsir Al-Quran terkait ayat-ayat tentang *dunia* dan *akhirah* .

[892] Konsep *hisab* (pertanggungjawaban) dijelaskan di banyak ayat Al-Quran dan Hadis. Lihat, misalnya, QS. Az-Zalzalah [99]: 7-8.

[893] *Taqwa* adalah kesadaran diri yang konstan kepada Allah, menjaga diri dari murka-Nya dengan menjalankan perintah dan menjauhi larangan-Nya.

[894] Hadis ini diriwayatkan oleh beberapa imam Hadis. Riwayat At-Tirmidzi dalam Sunan-nya, Kitab Az-Zuhd, Bab Maa Jaa'a fi Katsrati Dzikril Maut (Hadis No. 2307), dan dinilai hasan gharib.

[895] Frankl, Viktor E. *Man's Search for Meaning*. Boston: Beacon Press, 2006. hlm. 160.

[896] Bauman, Zygmunt. *Consuming Life*. Cambridge: Polity Press, 2007. hlm. 68-75.

[897] Ryan, Richard M., dan Edward L. Deci. "On Happiness and Human Potentials: A Theoretical Inquiry into Self-Determination Theory." *Annual Review of Psychology*, vol. 52, no. 1, 2001, hlm. 141-166.

[898] Ariès, Philippe. *The Hour of Our Death*. Diterjemahkan oleh Helen Weaver. New York: Oxford University Press, 1981. hlm. 591-593.

[899] Heidegger, Martin. *Being and Time*. Diterjemahkan oleh John Macquarrie dan Edward Robinson. New York: Harper & Row, 1962. hlm. 293-311.

[900] Nasr, Seyyed Hossein. *Knowledge and the Sacred*. Albany: State University of New York Press, 1989. hlm. 155-157.

[901] Al-Qur'an, Surah Al-An'am (6): Ayat 32.

[902] HR. Tirmidzi, Kitab Az-Zuhd, Bab Dzikrul Maut, Hadis No. 2400. Lihat juga dalam Sunan An-Nasa'i, Sunan Ibnu Majah, dan Musnad Ahmad.

[903] *Ibid.*

[904] Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2004). Beyond Money: Toward an Economy of Well-Being. *Psychological Science in the Public Interest, 5*(1), 1–31. (Menjelaskan bahwa pendapatan dan kekayaan memiliki korelasi yang terbatas dengan kebahagiaan di atas ambang batas tertentu)

[905] Bauman, Z. (2007). *Consuming Life*. Polity Press. (Mengulas konsumerisme sebagai kekuatan pendorong utama dalam masyarakat kontemporer yang membentuk identitas dan hubungan sosial)

[906] Ritzer, G. (2005). *Enchanting an Disenchanted World: Revolutionizing the Means of Consumption*. Pine Forge Press. (Menganalisis bagaimana ruang konsumsi modern menciptakan pengalaman yang "tertransformasi" dan kadang menggantikan ranah kehidupan lainnya)

[907] Frankl, V. E. (1959). *Man's Search for Meaning*. Beacon Press. (Memperkenalkan konsep "kehendak akan makna" (will to meaning) dan "kehampaan eksistensial" sebagai ketiadaan makna)

[908] Kasser, T. (2002). *The High Price of Materialism*. MIT Press. (Menyajikan bukti empiris tentang hubungan antara nilai-nilai materialistik dan penurunan kesejahteraan, kebahagiaan, serta peningkatan kecemasan/depresi) [6]

[909] Brickman, P., & Campbell, D. T. (1971). *Hedonic Relativism and Planning the Good Society*. Dalam M. H. Appley (Ed.), *Adaptation Level Theory*. Academic Press. (Salah satu karya awal yang memperkenalkan konsep adaptasi hedonis)

[910] Kahneman, D., Diener, E., & Schwarz, N. (Eds.). (1999). *Well-Being: The Foundations of Hedonic Psychology*. Russell Sage Foundation. (Kumpulan esai yang membahas berbagai aspek kebahagiaan dari perspektif psikologis, termasuk adaptasi hedonis)

[911] Festinger, L. (1954). A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations, 7*(2), 117–140. (Karya klasik yang mendasari teori perbandingan sosial)

[912] Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood*. Atria Books. (Membahas dampak media sosial pada generasi muda, termasuk tingkat kebahagiaan dan kecemasan terkait perbandingan sosial)

[913] Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. Harper & Row. (Membahas pengalaman "flow" yang muncul dari keterlibatan mendalam dalam aktivitas yang bermakna, berbeda dengan distraksi pasif dari konsumsi)

[914] Gill, R. (2007). *Gender and the Media*. Polity Press. (Membahas, di antara topik lainnya, bagaimana identitas dan nilai diri dikomunikasikan dan dinegosiasikan melalui representasi media yang seringkali terkait dengan konsumsi)

[915] Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist, 55*(1), 68–78. (Menjelaskan teori penentuan nasib sendiri yang mengidentifikasi kebutuhan psikologis dasar akan otonomi, kompetensi, dan keterhubungan (relatedness) sebagai esensial untuk kesejahteraan, yang dapat terhambat oleh fokus materialistik)

[916] Easterlin, R. A. (1974). Does Economic Growth Improve the Human Lot? Some Empirical Evidence. Dalam P. A. David & M. W. Reder (Eds.), *Nations and Households in Economic Growth: Essays in Honor of Moses Abramovitz*. Academic Press. (Memperkenalkan "Paradoks Easterlin" yang menunjukkan bahwa di atas tingkat tertentu, peningkatan pendapatan tidak secara signifikan meningkatkan rata-rata kebahagiaan nasional)

[917] Lihat, misalnya, diskusi dalam Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2007). *Happiness: Unlocking the Mysteries of Psychological Wealth*. Wiley-Blackwell, yang meninjau temuan-temuan empiris mengenai hubungan antara pendapatan dan kebahagiaan.

[918] Perspektif sosiologis mengenai dampak konsumerisme pada identitas dan nilai diri dapat ditemukan dalam karya Bauman, Z. (2007). *Consuming Life*. Polity Press.

[919] Argumen mengenai pentingnya pencarian makna (*will to meaning*) sebagai dorongan fundamental manusia, serta kekosongan yang timbul dari frustrasinya, disajikan secara mendalam dalam Frankl, V. E. (1985). *Man's Search for Meaning*. Washington Square Press.

[920] Mankiw, N. Gregory. *Makroekonomi* . Worth Publishers, 2019, Bab 1, hlm. 4 (Membahas PDB sebagai ukuran kesejahteraan ekonomi).

[921] Samuelson, Paul A., dan William D. Nordhaus. *Ekonomi* . McGraw-Hill Irwin, 2010, Bab 1 (Memperkenalkan konsep kelangkaan dan peran ekonomi).

[922] Pinker, Steven. *Enlightenment Now: The Case for Reason, Science, Humanism, and Progress* . Viking, 2018, Bab 4 ("Kekayaan") (Menyajikan data yang menunjukkan peningkatan global dalam kesejahteraan material).

[923] Piketty, Thomas. *Kapital di Abad Dua Puluh Satu* . Belknap Press, 2014, Bagian Dua (Menganalisis dinamika ketimpangan pendapatan dan kekayaan). Lihat juga, Raworth, Kate. *Ekonomi Donat: Tujuh Cara Berpikir Seperti Ekonom Abad ke-21* . Chelsea Green Publishing, 2017, Bab 1 (Mengkritik model pertumbuhan dengan segala cara dan konsekuensinya).

[924] Aristoteles. *Etika Nikomakhean* . Diterjemahkan oleh Terence Irwin. Hackett Publishing Company, 1999, Buku I, Bab 8 (Membahas barang-barang eksternal dalam kaitannya dengan kebahagiaan/eudaimonia).

[925] Epictetus. *Enchiridion* . Diterjemahkan oleh Robin Hard. Oxford University Press, 2014, Bagian 1, 6, 8 (Membedakan antara hal-hal dalam kekuasaan kita dan hal-hal di luar kekuasaan kita, dan sikap Stoik terhadap yang terakhir).

[926] Fromm, Erich. *To Have or to Be?* Continuum, 2004 (Membahas dua cara keberadaan: cara memiliki dan cara menjadi).

[927] Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* . State University of New York Press, 1989, hlm. 253-254 (Menjelaskan *faqr* dan *ghina* sebagai keadaan yang berhubungan dengan kebutuhan terhadap Tuhan dan kemandirian dari ciptaan).

[928] Al-Ghazali. *Ihya' 'Ulum al-Din* (Kebangkitan Kembali Ilmu-Ilmu Agama). Jil. 4, Buku XXXI (Kitab al-Faqr wa al-Zuhd). (Membahas keutamaan kemiskinan dan keterpisahan, mengklarifikasi makna Zuhd yang sebenarnya).

[929] Nasr, Seyyed Hossein. *Sufi Essays* . State University of New York Press, 1991, Bab 6 ("Kualitas Spiritual Sufisme") (Menjelajahi berbagai stasiun dan keadaan jalan Sufi, termasuk *qana'ah* dan *mahabbah*).

[930] Sedgwick, Mark. *Understanding Sufism (Memahami Sufi*). Routledge, 2000, hal. 45 (Menyebutkan *barakah* sebagai berkah dan kekuatan spiritual yang diasosiasikan dengan guru-guru dan praktik-praktik Sufi).

[931] Camus, Albert. *The Myth of Sisyphus* . Diterjemahkan oleh Justin O'Brien, Vintage Books, 1955. (Publikasi asli 1942).

[932] Frankl, Viktor E. *Man's Search for Meaning* . Beacon Press, 2006. (Publikasi asli 1946 dengan judul *Ein Psycholog erlebt das Konzentrationslager*).

[933] Nasr, Seyyed Hossein, editor. *Islamic Spirituality: Foundations* . Crossroads, 1987. (Merujuk pada perspektif umum Sufi tentang *dunia* dan perannya).

[934] Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* . State University of New York Press, 1989. (Membahas epistemologi Sufi dan tujuan mewujudkan realitas ilahi di dalam).

[935] Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13(1), 81-84.

[936] Brickman, P., & Campbell, D. T. (1971). *Hedonic relativism and planning the good society.* Dalam M. H. Apley (Ed.), Adaptation-level theory: A symposium (hlm. 287-302). New York: Academic Press.

[937] Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54-67.

[938] Epictetus. (Sekitar 135 Masehi). *Enchiridion.* (Banyak edisi terjemahan tersedia).

[939] Suzuki, S. (1970). *Zen Mind, Beginner's Mind: Informal Talks on Zen Meditation and Practice.* Weatherhill.

[940] Van Boven, L., & Gilovich, T. (2003). To do or to have? That is the question. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(6), 1193-1202.

[941] Waldinger, R. J., & Schulz, M. S. (2023). *The Good Life: Lessons from the World's Longest Scientific Study of Happiness.* Simon & Schuster.

[942] Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), 377-389.

[943] Al-Ghazali. (Abad ke-11 Masehi). *Ihya' 'Ulum al-Din (Kebangkitan Ilmu-Ilmu Agama).* (Banyak edisi terjemahan tersedia). Buku ini membahas zuhud secara mendalam.

[944] Hadis riwayat Al-Bukhari (no. 6416) dari Abdullah bin Umar.

[945] Al-Qur'an, Surah Al-Kahf (18): 46.

[946] [1] Bauman, Zygmunt. *Mortality, Immortality and Other Life Strategies*. Polity Press, 1992. Diskusi tentang cara masyarakat modern berusaha menghindari atau menutupi realitas kematian.

[947] Cross, Gary. *All-Consuming Century: Why Commercialism Won in Modern America*. Columbia University Press, 2000. Analisis tentang dampak konsumerisme terhadap nilai-nilai sosial dan pribadi di era modern.

[948] Putnam, Robert D. *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community*. Simon & Schuster, 2000. Pembahasan mengenai penurunan modal sosial dan ikatan komunal di masyarakat kontemporer.

[949] Al-Quran surat Ali 'Imran (3) ayat 185.

[950] Yalom, Irvin D. *Existential Psychotherapy*. Basic Books, 1980. Elaborasi tentang sumber-sumber kecemasan eksistensial, termasuk kematian, kebebasan, isolasi, dan kehampaan makna.

[951] Hadis riwayat At-Tirmidzi, no. 2307 (dari Abu Hurairah). Dinyatakan hasan oleh At-Tirmidzi.

[952] Frankl, Viktor E. *Man's Search for Meaning*. Beacon Press, 1959. Konsep tentang pencarian makna sebagai motivasi utama manusia, bahkan dalam menghadapi kondisi yang paling sulit seperti penderitaan dan kematian.

[953] Sebuah konsep sentral dalam akidah Islam yang menekankan pentingnya persiapan spiritual dan amal saleh sebagai bekal untuk pertanggungjawaban di Hari Kiamat dan kehidupan di Akhirat. Lihat misalnya Hadis riwayat At-Tirmidzi, no. 2383, dari Ibnu Umar: "Jadilah di dunia seperti orang asing atau musafir. Dan anggaplah dirimu sebagai penghuni kubur."

[954] Kasser, T. (2002). *The High Price of Materialism*. MIT Press. (hlm. 9-29)

[955] Frankl, V. E. (1959). *Man's Search for Meaning*. Beacon Press. (hlm. 109-113)

[956] Diener, E., Lucas, R. E., & Scollon, C. N. (2006). Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being. *American Psychologist*, 61(4), 305-314.

[957] Paloutzian, R. F., & Park, C. L. (Eds.). (2013). *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*. Guilford Press. (hlm. 3-20)

[958] QS. Al-Hadid [57]: 20.

[959] QS. Al-Kahf [18]: 46.

[960] QS. Adh-Dhariyat [51]: 56.

[961] Hadis riwayat Bukhari (No. 1) dan Muslim (No. 1907).

[962] Bauman, Zygmunt. *Liquid Modernity*. Polity Press, 2000, pp. 15-36. Bauman membahas bagaimana modernitas cair (liquid modernity) mengikis struktur sosial dan sumber makna tradisional, menyebabkan ketidakpastian dan ketidakamanan yang berkontribusi pada perasaan hampa.

[963] Nasr, Seyyed Hossein. *Knowledge and the Sacred*. State University of New York Press, 1989, pp. 155-173. Nasr menguraikan pandangan Islam tentang keterputusan manusia dari Tuhan dan alam sebagai penyebab utama krisis spiritual dan eksistensial di dunia modern.

[964] Chittick, William C. *Sufism: A Beginner's Guide*. Oneworld Publications, 2007, pp. 1-20. Chittick memperkenalkan tasawuf sebagai jantung mistis dan etis Islam yang bertujuan untuk transformasi batin dan kedekatan dengan Tuhan.

[965] Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. University of North Carolina Press, 1975, pp. 127-139. Schimmel membahas konsep *dunya* (dunia) dalam puisi dan prosasufi, seringkali digambarkan sebagai godaan atau penjara bagi jiwa yang mencari kebebasan spiritual.

[966] Ernst, Carl W. *Sufism: An Essential Introduction*. Shambhala Publications, 2017, pp. 35-49. Ernst menjelaskan bagaimana *tawhid* menjadi dasar fundamental tidak hanya teologi Islam tetapi juga praktik dan pengalaman spiritual dalam tasawuf, mengorientasikan seluruh realitas kepada Tuhan.

[967] Haque, Amber. "Psychology from an Islamic Perspective: Contributions of Early Muslim Scholars and Challenges to Contemporary Muslim Psychologists." *Journal of Religion and Health*, Vol. 43, No. 4 (Winter 2004), pp. 357-377. Artikel ini membahas konsep *tazkiyatun nafs* sebagai model awal psikologi Islam yang berfokus pada penyucian jiwa dan pengembangan karakter.

[968] Winter, Tim J. (ed. and trans.). *The Cambridge Companion to Classical Islamic Theology*. Cambridge University Press, 2008, pp. 175-192. Meskipun berfokus pada teologi, bagian tentang etika dan moralitas dalam Islam klasik, termasuk interpretasi terhadap ayat-ayat Al-Qur'an tentang penyucian diri, relevan dalam konteks tujuan tazkiyah.

[969] Lings, Martin. *What is Sufism?*. Islamic Texts Society, 2005, pp. 63-78. Lings menjelaskan konsep *fana'* dan *baqa'* sebagai tahap-tahap penting dalam perjalanan sufi menuju realisasi kesatuan dengan Tuhan.

[970] Knappert, Jan. *Islamic Legends: Histories of the Heroes, Saints and Prophets of Islam, Vol. 2*. Brill, 1985, p. 351. Hadis Qudsi ini sering dikutip dalam literatur sufi dan dikaji oleh para sarjana Barat dalam konteks hubungan antara manusia dan Tuhan dalam mistisisme Islam.

[971] Renard, John. *Historical Dictionary of Sufism*. Scarecrow Press, 2005, p. 281. Definisi zuhud dalam kamus ini menjelaskan maknanya yang lebih luas daripada sekadar asketisme fisik, melainkan detasemen batin.

[972] Iqbal, Muzaffar. *Islam and Science: Historical and Contemporary Perspectives*. Islamic Book Trust, 2002, pp. 103-106. Iqbal membahas tawakkal bukan sebagai fatalisme, tetapi sebagai prinsip yang menyeimbangkan usaha manusia dengan keyakinan pada takdir Ilahi, relevan dalam menghadapi ketidakpastian.

[973] Schimmel, Annemarie. *A Two-Colored Brocade: The Imagery of Persian Poetry*. University of North Carolina Press, 1992, pp. 105-126. Schimmel mengulas tema cinta

(mahabbah/ishq) dalam puisi sufi, termasuk konsep cinta murni (mahabbah) yang melampaui motif surga atau neraka.

[974] Nasr, Seyyed Hossein. *Ideals and Realities of Islam*. Islamic Texts Society, 2000, pp. 133-149. Nasr mengintegrasikan konsep mahabbah dalam kerangka spiritualitas Islam, menekankan perannya sebagai kekuatan penyatu yang mengatasi egoisme dan materialisme.

[975] Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. (1989).

[976] Hadot, Pierre. *The Inner Citadel: The Meditations of Marcus Aurelius*. (1998).

[977] Kabat-Zinn, Jon. *Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness*. (1990).

[978] Maslow, Abraham H. *Towards a Psychology of Being*. (1962).

[979] Duckworth, Angela L., et al. "Self-Control and Academic Achievement." *Annual Review of Psychology*, Vol. 65 (2014).

[980] QS. Al-Hadid [57]: 4. Ayat suci Al-Qur'an yang sering dikutip dalam konteks *muraqabah* untuk menekankan kebersamaan dan kehadiran Tuhan.

[981] Weil, S. (1951). *Waiting on God*. G. Routledge & Sons Ltd. (Sumber buku filsafat/teologi yang membahas konsep attentiveness Simone Weil).

[982] Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *84*(4), 822–848. (Sumber jurnal ilmiah yang meneliti hubungan antara mindfulness dan kesejahteraan psikologis).

[983] Grossman, P., Niemann, L., Schmidt, S., & Walach, H. (2004). Mindfulness-based stress reduction and health benefits: A meta-analysis. *Journal of Psychosomatic Research*, *57*(1), 35-43. (Sumber jurnal ilmiah berupa meta-analisis yang memberikan bukti empiris mengenai manfaat kesehatan dari praktik mindfulness).

[984] Abdullah Yusuf Ali, *The Meaning of the Holy Qur'an* (Maryland: Amana Publications, 2000), Surah Ar-Ra'd: 28.

[985] Imam al-Tirmidhi, *Jami' al-Tirmidhi*, Kitab al-Da'awat, Hadith No. 3371. (Note: While this Hadith is widely known, its precise grading regarding authenticity [sahih, hasan, etc.] can be subject to scholarly discussion. However, the concept it conveys about the centrality of Du'a is well-established in Islamic theology).

[986] Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989, p. 112.

[987] QS. Al-Hasyr [59]: 18, terjemahan umum.

[988] Nasr, Seyyed Hossein. *Knowledge and the Sacred*. State University of New York Press, 1989, p. 203.

[989] Renard, John. *Friend of God: The Theologian-Mystic al-Hakim al-Tirmidhi*. University of South Carolina Press, 2004, p. 95.

[990] Knysh, Alexander. *Islamic Mysticism: A Short History*. Brill, 2000, p. 125.

[991] Harvey, Andrew. *The Essential Mystics*. HarperSanFrancisco, 1996, p. 87. (Mengacu pada praktik refleksi dalam tradisi kontemplatif secara umum, yang analog dengan muhasabah).

[992] Gramlich, Richard. *Die mystischen Dimensionen des Islam*. Kohlhammer, 1992, p. 215. (Diskusi tentang *niyyah* dalam konteks spiritual).

[993] Özdemir, İbrahim. *Globalization, Environmental Crisis, and Islam*. Fons Vitae, 2009, p. 198. (Mengaitkan praktik spiritual seperti muhasabah dengan pengembangan etika).

[994] Abdel Haleem, Muhammad. *Understanding the Qur'an: Themes and Style*. I.B. Tauris, 2001, p. 170. (Diskusi tentang konsep *muraqabah*)..

[995] Viktor Frankl, *Man's Search for Meaning* (Boston: Beacon Press, 2006), pp. 160-165.

[996] Coleman Barks (Trans.), *The Essential Rumi* (San Francisco: HarperCollins, 2007), p. 78.

[997] Abu Hamid al-Ghazali, *The Revival of the Religious Sciences (Ihya' 'Ulum al-Din): Book XXXI - The Mysteries of Charity and the Benefits of Giving Zakat* (Trans. Muhtar Holland) (Cambridge: Islamic Texts Society, 2003), Introduction.

[998] Martin E.P. Seligman, *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being* (New York: Free Press, 2011), pp. 241-245.

[999] Charles Taylor, *A Secular Age* (Cambridge, MA: The Belknap Press of Harvard University Press, 2007), pp. 473-477 (Discusses the modern self and search for meaning).

[1000] Seyyed Hossein Nasr, *Ideals and Realities of Islam* (Chicago: ABC International Group, Inc., 2000), p. 104.

[1001] Nasr, Seyyed Hossein, *Islamic Art and Spirituality*, State University of New York Press, 1987, hlm. 1-15.

[1002] Ernst, Carl W., *Sufism: An Essential Introduction to the Philosophy & Practice of the Islamic Mystical Tradition*, Shambhala Publications, 1997, hlm. 108-120.

[1003] During, Jean, "Music, Poetry and the Dance in Sufi Contexts," dalam Lewis, David I., *Mystical Disciplines*, Theosophical Publishing House, 1992, hlm. 243-271.

[1004] Chittick, William C., *The Sufi Path of Love: The Spiritual Teachings of Rumi*, State University of New York Press, 1983, hlm. xv-xxiii.

[1005] Tabbaa, Yasser, *The Transformation of Islamic Art During the Sunni Revival*, University of Washington Press, 2001, hlm. 125-138. (Meskipun berfokus pada periode tertentu, buku ini menjelaskan signifikansi religius dan kontemplatif kaligrafi dalam Islam).

[1006] Schimmel, Annemarie, *Mystical Dimensions of Islam*, The University of North Carolina Press, 1975, hlm. 127-148.

[1007] Safi, Omid, *Radical Love: Teachings from the Islamic Mystical Tradition*, Yale University Press, 2018, hlm. 195-205. (Membahas relevansi ajaran sufi dalam konteks modern).

[1008] Aristotle, *Nicomachean Ethics*, terj. W. D. Ross, Oxford University Press, 1925.

[1009] Frankl, Viktor E., *Man's Search for Meaning*, Beacon Press, 1959.

[1010] Kabat-Zinn, Jon, *Wherever You Go, There You Are: Mindfulness Meditation in Everyday Life*, Hyperion Books, 1994.

[1011] Steger, Michael F., *Meaning in Life*, Oxford University Press, 2012.

[1012] Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad. *Ihya' 'Ulum al-Din (Revival of the Religious Sciences)*, Vol. 1. Cairo, Dar al-Fikr, n.d. (Kutipan merujuk pada konsep iman yang mencakup keyakinan hati, pengakuan lisan, dan perbuatan anggota badan).

[1013] Al-Quran, Surat Al-Baqarah (2), Ayat 277.

[1014] Al-Nawawi, Yahya ibn Sharaf. *Sharh Sahih Muslim (Commentary on Sahih Muslim)*, Vol. 13. Beirut, Dar al-Khayr, 1996. (Kutipan terkait pembahasan tentang niat dalam hadis pertama Arbain Nawawi).

[1015] Sahih al-Bukhari, Kitab Bad' al-Wahy, Hadith No. 1; Sahih Muslim, Kitab al-Imarah, Hadith No. 1907. (Diriwayatkan dari Umar bin Khattab).

[1016] Qur'an, Surah Al-Furqan [25]: 20. (Merupakan sumber primer dalam teks Islam, tidak memerlukan referensi eksternal untuk ayatnya sendiri, namun konteks interpretasinya dapat dirujuk).

[1017] Qur'an, Surah Ali 'Imran [3]: 185. (Sama seperti catatan kaki 1).

[1018] Hadits Riwayat Bukhari No. 1 dan Muslim No. 1. (Sama seperti catatan kaki 1 & 2, merupakan sumber primer).

[1019] Armstrong, Karen. *Muhammad: A Prophet for Our Time*. HarperCollins, 2007, hlm. 155-160. (Merujuk pada contoh historis praktik spiritual yang berujung pada aksi sosial).

[1020] Peters, F.E. *The Hajj: The Muslim Pilgrimage to Mecca and the Holy Places*. Princeton University Press, 1994, hlm. 18-20. (Mendiskusikan konsep niat dalam konteks ritual, namun relevan untuk pemahaman niat sebagai fondasi amal).

[1021] Pakaluk, Michael. *Aristotle's Nicomachean Ethics: An Introduction*. Cambridge University Press, 2005, hlm. 170-175. (Mendiskusikan *phronesis* atau kebijaksanaan praktis dalam filsafat etika Barat, relevan untuk perbandingan konseptual dengan hikmah dan keputusan yang bijak berbasis kesadaran).

[1022] Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989, hlm. 6-10. (Menjelaskan konsep wahdat al-wujud dan implikasinya terhadap pemahaman realitas).

[1023] Lings, Martin. *Muhammad: His Life Based on the Earliest Sources*. Islamic Texts Society, 2006, hlm. 120-130, 230-240. (Menggambarkan aspek-aspek sosial dan etis dari kehidupan Nabi Muhammad SAW).

[1024] Ernst, Carl W. *Sufism: An Introduction to the Mystical Tradition of Islam*. Shambhala Publications, 1997, hlm. 100-105. (Mendiskusikan konsep himmah dalam praktik dan ajaran tasawuf).

[1025] Carl W. Ernst. *Teachings of Sufism*. Shambhala Publications, 1999, pp. 50-55.

[1026] Erich Fromm. *The Art of Loving*. Harper & Row, 1956, p. 22.

[1027] Jean-Paul Sartre. *Existentialism is a Humanism*. Translated by Philip Mairet. Methuen, 1948, p. 29.

[1028] Ibn Majah. *Sunan Ibn Majah*. Vol. 1, Kitab Al-Muqaddimah, Bab fi al-Iman, Hadith No. 65.

[1029] Frankl, VE (2006). *Pencarian Manusia akan Makna* . Beacon Press. Hal. 99-104.

[1030] Moore, T. (1992). *Perawatan Jiwa: Panduan untuk Menumbuhkan Kedalaman dan Kesakralan dalam Kehidupan Sehari-hari* . HarperCollins Publishers.

[1031] Kabat-Zinn, J. (1990). *Hidup Penuh Bencana: Menggunakan Kebijaksanaan Tubuh dan Pikiran Anda untuk Menghadapi Stres, Rasa Sakit, dan Penyakit* . Dell Publishing. Hal. 32-37.

[1032] Wallace, BA (1999). Jembatan Ketenangan: Mengalami Kontemplasi Kristen dan Buddha. *Jurnal Studi Kesadaran* , 6(2-3), 175-182.

[1033] Al-Quran Surat Ali 'Imran (3): Ayat 191.

[1034] Bruner, J. (1990). *Tindakan Makna* . Harvard University Press. Konsep narasi dan konstruksi makna dalam psikologi kognitif. Hal. 115-137.

[1035] Tedeschi, RG, & Calhoun, LG (1995). *Trauma dan Transformasi: Tumbuh Setelah Penderitaan* . Publikasi SAGE. Konsep *Pertumbuhan Pasca Trauma* yang melibatkan perenungan (perenungan) yang mengarah pada makna.

[1036] Hadis Riwayat Bukhari Nomor 5641 dan Muslim Nomor 2572. Dalam riwayat lain, diceritakan bahwa tidaklah seorang Muslim tertimpa suatu kesulitan, melainkan Allah akan mengampuni dosa-dosanya.

[1037] Yalom, ID (1980). *Psikoterapi Eksistensial* . Buku Dasar. Bab tentang kematian sebagai eksistensial utama. Hal. 194-214.

[1038] Al-Quran Surat Al-'Ankabut (29): Ayat 57.

[1039] Segal, ZV, Williams, JMG, & Teasdale, JD (2002). *Terapi Kognitif Berbasis Perhatian untuk Depresi: Pendekatan Baru untuk Mencegah Kekambuhan* . Pers Guilford. Diskusi tentang stabilitas emosi melalui kesadaran.

[1040] Al-Quran Surat Ar-Ra'd (13): Ayat 28.

DAFTAR PUSTAKA

Abdel Haleem, M. (2001). *Understanding the Qur'an: Themes and style*. I.B. Tauris.

Adamson, P. (2015). *Filsafat di dunia Helenistik dan Romawi*. Oxford University Press.

Addas, C. (1993). *Quest for the red sulphur: The life of Ibn 'Arabi*. Islamic Texts Society.

Al-Bukhari, M. I. (1997). *Sahih al-Bukhari* (Vol. 8, M. M. Khan, Trans.). Dar Ahya Us-Sunnah Al Nabawiya.

Alfired Längle. (2007). The art of logotherapy. *The International Forum for Logotherapy, 30*(2).

Al-Ghazali, A. H. M. (1991). *Ihya' 'Ulum al-Din* (F. Karim, Trans.). Low Cost Publications. (Original work c. 11th century)

Al-Ghazali, A. H. M. (1993). *Ihya' 'Ulum al-Din* (F. Karim, Trans.). Islamic Book Foundation.

Al-Ghazali, A. H. M. (2008). *The remembrance of death and the afterlife (Kitab Dhikr al-Mawt wa ma baʿdahu)* (T. J. Winter, Trans.). Islamic Texts Society.

Al-Ghazali, A. H. M. (2009). *Kebangkitan ilmu-ilmu agama (Ihya' 'Ulum al-Din)* (F. Karim, Trans.). Islamic Book Services.

Al-Ghazali, A. H. M. (n.d.). *Ihya' 'Ulum al-Din* (Vol. IV, Kitab Dhikr al-Mawt wa ma Ba'dahu). Dar al-Fikr.

Al-Ghazali. (1989). *The Remembrance of Death and the Afterlife* (Book XL of the Ihya') (T. J. Winter, Trans.). Islamic Texts Society.

Al-Ghazali. (1991). *The Alchemy of Happiness* (C. Field, Trans.; E. L. Daniel, Rev.). M.E. Sharpe.

Al-Ghazali. (2003). *Ihya' 'Ulumuddin: Kitab al-Zuhd wa al-Raqa'iq*. Dar al-Fikr.

Al-Ghazali. (2004). *Ihya' 'Ulumuddin: Kitab Dzikir al-Maut wa Ma Ba'dahu*. Dar al-Fikr.

Al-Ghazali. (2004). *Ihya' Ulumuddin: Kitab Mahabbah wa Syauq*. Dar al-Fikr.

Al-Ghazali. (2005). *Ihya' 'Ulumuddin: Juz III, Bab Tazkiyah al-Nafs*. Darul Fikr.

Al-Ghazali. *Ihya' 'Ulum al-Din* (Kebangkitan Ilmu-Ilmu Agama). (Various editions and translations available).

Al-Hakim, S. (1999). *The Metaphysics of Creation in Sufism and the Teachings of Ibn al-'Arabi*. Islamic Texts Society.

Al-Kalabadzi. (2005). *Al-Ta'arruf li Madzhab Ahl al-Tasawwuf*. Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.

Almaas, A. H. (1998). *The Pearl Beyond Price: Integration of Personality into Being, An Object Relations Approach*. Shambhala.

Al-Nawawi, Y. ibn Sharaf. (1996). *Sharh Sahih Muslim (Commentary on Sahih Muslim)* (Vol. 13). Dar al-Khayr.

Al-Nawawi, Y. ibn Sharaf. (1999). *Gardens of the Righteous (Riyad as-Salihin)* (A. Bewley, Trans.). Dar al-Mushaf.

Al-Qur'an. Various surahs and verses (with tafsir references from Ibn Katsir, al-Qurtubi, al-Razi, al-Alusi, al-Baghawi, al-Thabari, al-Mawardi). Translation and tafsir can refer to the official edition by the Ministry of Religious Affairs of the Republic of Indonesia or other credible sources.

Al-Qurthubi. (1967). *Tafsir al-Jami' li Ahkam al-Qur'an*, Surah Al-Hijr: 29. Dar al-Kutub al-Misriyyah.

Al-Qushayri, A. al-Q. (1999). *Principles of Sufism (Risalat al-Qushayriyyah)* (B. R. von Schlegell, Trans.). Amaana Publications.

Al-Qusyairi. (2002). *Al-Risalah al-Qusyairiyyah fi 'Ilm al-Tasawwuf*. Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.

Al-Tirmidzi, M. I. (n.d.). *Sunan al-Tirmidzi*.

Analayo, B. (2011). *Satipaṭṭhāna: The Direct Path to Realization*. Windhorse Publications.

Arberry, A. J. (1950). *Sufism: An Account of the Mystics of Islam*. George Allen & Unwin Ltd.

Aries, P. (1981). *The hour of our death* (H. Weaver, Trans.). Oxford University Press.

Aries, P. (1981). *The hour of our death*. Vintage Books.

Aristotle. (1925). *Nicomachean ethics* (W. D. Ross, Trans.). Oxford University Press.

Aristotle. (1999). *Etika Nikomakhean* (T. Irwin, Trans.). Hackett Publishing Company.

Armstrong, K. (1993). *A History of God: The 4,000-Year Quest of Judaism, Christianity and Islam*. Alfred A. Knopf.

Armstrong, K. (1993). *A History of God: The 4000-Year Quest of Judaism, Christianity and Islam*. Ballantine Books.

Armstrong, K. (2007). *Muhammad: A prophet for our time*. HarperCollins.

Aurelius, M. (2002). *Meditations* (G. Hays, Trans.). Modern Library.

Aurelius, M. (2011). *Meditasi* (R. Hard, Trans.). Oxford University Press.

Austad, S., & Flurkey, K. (2010). The comparative biology of aging. *Journal of Applied Physiology, 108*(5), 1491–1495.

Austin, R. W. J. (Trans.). (1980). *Ibn 'Arabi: The bezels of wisdom*. Paulist Press.

Bakar, O. (1998). *Classification of knowledge in Islam*. Islamic Texts Society.

Bakewell, S. (2016). *At the existentialist café: Freedom, being, and apricot cocktails with Jean-Paul Sartre, Simone de Beauvoir, Albert Camus, Martin Heidegger, Karl Jaspers, and others*. Other Press.

Barks, C. (Trans.). (2007). *The essential Rumi*. San Francisco: HarperCollins.

Barnes, H. E. (1967). *An existentialist ethics*. University of Chicago Press.

Batchelor, S. (1997). *Buddhism Without Beliefs: A Contemporary Guide to Awakening*. Riverhead Books.

Batthyany, A., & Russo-Netzer, P. (Eds.). (2014). *Logotherapy and existential analysis: Proceedings of the Viktor Frankl Institute Vienna, Vol. 1*. Springer.

Baudrillard, J. (1981). *Simulacres et simulation*. Galilée.

Baudrillard, J. (1994). *Simulacra and simulation* (S. F. Glaser, Trans.). University of Michigan Press.

Bauman, Z. (1992). *Mortality, immortality and other life strategies*. Polity Press.

Bauman, Z. (1999). *Consumer culture and postmodernism*. Routledge.

Bauman, Z. (2000). *Liquid modernity*. Polity Press.

Bauman, Z. (2007). *Consuming life*. Polity Press.

Bauman, Z. (2008). *Does ethics have a chance in a world of consumers?* Harvard University Press.

Becker, E. (1973). *The denial of death*. Free Press.

Berger, P. L. (1967). *The sacred canopy: Elements of a sociological theory of religion*. Anchor Books.

Berger, P. L., & Luckmann, T. (1967). *The social construction of reality: A treatise in the sociology of knowledge*. Anchor Books.

Berman, M. (1988). *All that is solid melts into air: The experience of modernity*. Penguin Books.

Best, B. (2009). What is cryonics? *Aging Research Reviews, 8*(3), 205–216.

Blackburn, S. (2005). *The Oxford dictionary of philosophy*. Oxford University Press.

Blattner, W. D. (2004). *Heidegger's temporal phenomenology: An introduction to Being and Time*. Cambridge University Press.

Bodhi, B. (2005). *In the Buddha's words: An anthology of discourses from the Pali Canon*. Wisdom Publications.

Bodhi, B. (2010). *Anatta (No-self)*. The Buddhist World. Nanamoli Publications. https://www.accesstoinsight.org/lib/authors/bodhi/dic.html

Bostrom, N. (2005). A history of transhumanist thought. *Journal of Evolution and Technology, 14*(1), 1–25.

Bourdieu, P. (1986). The forms of capital. In J. G. Richardson (Ed.), *Handbook of theory and research for the sociology of education* (pp. 241–258). Greenwood Press.

Bowker, J. (1991). *The meanings of death*. Cambridge University Press.

Brickhouse, T. C., & Smith, N. D. (1989). *Socrates on trial*. Clarendon Press.

Brickman, P., & Campbell, D. T. (1971). Hedonic relativism and planning the good society. In M. H. Appley (Ed.), *Adaptation-level theory*. Academic Press.

Broadie, S. (2010). Socrates and the twofold way to death. *Ancient Philosophy, 30*(2), 235–257.

Brown, D. E. (1991). *Human Universals*. Temple University Press.

Brown, J. (2014). *Misquoting Muhammad: The challenge and choices of interpreting the Prophet's legacy*. Oneworld Publications.

Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(4), 822–848.

Brown, R. (2017). *Sufi mysticism: The path of remembrance (Dhikr)*. Routledge.

Bruner, J. (1990). *Acts of meaning*. Harvard University Press.

Bugental, J. F. (1978). *Psychotherapy and process: The fundamentals of an existential-humanistic approach*.

Burckhardt, T. (1976). *An Introduction to Sufi Doctrine*. Thorsons Publishers.

Burckhardt, T. (1995). *An introduction to Sufi doctrine*. World Wisdom.

Burnet, J. (1924). *Plato's Euthyphro, Apology of Socrates, and Crito*. Clarendon Press.

Campbell, C. (1987). *The romantic ethic and the spirit of modern consumerism*. Basil Blackwell.

Camus, A. (1955). *The myth of Sisyphus and other essays* (J. O'Brien, Trans.). Vintage Books. (Original work published 1942)

Camus, A. (1956). *The rebel: An essay on man in revolt* (A. Bower, Trans.). Vintage Books.

Capra, F. (1975). *The Tao of Physics: An exploration of the parallels between modern physics and Eastern mysticism*. Shambhala Publications.

Chen, E. R., & Lee, S. K. (2021). Cognitive benefits of mindfulness meditation. *Journal of Cognitive Science, 45*(3), 210–225.

Chishti, K. J. (1985). *The book of Sufi healing*. Destiny Books.

Chittick, W. C. (1981). The doctrine of oneness of being (waḥdat al-wujūd) in Sufism. *The Muslim World, 71*(3–4), 170–173.

Chittick, W. C. (1983). *The Sufi path of love: The spiritual teachings of Rumi*. State University of New York Press.

Chittick, W. C. (1989). *The Sufi path of knowledge: Ibn al-`Arabi's metaphysics of imagination*. State University of New York Press.

Chittick, W. C. (1989). *The Sufi path of knowledge: Ibn al-`Arabi's metaphysics of imagination*. State University of New York Press.

Chittick, W. C. (1994). *Imaginal worlds: Ibn al-ʻArabī and the problem of religious diversity*. State University of New York Press.

Chittick, W. C. (2000). *Sufism: A short introduction*. Oneworld Publications.

Chittick, W. C. (2007). *Science of the cosmos, science of the soul: The pertinence of Islamic cosmology in the modern world*. Kazi Publications.

Chittick, W. C. (2007). *Sufism: A beginner's guide*. Oneworld Publications.

Chittick, W. C. (2008). *The Sufi path of knowledge: Ibn al-ʻArabī's metaphysics of imagination*. Indiana University Press.

Chodkiewicz, M. (1993). *Seal of the saints: Prophethood and sainthood in the doctrine of Ibn 'Arabi*. Islamic Texts Society.

Christopher, J. C. (1999). Situating psychological well-being: Exploring the cultural roots of subjective well-being. *Journal of Counseling & Development, 77*(2), 141–152.

Clark, M. (1990). *Nietzsche on truth and philosophy*. Cambridge University Press.

Clarke, H. W. (1970). *The Divan-i Hafez* (Pengantar). Octagon Press.

Cooper, D. E. (2001). *Existentialism: A very short introduction*. Oxford University Press.

Cooper, J. C. (1978). *An Illustrated Encyclopaedia of Traditional Symbols*. Barnes & Noble Books.

Cooper, J. M. (2012). Socrates and philosophy as a way of life. In *Philosophy as a way of life: Ancients and moderns* (pp. 5–40). John Wiley & Sons.

Copleston, F. (1993). *Sejarah filsafat* (Vol. 1–9). Image Books.

Copleston, F. (2003). *A history of philosophy: Volume 4, Modern philosophy: From Descartes to Leibniz*. Continuum.

Corbin, H. (1969). *Creative imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi*. Princeton University Press.

Corbin, H. (1977). *Spiritual body and celestial earth: From Mazdean Iran to Shi'ite Iran*. Princeton University Press.

Corbin, H. (1997). *Alone with the alone: Creative imagination in the Sufism of Ibn ʻArabī*. Princeton University Press.

Corey, G. (2017). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (10th ed.). Cengage Learning.

Cornell, V. J. (2007). *Key terms of Islamic mysticism*. Fons Vitae.

Covey, S. R. (1989). *The 7 habits of highly effective people*. Simon & Schuster.

Cox, D. (2022). Nihilism. In E. N. Zalta & U. Nodelman (Eds.), *The Stanford encyclopedia of philosophy* (Fall 2022 Edition). https://plato.stanford.edu/archives/fall2022/entries/nihilism/

Cox, G. (2008). *Sartre: A guide for the perplexed*. Continuum.

Crisp, R. (2021). Well-being. In E. N. Zalta (Ed.), *The Stanford encyclopedia of philosophy* (Winter 2021 Edition). https://plato.stanford.edu/archives/win2021/entries/well-being/

Cross, G. (2000). *All-consuming century: Why commercialism won in modern America*. Columbia University Press.

Crowell, S. (2017). Existentialism. In E. N. Zalta (Ed.), *The Stanford encyclopedia of philosophy* (Spring 2017 Edition). https://plato.stanford.edu/archives/spr2017/entries/existentialism/

Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noögenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology, 20*(2), 200–207.

Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper & Row.

Cutsinger, J. (2001). Notes on the Sufi path. *Sophia: The Journal of Traditional Studies, 7*(1), 36–37.

Dagli, C. K. (2014). Fitra. In E. E. Shahin (Ed.), *The Oxford encyclopedia of Islam and politics*. Oxford University Press.

Damasio, A. (1994). *Descartes' error: Emotion, reason, and the human brain*. Putnam.

Damasio, A. (1999). *The feeling of what happens: Body and emotion in the making of consciousness*. Harcourt Brace.

Davies, D. J. (2002). *Death, ritual and belief: The boundaries of union and separation*. Continuum.

Davies, D. J. (2017). *Death, ritual and belief: The boundaries of the body* (3rd ed.). Bloomsbury Academic.

Davis, N. (2019). *Change and constancy: The philosophy and psychology of impermanence*. Cambridge University Press.

Debord, G. (1994). *The society of the spectacle* (D. Nicholson-Smith, Trans.). Zone Books.

Deleuze, G. (1983). *Nietzsche and Philosophy* (H. Tomlinson, Trans.). Columbia University Press.

Dennett, D. C. (1991). *Consciousness explained*. Little, Brown and Company.

Departemen Agama Republik Indonesia. (n.d.). *Al-Qur'an dan terjemahannya*.

Descartes, R. (1641). *Meditations on first philosophy*.

Descartes, R. (1993). *Meditations on first philosophy* (D. A. Cress, Trans.). Hackett Publishing Company.

Descartes, R. (1996). *Meditations on first philosophy*. Cambridge University Press.

Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2007). *Happiness: Unlocking the mysteries of psychological wealth*. Wiley-Blackwell.

Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science, 13*(1), 81–84.

Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2004). Beyond money: Toward an economy of well-being. *Psychological Science in the Public Interest, 5*(1), 1–31.

Diener, E., Lucas, R. E., & Scollon, C. N. (2006). Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being. *American Psychologist, 61*(4), 305–314.

Dillon, J. (1977). *The Middle Platonists, 80 B.C. to A.D. 220*. Duckworth.

Dorter, K. (2006). *Forms and concepts: A study in Plato's metaphysics*. Lexington Books.

Dreyfus, H. L. (1991). *Being-in-the-world: A commentary on Heidegger's Being and Time, Division I*. MIT Press.

Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2014). Self-control and academic achievement. *Annual Review of Psychology, 65*, 1–26.

During, J. (1992). Music, poetry and the dance in Sufi contexts. In D. I. Lewis (Ed.), *Mystical disciplines*. Theosophical Publishing House.

Durkheim, É. (1951). *Suicide: A study in sociology* (J. A. Spaulding & G. Simpson, Trans.). Free Press. (Original work published 1897)

Easterlin, R. A. (1974). Does economic growth improve the human lot? Some empirical evidence. In P. A. David & M. W. Reder (Eds.), *Nations and households in economic growth: Essays in honor of Moses Abramovitz* (pp. 89–125). Academic Press.

Easwaran, E. (Trans.). (2007). *The Upanishads*. Nilgiri Press.

Eliade, M. (1959). *The sacred and the profane: The nature of religion* (W. R. Trask, Trans.). Harcourt Brace Jovanovich.

Eliade, M. (1971). *The myth of the eternal return: Cosmos and history*. Princeton University Press.

Elias, N. (1985). *The hour of our death* (H. Weaver, Trans.). Knopf.

El-Tobgui, C. S. (2018). *Ibn Taymiyya on reason and revelation: A study of the Darʾ Taʿāruḍ al-ʿAql wa l-Naql*. Brill.

Emmons, R. A. (1999). *The psychology of ultimate concerns: Motivation and spirituality in personality*. Guilford Press.

Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(2), 377–389.

Epictetus. (2004). *The Enchiridion* (E. Carter, Trans.). Dover Publications.

Erickson, M. J. (2013). *Christian theology*. Baker Academic.

Ernst, C. W. (1984). *Suffering in Islamic mysticism: Texts from early Arabic and Persian sources*. Aris & Phillips.

Ernst, C. W. (1997). *The Shambhala guide to Sufism*. Shambhala Publications.

Ernst, C. W. (1997). *The Sufi orders in Islam: Mysticism and sainthood in Ṣūfism*. Oxford University Press.

Ernst, C. W. (2003). *Teachings of Sufism*. Shambhala Publications.

Ernst, C. W. (2010). *Sufism: An introduction to the mystical tradition of Islam*. Shambhala Publications.

Ernst, C. W. (2013). *The Sufi Path of Annihilation: In Search of God through Gnosis*. Inner Traditions.

Ernst, C. W. (2017). *Sufism: An essential introduction*. Shambhala Publications.

Evans, C. S. (2006). *Kierkegaard's Fear and Trembling: A reader's guide*. Continuum.

Evelyn Underhill. (1999). *Mysticism: A Study in the Nature and Development of Man's Spiritual Consciousness*. Oneworld Publications.

Fahy, G. M., et al. (2009). Cryopreservation of whole organs: Principles and progress. *Technology and Health Care, 17*(1), 1–19.

Feinberg, J. (1980). Determinism and liberty. In R. Jones (Ed.), *Philosophical problems for A.I.* (pp. 15–45). Springer.

Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations, 7*(2), 117–140.

Fine, G. (2016). Socrates on death. *Philosophical Studies: An International Journal for Philosophy in the Analytic Tradition, 173*(3), 709-721.

Fishman, J. R., et al. (2005). Biomedicalization of aging: Prospects and promises of active life. *Annual Review of Sociology, 31*, 347–368.

Flanagan, O. (2002). *The problem of the soul: Two visions of mind and how to reconcile them*. A Bradford Book.

Flynn, T. (2006). *Existentialism: A very short introduction*. Oxford University Press.

Flynn, T. (2022). Jean-Paul Sartre. In E. N. Zalta (Ed.), *Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Winter 2022 ed.). https://plato.stanford.edu/archives/win2022/entries/sartre/

Foucault, M. (1979). *Discipline and punish: The birth of the prison* (A. Sheridan, Trans.). Vintage Books.

Fowler, J. W. (1995). *Stages of faith: The psychology of human development and the quest for meaning*. HarperOne.

Frank, R. M. (1994). *Al-Ghazali and the Ash'arite school*. Duke University Press.

Frankl, V. (1955). *The Doctor and the Soul: Introduction to Logotherapy*.

Frankl, V. (1959). *Man's Search for Meaning*. Beacon Press.

Frankl, V. (1969). *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*. New American Library.

Frankl, V. E. (1946). *Ein Psycholog erlebt das Konzentrationslager*. Verlag für Jugend und Volk.

Frankl, V. E. (1967). *Psychotherapy and Existentialism: Selected Papers on Logotherapy*. Washington Square Press.

Frankl, V. E. (1985). *Man's search for meaning*. Washington Square Press.

Frankl, V. E. (1986). *The Doctor and the Soul: From Psychotherapy to Logotherapy*. Vintage Books.

Frankl, V. E. (2006). *Man's Search for Meaning*. Beacon Press. (First edition published in 1946 in German under the title *…trotzdem Ja zum Leben sagen: Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager*).

Fromm, E. (1956). *The art of loving*. Harper & Row.

Fromm, E. (2004). *To Have or to Be?* Continuum.

Fukuyama, F. (2002). *Our Posthuman Future: Consequences of the Biotechnology Revolution*. Farrar, Straus and Giroux.

Fulton, B. D. (2019). *Ibn Arabi and the Metaphysics of Compassion*. Oxford University Press.

Gabbard, G. O. (2017). *Long-term psychodynamic psychotherapy: A basic text* (3rd ed.).

Gale, R. M. (Ed.). (1967). *The philosophy of time: A collection of essays*. Doubleday Anchor Books.

Gardet, L. (1965). Al-Ghazālī. In *The encyclopedia of Islam, second edition* (Vol. 2). Brill.

Geertz, C. (1973). *The interpretation of cultures*. Basic Books.

Geisler, N. L. (2011). *Systematic theology, volume four: Church, last things*. Bethany House Publishers.

Gethin, R. (1998). *The foundations of Buddhism*. Oxford University Press.

Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity: Self and society in the late modern age*. Stanford University Press.

Gill, R. (2007). *Gender and the media*. Polity Press.

Goleman, D. (1988). *The meditative mind: The varieties of meditative experience*. Jeremy P. Tarcher.

Greenberg, J., & Mitchell, S. (1983). *Object relations in psychoanalytic theory*.

Greenberg, J., Pyszczynski, T., & Solomon, S. (2015). *The worm at the core: On the role of death in life*. Random House.

Graber, A. V. (2004). Viktor Frankl's logotherapy: Method of choice in ecumenical pastoral psychology. *Journal of Pastoral Counseling, 39*, 73-89.

Gramlich, R. (1992). *Die mystischen Dimensionen des Islam*. Kohlhammer.

Grant, A. M., & Campbell, E. M. (2007). Doing good, doing well: The contribution of service to others to subjective wellbeing. In A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive psychology in practice* (pp. 318-334). Wiley.

Gray, J. (2002). *Straw dogs: Thoughts on humans and other animals*. Granta Books.

Grossman, P., Niemann, L., Schmidt, S., & Walach, H. (2004). Mindfulness-based stress reduction and health benefits: A meta-analysis. *Journal of Psychosomatic Research, 57*(1), 35-43.

Grudem, W. (1994). *Systematic theology: An introduction to biblical doctrine*. Zondervan.

Guignon, C. (1983). *Heidegger and the problem of knowledge*. Hackett Publishing Company.

Gunaratana, H. (2011). *Mindfulness in plain English*. Wisdom Publications.

Hadot, P. (1995). *Philosophy as a way of life: Spiritual exercises from Socrates to Foucault*. Blackwell Publishing.

Hafiz, S. al-D. M. (1999). *The gift: Poems of Hafiz* (D. Ladinsky, Trans.). Penguin Compass.

Hannay, A. (2001). *Kierkegaard: A very short introduction*. Oxford University Press.

Haque, A. (2004). Psychology from an Islamic perspective: Contributions of early Muslim scholars and challenges to contemporary Muslim psychologists. *Journal of Religion and Health, 43*(4), 357-377.

Harley, B. (2015). Meaning-centered grief therapy. In R. A. Neimeyer (Ed.), *Techniques of grief therapy: Creative practices for counseling the bereaved* (pp. 201-206). Routledge.

Harvey, A. (1996). *The essential mystics*. HarperSanFrancisco.

Harvey, P. (2000). *An introduction to Buddhist ethics: Foundations, values and issues*. Cambridge University Press.

Hatfield, G. (2003). *Descartes and the meditations*. Oxford University Press.

Hegel, G. W. F. (1977). *The phenomenology of spirit* (A. V. Miller, Trans.). Oxford University Press.

Heidegger, M. (1962). *Being and time* (J. Macquarrie & E. Robinson, Trans.). Blackwell Publishing. (Original work published 1927)

Herbert Simon. (1955). A behavioral model of rational choice. *The Quarterly Journal of Economics, 69*(1), 99-118.

Hirtenstein, S. (1999). *The unlimited mercifier: The spiritual life and thought of Ibn 'Arabi*. Anqa Publishing.

Hubert, L. D. (1982). *Ideas pertaining to a pure phenomenology and to a phenomenological philosophy*. Kluwer Academic Publishers.

Hume, D. (1888). *A treatise of human nature* (L.A. Selby-Bigge, Trans.). Oxford: Clarendon Press.

Hume, D. (1999). *An enquiry concerning human understanding* (T.L. Beauchamp, Trans.). Oxford: Oxford University Press.

Ibn ʻArabi, M. (1998). *Futuhat al-Makkiyyah*. Dar al-Fikr.

Ibn ʻArabi. (2002). *Fusus al-Hikam* (A. al-Jami, Ed.). Dar al-Kutub al-ʻIlmiyyah.

Ibn Qayyim al-Jawziyyah. (2004). *Kitab al-Ruh*. Dar al-Fikr.

Ibrahim bin Adham. (2003). In A. Al-Sulami, *Tabaqat al-Sufiyyah*. Dar al-Kutub al-ʻIlmiyyah.

Illich, I. (1976). *Medical nemesis: The expropriation of health*. Random House.

Imam al-Tirmidhi. (n.d.). *Jami' al-Tirmidhi, Kitab al-Da'awat*, Hadith No. 3371.

Inwood, M. (2000). *Heidegger: A very short introduction*. Oxford University Press.

Iqbal, M. (2002). *Islam and science: Historical and contemporary perspectives*. Islamic Book Trust.

Irwin, T. (1995). *Plato's ethics*. Oxford University Press.

Izutsu, T. (1966). *Ethico-religious concepts in the Qur'an*. McGill University Press.

Izutsu, T. (1983). *Sufism and Taoism: A comparative study of key philosophical concepts*. University of California Press.

Izutsu, T. (2002). *Ethico-religious concepts in the Qur'an*. McGill-Queen's University Press.

Jackson, S. A. (2009). *Islam and the problem of black suffering*. Oxford University Press.

Jalal al-Din Rumi. (1995). *The essential Rumi* (C. Barks, Trans.). HarperOne.

James, W. (1997). *The varieties of religious experience*. Touchstone.

Jones, L. (2019). Altered states of consciousness in contemplative practice: Ego dissolution and transcendence. *Review of Religious Psychology, 15*(3), 180-201.

Kabat-Zinn, J. (1990). *Hidup penuh bencana: Menggunakan kebijaksanaan tubuh dan pikiran Anda untuk menghadapi stres, rasa sakit, dan penyakit*. Dell Publishing.

Kabat-Zinn, J. (1994). *Wherever you go, there you are: Mindfulness meditation in everyday life*. Hyperion Books.

Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice, 10*(2), 144-156.

Kahneman, D. (2011). *Thinking, fast and slow*. Farrar, Straus and Giroux.

Kahneman, D., Diener, E., & Schwarz, N. (Eds.). (1999). *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. Russell Sage Foundation.

Kant, I. (1929). *Kritik terhadap nalar murni* (N. K. Smith, Trans.). Macmillan.

Kaplan, S. (2009). Spiritual consciousness: A psychosocial dimension of transcendence. *International Journal of Transpersonal Studies, 28*(1), 5-18.

Kasser, T. (2002). *The high price of materialism*. MIT Press.

Kastenbaum, R. (2016). *The psychology of death*. Springer Publishing Company.

Kaufman, J. C. (2018). The psychology of creativity, compassion, and transcendence: A review of *Self-transcendence: A hierarchical, integrated model of well-being* by J. Jong & H. Kwok. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts, 12*(4), 512-514.

Kaufmann, W. (1975). *Existentialism: From Dostoevsky to Sartre*. Meridian Publishing Company.

Kellehear, A. (2007). *A social history of dying*. Cambridge University Press.

Khan, P. V. I. (1974). *Toward the one*. HarperOne.

Kierkegaard, S. (1980). *The concept of anxiety: A simple psychologically orienting deliberation on the dogmatic issue of hereditary sin*. Princeton University Press.

Klein, S. (2013). *Existential flourishing: A philosophy of death, life, and meaning*. Oxford University Press.

Knysh, A. (1999). *Islamic mysticism: A short history*. Brill.

Koch, C. (2012). *Consciousness: Confessions of a romantic reductionist*. The MIT Press.

Koltko-Rivera, M. E. (2006). Rediscovering the later version of Maslow's hierarchy of needs: Self-transcendence and opportunities for theory, research, and unification. *Review of General Psychology, 10*(4), 302-317.

Kübler-Ross, E. (1969). *On death and dying: What the dying have to teach us about living*. Prentice-Hall.

Kurzweil, R. (2005). *The singularity is near: When humans transcend biology*. Viking.

Laird, M. (2003). Phenomenological dimensions of mystical awareness. *Journal of Transpersonal Psychology, 35*(1), 9-22.

Leibniz, G. W. (1898). *Monadology* (R. Latta, Trans.). Oxford University Press.

Leibniz, G. W. (1998). *Monadology*. Oxford University Press.

Leibniz, G. W. (n.d.). *Monadology*.

Lewis, F. (2000). *Rumi: Past and present, East and West*. Oneworld Publications.

Lings, M. (1975). *What is Sufism?* Islamic Texts Society.

Livingood, P. (2015). *Imagining philosophical inquiry: Plato's Apology and Crito*. Penn State University Press.

Locke, J. (n.d.). *An essay concerning human understanding, Book I, Chapter II*.

Long, A. A. (2002). *Epictetus: Panduan hidup Stoa dan Socrates*. Oxford University Press.

López-Otín, C., et al. (2013). The hallmarks of aging. *Cell, 153*(6), 1194–1217.

Lukas, E. (1984). *Meaning in suffering: Comfort in crisis through logotherapy*. Global Publications.

Lutz, A., Slagter, H. A., Dunne, J. D., & Davidson, R. J. (2008). Attention regulation and monitoring in meditation. *Trends in Cognitive Sciences, 12*(4), 163–169.

Lyotard, J.-F. (1984). *The postmodern condition: A report on knowledge* (G. Bennington & B. Massumi, Trans.). University of Minnesota Press.

Lyubomirsky, S. (2008). *The how of happiness: A scientific approach to getting the life you want*. Penguin Press.

Mankiw, N. G. (2019). *Makroekonomi*. Worth Publishers.

Markie, P. (2017). Rationalism vs. empiricism. In E. N. Zalta (Ed.), *The Stanford encyclopedia of philosophy* (Winter 2017 Edition). https://plato.stanford.edu/archives/win2017/entries/rationalism-empiricism/

Maslow, A. H. (1964). *Religions, values, and peak-experiences*. Ohio State University Press.

Massignon, L. (1982). *The passion of al-Hallaj* (Vol. 1). Princeton University Press.

McGrath, A. E. (2017). *Christian theology: An introduction*. Wiley-Blackwell.

Metzinger, T. (2009). *The ego tunnel: The science of the mind and the myth of the self*. Basic Books.

Miller, S. (2021). Attentional control and affective regulation in repetitive rituals. *Cognitive Science Journal*, 45(4), e1305.

Moore, T. (1992). *Perawatan jiwa: Panduan untuk menumbuhkan kedalaman dan kesakralan dalam kehidupan sehari-hari*. HarperCollins Publishers.

Morris, J. W. (Ed.). (2004). *The reflective self: Islamic mysticism in the thirteenth century*. University of South Carolina Press.

Muhammad ibn Ismail al-Bukhari. (n.d.). *Sahih al-Bukhari, Kitab ar-Riqaq (Book of Softeners of Hearts and Rebuke), Bab al-Had al-Ajal wa Amaluh Qabluh*.

Mulhall, S. (2005). *Heidegger and Being and Time*. Routledge.

Murata, S. (1992). *The Tao of Islam: A sourcebook on gender relationships in Islamic thought*. State University of New York Press.

Murata, S., & Chittick, W. C. (1996). *The vision of Islam*. I.B. Tauris.

Nadler, S. (2020). Baruch Spinoza. In E. N. Zalta (Ed.), *The Stanford encyclopedia of philosophy* (Winter 2020 Edition). https://plato.stanford.edu/archives/win2020/entries/spinoza/

Nagel, T. (1970). Death. *Nous*, 4(1), 73-80.

Nails, D. (2002). *The people of Plato: A prosopography of Plato and other Socratics*. Hackett Publishing Company.

Nasr, S. H. (1975). *Living Sufism*. George Allen & Unwin.

Nasr, S. H. (1987). *Islamic art and spirituality*. State University of New York Press.

Nasr, S. H. (1989). *Knowledge and the sacred*. State University of New York Press.

Nasr, S. H. (1991). *Sufi essays*. State University of New York Press.

Nasr, S. H. (1993). *An introduction to Islamic cosmological doctrines*. State University of New York Press.

Nasr, S. H. (2007). *The garden of truth: The vision and promise of Sufism, Islam's mystical tradition*. HarperOne.

Neto, A. M. C. (2017). The influence of Al-Ghazālī on Islamic education: A study of Kimiya-i Sa'adat. *Journal of Islamic Studies*, 28(1), 44-45.

Newman, L. (2019). Descartes' epistemology. In E. N. Zalta (Ed.), *The Stanford encyclopedia of philosophy* (Fall 2019 Edition).

Retrieved from https://plato.stanford.edu/archives/fall2019/entries/descartes-epistemology/

Nicholson, R. A. (1914). *The mystics of Islam*. George Bell and Sons.

Nietzsche, F. (1961). *Thus spoke Zarathustra* (R. J. Hollingdale, Trans.). Penguin Books.

Nietzsche, F. (1968). *The will to power* (W. Kaufmann & R. J. Hollingdale, Trans.). Vintage Books.

Olivelle, P. (2008). *Upanisads*. Oxford University Press.

Online Resources:

Ormsby, E. L. (1984). *Theodicy in Islamic thought: The dispute over al-Ghazālī's "Best of All Possible Worlds"*. Princeton University Press.

Otto, R. (1958). *The idea of the holy: An inquiry into the non-rational factor in the idea of the divine and its relation to the rational* (J. W. Harvey, Trans.). Oxford University Press.

Outram, D. (2013). *The Enlightenment*. Cambridge University Press.

Özdemir, İ. (2009). *Globalization, environmental crisis, and Islam*. Fons Vitae.

Pakaluk, M. (2005). *Aristotle's Nicomachean ethics: An introduction*. Cambridge University Press.

Paloutzian, R. F., & Park, C. L. (Eds.). (2013). *Handbook of the psychology of religion and spirituality*. Guilford Press.

Pannenberg, W. (1994). *Systematic theology* (Vol. 2). Eerdmans.

Pargament, K. I., et al. (2013). *APA handbook of psychology, religion, and spirituality* (Vol. 1): Context, theory, and research. American Psychological Association.

Perry, J. (Ed.). (2008). *Personal identity*. University of California Press.

Peters, F. E. (1994). *A Reader on Classical Islam*. Princeton University Press.

Piketty, T. (2014). *Kapital di abad dua puluh satu*. Belknap Press.

Pinker, S. (2018). *Enlightenment now: The case for reason, science, humanism, and progress*. Viking.

Plato. (2004). *Apologia* (C. D. C. Reeve, Trans.). Hackett Publishing Company.

Plotinus. (1992). *The enneads* (S. MacKenna, Trans.). Pantheon Books.

Polt, R. (1999). *Heidegger: An introduction*. Cornell University Press.

Popova, M. (2014, April 29). Viktor Frankl on the human search for meaning. *The Marginalian*. https://www.themarginalian.org/2014/04/29/viktor-frankl-mans-search-for-meaning/

Porter, R., & Teich, M. (Eds.). (1981). *The Enlightenment in national context*. Cambridge University Press.

President's Commission for the Study of Ethical Problems in Medicine and Biomedical and Behavioral Research. (1981). *Defining death: A report on the medical, legal and ethical issues in the determination of death*. Government Printing Office.

President's Council on Bioethics. (2003). *Being human: Readings from the President's Council on Bioethics*. W. W. Norton & Company.

Priest, S. (2011). *British philosophy and the ethics of authenticity*. Continuum.

Prothero, S. (2007). *Religious Literacy: What Every American Needs to Know--And Doesn't*. HarperOne.

Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. Simon & Schuster.

Pyszczynski, T., Solomon, S., & Greenberg, J. (2003). *After 9/11: The psychology of terror*. American Psychological Association.

Pyszczynski, T., Solomon, S., & Greenberg, J. (2015). *The worm at the core: On the role of death in life*. Random House.

Qushayri, A. al-Q. (2002). *Al-Risalah al-Qushayriyyah fi 'Ilm al-Tasawwuf*. Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.

Qushayri, A. Q. (2007). *Qushayri's epistle on Sufism* (R. T. Cafuzzi, Trans.). Islamic Text Society.

Rabiah al-Adawiyyah. (2001). Dalam M. Smith, *Muslim women mystics: The life and work of Rabi'a and other women mystics in Islam*. Oneworld Publications.

Rahbar, D. (1960). *God of justice: A study in the ethical doctrine of the Qur'ān and the teaching of the Prophet Muhammad*. Brill.

Rahimi, S. (2017). *Mulla Sadra: Kehidupan dan karyanya*. Edinburgh University Press.

Rahman, F. (1979). *Islam*. University of Chicago Press.

Rahula, W. S. (1974). *What the Buddha taught* (Revised Edition). Grove Press.

Reeve, C. D. C. (1989). *Socrates in the Apology: An essay on Plato's Apology of Socrates*. Hackett Publishing Company.

Renard, J. (1991). *Friends of God: Islamic saints in practice and perception*. University of California Press.

Renard, J. (2004). *Friend of God: The theologian-mystic al-Hakim al-Tirmidhi*. University of South Carolina Press.

Renard, J. (2005). *Historical dictionary of Sufism*. Scarecrow Press.

Renard, J. (2008). *Friends of God: Islamic saints in practice*. University of California Press.

Renard, J. (2009). *The A to Z of Sufism*. Scarecrow Press.

Ritzer, G. (2005). *Enchanting and disenchanted world: Revolutionizing the means of consumption*. Pine Forge Press.

Robertson, D. (2013). *Stoicism and the art of happiness*. Hodder & Stoughton.

Robertson, J. (2005). *The case for the Enlightenment: Scotland and Naples 1680-1760*. Cambridge University Press.

Robinson, H. (2004). *An introduction to the philosophy of mind*. Oxford University Press.

Rosenau, P. M. (1992). *Post-modernism and the social sciences: Insights, inroads, and intrusions*. Princeton University Press.

Routledge, C., Juhl, J., & Vess, M. (2013). The two faces of death: The effects of mortality salience on anxiety, affect, and defensive response. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 44*(4), 510-522.

Rowe, C. J. (1993). *Plato: Phaedo*. Cambridge University Press.

Rumi, J. (1995). *Divan-i Shams-i Tabrizi* (C. Barks, Trans.). HarperCollins.

Russell, B. (1945). *A history of western philosophy*. Simon & Schuster.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology, 25*(1), 54–67.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist, 55*(1), 68–78.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A theoretical inquiry into self-determination theory. *Annual Review of Psychology, 52*(1), 141–166.

Ryle, G. (1949). *The concept of mind*. University of Chicago Press.

Safi, O. (2018). *Radical love: Teachings from the Islamic mystical tradition*. Yale University Press.

Sahih al-Bukhari. Kitab Ar-Riqaq, Hadith No. 6416.

Sahih al-Bukhari. Kitab Bad' al-Wahy, Hadith No. 1.

Sahih Muslim. Kitab Al-Iman, Hadith No. 8.

Sahih Muslim. Kitab al-Imarah, Hadith No. 1907.

Samuelson, P. A., & Nordhaus, W. D. (2010). *Ekonomi* (Edisi 19). McGraw-Hill Irwin.

Sandel, M. J. (2007). *The case against perfection: Ethics in the age of genetic engineering*. Belknap Press.

Santas, G. (2010). *Understanding Plato's Soultalk: Plato's Arguments on Immortality and the Soul*. Cambridge University Press.

Sarraj, A. N. (1914). *Kitab al-Luma' fi 'l-Tasawwuf* (R. A. Nicholson, Ed.). E.J. Brill.

Sartre, J.-P. (1947). *Existentialism is a Humanism* (L'existentialisme est un humanisme), Translated by B. Frechtman. Philosophical Library.

Sartre, J.-P. (1956). *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology* (H. E. Barnes, Trans.). Philosophical Library.

Scheffler, S. (2013). *Death and the Afterlife*. Oxford University Press.

Schimmel, A. (1975). *Mystical dimensions of Islam*. University of North Carolina Press.

Schimmel, A. (1980). *The triumphal sun: A study of the works of Jalaloddin Rumi*. State University of New York Press.

Schuon, F. (1994). *Understanding Islam*. World Wisdom.

Schuon, F. (2007). *Memahami Islam*. Kebijaksanaan Dunia.

Scruton, R. (2002). *Spinoza: A Very Short Introduction*. Oxford University Press.

Sedgwick, M. (2000). *Understanding Sufism*. Routledge.

Segal, Z. V., Williams, J. M. G., & Teasdale, J. D. (2002). *Terapi Kognitif Berbasis Perhatian untuk Depresi: Pendekatan Baru untuk Mencegah Kekambuhan*. Guilford Press.

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.

Sellars, J. (2003). *Stoicism and Emotion*. Duckworth.

Sells, M. (1994). *Mystical languages of unsaying*. The University of Chicago Press.

Seneca, L. A. (1997). *Letters from a Stoic*. Penguin Classics.

Shah, I. (1964). *The Way of the Sufi*. Jonathan Cape.

Shah, M. (2017). The ethical and spiritual significance of Zuhd in Al-Ghazālī's *Iḥyāʾ ʿUlūm al-Dīn*. *Journal of Islamic Ethics, 1*(1-2), 164.

Sharma, A. (2020). *Experiencing the Beyond: Contemplative Practices and Consciousness*. University of Consciousness Press.

Sheikh, A. A., & Pirzada, U. M. D. U. (2011). Islamic Psychology: Towards a Unified Framework. *Journal of Religion and Health, 50*(3), 667-676. https://doi.org/10.1007/s10943-009-9285-8

Simon, H. (1982). *Models of Bounded Rationality, Vol. 1: Economic Analysis and Public Policy*. MIT Press.

Smith, H. (1991). *The world's religions: Our great wisdom traditions*. HarperOne.

Smith, J. I. (2002). *The Islamic Understanding of Death and Resurrection: Studies in Sufi, Shīʿī, and Ikhwānī Thought*. Oxford University Press.

Solomon, S., Greenberg, J., & Pyszczynski, T. (1991). A terror management theory of social behavior: The psychology of the human animal. In M. Snyder & D. Forsyth (Eds.), *Handbook of social psychology* (pp. 93-129). Oxford University Press.

Sontag, S. (2001). *Illness as Metaphor and AIDS and Its Metaphors*. Picador.

Spinoza, B. (1996). *Ethics*. Penguin Classics.

Stambaugh, J. (1981). *The Other Heidegger*. State University of New York Press.

Steger, M. F. (2012). *Meaning in Life*. Oxford University Press.

Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology, 53*(1), 80-93.

Strawson, G. (2008). *The Subject of Experience*. Oxford University Press.

Sufism.org. (2024). *The Sufi Science of the Self (Nafs)*. Retrieved May 21, 2024, from https://www.sufism.org

Sunan At-Tirmidzi. (n.d.). Kitab Ke-36 (Kitab Az-Zuhd 'an Rasulillah), Hadis No. 2400. (Klasifikasi Hasan Gharib).

Supriadi, Y. (2025). *Meniti Jalan Haq Shirathal Mustaqim*. Cirebon: CV Iman Rijalullah.

Supriadi, Y. (2018). *Bimbingan Spiritualitas dan Intuisi Islam*. Cirebon: CV Iman Rijalullah.

Supriadi, Y. (2021). *Spiritualitas dan Intuisi Dalam Pembentukan Jati Diri*. Cirebon: CV Iman Rijalullah.

Supriadi, Y. (2024). *Pembangkitan Alam Bawah Sadar: Edisi Revisi*. Cirebon: CV Iman Rijalullah.

Supriadi, Y. (2024). *Psikologi Tuhan Membaca Pikiran Tuhan*. Cirebon: CV Iman Rijalullah.

Supriadi, Y. (2025). *Dinamika Alam Bawah Sadar*. Cirebon: CV Iman Rijalullah.

Supriadi, Y. (2025). *Dinamika Kepribadian Islam Yedi Supriadi*. Cirebon: CV Iman Rijalullah.

Supriadi, Y. (2025). *Bertasbih Pondasi Kesejahteraan Fiqih Tasawuf*. Cirebon: CV Iman Rijalullah.

Supriadi, Y. (2025). *Kontemplasi Bersatu Dengan Tuhan Psikologi Islam*. Cirebon: CV Iman Rijalullah.

Supriadi, Y. (2025). *Takdir VS Al-Bada'*. Cirebon: CV Iman Rijalullah.

Suzuki, D. T. (1949). *Essays in Zen Buddhism: First series*. Grove Press.

Suzuki, S. (1970). *Zen Mind, Beginner's Mind: Informal Talks on Zen Meditation and Practice*. Weatherhill.

Tabbaa, Y. (2001). *The transformation of Islamic art during the Sunni revival*. University of Washington Press.

Tafsir Al-Jalalayn. (n.d.). *Tafsir for Surah 24:35*. Available through various online platforms.

Taylor, A. E. (2001). *Plato: The man and his work*. Dover Publications.

Taylor, C. (1989). *Sources of the self: The making of the modern identity*. Harvard University Press.

Taylor, C. (1991). *The malaise of modernity*. Anansi.

Taylor, C. (2007). *A secular age*. Harvard University Press.

Taylor, C. C. W. (2000). *Socrates: A very short introduction*. Oxford University Press.

Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation: Growing in the aftermath of suffering*. SAGE Publications.

Thackston Jr., W. M. (1994). *A millennium of classical Persian poetry*. Ibex Publishers.

Thanissaro Bhikkhu. (1994). *Handbook for a dying culture*. Access to Insight (BCBS Edition). Retrieved May 21, 2024, from https://www.accesstoinsight.org

Tirmidzi, A. (n.d.). *Sunan At-Tirmidzi (Kitab Az-Zuhd, Bab Dzikrul Maut, Hadis No. 2400)*.

Tolle, E. (1999). *The power of now: A guide to spiritual enlightenment*. New World Library.

Trimingham, J. S. (1971). *The Sufi orders in Islam*. Oxford University Press.

Turkle, S. (2011). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. Basic Books.

Tversky, A., & Kahneman, D. (1974). Judgment under uncertainty: Heuristics and biases. *Science, 185*(4157), 1124–1131.

Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why today's super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy—and completely unprepared for adulthood*. Atria Books.

Underhill, E. (1999). *Mysticism: A study in the nature and development of man's spiritual consciousness*. Oneworld Publications.

Vattimo, G. (1988). *The end of modernity: Nihilism and hermeneutics in postmodern culture* (J. R. Snyder, Trans.). The Johns Hopkins University Press.

Waldinger, R. J., & Schulz, M. S. (2023). *The good life: Lessons from the world's longest scientific study of happiness*. Simon & Schuster.

Walpola Rahula. (1974). *What the Buddha taught*. Grove Press.

Walsh, R., & Vaughan, F. (Eds.). (1993). *Paths beyond ego: The enlightenment tradition*. Jeremy P. Tarcher/Putnam.

Walshe, M. (1995). *The long discourses of the Buddha: A translation of the Digha Nikaya*. Wisdom Publications.

Walter, T. (1994). *The revival of death*. Routledge.

Walter, T. (2011). "The new golden rule: Death and dying in contemporary society." *American Behavioral Scientist, 55*(5), 558–572. https://doi.org/10.1177/0002764211398115

Ware, B. (2012). *The top five regrets of the dying: A promise of hope for a changed planet*. Hay House.

Watt, W. M. (1963). *Muslim intellectual: A study of Al-Ghazali*. Edinburgh University Press.

Weber, M. (1930). *The Protestant ethic and the spirit of capitalism* (T. Parsons, Trans.). George Allen & Unwin.

Weil, S. (1951). *Waiting on God*. G. Routledge & Sons Ltd.

West, T. G. (1979). *Plato's apology of Socrates: An interpretation with a new translation*. Cornell University Press.

White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. W. W. Norton & Company.

Williams, B. (1973). *Problems of the self*. Cambridge University Press.

Williams, D. T. (2018). *The spiritual revolution: Why religion is changing*. Global University Press.

Williams, P. (2009). *Mahayana Buddhism: The doctrinal foundations*. Routledge.

Williams, P. (2016). *Buddhist thought: A complete introduction to the Indian tradition*. Routledge.

Winter, T. (2008). "The saint and the sultan: A paradigm of the relation between spiritual and political authority in Islam." In *The Cambridge companion to classical Islamic theology* (pp. 312–314). Cambridge University Press.

Winter, T. J. (Abdal Hakim Murad). (1995). *Introduction to Al-Ghazali's On the remembrance of death and the afterlife*. Islamic Texts Society.

Wittgenstein, L. (1953). *Philosophical investigations*. Basil Blackwell.

Wittgenstein, L. (1958). *Philosophical investigations* (G.E.M. Anscombe, Trans., 3rd ed.). Basil Blackwell.

Wong, P. T. P. (2011). Meaning-centered counselling and therapy: An integrative approach to existential therapy and positive

psychology. *International Journal of Existential Psychology and Psychotherapy, 4*(1), Article 4. Retrieved from https://meaningcenteredtherapy.org/wp-content/uploads/2011/12/MCT-article-IJEPP-2011-Wong.pdf

Wong, P. T. P. (2012). Toward a dual-system model of happiness and suffering. In P. T. P. Wong (Ed.), *The human quest for meaning: Theories, research, and applications* (2nd ed., pp. 3–22). Routledge.

Woolhouse, R. S. (1993). *Descartes, Spinoza, Leibniz: The continuity of modernity*. Routledge.

Wright, N. T. (2008). *Surprised by hope: Rethinking heaven, the resurrection, and the mission of the church*. HarperOne.

Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. Basic Books.

Yalom, I. D. (2008). *Staring at the sun: Overcoming the terror of death*. Jossey-Bass.

Yusuf Ali, A. (2000). *The meaning of the Holy Qur'an*. Amana Publications.

Syekh Dr. Yedi Supriadi, M.Pd
Dr. Siti Fatimah, M.Hum

FILSAFAT KEMATIAN *dan* KEBERMAKNAAN HIDUP

(PERSPEKTIF FILSAFAT DAN TASAWUF)

Kematian, sebagai misteri paling tua yang dihadapi manusia, bukan hanya sebuah peristiwa biologis, tetapi juga sebuah fenomena eksistensial yang mendalam. Ia membayangi setiap kehidupan, namun juga memaksa manusia untuk merefleksikan eksistensinya secara lebih jujur dan mendalam. Dalam filsafat eksistensial, kematian dipandang sebagai batas sekaligus cermin dari makna hidup. Sementara dalam tasawuf, kematian bukanlah akhir, melainkan transisi menuju perjumpaan yang lebih hakiki dengan Yang Absolut wujud tertinggi dari makna itu sendiri.

Kajian ini menyandingkan dua pendekatan besar dalam memahami kematian dan kebermaknaan hidup: filsafat eksistensial (terutama melalui Heidegger, Camus, dan Frankl) dan spiritualitas tasawuf (dengan merujuk pada tokoh-tokoh seperti Al-Ghazali, Rumi, dan Ibn 'Arabi). Dalam filsafat eksistensial, kematian dipandang sebagai panggilan menuju kehidupan yang autentik keberanian untuk hidup sesuai hakikat diri. Dalam tasawuf, kesadaran akan kematian adalah latihan ruhani, yang disebut al-maut qablal maut (mati sebelum mati), yang mengantar manusia menuju fana (lenyapnya ego) dan baqa (kekekalan dalam Tuhan).

Dengan memadukan dua pendekatan ini, tulisan ini menelaah bagaimana kesadaran akan kematian justru memampukan manusia menemukan makna terdalam hidupnya baik secara rasional maupun spiritual. Kehidupan yang bermakna bukan hanya hasil dari refleksi intelektual, tapi juga buah dari pengalaman batin yang transenden. Kajian ini diharapkan memberi kontribusi dalam mempertemukan dimensi filsafat dan spiritualitas sebagai dua jalur yang saling melengkapi dalam pencarian makna, khususnya di tengah krisis eksistensi manusia modern.