



# **FENOMENOLOGI MIMPI**

**(Filsafat Metafisika)**

**SYEKH Dr. YEDI SUPRIADI, M.Pd**

CV. IMAN RIJALULLAH

# **FENOMENOLOGI MIMPI (Filsafat Metafisika)**

**SYEKH Dr. YEDI SUPRIADI, M.Pd**



**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)

---

## TEORI TRANSFORMASI DIRI

**" Ketika seseorang Berfikir sesungguhnya sedang terhubung dengan Alam Bawah Sadar dirinya, dan ketika seseorang Berdzikir ( Meditasi ) sesungguhnya sedang Membangkitkan Alam Bawah sadarnya. "**

**( Syekh Dr. Yedi Supriadi )**



# FENOMENOLOGI MIMPI (Filsafat Metafisika)

*Penulis : 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](mailto:yedisupriadi0111@gmail.com)*
- *Website : <https://www.yedisupriadi.com/>*

***Pengantar :** Syekh Dr. Yedi Supriadi, M.Pd*

***Editor :** Bambang Trisetiadi (Yadi)*

***Reviewer :** Wildan Na i’an, Lilis Kartini*

***Desain Cover (Ilustrator) :** Muhamad Jatnika dan 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 : 978-623-89996-9-9 (PDF)

## **Kata Pengantar**

Alhamdulillah, puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan nikmat-Nya, sehingga karya ini dapat terselesaikan dan hadir di hadapan pembaca sekalian. Buku ini saya persembahkan sebagai sebuah usaha kecil untuk memperkenalkan dan mengajak kita semua lebih dalam menyelami hakikat mimpi, sebuah fenomena yang selama ini sering dipandang sebelah mata atau bahkan dianggap sebagai sesuatu yang tidak terlalu berarti. Namun, bagi saya, mimpi adalah gerbang yang menyambungkan dimensi kesadaran manusia dengan dimensi yang lebih tinggi, yang penuh dengan hikmah dan petunjuk dari alam yang lebih luas.

Sebagaimana Allah berfirman dalam Al-Qur'an, "Dan Dia adalah yang menguasai seluruh peristiwa mimpi..." (QS. Yusuf: 6). Mimpi, dalam pandangan saya, bukanlah sekadar ilusi atau pelarian dari realitas hidup. Mimpi adalah jembatan yang menghubungkan antara alam nyata yang kita kenal dengan alam yang lebih dalam, lebih abstrak, dan lebih transendental. Dalam ketenangan dan kedalaman mimpi, manusia berinteraksi dengan wilayah yang tak kasat mata, yang kadang-kadang menyentuh hati, jiwa, dan ruh mereka dengan cara yang tidak dapat dijelaskan hanya dengan akal sehat semata.

Melalui buku ini, saya berusaha untuk menyuguhkan perspektif yang lebih holistik tentang mimpi tidak hanya sebagai fenomena psikologis, tetapi juga sebagai bagian integral dari perjalanan spiritual dan eksistensial manusia. Saya mengajak pembaca untuk

melihat mimpi bukan hanya sebagai gambaran bawah sadar atau efek samping dari aktivitas otak kita, tetapi sebagai suatu pengalaman metafisika yang mengandung pesan-pesan dari dunia yang lebih tinggi. Sebuah ruang di mana kita dapat merasakan kedekatan dengan Sang Pencipta, di mana setiap simbol, setiap makna, dan setiap pengalaman mimpi memiliki potensi untuk membuka pintu-pintu kesadaran yang lebih luas.

Konsep **Teori Transformasi Diri** yang saya kembangkan dan saya paparkan dalam buku ini, mengungkapkan bahwa kesadaran kita terhadap mimpi adalah langkah pertama dalam proses pembukaan hati dan pikiran kita terhadap kenyataan yang lebih besar. Berdasarkan prinsip-prinsip tasawuf, saya percaya bahwa berdzikir dan berpikir dengan niat yang ikhlas adalah dua cara yang dapat membantu kita untuk “membangkitkan” potensi-potensi tersembunyi dalam diri kita. Seperti yang saya tegaskan dalam karya ini: *"Ketika seseorang berpikir, sesungguhnya ia sedang terhubung dengan alam bawah sadar dirinya. Dan ketika seseorang berdzikir, sesungguhnya ia sedang membangkitkan alam bawah sadarnya."* Pernyataan ini membuka cakrawala baru bahwa untuk mengenal diri, kita harus melalui perjalanan yang melibatkan pikiran dan dzikir, yang pada gilirannya akan membawa kita pada pemahaman yang lebih mendalam tentang mimpi dan tentang kehidupan itu sendiri.

Buku ini juga menawarkan suatu pandangan yang lebih integratif antara **filsafat** dan **tasawuf**, dua disiplin ilmu yang pada pandangan saya saling melengkapi. Filsafat memberikan landasan untuk menggali pemahaman rasional dan kritis terhadap fenomena

mimpi, sementara tasawuf memberikan pembersihan ruhani yang memungkinkan kita untuk benar-benar merasakan dan menghayati makna yang terkandung dalam setiap pengalaman mimpi. Keduanya mengarahkan kita kepada satu tujuan yang sama: **transformasi diri** yang sejati, yang akan membimbing kita untuk mengenal diri kita yang hakiki dan pada akhirnya mengenal Tuhan Yang Maha Nyata.

Saya berharap karya ini tidak hanya memberikan pengetahuan baru tentang fenomena mimpi, tetapi juga membuka jalan bagi pembaca untuk lebih memperhatikan perjalanan batin mereka sendiri. Mimpi adalah undangan dari Allah untuk kita lebih mendalam dalam merenung, dalam berkontemplasi, dan dalam bertransformasi. Sebagaimana perjalanan hidup kita, perjalanan melalui mimpi adalah sebuah perjalanan yang tidak hanya melibatkan akal, tetapi juga hati dan jiwa, dalam upaya menuju kesempurnaan diri.

Semoga buku ini bermanfaat bagi kita semua, dan menjadi sebuah panduan dalam perjalanan batin kita menuju pencerahan dan kedekatan dengan Sang Pencipta. Semoga Allah senantiasa memberi kita petunjuk-Nya, menjadikan setiap langkah kita dalam kehidupan ini sebagai langkah yang penuh dengan makna, dan menjadikan mimpi kita sebagai jalan menuju kebenaran yang hakiki.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Penulis

*Tarekat*  
**RIJALULLAH**

**Pakar  
Spiritual  
dan  
Tasawuf**

**SYEKH Dr. YEDI SUPRIADI, M.Pd**

Spiritualitas merupakan Ruh Kehidupan yang menggerakkan manusia menuju Kesempurnaan Jati Diri sebagai seorang hamba sejati dihadapan Tuhannya dan menuju INSAN PARIPURNA

# DAFTAR ISI

<b>Kata Pengantar</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>KERANGKA FILSAFAT METAFISIK TENTANG MIMPI</b> .....	1
Realitas di Antara Dua Dunia .....	1
Antara Ada dan Tidak Ada .....	1
Keberadaan dalam Ketidakhadiran.....	4
Konsepsi Dualitas Dunia .....	8
Mimpi sebagai Jembatan Ontologis antara Kesadaran dan Ketidaksadaran .....	12
Mimpi dan Konsep Wujud dalam Metafisika.....	16
Wujud dan Mahiyah (Esensi) dalam Tradisi Filsafat Islam .....	16
Mimpi sebagai Manifestasi Wujud Alternatif .....	20
Pandangan Aristoteles, Plotinus, dan Ibn Sina tentang Tingkat Wujud .....	23
Apakah Mimpi Mempunyai Wujud Mandiri? .....	29
Mimpi Sebagai Wujud Imajinatif atau Simbolik? .....	33
Mimpi dalam Konteks Transendensi dan Immanensi .....	36
Pengertian Transendensi dan Immanensi dalam Metafisika .....	36
Apakah Mimpi Merujuk pada Realitas Transenden? .....	39
Immanensi dalam Psikologi: Mimpi sebagai Cermin Psikis.....	43

Transendensi Diri atau Konstruksi Imajinasi? .....	47
Di Antara Dunia Simbolik dan Empirik .....	51
Simbolisme dalam Mimpi .....	51
Mimpi sebagai Bahasa Jiwa dan Alam Bawah Sadar.....	56
Antara Persepsi Indrawi dan Imajinasi.....	60
Realitas Empirik dalam Representasi Mimpi?.....	64
Mimpi sebagai Fenomena Ontologis .....	69
Apa yang Dimaksud Fenomena Ontologis? .....	69
Peran Mimpi dalam Membangun Kesadaran Eksistensial .....	71
Fenomenologi Mimpi Dari Husserl hingga Merleau-Ponty .....	75
Eksistensi Mimpi dalam Dunia Kehidupan (Lebenswelt) .....	80
Distingsi Realitas Aktual, Maya, dan Transenden .....	84
Fakta atau Interpretasi? .....	84
Maya dalam Tradisi Vedanta: Dunia Sebagai Ilusi .....	89
Refleksi dari Maya atau Citra Transenden? .....	93
Platonisme dan Dunia Ide Apakah Mimpi Mengaksesnya? .....	96
Mimpi dan Paradoks Eksistensial Manusia .....	103
Eksistensialisme dan Makna Keberadaan .....	103
Jean-Paul Sartre Antara Mimpi dan Kebebasan Kesadaran .....	108
Heidegger Mimpi, Keberadaan, dan Kegelisahan .....	112
Mimpi sebagai Pengungkap Kecemasan dan Harapan Manusia..	116
Dimensi Noumenal Mimpi .....	120
Noumenon dalam Pandangan Immanuel Kant .....	120
Mimpi sebagai Isyarat Noumenal: Dapatkah Diketahui?.....	126

Antara Representasi Fenomenal dan Keberadaan Noumenal.....	130
Mimpi sebagai Jalan Penyingkapan Rahasia Realitas?.....	135
Dimensi Malakut dan 'Alam al-Mitsal dalam Wacana Metafisika Islam.....	139
Hirarki Keberadaan dalam Kosmologi Islam: Mulk, Malakut, Jabarut.....	139
Mimpi sebagai Perjalanan Ruh ke 'Alam al-Mitsal.....	146
Perspektif Sufik dan Falsafi.....	150
Peran Malaikat, Wahyu, dan Isyarat Ilahiah dalam Dunia Mimpi .....	157

## **FENOMENOLOGI MIMPI DALAM**

<b>TRADISI FILSAFAT BARAT .....</b>	<b>162</b>
Fenomenologi sebagai Metode: Reduksi dan Intensionalitas .....	162
Sejarah dan Latar Lahirnya Fenomenologi .....	162
Epoche dan Reduksi Fenomenologis dalam Pengalaman Subjektif .....	164
Intensionalitas: Kesadaran Selalu Menuju Sesuatu .....	170
Implikasi Metodologis bagi Kajian Mimpi .....	174
Edmund Husserl: Konstitusi Makna dan Intensionalitas dalam Mimpi .....	178
Mimpi sebagai Fenomena Kesadaran-Purba (Ur-erfahrung) .....	178
Konstitusi Makna dalam Dunia Mimpi: Apakah Ada Objek Transendentalnya?.....	182

Antara Kesadaran Imajinatif dan Kesadaran Perseptual.....	186
Mimpi sebagai Horizon Pengalaman yang Tidak Biasa .....	189
Heidegger dan Dasein dalam Pengalaman Mimpi .....	194
Dasein dan Waktu: Eksistensi dalam	
Dimensi Temporal yang Lentur.....	194
Mimpi sebagai Modus "Being-in-the-World" yang Terbuka .....	198
Ke-ada-an Autentik dalam Mimpi dan Pengungkapan Diri.....	202
Mimpi dan Angst: Pengalaman Keberadaan di Ambang.....	206
Jean-Paul Sartre: Imajinasi, Mimpi, dan Kebebasan .....	212
Imajinasi sebagai Proyek Bebas Kesadaran .....	212
Mimpi sebagai "Ke-bebasan Tanpa Dunia" .....	215
Antara Imajinasi dan Ilusi dalam Kesadaran Mimpi.....	219
Eksistensialisme dan Ambiguitas Realitas dalam Mimpi.....	223
Paul Ricoeur dan Hermeneutika Simbolik dalam Mimpi .....	226
Simbol sebagai Mediasi Makna: Antara Tekstual dan Imajinatif .	226
Mimpi sebagai "Teks" yang Menuntut Penafsiran .....	230
Narasi, Waktu, dan Subjektivitas Mimpi.....	234
Mimpi sebagai Representasi Jiwa dalam Simbol .....	239
Kritik Rasionalisme terhadap Validitas Mimpi .....	244
Rasionalisme Modern: Mimpi sebagai Ilusi Psikis.....	244
Descartes dan Skeptisisme terhadap Dunia Mimpi .....	248
Kant: Mimpi sebagai Fenomena Non-Kognitif.....	251
Apakah Mimpi Bisa Menjadi Alat Epistemologis yang Sah?.....	255

Fenomenologi sebagai Jembatan Epistemik antara Filsafat dan Spiritualitas .....	260
Fenomenologi Transenden dan Mimpi: Jalan ke Dalam .....	260
Dari Kesadaran Intensional ke Kesadaran Transpersonal .....	264
Mimpi sebagai Ruang Pertemuan antara Diri dan Misteri.....	269
Fenomenologi Mimpi dan Pembentukan Epistemologi Spiritualitas .....	273
<b>MIMPI DALAM TASAWUF DAN FILSAFAT ISLAM.....</b>	<b>279</b>
Kedudukan Mimpi dalam Epistemologi Tasawuf.....	279
Mimpi sebagai Sumber Ilmu Laduni dan Isyarat Ghaib.....	279
Kategori Ru'yā: Ru'yā Ṣādiqah, Hadīts al-Nafs, dan Takhyīl .....	282
Peran Mimpi dalam Suluk: Dari Ilham ke Ma'rifah .....	286
Mimpi dan Pembentukan Subjektivitas Ruhani (al-nafs al-rāghibah).....	290
Mimpi sebagai Media Kasyf: Tinjauan Tasawuf .....	296
Kasyf sebagai Penyingkapan Realitas Melalui Mata Hati.....	296
Hubungan Dzikir, Khalwah, dan Intensifikasi Pengalaman Mimpi.....	299
Peran Guru Mursyid dalam Menafsirkan Mimpi Murid.....	305
Mimpi sebagai “Karāmah Basīrah” (karunia penglihatan ruhani) .....	309
Ibnu ‘Arabi: Mimpi sebagai Wujud Bayangan (Khayāl) dan Realitas ‘Alam al-Mitsal .....	313

Ontologi Khayāl: Dunia Ghaib Antara Fisik dan Ruhani .....	313
Futuhāt al-Makkiyyah: Struktur Kosmos dan ‘Alam al-Mitsal.....	319
Mimpi sebagai Proyeksi Citra Ruhani di Dunia Simbolik.....	324
Mimpi, Tajalli, dan Haqīqat al-Haqāiq (Realitas Ketuhanan) .....	328
Al-Ghazali: Hierarki Jiwa dan Perjalanan Mimpi .....	334
Jiwa dalam Hirarki: Nafs Ammārah, Lawwāmah, dan Muthma’innah .....	334
Mimpi sebagai Cermin Tingkatan Jiwa.....	338
Ihya’ Ulumuddin dan Simbolisme Mimpi dalam Jalan Tazkiyah ..	344
Mi’raj Spiritual sebagai Model Mimpi Transenden.....	349
Al-Haqīqah, al-Majāz, dan Penyingkapan Ruhani .....	355
Membedakan Simbol dan Realitas dalam Mimpi .....	356
Membedakan Simbol dan Realitas dalam Mimpi .....	358
Penafsiran Simbolik dalam Futuhāt dan Tafsir Sufistik .....	363
Hakikat sebagai Tujuan Ruhaniyah Mimpi: Menuju al-Haqq .....	367
Hermeneutika Isyarat: Antara Ghaib dan Makna Batin .....	372
Hubungan Mimpi, Ruh, dan Hakikat Ilahiah .....	376
Dimensi Ruh dalam Islam: al-Ruh al-Amm, al-Ruh al-Khass.....	376
Mimpi dan Perjalanan Ruh Malam (Hadits al-Bukhari).....	380
Mimpi sebagai “Jembatan” antara Ruh Manusia dan Asal Ketuhanan .....	383
Mimpi dan Ma’rifah: Jalan Penyingkapan (Kasyf) dalam Suluk....	387
Perjalanan Suluk: Dzikir, Mujahadah, dan Tafakkur .....	387
Mimpi sebagai Titik Puncak atau Petunjuk Jalan Ruhani .....	392

Kisah Para Wali dan Pengalaman Mimpi yang Mengubah Jalan Hidup .....	396
Mimpi sebagai Anugerah Ilmu Dzauqi dan Ma'rifah Ilahiah .....	399
<b>PSIKOLOGI TRANSPERSONAL DAN ALAM BAWAH SADAR</b> ..	404
Mimpi dalam Psikologi: Dari Freud ke Jung .....	404
Freud: Mimpi sebagai Jalan Menuju Alam Bawah Sadar dan Represi .....	404
Kritik terhadap Pandangan Libido dan Seksualitas dalam Mimpi .....	407
Carl Jung: Mimpi sebagai Representasi Arketipe dan Proses Individuasi .....	412
Dari Simbol Seksual ke Simbol Spiritual: Evolusi Psikologi Mimpi .....	415
Jung dan Konsep Arketipe dalam Bahasa Simbolik Mimpi .....	419
Arketipe: Persona, Shadow, Anima/Animus, Self .....	419
Simbol-Simbol Universal dalam Dunia Mimpi.....	424
Kompleksitas Makna: Simbol Psikis dan Simbol Ruhani .....	428
Bahasa Simbolik Mimpi: Perbandingan dengan 'Alam al-Mitsal (jembatan ke tasawuf).....	432
Alam Bawah Sadar dalam Perspektif Sufistik dan Lahan Spiritualitas .....	437
Tasawuf sebagai "Psikologi Ruhani" Tradisional.....	437
Nafs dan Ruh: Lapisan Jiwa Menurut Sufi dan Psikologi.....	440

Dzikir sebagai Metode Pembukaan Lapis Jiwa Terdalam.....	444
Hubungan antara Jiwa Tertinggi dan Jiwa Tersembunyi (nafs sirr, nafs khafiy) .....	448
Dzikir dan Meditasi sebagai Katalis Transformasi Kesadaran .....	452
Dzikir dan Meditasi: Praktik Introspeksi Transpersonal.....	452
Meditasi Buddhis vs Dzikir Sufistik:	
Fokus, Kehadiran, Keheningan .....	455
Perubahan Gelombang Otak dan Neuropsikologi Spiritualitas....	461
Hubungan Dzikir, Mimpi, dan Kesadaran Transendental.....	465
Antara Subjek dan Arketipe: Integrasi Diri Melalui Mimpi .....	469
Proses Individuasi: Menuju Kesatuan Psikis dan Spiritualitas.....	469
Simbol-Simbol Mimpi sebagai Panduan Psikologis-Ruhani.....	473
Mimpi sebagai Dialog Antara Ego dan Diri Hakiki (Self, Ruh).....	477
Mi'raj Diri: Mimpi sebagai Cermin Integrasi dan Transformasi Diri .....	481
Psikologi Sufistik: Hubungan Dzikir, Jiwa, dan Mimpi.....	485
Psikodinamika Jiwa dalam Tazkiyah al-Nafs .....	485
Hubungan Emosi Spiritual, Mimpi, dan Kesadaran.....	489
Mimpi sebagai Medan Kecemerlangan Ruh (Futuḥ al-Qalb) .....	493
Ru'yā Ṣādiqah sebagai Diagnostik Ruhani dan Psikologis .....	497
Ruang Pertemuan Intelektual dan Ruhani .....	500
Kesadaran Lapisan Dalam dan Konstruksi Ruhani .....	500
Arketipe dan Khayāl: Struktur Simbolik Alam Ruhani .....	504
Ma'rifah dan Individuasi: Dua Jalan Satu Tujuan .....	507

Mimpi sebagai Portal Kesadaran Transpersonal	
Islam dan Barat.....	512
<b>ANTARA MIMPI, DZIKIR, DAN KESADARAN SPIRITUAL .....</b>	<b>517</b>
Gagasan Dasar Syekh Dr. Yedi Supriadi .....	517
Kesadaran Tauhidik dan Pemurnian Ruh .....	517
Pengaruh Tasawuf dan Psikologi Transpersonal.....	521
Mimpi sebagai Jalan Pencerahan Ruhani dan Ilmu Laduni .....	525
Teori Transformasi Diri .....	528
Peta Konseptual Transformasi Diri .....	528
Landasan Filosofis dan Teologis Transformasi dalam Islam.....	532
Kesadaran sebagai Medan Ontologis .....	536
Teori Spektrum Kesadaran (Wilber, Ibn ‘Arabī, Vedanta).....	540
Hakikat Kesadaran Diri dalam Dua Kutub .....	546
Integrasi Rasionalitas dan Spiritualitas dalam Pendidikan Ruh....	546
Dzikir sebagai Praktik Pembebasan Ego (Tazkiyat al-Nafs) .....	550
Meditasi Buddhis, Dhyāna Hindu, dan Pengosongan Ego.....	553
Dzikir, Meditasi, dan Pemusatan Kesadaran Transendental.....	557
Relasi antara Mimpi, Dzikir, dan Transendensi Diri .....	561
Futūḥāt al-Makkiyyah: Mimpi sebagai Isyārah Ruhani .....	561
Simbolisme Mimpi: Arketipe (Jung) atau Tajalli (Sufi)? .....	565
Dzikir sebagai Katalis Penjernihan Hati dan Pembukaan Khayāl .	569
Visualisasi Mimpi Transformatif setelah Praktik Dzikir .....	573
Mimpi sebagai Ruang Intervensi Kesadaran Ilahiyah.....	577

Ontologi Mimpi dalam Tasawuf: Ru'yā sebagai Wasilah Tajalli ...	577
Mimpi sebagai Wahana Self-Transcendence .....	580
Mi'rāj Ruhani: Mimpi Sebagai Simulasi Naik ke Alam Ilahiah .....	584
Apakah Mimpi Bisa Mengubah Takdir?	
Perspektif Teologis dan Psikologis .....	588
Tahapan Transformasi Diri: dari Kognitif ke Spiritual .....	594
Tasykhīs (Diagnosis Jiwa):	
Kesadaran terhadap Problem Eksistensial .....	594
Tazkiyah (Pembersihan):	
Dzikir dan Perjuangan Melawan Hawa Nafsu .....	598
Tajalli (Penyingkapan):	
Hadirnya Cahaya dalam Mimpi atau Intuisi .....	602
Tahaqquq (Realisasi):	
Peneguhan Identitas Ruhani sebagai Khalifah .....	606
Studi Kasus Mimpi Transformasional.....	610
Apa itu Mimpi Transformasional? Ciri, Fungsi, dan Dampaknya .	610
Studi Naratif-Hermeneutik terhadap Pengalaman Mimpi.....	614
Mimpi sebagai Perintah Spiritual untuk Berubah .....	618
Mimpi sebagai Perjumpaan dengan Figur Ilahiah.....	623
Dzikir dan Kemunculan Simbol Arketipal:	
Laut, Cahaya, Gunung.....	626
Analisis Naratif: Pengalaman Mimpi dan Dzikir .....	630
Pendekatan Naratif dalam Studi Kesadaran Transformasional ...	630
Tiga Tahap Naratif .....	635

Kesadaran sebagai Teks Hidup .....	639
Mimpi dan Dzikir sebagai Struktur Penyingkapan Ruhani dalam Narasi Diri .....	643
Komparasi Tradisi .....	647
Mimpi dan Dzikir sebagai Jalan Epistemik dan Transformasional .....	652
Potensi Narasi Mimpi dalam Psikoterapi dan Pembinaan Ruhani .....	656
Integrasi Keilmuan dan Spiritualitas: Ilmu, Amal, dan Hakikat ....	660
Rekomendasi Kajian Lintas Tradisi untuk Spiritualitas Kontemporer .....	664
Validitas Pengetahuan Melalui Mimpi .....	669
Definisi dan Status Epistemik Mimpi dalam Filsafat .....	669
Pendekatan Epistemologi Transenden: Pengalaman dan Wahyu .....	673
Kritik dan Skeptisisme terhadap Pengetahuan Mimpi .....	678
Tafsir Simbolik dan Makna Esoterik .....	682
Teori Simbolisme dalam Mimpi .....	682
Tafsir Mimpi dalam Tradisi Klasik Tasawuf .....	686
Simbolisme Mimpi sebagai Bahasa Universal dan Individu .....	690
Mimpi sebagai Epistemologi Transenden .....	693
Pengalaman Transenden dan Kesadaran Mistik .....	693
Mimpi dan Ilmu Laduni .....	697
Epistemic Justification dan Pengujian Validitas Mimpi .....	701

Kontribusi Mimpi dalam Evolusi Kesadaran Spiritual .....	705
Mimpi sebagai Medium Evolusi Kesadaran .....	705
Pendidikan Ruhani dan Mimpi.....	710
Implikasi Sosial dan Etis dari Pengetahuan Mimpi.....	713
Keterkaitan antara Transformasi Diri dan Epistemologi Mimpi...	717
Mimpi sebagai Ruang Intervensi Ontologis dan Epistemologis ...	719
Metodologi Penafsiran dan Validasi Pengetahuan Mimpi.....	721
Membuka Kembali Gerbang Pengetahuan .....	725
<b>MIMPI DALAM RUANG PERTEMUAN AKAL &amp; KALBU .....</b>	<b>731</b>
Mimpi dan Dialektika Rasionalitas & Intuisi.....	731
Peran Akal dalam Memaknai Mimpi: Batasan dan Kekuatan .....	731
Intuisi Sebagai Wahana Pengetahuan Mimpi .....	734
Dialektika antara Akal dan Intuisi: Sinergi dan Ketegangan.....	738
Filsafat Keheningan dalam Mimpi .....	743
Keheningan sebagai Dimensi Kesadaran Spiritual .....	743
Keheningan dalam Tradisi Tasawuf dan Meditasi.....	747
Keheningan dan Dimensi Bawah Sadar .....	750
Mimpi sebagai Medan Peregangan antara Jiwa dan Realitas Mutlak .....	755
Konsep Jiwa dan Realitas Mutlak dalam Filsafat dan Tasawuf ....	755
Fenomena Peregangan Kesadaran dalam Mimpi .....	758
Implikasi Spiritualitas dari Peregangan Ontologis.....	762
Melampaui Bahasa: Mimpi dan Symbolisme Transrasional .....	766

Keterbatasan Bahasa dalam Memahami Mimpi.....	766
Simbolisme Transrasional: Bahasa Simbol dalam Mimpi.....	769
Pendekatan Hermeneutik dalam Memahami Simbolisme Mimpi .....	774
Menuju Etika Spiritual: Tanggung Jawab atas Wawasan yang Diwahyukan .....	778
Wawasan Mimpi sebagai Tanggung Jawab Eksistensial .....	778
Peran Etika dalam Pendidikan dan Praktek Spiritual .....	780
Kontribusi Mimpi dalam Pembentukan Moralitas Transpersonal .....	784

## **REKONSTRUKSI PARADIGMA FILSAFAT MIMPI:**

<b>MENUJU INTEGRASI ILMU DAN HIKMAH .....</b>	<b>789</b>
Kritik Modern terhadap Penyingkapan Subjektif.....	789
Rasionalisme dan Skeptisisme terhadap Pengetahuan Mimpi ....	789
Positivisme dan Ilmu Empiris: Keterbatasan Studi Mimpi .....	793
Respons Postmodern dan Fenomenologi .....	797
Integrasi Ilmu, Filsafat, dan Tasawuf dalam Kajian Mimpi.....	801
Peran Filsafat dalam Memperluas Perspektif Mimpi.....	801
Kontribusi Tasawuf: Hikmah dan Pengalaman Spiritual .....	805
Integrasi Ilmu Pengetahuan dan Hikmah Spiritualitas .....	809
Kajian Mimpi sebagai Epistemologi Transdisipliner.....	813
Konsep Epistemologi Transdisipliner .....	813
Model Integratif dalam Kajian Mimpi.....	816

Metodologi Penelitian Mimpi yang Komprehensif .....	822
Implikasi Terhadap Kajian Filsafat Islam Kontemporer .....	827
Relevansi Kajian Mimpi dalam Konteks Filsafat Islam Modern....	827
Pemikiran Integratif sebagai Solusi Tantangan Modernitas .....	830
Pengembangan Kurikulum Pendidikan Filsafat dan Tasawuf .....	834
Prospek Penelitian Mimpi dalam Kajian Interdisipliner dan Pendidikan Spiritual.....	838
Peluang Penelitian Multidisipliner .....	838
Pengembangan Pendidikan Spiritual Berbasis Mimpi .....	841
Tantangan dan Agenda Masa Depan .....	844
Kontribusi pada Transformasi Sosial dan Kebudayaan .....	848
<b>KONTEMPLASI AKHIR .....</b>	<b>853</b>
Sintesis Filsafat, Tasawuf, dan Fenomenologi .....	853
Ontologi Mimpi:	
Di antara Realitas, Imajinasi, dan Transendensi .....	853
Fenomenologi sebagai Alat Tafsir Pengalaman Ruhani .....	857
Tasawuf sebagai Kerangka Aksiologis dan Transformasional .....	861
Interseksi Timur dan Barat: Wilber, Jung, Ibn Arabi, Al-Ghazali ..	864
Mimpi sebagai Modal Pengalaman Ontologis: Kesadaran akan Wujud .....	869
Nilai Aksiologis Mimpi:	
Perubahan, Penemuan Diri, Etika Ruhani .....	873
Mimpi sebagai Locus Etika dan Spiritualitas	

dalam Dunia Modern.....	876
Pemaknaan Ulang Realitas dan Diri melalui Mimpi .....	880
Kontemplasi Menuju Transformasi Diri .....	884
Kesadaran sebagai Medan Pembentukan Diri Hakiki .....	884
Perjalanan Spiritual dalam Mimpi: Dari Kegelapan ke Cahaya ....	888
Dzikir, Tafakkur, dan Mimpi sebagai Tiga Pilar Transformasi.....	891
Menuju Jiwa Yang Tenang (Nafs al-Muthma'innah) .....	895
Implikasi Teoritis dan Praktis Kajian Ini.....	899
Implikasi Teoritis.....	899
Implikasi Praktis.....	904
<b>Catatan Akhir.....</b>	<b>914</b>
<b>Daftar Pustaka .....</b>	<b>1026</b>
<b>Biografi Penulis .....</b>	<b>1072</b>

# **KERANGKA FILSAFAT METAFISIK TENTANG MIMPI**

## **Realitas di Antara Dua Dunia**

### **Antara Ada dan Tidak Ada**

Fenomena mimpi telah lama memicu rasa ingin tahu dan perdebatan filosofis yang mendalam, melampaui batas-batas kesadaran dan realitas yang kita kenal dalam keadaan terjaga. Mimpi, dalam segala bentuknya dari yang paling banal hingga yang paling profetik menghadirkan sebuah domain pengalaman yang unik, seringkali terasa begitu nyata namun pada saat yang sama tak terjangkau oleh hukum fisika dunia sadar. Ia adalah sebuah "realitas" yang beroperasi dengan logikanya sendiri, menempatkan kita pada persimpangan antara apa yang "ada" dan apa yang "seolah-olah ada". Diskusi mengenai ontologi mimpi, oleh karena itu, menjadi esensial untuk memahami status keberadaan pengalaman-pengalaman yang terjadi dalam alam bawah sadar ini, menanyakan apakah ia sekadar ilusi, manifestasi psikologis, atau justru dimensi lain dari eksistensi yang memiliki realitasnya sendiri. Mimpi seringkali digambarkan sebagai jembatan antara dunia fisik dan spiritual, antara kesadaran dan ketidaksadaran, menawarkan perspektif unik tentang sifat dasar realitas itu sendiri<sup>1</sup>. Pertanyaan fundamental yang muncul adalah mengenai status ontologis mimpi itu sendiri: apakah ia hanya produk aktivitas neural semata, representasi simbolis dari keinginan bawah sadar, ataukah memiliki

koherensi internal dan validitas eksistensial yang membuatnya menjadi sebuah "dunia" tersendiri? Untuk menjawab pertanyaan ini, kita perlu terlebih dahulu memahami kerangka ontologi dalam filsafat sebagai landasan untuk mengkaji fenomena yang kompleks ini secara mendalam.

Ontologi, sebagai cabang fundamental dalam filsafat, berfokus pada penyelidikan tentang sifat dasar keberadaan, realitas, dan kategori-kategori entitas yang ada. Istilah ini berasal dari bahasa Yunani, "ontos" (ada) dan "logos" (ilmu atau studi), secara harfiah berarti "ilmu tentang ada". Inti dari ontologi adalah penyelidikan mendalam tentang apa yang "ada", dalam segala bentuk dan manifestasinya, serta bagaimana kita dapat mengkategorikan dan memahami keberadaan tersebut<sup>2</sup>. Pertanyaan-pertanyaan sentral dalam ontologi mencakup: Apa itu eksistensi? Apa yang berarti bagi sesuatu untuk "ada"? Apakah ada satu jenis keberadaan atau banyak? Bagaimana entitas-entitas yang berbeda saling berhubungan?

Sejarah filsafat dipenuhi dengan diskusi ontologis yang kaya, dari pemikir-pemikir Yunani kuno hingga filsuf-filsuf kontemporer. Parmenides, misalnya, menegaskan bahwa hanya "Ada" yang sejati dan "Tidak Ada" adalah mustahil untuk dipikirkan atau dikatakan, karena membicarakan sesuatu yang tidak ada adalah kontradiksi itu sendiri<sup>3</sup>. Baginya, apa yang ada itu tunggal, tak bergerak, dan abadi. Di sisi lain, Plato memperkenalkan teori Bentuk (Forms) atau Ide, di mana realitas sejati terletak pada dunia ide-ide abadi dan tak berubah, sedangkan dunia fisik yang kita alami hanyalah bayangan

atau manifestasi tidak sempurna dari Bentuk-bentuk tersebut<sup>4</sup>. Konsep "ada" bagi Plato memiliki tingkatan, dari realitas sejati Bentuk hingga keberadaan yang kurang sempurna dari objek-objek indrawi. Aristoteles kemudian mengkritik teori Bentuk Plato, menggeser fokus ontologis ke substansi individual yang ada di dunia fisik, dengan menekankan pada hylomorphism (gagasan bahwa setiap objek terdiri dari materi dan bentuk) sebagai dasar keberadaan<sup>5</sup>.

Perdebatan tentang "Ada dan Tidak Ada" adalah inti dari eksplorasi ontologis. "Ada" merujuk pada segala sesuatu yang memiliki eksistensi, baik fisik maupun non-fisik, yang dapat dipahami atau dialami. Ini mencakup objek konkret, ide abstrak, sifat, hubungan, peristiwa, dan bahkan entitas hipotetis. Sementara itu, "Tidak Ada" bukanlah sekadar ketiadaan mutlak, melainkan seringkali merujuk pada non-eksistensi, potensi yang belum terealisasi, atau batasan dari apa yang ada. Para filsuf sering menanyakan bagaimana sesuatu bisa muncul dari ketiadaan (*creatio ex nihilo*), atau apakah ketiadaan itu sendiri adalah sebuah "sesuatu" yang dapat dikonsepsikan<sup>6</sup>. Dalam beberapa tradisi, seperti dalam filsafat eksistensialisme, "Tidak Ada" (nihil) bahkan menjadi konsep sentral yang membentuk pemahaman tentang kebebasan dan kecemasan manusia di hadapan kekosongan eksistensial<sup>7</sup>.

Pentingnya ontologi tidak hanya terletak pada pertanyaan-pertanyaan abstraknya yang mendalam, tetapi juga pada pondasinya bagi cabang-cabang filsafat lainnya. Epistemologi (ilmu

pengetahuan), misalnya, bergantung pada ontologi karena untuk mengetahui sesuatu, kita harus terlebih dahulu memastikan bahwa "sesuatu" itu memang ada dan memiliki status keberadaan yang valid. Aksiologi (ilmu nilai) juga membutuhkan ontologi untuk memahami status keberadaan nilai-nilai moral dan estetika. Dengan kata lain, setiap upaya untuk memahami realitas, baik itu realitas fisik, mental, sosial, atau spiritual, pada akhirnya harus kembali pada pertanyaan mendasar tentang "apa yang ada" dan bagaimana ia "ada"<sup>8</sup>. Konteks ini menjadi krusial ketika kita beralih untuk mengkaji fenomena mimpi, yang keberadaannya seringkali terasa ambigu, berada di antara kejelasan dunia sadar dan kaburnya ketiadaan, menantang kategorisasi ontologis yang konvensional.

### **Keberadaan dalam Ketidakhadiran**

Fenomena mimpi telah lama menjadi subjek kekaguman, misteri, dan studi lintas disiplin ilmu. Dari perspektif ontologis, pertanyaan mendasar muncul: apakah mimpi, sebagai pengalaman subjektif yang imaterial dan transien, dapat dikategorikan sebagai entitas yang *ada*? Konsep "keberadaan dalam ketidakhadiran" menjadi krusial dalam memahami status ontologis mimpi, di mana ketiadaan wujud fisik tidak serta merta menihilkan realitas atau dampaknya.

Secara filosofis, debat mengenai realitas mimpi telah menghantui pemikir selama berabad-abad. Plato, dalam alegori Gua-nya, menunjukkan bagaimana persepsi kita terhadap realitas dapat terbatas pada bayangan semata, menyiratkan bahwa apa

yang kita anggap nyata dalam keadaan terjaga bisa jadi hanya ilusi, mirip dengan dunia mimpi<sup>9</sup>. René Descartes, dengan argumen mimpinya yang terkenal, bahkan menyatakan bahwa tidak ada cara pasti untuk membedakan antara pengalaman terjaga dan mimpi, sehingga memunculkan keraguan radikal tentang keberadaan dunia eksternal<sup>10</sup>. Namun, aliran fenomenologi, seperti yang dikembangkan oleh Edmund Husserl dan Maurice Merleau-Ponty, menawarkan perspektif bahwa realitas utama adalah pengalaman yang dialami (*lived experience*). Dari sudut pandang ini, pengalaman mimpi, meskipun tidak koheren atau konsisten dengan realitas fisik, adalah pengalaman yang *dialami* secara intens dan nyata bagi individu yang mengalaminya. Kesadaran akan mimpi itu sendiri, bahkan setelah terbangun, membuktikan adanya jejak (*trace*) atau memori yang menjadi bagian dari realitas kognitif seseorang. Dengan demikian, mimpi "ada" sebagai fenomena sadar dan subjektif, sebuah "qualia" yang tak dapat disangkal.

Dari sudut pandang psikologis, keberadaan mimpi sebagai entitas ontologis tampak semakin nyata melalui pengaruhnya yang mendalam terhadap psike manusia. Sigmund Freud, dalam karyanya *The Interpretation of Dreams*, mengemukakan bahwa mimpi adalah "jalan kerajaan menuju alam bawah sadar" (*royal road to the unconscious*), cerminan dari keinginan yang tertekan dan konflik internal yang tidak terselesaikan<sup>11</sup>. Meskipun isi mimpi mungkin tampak absurd atau tidak logis, manifestasi simbolisnya memiliki koherensi internal yang dapat diinterpretasikan dan dianalisis, mengungkapkan aspek-aspek realitas psikis individu yang

tidak disadari. Carl Jung, di sisi lain, memperluas konsep ini dengan gagasan alam bawah sadar kolektif dan arketipe, di mana mimpi tidak hanya merefleksikan pengalaman pribadi tetapi juga warisan psikis umat manusia yang lebih luas<sup>12</sup>. Dalam konteks ini, mimpi *eksis* sebagai mediator antara alam sadar dan bawah sadar, mempengaruhi perilaku, emosi, dan pemahaman diri seseorang dalam kehidupan nyata. Dampak terapeutik dari interpretasi mimpi dalam psikoterapi lebih lanjut menegaskan status ontologisnya, menunjukkan bahwa meskipun tidak konkret, mimpi memiliki realitas kausal yang memengaruhi kondisi mental dan emosional.

Aspek neuroilmiah juga mendukung klaim keberadaan mimpi, meskipun dalam bentuk yang berbeda. Selama fase tidur REM (Rapid Eye Movement), otak menunjukkan aktivitas yang sangat mirip dengan keadaan terjaga, dengan pola gelombang otak yang khas terekam melalui elektroensefalografi (EEG)<sup>13</sup>. Berbagai struktur otak, seperti korteks prefrontal, amigdala, dan hippocampus, menunjukkan aktivitas yang terkait dengan pembentukan narasi, emosi, dan konsolidasi memori selama dreaming. Meskipun konten naratif mimpi bersifat subjektif dan tidak dapat diakses secara objektif oleh pengamat eksternal, proses neurologis yang mendasarinya adalah fenomena fisik yang dapat diukur dan diamati. Aktivasi sirkuit saraf tertentu selama tidur membuktikan bahwa "tempat" di mana mimpi itu terjadi adalah nyata secara biologis, dan bahwa pengalaman mimpi adalah produk dari aktivitas neural yang kompleks yang *eksis* dalam otak. Pertanyaannya kemudian beralih dari apakah mimpi itu ada menjadi

bagaimana aktivitas neural yang dapat diukur ini menghasilkan pengalaman subjektif yang kaya dan imaterial.

Lebih jauh lagi, dalam banyak tradisi spiritual dan agama, mimpi diakui memiliki bobot ontologis yang signifikan. Dalam Islam, misalnya, mimpi yang benar ('ru'ya shadiqah') dianggap sebagai salah satu bagian dari wahyu atau kenabian. Al-Qur'an menceritakan kisah Nabi Yusuf yang menafsirkan mimpinya sendiri, serta mimpi-mimpi Raja Mesir, yang kemudian menjadi kenyataan dan memiliki implikasi besar dalam sejarah<sup>14</sup>. Nabi Muhammad SAW juga sangat menghargai mimpi baik, bahkan menyebutnya sebagai "satu dari empat puluh enam bagian kenabian"<sup>15</sup>. Dalam konteks ini, mimpi bukan sekadar produk acak dari pikiran yang tidur, melainkan sebuah media di mana pesan ilahi dapat disampaikan, petunjuk dapat diberikan, atau kebenaran yang akan datang dapat diwahyukan. Keberadaannya dalam alam spiritual ini, meskipun tidak dapat diverifikasi secara ilmiah konvensional, diyakini sebagai realitas fundamental bagi para penganutnya, membentuk pandangan dunia dan tindakan mereka.

Ringkasnya, meskipun mimpi tidak memiliki keberadaan fisik yang dapat disentuh atau diukur secara langsung dalam dunia material, argumen dari berbagai disiplin ilmu menunjukkan bahwa ia memiliki status ontologis yang kuat. Mimpi eksis sebagai pengalaman subjektif yang intens, sebagai manifestasi penting dari alam bawah sadar yang memengaruhi perilaku, sebagai produk dari aktivitas neurologis yang terukur, dan sebagai medium komunikasi spiritual yang diakui. Keberadaan mimpi menunjukkan bahwa

realitas tidak hanya terbatas pada yang konkret dan dapat diverifikasi secara empiris, melainkan juga meluas ke dimensi imaterial, kognitif, dan spiritual. Mimpi adalah bukti nyata dari "keberadaan dalam ketidakhadiran" sebuah entitas yang, meskipun tak kasat mata, secara fundamental membentuk dan memperkaya pemahaman kita tentang diri, kesadaran, dan alam semesta. Misteri yang terus menyelimuti alam mimpi justru semakin menegaskan kedudukannya sebagai subjek studi yang tak habis-habisnya, sebuah jembatan antara yang tampak dan yang tersembunyi dalam eksistensi manusia.

### **Konsepsi Dualitas Dunia**

Sejak zaman purbakala, manusia telah terperosok dalam misteri eksistensi, senantiasa merenungkan hakikat realitas di balik persepsi inderawi. Salah satu diskursus filosofis dan ilmiah yang tak lekang oleh waktu adalah konsepsi dualitas dunia: pemisahan atau interaksi antara dunia fisik yang konkret dengan dunia mimpi yang ilusi namun begitu nyata dalam pengalaman subjektif. Fenomena ini, yang melampaui batas budaya dan peradaban, menawarkan lahan subur bagi eksplorasi ontologis dan epistemologis, memaksa kita untuk mempertanyakan batas-batas antara yang nyata dan yang tidak nyata, antara kesadaran dan bawah sadar.

Dunia fisik, dengan segala atributnya yang empiris dan terukur, adalah realitas yang kita huni dalam setiap momen terjaga. Ia dicirikan oleh objektivitas, di mana objek dan peristiwa mematuhi hukum-hukum fisika yang universal dan dapat diverifikasi melalui

pengamatan dan eksperimen. Ruang dan waktu berfungsi sebagai kerangka absolut, membatasi gerak dan interaksi. Sains modern, melalui metode empirisme dan rasionalisme, telah menguraikan kompleksitas dunia fisik dari partikel subatomik hingga galaksi raksasa, memberikan pemahaman yang mendalam tentang struktur dan dinamika alam semesta<sup>16</sup>. Dalam pandangan filosofis, terutama materialisme dan empirisme, dunia fisik adalah satu-satunya realitas fundamental, dan segala bentuk kesadaran atau pengalaman dianggap sebagai epifenomena dari proses neurobiologis di otak<sup>17</sup>. Persepsi kita tentang dunia ini, meskipun diperantarai oleh indra, diasumsikan merefleksikan keberadaan eksternal yang independen dari pengamat.

Kontras mencolok dengan dunia fisik adalah dunia mimpi, sebuah ranah subjektif yang muncul saat kesadaran terjaga meredup. Dunia mimpi seringkali tidak terikat oleh hukum fisika atau logika kausalitas yang berlaku di dunia nyata. Objek dapat berubah bentuk, ruang dapat melengkung, dan waktu dapat melaju atau terhenti secara anomali<sup>18</sup>. Dari perspektif psikologis, Sigmund Freud mengemukakan bahwa mimpi adalah "jalan kerajaan menuju alam bawah sadar," merepresentasikan keinginan terpendam, konflik yang belum terselesaikan, dan trauma yang direpresi<sup>19</sup>. Sementara itu, Carl Jung memperluas cakrawala interpretasi mimpi dengan memperkenalkan konsep "ketidaksadaran kolektif" dan "arketipe," melihat mimpi sebagai wahana bagi ekspresi simbol-simbol universal yang diwarisi secara turun-temurun oleh umat manusia<sup>20</sup>. Secara neurobiologis, mimpi paling intens terjadi selama

fase *Rapid Eye Movement* (REM) dalam tidur, di mana aktivitas otak menyerupai keadaan terjaga, namun dengan koneksi sensorik eksternal yang terputus<sup>21</sup>. Ini menunjukkan bahwa meskipun pengalaman mimpi bersifat internal, ia memiliki dasar fisiologis yang kompleks.

Meskipun dunia fisik dan dunia mimpi tampak sebagai kutub yang berlawanan, batas di antara keduanya seringkali menjadi kabur dan interaksi di antara keduanya layak untuk di kontemplasikan. Pengalaman sehari-hari di dunia fisik dapat secara signifikan mempengaruhi isi dan emosi dalam mimpi, seringkali merefleksikan kekhawatiran, harapan, atau ingatan yang belum terproses<sup>22</sup>. Sebaliknya, mimpi terkadang dapat memberikan wawasan atau inspirasi yang kemudian diaplikasikan dalam dunia fisik, dari solusi kreatif untuk masalah hingga pemahaman diri yang mendalam. Fenomena *lucid dreaming*, di mana individu menyadari bahwa mereka sedang bermimpi dan bahkan dapat mengendalikan narasi mimpi mereka, adalah contoh paling nyata dari jembatan antara dua dunia ini, menunjukkan potensi kesadaran untuk menjangkau melampaui batas fisik yang diterima<sup>23</sup>. Ini memicu pertanyaan filosofis tentang tingkatan realitas: apakah dunia mimpi hanyalah ilusi belaka, atautkah ia merupakan dimensi lain dari realitas yang dapat diakses oleh kesadaran?

Konsepsi agama dan spiritualitas juga memberikan perspektif yang kaya tentang dualitas ini. Dalam tradisi Islam, mimpi dibedakan menjadi beberapa jenis: *ru'ya shadiqah* (mimpi yang benar/kenabian), *ahlam* (mimpi yang kacau dari setan atau pikiran

sendiri), dan *hadits an-nafs* (bisikan jiwa atau pikiran yang direfleksikan dalam mimpi)<sup>24</sup>. Al-Quran sendiri mencatat beberapa kisah mimpi kenabian yang memiliki dampak signifikan pada sejarah, seperti mimpi Nabi Yusuf AS (QS. Yusuf: 4, 100) atau mimpi Nabi Ibrahim AS untuk mengorbankan putranya<sup>25</sup>. Hadis juga banyak menyebutkan tentang pentingnya mimpi yang baik sebagai salah satu bagian dari kenabian<sup>26</sup>. Ini menunjukkan bahwa dalam kerangka ajaran Islam, mimpi bukan sekadar produk acak dari otak, melainkan bisa menjadi sarana komunikasi ilahi atau refleksi dari kondisi spiritual seseorang. Demikian pula, dalam banyak tradisi spiritual dan mitologi dunia, mimpi dipandang sebagai perjalanan jiwa ke alam lain, tempat bertemunya manusia dengan leluhur, dewa, atau entitas spiritual lainnya, seringkali membawa pesan atau ramalan<sup>27</sup>.

Pada akhirnya, konsepsi dualitas antara dunia fisik dan dunia mimpi adalah refleksi dari perjuangan abadi manusia untuk memahami batas-batas kesadaran dan realitas. Meskipun sains terus berupaya menguraikan mekanisme neurologis di balik mimpi, dan filosofi terus merenungkan status ontologisnya, pengalaman manusia tentang kedua dunia ini tetaplah unik dan integral. Dunia fisik memberikan fondasi bagi eksistensi kita dan interaksi sosial, sementara dunia mimpi membuka pintu ke dimensi internal yang tak terbatas, mengalirkan simbol, emosi, dan potensi kreatif yang membentuk identitas kita. Memahami dualitas ini bukan berarti memilih salah satu sebagai "lebih nyata" dari yang lain, melainkan mengakui bahwa pengalaman manusia diperkaya oleh interaksi

kompleks dan dialektika antara yang objektif dan subjektif, antara yang terukur dan yang tak terbatas. Diskusi ini terus berlanjut, mendorong kita untuk menjelajahi kedalaman pikiran dan luasnya alam semesta.

### **Mimpi sebagai Jembatan Ontologis antara Kesadaran dan Ketidaksadaran**

Dunia mimpi adalah salah satu fenomena manusia yang paling misterius dan memukau, sebuah ranah di mana batas antara realitas dan ilusi tampak memudar, dan logika rasional seringkali digantikan oleh narasi simbolis yang kaya. Selama berabad-abad, dari peradaban kuno hingga disiplin ilmu modern, manusia telah berusaha memahami esensi mimpi dan perannya dalam eksistensi.

Secara filosofis, keberadaan manusia seringkali dibagi menjadi dimensi sadar, yang dicirikan oleh pemikiran rasional, persepsi langsung, dan kontrol kehendak, serta dimensi ketidaksadaran, yang mencakup memori tersembunyi, insting primal, emosi yang direpresi, dan arketipe kolektif. Konsep "jembatan ontologis" mengimplikasikan bahwa mimpi bukan sekadar produk sampingan dari aktivitas otak, melainkan sebuah medium fundamental yang memungkinkan transfer informasi, integrasi pengalaman, dan dialog antara kedua domain ini. Ini berarti mimpi memiliki keberadaan yang signifikan dalam membentuk realitas subjektif kita, bertindak sebagai saluran di mana aspek-aspek diri yang tersembunyi dapat bermanifestasi dan berinteraksi dengan kesadaran.

Dari perspektif psikologi, khususnya dalam aliran psikoanalisis dan psikologi analitis, mimpi dipandang sebagai jendela utama menuju alam bawah sadar. Sigmund Freud, bapak psikoanalisis, mengemukakan bahwa mimpi adalah "via regia" atau jalan raya menuju alam bawah sadar, berfungsi sebagai pemenuhan keinginan yang direpresi<sup>28</sup>. Menurutnya, mimpi memiliki konten manifes (apa yang diingat) dan konten laten (makna simbolis yang tersembunyi), di mana yang terakhir adalah ekspresi terselubung dari konflik, keinginan, atau trauma yang tidak dapat diterima oleh kesadaran. Dalam narasi mimpi yang seringkali aneh dan tidak logis, Freud melihat mekanisme pertahanan psikologis yang memungkinkan pelepasan energi psikis yang tertahan, sehingga menjaga stabilitas ego sadar. Dengan demikian, mimpi bertindak sebagai jembatan yang membawa isi ketidaksadaran ke permukaan, meskipun dalam bentuk yang terdistorsi, memungkinkan kesadaran untuk secara tidak langsung berinteraksi dengan dorongan primal atau trauma yang direpresi.

Di sisi lain, Carl Jung, seorang kontemporer dan kemudian penentang Freud, mengembangkan teori mimpi yang lebih luas, memperkenalkan konsep ketidaksadaran kolektif dan arketipe<sup>29</sup>. Bagi Jung, mimpi bukan hanya tentang keinginan pribadi, melainkan juga merupakan dialog antara ego sadar dan "Diri" (Self) yang lebih luas, yang bersemayam dalam ketidaksadaran kolektif. Mimpi-mimpi seringkali mengandung simbol-simbol universal atau arketipe (seperti Pahlawan, Bayangan, Anima/Animus) yang merepresentasikan pola-pola energi psikis bersama yang diwarisi

dari sejarah evolusi manusia. Jembatan ontologis dalam pandangan Jungian terwujud melalui proses individuasi, di mana mimpi secara aktif mendorong individu untuk mengintegrasikan aspek-aspek ketidaksadaran ke dalam kesadaran, sehingga mencapai keutuhan psikis. Mimpi-mimpi ini seringkali kompensatoris, menyeimbangkan sikap sadar yang berat sebelah, atau prospektif, memberikan wawasan tentang arah perkembangan pribadi di masa depan.

Melampaui ranah psikologis, neurosains modern juga telah memberikan wawasan berharga tentang bagaimana mimpi secara neurologis menjembatani kedua kondisi tersebut. Selama fase tidur REM (Rapid Eye Movement), di mana sebagian besar mimpi intens terjadi, otak menunjukkan pola aktivitas yang unik. Area-area otak yang terkait dengan emosi (sistem limbik, khususnya amigdala) dan memori (hipokampus) sangat aktif, sementara korteks prefrontal, yang bertanggung jawab untuk fungsi eksekutif, penalaran logis, dan kontrol diri, cenderung kurang aktif<sup>30</sup>. Kondisi ini menciptakan lingkungan di mana informasi yang disimpan dalam memori implisit (seringkali di luar kesadaran) dapat diproses dan disintesis dengan pengalaman sadar. Mimpi dalam konteks neurologis dapat dilihat sebagai upaya otak untuk mengkonsolidasikan memori, memproses emosi, dan bahkan memecahkan masalah, dengan menciptakan narasi yang mengintegrasikan pengalaman sadar dan materi bawah sadar. Jembatan ontologis di sini adalah jalur saraf yang memungkinkan sirkulasi dan integrasi informasi lintas tingkat kesadaran. Lebih jauh lagi, dalam banyak tradisi spiritual dan keagamaan, mimpi dipandang sebagai jembatan ontologis yang

menghubungkan manusia dengan dimensi yang lebih tinggi, bahkan dengan ketuhanan atau alam gaib. Dalam Islam, misalnya, mimpi yang benar (ru'ya shadiqah) diakui sebagai salah satu bagian dari kenabian atau bentuk wahyu<sup>31</sup>. Al-Quran sendiri mencatat beberapa kisah mimpi kenabian, seperti mimpi Nabi Yusuf AS yang meramalkan masa depannya dan mimpi Raja yang kemudian ditafsirkan olehnya, serta perjalanan Nabi Muhammad SAW dalam Isra' Mi'raj yang beberapa ulama memandangnya sebagai pengalaman ruhani yang menyerupai mimpi visioner. Hadis Nabi Muhammad SAW juga menegaskan bahwa mimpi yang baik adalah bagian dari empat puluh enam bagian kenabian<sup>32</sup>. Dalam konteks ini, mimpi bukan hanya jembatan antara kesadaran dan ketidaksadaran individu, melainkan juga antara dunia materi yang dapat diindra dan dunia spiritual yang metafisik. Mimpi Ilahi dapat memberikan bimbingan, peringatan, atau pencerahan, yang secara ontologis mengubah realitas subjektif dan bahkan objektif individu.

Mimpi sebagai jembatan ontologis tidak hanya bersifat reaktif terhadap isi ketidaksadaran, tetapi juga proaktif dalam membentuk dan memperkaya kesadaran. Mereka memaksa kita untuk mengenali bahwa realitas mental kita tidak terbatas pada apa yang kita sadari saat terjaga. Sebaliknya, ada dimensi yang lebih dalam, kaya akan simbol, emosi, dan informasi, yang terus-menerus berinteraksi dengan kesadaran kita melalui medium mimpi. Jembatan ini memungkinkan kita untuk mengakses bagian-bagian dari diri yang tersembunyi, mengintegrasikan trauma masa lalu, menavigasi konflik internal, dan bahkan memprediksi atau

mempersiapkan diri untuk masa depan. Ini adalah bukti bahwa kesadaran dan ketidaksadaran bukanlah entitas yang terpisah secara diametral, melainkan dua kutub dari satu kontinum eksistensi yang terjalin erat.

Mimpi berdiri sebagai fenomena yang kompleks dan multifaset, berfungsi sebagai jembatan ontologis yang vital antara kesadaran dan ketidaksadaran. Dari lensa psikoanalisis Freud, ia adalah katup pelepas keinginan yang direpresi; bagi Jung, ia adalah panduan menuju individuasi dan integrasi arketipe; di mata neurosains, ia adalah produk dari aktivitas otak yang mengolah dan mensintesis informasi; dan dalam tradisi spiritual, ia adalah portal menuju dimensi Ilahi. Pemahaman mendalam tentang fungsi mimpi memperluas definisi kita tentang "diri" dan "realitas," menunjukkan bahwa keberadaan kita adalah sebuah tarian dinamis antara yang terlihat dan yang tersembunyi, yang rasional dan yang simbolis. Mimpi, oleh karena itu, merupakan salah satu frontier paling menarik dalam studi tentang kesadaran manusia, terus-menerus menantang kita untuk menjelajahi kedalaman eksistensi kita.

### **Mimpi dan Konsep Wujud dalam Metafisika**

#### **Wujud dan Mahiyyah (Esensi) dalam Tradisi Filsafat Islam**

Metafisika, sebagai cabang filsafat yang paling mendasar, senantiasa berupaya menguak hakikat realitas di balik penampakan sensorik. Inti kajiannya seringkali berkutat pada pertanyaan fundamental mengenai wujud (eksistensi) itu sendiri dan hubungannya dengan mahiyyah (esensi). Dalam tradisi filsafat

Islam, dialektika antara wujud dan mahiyyah telah membentuk landasan bagi pemahaman kosmos, Tuhan, manusia, dan bahkan fenomena-fenomena yang tampaknya remeh namun memiliki implikasi metafisis yang mendalam, salah satunya adalah mimpi.

Fenomena mimpi selalu menjadi daya tarik dan misteri bagi manusia di sepanjang sejarah, melintasi batas-batas budaya dan peradaban. Dari sudut pandang metafisika, mimpi bukanlah sekadar aktivitas psikologis bawah sadar yang acak, melainkan sebuah medan tempat realitas dan ilusi berjalin, menantang pemahaman konvensional kita tentang keberadaan. Dalam mimpi, kita seringkali mengalami dunia yang koheren, dengan objek, peristiwa, dan emosi yang terasa sangat nyata, meskipun setelah terbangun kita menyadari bahwa "realitas" tersebut tidak memiliki wujud fisik yang sama dengan dunia objektif. Kontradiksi fenomenologis ini mendorong para filsuf untuk menyelidiki status ontologis mimpi: apakah ia sekadar representasi mental tanpa wujud eksternal, ataukah ia merupakan bentuk wujud di alam yang berbeda? Pertanyaan ini secara inheren terhubung dengan perdebatan filosofis yang berusia ribuan tahun mengenai wujud dan mahiyyah.

Dalam tradisi filsafat Islam, khususnya sejak era Ibn Sina (Avicenna), konsep wujud (existence) dan mahiyyah (essence) telah menjadi pilar utama dalam membangun sistem metafisis yang komprehensif. Wujud merujuk pada keberadaan aktual sesuatu, yaitu fakta bahwa ia *ada*. Sementara itu, mahiyyah (dari kata Arab *ma huwa*, "apa itu") adalah esensi atau "keapakan" sesuatu, yaitu seperangkat atribut fundamental yang mendefinisikan suatu

entitas dan membuatnya menjadi apa adanya, terlepas dari apakah ia benar-benar ada atau tidak<sup>33</sup>. Misalnya, mahiyyah dari kuda adalah "kekudaan"-nya yaitu sifat-sifat yang membuat kuda menjadi kuda (memiliki empat kaki, berambut, mamalia, dsb.) yang dapat dipahami secara konseptual bahkan jika tidak ada kuda tunggal yang benar-benar ada.

Perdebatan mengenai hubungan antara wujud dan mahiyyah adalah salah satu isu paling sentral dan kontroversial dalam metafisika Islam. Ibn Sina, misalnya, membedakan secara tegas antara wujud dan mahiyyah untuk setiap entitas kontingen (mumkin al-wujud), yaitu entitas yang keberadaannya tidak niscaya dan dapat dibayangkan tidak ada. Bagi entitas kontingen, wujud adalah sesuatu yang ditambahkan pada mahiyyahnya dari luar, sebuah aksiden yang membuatnya ada<sup>34</sup>. Mahiyyah itu sendiri, dalam pandangan ini, adalah neutral terhadap keberadaan; ia tidak secara inheren memerlukan atau meniadakan wujud. Konsep keberadaan dalam pandangan Ibn Sina adalah sesuatu yang *ekstra* bagi esensi, dan hanya Tuhanlah (Wajib al-Wujud, Necessary Existent) yang esensi-Nya secara inheren identik dengan keberadaan-Nya.

Namun, pemikir-pemikir kemudian, terutama Mulla Sadra (Sadr al-Din Muhammad Shirazi), mengembangkan pemahaman yang berbeda dan revolusioner mengenai hubungan ini, yang dikenal sebagai doktrin "primasi wujud" (al-asalah al-wujud). Mulla Sadra berargumen bahwa bukan mahiyyah yang fundamental dan wujud adalah aksiden, melainkan wujud itu sendirilah yang merupakan

realitas hakiki dan primer<sup>35</sup>. Mahiyyah, baginya, adalah batasan atau ketersediaan konseptual yang hanya muncul dari wujud itu sendiri ketika wujud tersebut termanifestasi dalam tingkatan-tingkatan tertentu. Dengan kata lain, Wujud adalah realitas yang mengalir dan bervariasi, sedangkan mahiyyah adalah konsep abstrak yang kita gunakan untuk mengklasifikasikan manifestasi-manifestasi wujud ini. Dalam perspektif ini, Wujud adalah satu realitas fundamental yang memiliki tingkatan, dari Wujud Mutlak (Tuhan) hingga wujud-wujud yang lebih rendah.

Keberadaan Tuhan sebagai Wajib al-Wujud (Yang Niscaya Ada) adalah titik tolak bagi seluruh pemahaman ini. Wajib al-Wujud adalah Dzat yang esensi-Nya identik dengan keberadaan-Nya, sehingga keberadaan-Nya adalah mutlak dan tidak bergantung pada apapun<sup>36</sup>. Dari Wajib al-Wujud inilah seluruh entitas kontingen menerima keberadaannya. Konsep penciptaan dalam Islam tidak dipahami sebagai "eks nihilo" (dari ketiadaan mutlak) dalam arti bahwa sesuatu keluar dari bukan-apa-apa, melainkan sebagai manifestasi atau "pancaran" wujud dari Dzat Yang Maha Ada kepada entitas-entitas yang esensinya memungkinkan untuk menerima wujud tersebut<sup>37</sup>. Dengan demikian, dalam filsafat Islam, perdebatan wujud dan mahiyyah bukan sekadar exercises intelektual, melainkan sebuah upaya untuk memahami struktur ontologis realitas. Pemahaman ini sangat penting untuk menempatkan fenomena seperti mimpi dalam bingkai metafisis yang lebih besar, dan untuk menguji bagaimana pengalaman subjektif dapat mencerminkan atau bahkan menjadi bagian dari realitas yang lebih luas.

## **Mimpi sebagai Manifestasi Wujud Alternatif**

Setelah memahami konsep fundamental wujud dan mahiyyah dalam filsafat Islam, kita dapat kembali merefleksikan fenomena mimpi. Jika wujud adalah realitas primer, seperti yang diajukan oleh Mulla Sadra, maka bagaimana kita harus mengkategorikan pengalaman dalam mimpi? Apakah objek dan peristiwa yang kita alami dalam mimpi memiliki wujud, ataukah mereka hanyalah ilusi tanpa realitas ontologis?

Dalam tradisi Islam, mimpi tidak selalu dianggap sebagai sekadar fantasi. Al-Quran sendiri menyebutkan mimpi-mimpi yang memiliki makna profetik, seperti mimpi Nabi Yusuf atau mimpi Rasulullah yang kemudian menjadi kenyataan<sup>38</sup>. Hadis Nabi Muhammad juga menekankan pentingnya mimpi yang benar (*ru'ya sadiqah*), bahkan menyebutnya sebagai salah satu bagian dari kenabian<sup>39</sup>. Implikasi dari teks-teks sakral ini adalah bahwa mimpi, setidaknya dalam kasus-kasus tertentu, dapat menjadi saluran bagi pengetahuan yang valid, bahkan manifestasi dari realitas yang lebih tinggi.

Para filsuf Muslim, seperti Ibn Sina dan Mulla Sadra, telah mengembangkan teori-teori kompleks tentang daya imajinatif (*quwwah mutakhayyilah*) dan dunia imajinal (*'alam al-mithal* atau *mundus imaginalis*)<sup>40</sup>. Dunia imajinal adalah alam perantara antara alam intelek murni dan alam materi. Di alam ini, bentuk-bentuk dapat memiliki eksistensi non-material, yaitu eksistensi yang tidak bergantung pada materi fisik tetapi juga bukan sekadar konsep abstrak. Dalam pandangan ini, pengalaman mimpi dapat dilihat sebagai perjalanan jiwa atau kesadaran ke dalam `alam

al-mithal ini. Objek-objek yang kita alami dalam mimpi, dalam konteks ini, bukanlah ilusi total; mereka memiliki wujud *imajinal* atau *mithali* yang berbeda dari wujud fisik, tetapi tetap merupakan bentuk wujud yang valid dalam tingkatan realitasnya sendiri<sup>41</sup>.

Ini memberikan dimensi baru pada konsep wujud. Wujud tidak lagi dipahami secara sempit sebagai hanya wujud fisik yang dapat diindera. Sebaliknya, wujud adalah suatu spektrum yang luas, mulai dari Wujud Mutlak (Tuhan), turun ke wujud intelektual, wujud imajinal, hingga wujud material. Mimpi, dengan demikian, berfungsi sebagai bukti empiris dari adanya tingkatan wujud yang berbeda ini. Ketika kita bermimpi, kesadaran kita mungkin beroperasi pada tingkatan wujud yang lebih halus, di mana mahiyyah-mahiyyah tertentu dapat termanifestasi tanpa memerlukan substrat fisik. Misalnya, kita bisa melihat mahiyyah "air" dalam mimpi tanpa ada air fisik di sekitar kita; air dalam mimpi memiliki wujud imajinalnya sendiri yang koheren dalam konteks mimpi.

Dari perspektif ini, mimpi menantang dikotomi sederhana antara "ada" dan "tidak ada." Ia menunjukkan bahwa ada berbagai cara dan tingkatan di mana sesuatu dapat "ada." Ini juga memiliki implikasi penting bagi pemahaman tentang jiwa atau ruh. Jika jiwa dapat mengalami wujud-wujud imajinal dalam mimpi, ini menunjukkan bahwa jiwa itu sendiri memiliki kapasitas untuk melampaui batasan tubuh fisik dan berinteraksi dengan tingkatan realitas yang lebih tinggi. Jiwa, dalam tidurnya, dapat menjalin hubungan dengan dunia-dunia lain, menerima inspirasi, atau

bahkan melihat ke masa depan, yang semuanya adalah manifestasi dari wujud yang lebih agung.

Kajian metafisika mimpi, oleh karena itu, bukan sekadar pelengkap, melainkan bagian integral dari pemahaman yang lebih dalam tentang wujud dan mahiyyah. Ini memperkaya pemandangan yang disajikan oleh filsuf Muslim, menunjukkan bahwa struktur realitas jauh lebih kompleks dan berlapis-lapis daripada yang seringkali kita bayangkan berdasarkan pengalaman indrawi semata. Mimpi, dalam esensinya, adalah sebuah jembatan antara alam sadar dan alam transenden, antara wujud fisik dan wujud-wujud yang lebih halus, yang semuanya berakar pada satu Wujud Mutlak.

Penjelajahan konsep wujud dan mahiyyah dalam tradisi filsafat Islam, terutama perdebatan antara Ibn Sina dan Mulla Sadra, memberikan kerangka kerja yang kokoh untuk mengkaji hakikat realitas. Wujud sebagai eksistensi dan mahiyyah sebagai esensi membentuk fondasi bagi pemahaman ontologis yang mendalam. Dalam konteks ini, fenomena mimpi muncul sebagai laboratorium metafisika yang unik. Mimpi bukan sekadar ilusi atau abstraksi mental; ia dapat dipahami sebagai manifestasi wujud pada tingkatan realitas yang berbeda, khususnya dalam *'alam al-mithal* atau dunia imajinal.

Melalui pengalaman mimpi, kita dihadapkan pada gagasan bahwa wujud tidak terbatas pada dimensi fisik, melainkan meluas ke wujud-wujud imajinal dan intelektual yang memiliki realitas ontologisnya sendiri. Ini memperkuat pandangan bahwa realitas adalah sebuah spektrum yang kaya, di mana Tuhan sebagai Wajib

al-Wujud adalah realitas utama yang dari-Nya seluruh tingkatan wujud memancar. Dengan demikian, kajian mengenai mimpi dalam metafisika filsafat Islam tidak hanya memperluas pemahaman kita tentang alam semesta, tetapi juga tentang hakikat jiwa manusia dan posisinya dalam tatanan kosmik yang jauh lebih besar dan misterius. Mimpi, pada akhirnya, adalah pengingat akan kedalaman wujud yang tak terbatas dan kompleksitas esensi yang melahirkan segala sesuatu yang ada.

### **Pandangan Aristoteles, Plotinus, dan Ibn Sina tentang Tingkat Wujud**

Konsepsi tentang "wujud" atau "keberadaan" merupakan salah satu pertanyaan fundamental dalam filsafat yang telah mendominasi pemikiran lintas peradaban dan zaman. Para pemikir besar, dari Yunani kuno hingga dunia Islam, telah berupaya merumuskan struktur atau hierarki wujud untuk memahami realitas secara lebih komprehensif.

Aristoteles (384-322 SM), seorang empirisis dan logikawan Yunani yang sangat berpengaruh, mengembangkan pandangan tentang wujud yang berakar pada observasi dunia indrawi. Baginya, wujud bukanlah entitas tunggal yang tak terpecah (seperti Plato atau Parmenides), melainkan keberagaman substansi yang terorganisir dalam hierarki yang kentara<sup>42</sup>. Inti dari pemikirannya tentang wujud terkandung dalam konsep "substansi" (*οὐσία, ousia*) yang ia uraikan dalam karyanya *Kategori* dan *Metafisika*. Substansi primer adalah individu konkret seperti Socrates atau kuda tertentu

yang tidak dapat dipredikasikan dari subjek lain dan tidak berada dalam subjek lain; mereka adalah subjek segala predikat<sup>43</sup>. Di atasnya terdapat substansi sekunder, yaitu spesies (manusia, kuda) dan genus (hewan), yang mampu mendefinisikan substansi primer. Meskipun substansi sekunder memiliki cakupan yang lebih luas secara logis, Aristoteles menegaskan bahwa substansi primer adalah wujud yang paling mendasar karena tanpanya, tidak akan ada apa pun.

Lebih jauh, Aristoteles memperkenalkan pasangan konsep "aktualitas" (*ἐνέργεια, energeia*) dan "potensialitas" (*δύναμις, dynamis*) sebagai kerangka untuk memahami perubahan dan perkembangan dalam wujud. Setiap entitas di dunia memiliki potensi untuk menjadi sesuatu yang lain atau untuk mencapai bentuk yang lebih sempurna. Kayu, misalnya, memiliki potensi untuk menjadi meja. Ketika potensi ini terealisasi, ia menjadi aktual<sup>44</sup>. Hierarki wujud dalam pandangan Aristoteles dapat dilihat dari tingkat aktualitas dan bentuk yang dimilikinya. Wujud yang lebih tinggi adalah yang lebih aktual dan memiliki bentuk yang lebih murni, sementara wujud yang lebih rendah adalah yang lebih potensial dan terikat pada materi. Puncaknya adalah "Penggerak Tak Bergerak" (*Prōton Kinoun Aikinēton*), entitas yang merupakan Aktualitas Murni yang tidak memiliki potensi sama sekali<sup>45</sup>. Penggerak Tak Bergerak adalah pikiran agung yang memikirkan dirinya sendiri, sempurna, dan menjadi sebab final (tujuan) bagi segala sesuatu di alam semesta, menarik segala sesuatu untuk mencapai kesempurnaannya sendiri, meskipun bukan sebagai

sebab efisien yang menciptakan secara langsung. Dalam sistemnya, materi adalah substrat murni yang tanpa bentuk (potensi murni), sedangkan bentuk adalah apa yang mengaktualkan materi. Dengan demikian, tingkat wujud bergerak dari materi murni ke bentuk murni, semakin tinggi aktualitasnya.

Plotinus (204/5-270 M), pendiri Neoplatonisme, menawarkan sebuah kosmologi dan metafisika yang sangat berbeda dari Aristoteles, meskipun tetap dalam tradisi filsafat Yunani. Karyanya, *Enneads*, menyajikan gagasan tentang hierarki wujud yang tidak berdasarkan pada substansi individual, melainkan pada serangkaian "pancaran" atau emanasi dari prinsip yang transenden dan tak terbatas<sup>46</sup>. Di puncak hierarki Plotinus berdiri "Yang Esa" (*τὸ Ἐν, τὸ Ἡεν*), yang juga disebut Sang Baik. Yang Esa adalah prinsip mutlak, tak terhingga, tak terlukiskan, dan di luar segala kategori keberadaan dan pemikiran. Ia bukanlah wujud dalam pengertian biasa, melainkan di atas wujud (*hyperousios*)<sup>47</sup>. Yang Esa tidak menciptakan alam semesta melalui tindakan kehendak, melainkan "melimpahi" secara spontan dan tak terhindarkan, seperti cahaya yang terpancar dari sumbernya tanpa mengurangi sumber itu sendiri.

Dari Yang Esa, terpancarlah hipostasis pertama, yaitu "Nous" (*Noûς*, Akal atau Intellect). Nous adalah alam ide-ide atau *Forms* Plato, di mana segala sesuatu yang dapat dipikirkan berada dalam kesatuan yang sempurna<sup>48</sup>. Ia adalah cerminan sempurna dari Yang Esa, namun sudah mengandung dualitas antara yang memikirkan dan yang dipikirkan. Dari Nous, terpancarlah

hipostasis kedua, yaitu "Psikhe" (Ψυχή, Jiwa). Jiwa adalah perantara antara dunia intelektual *Nous* dan dunia materi. Ada Jiwa Dunia yang mengatur alam semesta, dan ada jiwa-jiwa individu yang merupakan bagian darinya<sup>49</sup>. Jiwa memiliki kemampuan untuk memandang *Nous* dan juga untuk turun ke dunia materi. Tingkat wujud yang paling rendah dalam sistem Plotinus adalah "Materi" (ὕλη, *hylē*). Materi bukanlah kejahatan dalam dirinya sendiri, tetapi merupakan privasi, ketiadaan kebaikan dan bentuk, dan dengan demikian merupakan batas terjauh dari pancaran Yang Esa<sup>50</sup>. Hierarki ini menunjukkan penurunan kesempurnaan dan kesatuan, dari Yang Esa yang mutlak tunggal hingga materi yang paling beragam dan tidak terorganisir. Tujuan akhir bagi jiwa individu adalah kembali melalui proses kenaikan (*epistrophe*) menuju Yang Esa, melampaui segala perbedaan dan dualitas.

Ibn Sina (980-1037 M), atau Avicenna, seorang filsuf dan dokter Persia terkemuka di dunia Islam, berhasil menyintesis tradisi Aristotelian dan Neoplatonik ke dalam kerangka filosofis Islam. Pandangannya tentang tingkat wujud adalah salah satu kontribusinya yang paling orisinal dan berpengaruh, yang berpusat pada distingsi fundamental antara "Wajib al-Wujud" (Yang Wujudnya Wajib) dan "Mumkin al-Wujud" (Yang Wujudnya Mungkin)<sup>51</sup>.

"Wajib al-Wujud" adalah Tuhan, atau Prinsip Pertama. Wujud-Nya adalah esensial bagi sifat-Nya; artinya, Dia tidak dapat tidak ada<sup>52</sup>. Keberadaan-Nya adalah suatu keharusan yang melekat pada Dzat-Nya sendiri, tak bergantung pada sebab apa pun di luar diri-

Nya. Dia adalah 'Sebab dari Segala Sebab' dan 'Tak Bersebab' pada saat yang bersamaan. Wajib al-Wujud adalah Satu, sempurna, tak berubah, dan merupakan Akal Murni yang senantiasa memikirkan Dzat-Nya sendiri, sebuah gagasan yang bergaung dengan Penggerak Tak Bergerak Aristoteles, namun dengan implikasi penciptaan melalui emanasi yang lebih aktif.

Sebaliknya, "Mumkin al-Wujud" adalah segala sesuatu selain Wajib al-Wujud. Wujud mereka adalah "mungkin," artinya, esensi mereka tidak mengharuskan keberadaan mereka<sup>53</sup>. Mereka bisa ada atau tidak ada, dan keberadaan mereka bergantung pada sebab eksternal yang mengaktualkan potensi mereka. Perbedaan antara esensi (*mahiyyah*) dan eksistensi (*wujud*) sangat krusial di sini: bagi Mumkin al-Wujud, eksistensi adalah aksiden yang ditambahkan pada esensi mereka, sedangkan bagi Wajib al-Wujud, eksistensi *adalah* esensi-Nya<sup>54</sup>.

Dari Wajib al-Wujud, Ibn Sina menjelaskan proses emanasi bertingkat yang membentuk alam semesta, yang mengintegrasikan aspek-aspek Plotinus ke dalam kosmologi Islam. Dari Yang Esa, muncullah Akal Pertama (*al-'Aql al-Awwal*) secara niscaya. Akal Pertama ini, karena ia memikirkan Wajib al-Wujud (sebagai yang wajib) dan juga memikirkan dirinya sendiri (sebagai yang mungkin), memunculkan Akal Kedua, jiwa dari bola langit pertama, dan bentuk dari bola langit pertama<sup>55</sup>. Proses ini berlanjut dalam rantai sepuluh akal, di mana setiap akal memunculkan akal berikutnya, jiwa dari bola langit di bawahnya, dan bentuk dari bola langit tersebut, sampai pada Akal Kesepuluh, yang disebut Akal Aktif (*al-'Aql al-*

*Fa'al*). Akal Aktif inilah yang bertanggung jawab atas keberadaan segala sesuatu di dunia sublunar (di bawah bulan), termasuk jiwa manusia dan materi<sup>56</sup>. Materi, dalam pandangan Ibn Sina, adalah tingkat wujud terendah yang menerima bentuk-bentuk dari Akal Aktif. Hierarki ini menunjukkan penurunan dari kesatuan mutlak Wajib al-Wujud ke keberagaman dan materialitas di dunia bawah, dengan setiap tingkatan memancarkan tingkatan di bawahnya secara niscaya.

Ketiga filsuf ini, meskipun terpisah oleh zaman dan budaya, menawarkan pandangan berjenjang tentang realitas yang sangat kaya. Aristoteles membentuk hierarki berdasarkan substansi, aktualitas, dan potensialitas, dengan puncak berupa Penggerak Tak Bergerak sebagai sebab final yang menarik segala sesuatu. Fokusnya lebih pada dunia immanen dan bagaimana entitas di dalamnya mencapai kesempurnaannya. Plotinus, dengan Yang Esa sebagai prinsip transenden, mengembangkan hierarki emanasi yang murni, di mana setiap tingkatan adalah pancaran yang semakin kurang sempurna dari yang sebelumnya, menekankan penurunan dari kesatuan mutlak ke keberagaman dan materi. Ibn Sina, sebagai pewaris kedua tradisi, mengintegrasikan konsep wajib dan mungkin dalam wujud, dengan Tuhan (Wajib al-Wujud) sebagai sumber emanasi niscaya melalui serangkaian akal-akal. Ia memberikan landasan metafisika yang koheren bagi kosmologi dan ontologi Islam, menjaga keagungan Tuhan sekaligus menjelaskan keberagaman dunia. Meskipun berbeda dalam detail dan mekanisme, ketiganya berbagi gagasan bahwa realitas tidaklah

datar, melainkan terstruktur dalam tingkatan kesempurnaan, aktualitas, atau kedekatan dengan prinsip fundamental. Dari teleologi Aristoteles, emanasi Plotinus, hingga kosmologi kausal Ibn Sina, ketiganya memberikan kerangka yang mendalam untuk memahami hakikat keberadaan, dari yang paling transenden hingga yang paling material. Kontribusi mereka tidak hanya membentuk dasar metafisika Barat dan Islam, tetapi juga terus memprovokasi pemikiran kontemplatif tentang hierarki dan keterhubungan segala sesuatu yang ada.

### **Apakah Mimpi Mempunyai Wujud Mandiri?**

Mimpi, sebuah fenomena universal yang terhampar di setiap malam, telah lama menjadi arena kontemplasi dan spekulasi di sepanjang sejarah peradaban manusia. Dari narasi kuno hingga penelitian neurosains modern, pertanyaan fundamental tentang hakikat eksistensi mimpi apakah ia memiliki "wujud mandiri" di luar kesadaran individual terus memicu perdebatan yang mendalam. Eksplorasi ini berupaya mengurai kompleksitas pertanyaan tersebut melalui lensa berbagai disiplin ilmu, dari neurobiologi dan psikologi hingga filsafat dan spiritualitas, untuk menyajikan gambaran komprehensif tentang kemungkinan-kemungkinan ontologis mimpi.

Secara fundamental, dalam perspektif neurobiologi, mimpi dipandang sebagai produk aktivitas otak semata, sebuah epifenomena dari proses fisiologis yang kompleks selama fase tidur Rapid Eye Movement (REM). Penelitian modern menggunakan

pencitraan otak menunjukkan bahwa selama REM, area otak yang terkait dengan emosi (misalnya, sistem limbik) sangat aktif, sementara korteks prefrontal, yang bertanggung jawab atas logika dan pengambilan keputusan, mengalami penurunan aktivitas signifikan<sup>57</sup>. Ini menjelaskan mengapa mimpi seringkali terasa tidak logis namun kaya secara emosional. Dari sudut pandang ini, wujud mimpi sepenuhnya terikat pada substrat material otak si pemimpi; ia tidak memiliki eksistensi independen di luar sirkuit neuronal yang menghasilkannya. Mimpi adalah narasi internal yang diciptakan oleh otak sebagai bagian dari proses konsolidasi memori, regulasi emosi, atau bahkan sekadar "pembersihan" sinaptik yang diperlukan untuk fungsi kognitif yang optimal. Konsep ini menegaskan bahwa mimpi, meskipun nyata bagi individu yang mengalaminya, adalah entitas subjektif tanpa dimensi objektif yang terpisah. Namun, ketika kita beralih ke ranah psikodinamika, terutama melalui karya-karya Sigmund Freud dan Carl Jung, dimensi mimpi meluas melampaui sekadar aktivitas neuronal menjadi jendela menuju alam bawah sadar. Freud berargumen bahwa mimpi adalah "jalan kerajaan menuju alam bawah sadar," sebuah manifestasi dari keinginan yang tertekan dan konflik internal, yang seringkali tersamarkan oleh simbolisme<sup>58</sup>. Meskipun demikian, mimpi masih merupakan produk pikiran individu, walau dari lapisan yang lebih dalam. Berbeda dengan Freud, Carl Jung memperkenalkan konsep "ketidaksadaran kolektif" yang dihuni oleh "arustipe" universal pola-pola dan citra-citra primal yang diwariskan secara bersama oleh seluruh umat manusia<sup>59</sup>. Arustipe

ini, menurut Jung, dapat muncul dalam mimpi individu, menyiratkan bahwa meskipun mimpi itu sendiri dibuat oleh kesadaran pribadi, elemen-elemen penyusunnya mungkin berasal dari sumber yang transpersonal, yang secara metaforis dapat dianggap memiliki semacam "wujud" independen dalam dimensi psikis kolektif. Konsep ini menantang gagasan bahwa mimpi sepenuhnya unik dan pribadi, membuka kemungkinan adanya konektivitas universal dalam pengalaman bermimpi.

Dari perspektif filosofis, pertanyaan tentang wujud mandiri mimpi bergeser ke ranah ontologi dan epistemologi: apa itu realitas, dan bagaimana kita mengetahuinya? Filsuf seperti René Descartes merenungkan batas antara mimpi dan realitas, mempertanyakan apakah kita bisa yakin bahwa kita tidak sedang bermimpi saat ini<sup>60</sup>. Keraguan Cartesian ini menyoroti kerapuhan klaim kita akan realitas objektif. Jika realitas yang kita alami saat bangun tidur pun bisa menjadi ilusi pikiran, maka konsep "wujud mandiri" menjadi semakin kompleks. Para penganut idealisme, seperti George Berkeley, bahkan berpendapat bahwa eksistensi suatu objek hanyalah hasil dari persepsi ("esse est percipi" ada adalah dipersepsi)<sup>61</sup>. Dalam kerangka ini, mimpi, sebagai bentuk persepsi, memiliki eksistensinya sendiri selama dipersepsi, meskipun eksistensi tersebut mungkin tidak bersifat material atau independen dari pikiran yang mempersepsikannya. Oleh karena itu, dilema filosofis ini tidak hanya mempertanyakan wujud mandiri mimpi, tetapi juga mendefinisikan ulang apa arti "wujud" itu sendiri dalam konteks kesadaran.

Lebih jauh lagi, dalam berbagai tradisi spiritual dan agama, mimpi seringkali dianggap memiliki wujud yang melampaui batas-batas material atau psikologis semata. Dalam Islam, misalnya, mimpi dibagi menjadi beberapa kategori, salah satunya adalah *ru'yah shadiqah* (mimpi yang benar atau penglihatan sejati), yang diyakini berasal dari Allah dan dapat mengandung petunjuk, peringatan, atau bahkan nubuat<sup>62</sup>. Kisah Nabi Yusuf dalam Al-Qur'an (QS. Yusuf, 12:4) secara eksplisit menggambarkan mimpi sebagai wahyu dan pengetahuan masa depan, yang memiliki implikasi kebenaran objektif di luar ruang lingkup kesadaran individu<sup>63</sup>. Demikian pula, banyak hadis Nabi Muhammad menekankan pentingnya mimpi yang baik, bahkan menyatakan bahwa "mimpi yang benar adalah salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian"<sup>64</sup>. Dalam konteks ini, mimpi tidak hanya memiliki wujud mandiri, tetapi juga memiliki sumber eksternal yang ilahi dan makna universal. Mimpi-mimpi kenabian atau ilham ini dianggap "ada" dan "benar" bahkan sebelum diinterpretasikan oleh si pemimpi, menegaskan eksistensinya transendennya.

Pertanyaan apakah mimpi mempunyai wujud mandiri tetap menjadi sebuah teka-teki yang mempesona, tanpa satu jawaban tunggal yang memuaskan. Dari sudut pandang neurobiologi, ia adalah sebuah fenomena internal yang terikat pada mekanisme otak. Dari lensa psikodinamika, ia mungkin menghubungkan kita dengan arketipe universal yang mengisyaratkan dimensi kolektif dari keberadaan psikis. Secara filosofis, konsep "wujud mandiri" itu sendiri menjadi subjek pertanyaan mendalam tentang hakikat

realitas. Sementara itu, tradisi spiritual dan agama menawarkan perspektif di mana mimpi tertentu terutama yang bersifat kenabian atau ilahi diakui memiliki sumber dan kebenaran yang melampaui batas-batas individu, hadir sebagai entitas yang sesungguhnya. Konvergensi dan divergensi pandangan-pandangan ini memperkaya pemahaman kita tentang mimpi, bukan sebagai entitas tunggal, melainkan sebagai sebuah multi-dimensi dari pengalaman manusia yang terus mengundang kita untuk berefleksi tentang batas-batas kesadaran, realitas, dan keberadaan.

### **Mimpi Sebagai Wujud Imajinatif atau Simbolik?**

Mimpi, fenomena universal yang mendampingi tidur manusia, telah lama menjadi subjek kajian yang memikat bagi berbagai disiplin ilmu, mulai dari neurosains, psikologi, filsafat, hingga teologi. Esensi ontologis mimpi kerap dipertanyakan: apakah ia hanyalah konstruksi imajinatif acak dari otak yang sedang beristirahat, ataukah ia merupakan manifestasi simbolik dari pikiran bawah sadar, hasrat terpendam, bahkan pesan ilahi? Perdebatan ini tidak hanya merefleksikan kompleksitas fungsi otak, tetapi juga kedalaman eksistensi psike manusia, mendorong penyelidikan epistemologis untuk memahami hakikat dan maknanya.

Dari perspektif neurosains dan psikologi kognitif, mimpi sering dipandang sebagai produk sampingan dari aktivitas neural yang intens selama fase tidur Rapid Eye Movement (REM). Teori Aktivasi-Sintesis, yang dikemukakan oleh Allan Hobson dan Robert McCarley, menyatakan bahwa mimpi adalah upaya otak untuk

memberi makna pada sinyal-sinyal neural acak yang dihasilkan oleh batang otak selama tidur REM<sup>65</sup>. Otak kemudian mensintesis sinyal-sinyal ini dengan informasi yang ada dari ingatan, emosi, dan pengalaman sensorik, menciptakan narasi yang terkadang aneh dan tidak logis. Dalam pandangan ini, mimpi berfungsi sebagai mekanisme pembersihan dan konsolidasi memori, di mana otak memproses dan mengorganisir informasi yang diterima sepanjang hari, serta mengatur emosi<sup>66</sup>. Dengan demikian, mimpi lebih condong pada wujud imajinatif, sebuah simulasi kognitif yang membantu pemeliharaan fungsi mental, tanpa harus sarat dengan makna simbolik yang mendalam.

Namun, untuk tradisi psikologi dalam, khususnya psikoanalisis, mimpi jauh melampaui sekadar produk imajinatif acak; ia adalah jendela menuju alam bawah sadar. Sigmund Freud menyebut mimpi sebagai "jalan kerajaan menuju alam bawah sadar" (royal road to the unconscious)<sup>67</sup>. Bagi Freud, mimpi adalah pemenuhan hasrat-hasrat yang terpendam, baik yang disadari maupun tidak, yang tidak dapat diungkapkan dalam kehidupan nyata. Ia membedakan antara konten manifes (apa yang diingat dari mimpi) dan konten laten (makna simbolik tersembunyi yang direpresi)<sup>68</sup>. Proses interpretasi, menurut Freud, adalah untuk mengungkap konten laten tersebut. Sementara itu, Carl Gustav Jung mengembangkan gagasan ini dengan memperkenalkan konsep "ketidaksadaran kolektif" dan "arketipe universal," di mana simbol-simbol dalam mimpi bukan hanya berasal dari pengalaman pribadi, melainkan juga dari warisan psikis manusia secara keseluruhan<sup>69</sup>. Dalam pandangan Jung, mimpi berfungsi sebagai mekanisme kompensasi dan panduan menuju

individuasi, membantu individu untuk mencapai keseimbangan psikis. Dari sudut pandang ini, mimpi adalah manifestasi simbolik yang sarat makna, berfungsi sebagai jembatan antara kesadaran dan ketidaksadaran. Dimensi simbolik mimpi juga memiliki akar yang kuat dalam tradisi keagamaan dan spiritual. Dalam banyak kepercayaan, mimpi dipandang sebagai salah satu bentuk komunikasi ilahi, petunjuk, peringatan, atau bahkan kenabian. Al-Quran, misalnya, mengisahkan mimpi Nabi Yusuf yang akurat dan penuh makna, yang kemudian diinterpretasikan dan menjadi bagian penting dari narasi hidupnya<sup>70</sup>. Mimpi raja Mesir tentang tujuh sapi kurus dan tujuh sapi gemuk yang diinterpretasikan oleh Nabi Yusuf juga menunjukkan kapasitas mimpi sebagai pembawa pesan ilahi dan pertanda peristiwa penting<sup>71</sup>. Demikian pula, dalam tradisi Islam, ada Hadis yang menyebutkan bahwa "mimpi yang jujur adalah salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian"<sup>72</sup>, mengindikasikan bahwa sebagian mimpi dapat memiliki kebenaran dan signifikansi spiritual. Dalam konteks ini, mimpi bergerak melampaui ranah imajinasi kognitif belaka, memasuki wilayah transenden di mana ia berfungsi sebagai simbol atau metafora dari realitas yang lebih tinggi.

Pada akhirnya, pertanyaan apakah mimpi adalah wujud imajinatif atau simbolik mungkin bukanlah dikotomi yang saling meniadakan, melainkan dua sisi dari spektrum yang sama kompleksnya. Paradigma reduksionis yang melihat mimpi semata sebagai epifenomena neural mungkin kehilangan kedalaman makna personal dan universal, sementara pendekatan yang terlalu mistis bisa mengabaikan basis fisiologisnya. Sebuah perspektif yang lebih

holistik menyarankan bahwa mimpi adalah interaksi dinamis antara aktivitas neurokognitif yang imajinatif dan proses psikologis yang membentuk simbolisme<sup>73</sup>. Otak memang menghasilkan gambaran dan narasi, tetapi pikiran bawah sadar yang dipengaruhi oleh pengalaman, emosi, dan bahkan warisan kolektif kemudian merangkai gambaran tersebut menjadi konfigurasi simbolik yang memiliki relevansi pribadi. Dengan kata lain, mimpi adalah panggung imajinasi di mana alam bawah sadar menari dalam balutan simbol, dan proses konstruksi makna (meaning-making) adalah kunci untuk mengungkapkannya<sup>74</sup>.

Mimpi tetap menjadi salah satu misteri terbesar kesadaran manusia. Meskipun neurosains telah banyak mengungkap mekanisme fisiologis di baliknya, dan psikologi telah menawarkan kerangka interpretasi yang kaya, hakikat sebenarnya dari mimpi mungkin terletak pada persimpangan antara imajinasi kognitif dan ekspresi simbolik. Pemahaman yang komprehensif memerlukan integrasi berbagai disiplin ilmu, mengakui bahwa mimpi tidak hanya sekadar pertunjukan acak dari pikiran, tetapi juga cerminan mendalam dari jiwa manusia yang terus mencari makna di tengah kompleksitas eksistensi.

## **Mimpi dalam Konteks Transendensi dan Immanensi**

### **Pengertian Transendensi dan Immanensi dalam Metafisika**

Metafisika, sebagai cabang filsafat yang mendalami hakikat realitas, keberadaan, dan prinsip-prinsip fundamental alam semesta, senantiasa bergumul dengan konsep-konsep ontologis yang mendalam. Di antara konsep-konsep krusial yang membentuk

kerangka pemahaman realitas adalah transendensi dan immanensi. Kedua terminologi ini tidak hanya menjadi landasan bagi diskusi teologis tentang sifat Tuhan, tetapi juga fundamental dalam filsafat pikiran, kosmologi, dan bahkan epistemologi, menawarkan lensa untuk memahami hubungan antara dimensi-dimensi keberadaan yang berbeda. Pemahaman yang komprehensif tentang transendensi dan immanensi adalah prasyarat untuk menyelidiki bagaimana pengalaman subjektif, seperti mimpi, dapat menjembatani wilayah batin dan luar, atau dunia material dan spiritual<sup>75</sup>.

Secara etimologis, istilah "transendensi" berasal dari bahasa Latin *transcendere*, yang berarti "melampaui" atau "melangkahi". Dalam konteks metafisika, transendensi merujuk pada realitas atau entitas yang eksis di luar dan melampaui batas-batas dunia fisik, empiris, dan fenomena yang dapat diindra atau dipahami oleh akal budi manusia secara langsung<sup>76</sup>. Konsep ini menegaskan adanya sebuah dimensi keberadaan yang bersifat independen, superior, dan seringkali tak terbatas, yang tidak terikat oleh hukum-hukum alam material atau keterbatasan ruang dan waktu. Sebagai contoh, dalam teologi klasik Abrahamik, Tuhan seringkali digambarkan sebagai entitas yang sepenuhnya transenden, eksis di luar ciptaannya namun tetap memelihara, mengintervensi, dan menginspirasi realitas<sup>77</sup>. Realitas transenden ini dapat pula berupa ide-ide murni Platonis, noumena Kantian yang tak terjangkau indra, atau prinsip-prinsip universal yang mendasari eksistensi namun tidak termuat di dalamnya.

Di sisi lain, immanensi, yang berasal dari bahasa Latin *immanere*, berarti "tinggal di dalam" atau "melekat". Konsep ini menggambarkan suatu realitas atau prinsip yang hadir, menyatu, atau inheren di dalam dunia fisik, pengalaman manusia, atau struktur alam semesta itu sendiri<sup>78</sup>. Berbeda dengan transendensi yang menekankan pemisahan dan keunggulan, immanensi menyoroti keberadaan yang menyatu, yang menjadi bagian integral dari realitas yang dapat kita alami dan pahami. Dalam pandangan panteistik, misalnya, Tuhan tidak hanya transenden, melainkan juga immanen; Ia adalah substansi yang mendasari dan meresapi seluruh keberadaan, sehingga alam semesta dan Tuhan adalah satu kesatuan<sup>79</sup>. Contoh lain dari immanensi dapat ditemukan dalam konsep hukum-hukum alam yang melekat pada fenomena fisik, atau kesadaran yang inheren di dalam pengalaman subjektif manusia.

Meskipun seringkali dipandang sebagai kutub-kutub yang berlawanan dalam spektrum pemahaman realitas, banyak tradisi filosofis dan spiritual yang berupaya mensintesiskan atau menyeimbangkan kedua konsep ini. Realitas dapat dipandang sebagai memiliki aspek transenden sekaligus immanen, di mana yang ilahi atau hakiki tidak hanya melampaui keberadaan tetapi juga mewujud di dalamnya<sup>80</sup>. Filsafat proses Alfred North Whitehead, misalnya, mengemukakan bahwa Tuhan adalah baik transenden (sebagai "penghimpun" kemungkinan dan tujuan) maupun immanen (sebagai kekuatan persuasif yang bekerja dalam setiap kejadian aktual). Demikian pula, dalam tradisi mistisisme Islam, terdapat perdebatan tentang *tanzih* (transendensi mutlak

Allah) dan *tashbih* (kemiripan atau immanensi Allah dalam ciptaan), yang disintesis dalam konsep *wahdat al-wujud* (kesatuan eksistensi) oleh Ibn Arabi, di mana Tuhan adalah yang melampaui sekaligus yang hadir dalam segala sesuatu<sup>81</sup>. Pemahaman yang luwes mengenai dinamika transendensi dan immanensi ini menjadi fundamental.

Dengan demikian, transendensi dan immanensi bukan hanya sekadar dikotomi abstrak, melainkan dua mode eksistensi fundamental yang membentuk lanskap metafisik. Transendensi menunjuk pada apa yang berada di luar dan melampaui, membuka ruang bagi misteri dan realitas yang tak terjangkau. Sementara itu, immanensi menunjuk pada apa yang ada di dalam dan menyatu, menekankan kehadiran substansial dalam pengalaman konkret. Kedua konsep ini, baik secara terpisah maupun dalam interaksi dinamisnya, menyediakan kerangka kerja esensial bagi upaya manusia untuk memahami sifat alam semesta, posisi manusia di dalamnya, dan potensi interaksi antara ranah fisik dan non-fisik, sebuah pemahaman yang sangat relevan saat menelusuri fenomena kompleks seperti pengalaman mimpi.

### **Apakah Mimpi Merujuk pada Realitas Transenden?**

Fenomena mimpi telah lama memukau dan membingungkan umat manusia, melewati batas-batas budaya dan zaman. Dari sekadar kilasan acak aktivitas otak hingga pintu gerbang menuju alam metafisik, interpretasi tentang esensi mimpi sangat bervariasi. Pertanyaan sentral yang memicu eksplorasi mendalam adalah:

Apakah mimpi, dalam wujudnya yang paling fundamental, merujuk pada atau bahkan berfungsi sebagai kanal menuju realitas transenden yang melampaui batas-batas fisik dan empiris yang kita kenal? Penjelajahan ini akan mengurai berbagai perspektif, mulai dari lensa neurobiologis dan psikologis modern hingga pandangan spiritual dan filosofis, untuk memahami kompleksitas makna di balik pengalaman mimpi.

Secara neurobiologis, mimpi umumnya diasosiasikan dengan fase tidur Gerakan Mata Cepat (REM), di mana aktivitas otak menunjukkan pola yang mirip dengan kondisi terjaga. Studi pencitraan otak menunjukkan bahwa area-area seperti korteks prefrontal (berkaitan dengan penalaran logis dan pengambilan keputusan) cenderung kurang aktif, sementara area yang terkait dengan emosi dan persepsi (seperti amigdala dan korteks visual) menjadi sangat aktif<sup>82</sup>. Dari perspektif psikologis Barat, Sigmund Freud mengemukakan mimpi sebagai "jalan kerajaan menuju alam bawah sadar," di mana keinginan yang tertekan dan konflik internal muncul dalam bentuk simbolis<sup>83</sup>. Sementara itu, Carl Jung, murid Freud, memperluas konsep ini dengan memperkenalkan gagasan "ketidaksadaran kolektif" yang dihuni oleh arketipe universal pola-pola primordial dan citra yang diwariskan secara kolektif oleh umat manusia<sup>84</sup>. Bagi Jung, mimpi bukan hanya manifestasi konflik pribadi, melainkan juga jembatan yang menghubungkan individu dengan kebijaksanaan kolektif dan realitas spiritual yang lebih luas, sebuah dimensi transenden yang melampaui pengalaman pribadi. Meskipun demikian, baik Freud maupun Jung tetap menempatkan

interpretasi mimpi dalam kerangka psikoanalisis yang berpusat pada psikis manusia, bukan secara eksplisit pada realitas metafisik independen.

Namun, pertanyaan tentang referensi transenden dalam mimpi menemukan resonansi yang kuat dalam berbagai tradisi spiritual dan agama. Dalam Islam, misalnya, mimpi seringkali dibedakan antara *ru'ya shadiqah* (mimpi yang benar atau profetik), *hilm* (mimpi buruk dari setan), dan *hadits al-nafs* (mimpi yang berasal dari pikiran atau keinginan pribadi)<sup>85</sup>. Mimpi yang benar atau profetik, sebagaimana disebutkan dalam Al-Quran dan Hadis, dianggap sebagai bagian dari kenabian atau wahyu minor, sebuah bentuk komunikasi ilahi. Kisah Nabi Yusuf dalam Al-Quran, yang menafsirkan mimpinya sendiri dan mimpi orang lain, menjadi bukti naratif yang kuat tentang peran mimpi sebagai alat untuk mengungkapkan kebenaran atau petunjuk dari dimensi yang lebih tinggi<sup>86</sup>. Hadis Nabi Muhammad SAW juga menegaskan bahwa "mimpi yang baik (*ru'ya shalihah*) itu dari Allah, dan mimpi buruk itu dari setan"<sup>87</sup>. Dalam konteks ini, mimpi tidak hanya merefleksikan kondisi psikologis individu tetapi juga berfungsi sebagai medium bagi pesan-pesan dari realitas transenden, baik itu ilahi maupun spiritual. Tradisi mistik lain, seperti dalam Kabbalah Yahudi atau praktik perdukunan suku-suku asli Amerika, juga memandang mimpi sebagai portal ke alam spiritual, di mana seseorang dapat menerima bimbingan, penyembuhan, atau bahkan melakukan perjalanan jiwa. Tantangan utama dalam mengklaim bahwa mimpi merujuk langsung pada realitas transenden terletak pada masalah

verifikasi dan subjektivitasnya. Bagaimana kita bisa membedakan mimpi yang "benar-benar" transenden dari khayalan semata atau hasil dari proses kognitif kompleks otak? Pengalaman mimpi, pada intinya, bersifat sangat personal dan internal. Meskipun beberapa mimpi mungkin terasa sangat nyata atau profetik, objektivitas dan replikabilitasnya sulit diukur secara empiris<sup>88</sup>. Filsafat idealisme, yang berpendapat bahwa realitas hakiki adalah kesadaran, mungkin menawarkan kerangka di mana pengalaman mimpi, termasuk yang bersifat transenden, dianggap sama validnya dengan pengalaman jaga. Namun, bagi sebagian besar pandangan sains modern, tanpa adanya bukti eksternal yang dapat diobservasi dan diverifikasi, klaim tentang referensi transenden dalam mimpi tetap berada dalam ranah keyakinan pribadi atau spekulasi filosofis.

Meskipun demikian, gagasan tentang realitas transenden yang diakses melalui mimpi tidak harus diinterpretasikan sebagai penampakan harfiah dari alam lain. Sebaliknya, mimpi dapat berfungsi sebagai bahasa simbolis yang kaya, yang memungkinkan individu untuk berinteraksi dengan aspek-aspek realitas yang melampaui pemahaman rasional atau sensorik. Arketipe Jung, misalnya, berfungsi sebagai jembatan antara kesadaran individu dan pola-pola universal yang bersifat trans-personal, memberikan wawasan tentang tema-tema abadi seperti kelahiran, kematian, kepahlawanan, atau transformasi<sup>89</sup>. Dalam konteks ini, mimpi tidak secara langsung "menunjukkan" realitas transenden, melainkan menyediakan media di mana realitas tersebut dapat dieksplorasi, dirasakan, dan diintegrasikan ke dalam kesadaran individu melalui

simbol dan narasi. Mimpi menjadi sebuah ruang liminal, di mana batas antara internal dan eksternal, pribadi dan universal, yang mundane dan yang sakral, menjadi kabur, memungkinkan akses kepada wawasan yang melampaui batasan ego.

Pada akhirnya, pertanyaan apakah mimpi merujuk pada realitas transenden tetap menjadi wilayah yang kaya akan spekulasi, keyakinan, dan penjelajahan multidisipliner. Sementara neurosains dan psikologi memberikan penjelasan tentang mekanisme dan fungsi psikis mimpi, mereka belum sepenuhnya mampu menjelaskan mengapa beberapa pengalaman mimpi terasa sangat mendalam, bermakna, atau bahkan profetik. Tradisi spiritual dan agama menawarkan perspektif yang kuat bahwa mimpi memang dapat menjadi saluran komunikasi dengan domain transenden, entah itu ilahi atau spiritual. Tanpa bukti empiris yang konklusif, klaim ini tetap menjadi subjek iman dan interpretasi. Namun, narasi dan kontemplasi tentang mimpi sebagai jembatan menuju realitas yang lebih luas terus berlanjut, mengingatkan kita akan misteri tak terbatas dari kesadaran dan kosmos itu sendiri. Mimpi, dengan demikian, mungkin bukan hanya refleksi dari apa yang ada di dalam diri kita, melainkan juga bisikan dari apa yang ada di luar sebuah undangan abadi untuk menyingkap tirai realitas.

### **Immanensi dalam Psikologi: Mimpi sebagai Cermin Psikis**

Mimpi, sebuah fenomena universal yang melintasi batasan budaya dan zaman, telah lama menjadi subjek daya tarik dan penyelidikan mendalam. Bukan sekadar serangkaian citra acak atau

sisa-sisa aktivitas siang hari, mimpi seringkali dipandang sebagai jendela menuju kedalaman psike. Dalam konteks psikologi, khususnya teori yang menekankan aspek immanensi, mimpiemerges sebagai cermin yang merefleksikan realitas batiniah yang inheren pada setiap individu. Konsep immanensi di sini merujuk pada keberadaan atau kehadiran suatu prinsip, esensi, atau dimensi transenden *di dalam* diri atau sistem itu sendiri, bukan sebagai entitas eksternal yang terpisah.

Secara filosofis, immanensi adalah antitesis dari transendensi; jika transendensi menunjuk pada keberadaan di luar atau di atas realitas yang diketahui, immanensi menegaskan keberadaan di dalam atau melekat pada realitas tersebut<sup>90</sup>. Dalam ranah psikologi, terutama psikologi mendalam (depth psychology), immanensi psike mengacu pada pemahaman bahwa kebijaksanaan, makna, bahkan dimensi spiritual tertentu, tidak perlu dicari di luar diri, melainkan telah ada dan beroperasi secara inheren dalam struktur psike individu. Ini adalah potensi bawaan untuk pertumbuhan, integrasi, dan pemahaman diri yang lebih tinggi<sup>91</sup>. Mimpi, dalam pandangan ini, adalah salah satu mekanisme utama di mana potensi immanen ini memanifestasikan dirinya ke permukaan kesadaran, menyediakan peta jalan untuk eksplorasi diri dan penyembuhan.

Sigmund Freud, pelopor psikoanalisis, mengemukakan bahwa mimpi adalah "jalan kerajaan menuju ketidaksadaran" (the royal road to the unconscious)<sup>92</sup>. Meskipun fokus utamanya adalah pada pemenuhan keinginan yang tertekan dan konflik internal, pandangan Freud tentang mimpi sebagai ekspresi dari dorongan

dan ingatan yang tersembunyi jauh di dalam psike secara implisit mendukung ide immanensi. Mimpi-mimpi, baginya, adalah manifestasi terselubung dari isi psikis yang personal, yang meskipun tidak terlihat dalam kondisi sadar, selalu beroperasi *di dalam* dan membentuk perilaku serta pengalaman individu. Realitas psikis yang tertekan itu tidak hilang, melainkan tetap eksis secara immanen dan mencari jalan untuk berekspresi melalui simbolisme mimpi<sup>93</sup>.

Melangkah lebih jauh, Carl Gustav Jung memperluas konsep ketidaksadaran dengan memperkenalkan gagasan "ketidaksadaran kolektif" dan "arketiper"<sup>94</sup>. Bagi Jung, mimpi tidak hanya mengungkapkan konflik pribadi, melainkan juga simbol-simbol universal dan pola-pola primordial yang diwarisi oleh seluruh umat manusia. Arketiper, seperti "Sang Pahlawan", "Sang Bijaksana", atau "Sang Bayangan", adalah struktur psikis immanen yang ada pada setiap individu, terlepas dari pengalaman pribadi mereka. Mimpi berfungsi sebagai medium di mana arketiper-arketiper ini diaktifkan dan berkomunikasi dengan ego yang sadar, seringkali dalam upaya untuk mencapai keseimbangan atau "individuasi" proses penyatuan aspek-aspek sadar dan tidak sadar dalam diri<sup>95</sup>. Dalam tradisi spiritual, konsep ini memiliki resonansi dengan kisah-kisah kuno tentang visi dan bimbingan ilahi yang datang dari dalam diri, seperti mimpi Nabi Yusuf dalam Al-Quran yang sarat akan makna dan nubuat, menunjukkan manifestasi pengetahuan transenden yang immanen dalam pengalaman manusia [Al-Quran, Surah Yusuf (12): 4-6]. Demikian pula, dalam tradisi Hadis, mimpi

baik sering kali disebut sebagai bagian dari kenabian atau bimbingan dari Allah, menegaskan fungsinya sebagai cermin batiniah yang membawa pesan dari realitas yang lebih tinggi namun tetap terintegrasi dalam diri.

Di luar kerangka psikoanalisis klasik, aliran psikologi transpersonal secara eksplisit mengangkat nilai immanensi spiritual dalam psike. Psikologi transpersonal memandang manusia sebagai entitas yang tidak hanya terbatas pada ego personal, tetapi juga memiliki potensi untuk pengalaman puncak (peak experiences) dan dimensi spiritual yang lebih luas<sup>96</sup>. Dalam konteks ini, mimpi dapat menjadi saluran untuk pengalaman transpersonal, mengungkapkan koneksi dengan kesadaran universal, atau mengakses kebijaksanaan yang melampaui batas identitas pribadi. Mimpi bisa menjadi cermin dari "diri yang lebih tinggi" (higher self) atau "kesadaran kosmik" yang imanen pada setiap manusia, membimbing individu menuju pemahaman yang lebih dalam tentang tujuan hidup dan hubungan mereka dengan alam semesta<sup>97</sup>. Ini bukan sekadar fantasi, melainkan pengalaman otentik yang mencerminkan realitas batin yang kaya dan multidimensional. Mimpi adalah sebuah fenomena psikis yang kompleks dan kaya akan makna, yang berfungsi sebagai cermin untuk memahami immanensi psike. Dari penemuan Freud tentang dorongan bawah sadar hingga eksplorasi Jung tentang arketiper kolektif, dan pandangan psikologi transpersonal tentang dimensi spiritual, mimpi secara konsisten menunjukkan bahwa ada realitas batin yang mendalam dan aktif dalam setiap individu. Mereka

adalah pesan dari diri yang lebih dalam, petunjuk untuk pertumbuhan, dan sarana untuk mengintegrasikan berbagai aspek diri menuju keutuhan. Mempelajari dan merefleksikan mimpi bukan hanya sekadar interpretasi simbol, melainkan sebuah tindakan contemplatif untuk mengakui dan berdialog dengan kebijaksanaan immanen yang telah lama bersemayam dalam psike kita, menunggu untuk diungkap dan dipahami.

### **Transendensi Diri atau Konstruksi Imajinasi?**

Mimpi, sebuah fenomena yang universal dan sekaligus enigmatik, telah memukau serta membingungkan umat manusia sepanjang sejarah peradaban. Dari kebudayaan kuno yang memandangnya sebagai pesan ilahi hingga neurosains modern yang mengungkap kompleksitas biologisnya, tidur dan mimpi tetap menjadi salah satu lanskap paling misterius dari kesadaran manusia. Perdebatan fundamental yang muncul dari eksplorasi ini adalah: apakah mimpi merupakan bentuk transendensi diri, sebuah portal menuju realitas yang lebih tinggi atau dimensi spiritual, ataukah ia semata-mata konstruksi imajinasi, produk kompleks dari aktivitas neurofisiologis otak?

Secara fundamental, perspektif ilmiah modern cenderung menempatkan mimpi sebagai sebuah konstruksi imajinasi yang inheren dengan aktivitas otak. Berdasarkan penelitian neurobiologis, mimpi paling intens terjadi selama fase tidur Rapid Eye Movement (REM), di mana otak menunjukkan aktivitas yang mirip dengan keadaan terjaga<sup>98</sup>. Teori Aktivasi-Sintesis, yang

dikemukakan oleh Hobson dan McCarley, menjelaskan bahwa mimpi adalah upaya otak untuk memberi makna pada sinyal-sinal acak yang dihasilkan oleh batang otak selama tidur. Informasi sensorik dan motorik yang terdistorsi kemudian disintesis menjadi narasi yang koheren oleh korteks serebral, menciptakan pengalaman subjektif yang kita kenal sebagai mimpi<sup>99</sup>. Dari sudut pandang ini, mimpi adalah manifestasi dari proses kognitif dan emosional yang terjadi di dalam diri, cerminan dari ingatan, pengalaman sehari-hari, dan kekhawatiran bawah sadar yang diorkestrasi oleh arsitektur neural otak. Otak, sebagai mesin pemrosesan informasi, secara aktif menyusun narasi ini sebagai bagian dari konsolidasi memori, regulasi emosi, atau bahkan pemecahan masalah secara kreatif, namun tetap dalam kerangka kerja imajinatif internal.

Namun demikian, pandangan bahwa mimpi hanyalah konstruksi internal otak seringkali terasa tidak memadai untuk menjelaskan kedalaman fenomenologis dan dampak transformatif yang dialami individu. Sejak zaman Yunani kuno hingga psikologi modern, mimpi juga dipandang sebagai cermin jiwa dan jalan menuju aspek-aspek transenden dari diri. Sigmund Freud, meskipun berfokus pada dorongan bawah sadar dan pemenuhan keinginan, mengakui mimpi sebagai 'jalan kerajaan menuju ketidaksadaran', sebuah manifestasi dari keinginan tersembunyi dan konflik psikologis yang belum terselesaikan<sup>100</sup>. Lebih jauh lagi, Carl Jung memperluas cakrawala ini dengan memperkenalkan konsep ketidaksadaran kolektif dan arketipe, di mana mimpi tidak hanya merefleksikan pengalaman

pribadi tetapi juga mengakses simbol dan motif universal yang melampaui ego individual. Bagi Jung, mimpi adalah jembatan yang menghubungkan individu dengan kebijaksanaan kolektif umat manusia, sebuah bentuk transendensi yang memungkinkan pengenalan diri yang lebih dalam dan proses individuasi<sup>101</sup>. Dalam konteks ini, mimpi bergerak melampaui sekadar konstruksi imajinasi pribadi; ia menjadi wahana bagi penemuan diri yang melampaui batasan kesadaran ego.

Lebih jauh lagi, dalam banyak tradisi spiritual dan agama, mimpi secara eksplisit dipahami sebagai bentuk transendensi diri yang memungkinkan komunikasi dengan dimensi ilahi atau realitas metafisik. Dalam Islam, misalnya, mimpi seringkali dipandang sebagai salah satu dari 46 bagian kenabian, sebuah bentuk wahyu atau isyarat dari Allah SWT<sup>102</sup>. Kisah Nabi Yusuf dalam Al-Quran, yang dikaruniai kemampuan menafsirkan mimpi, adalah bukti nyata pengakuan akan nilai transenden mimpi dalam tradisi keagamaan<sup>103</sup>. Nabi Muhammad SAW juga bersabda tentang *ru'ya shadiqah* (mimpi yang benar) sebagai bagian dari nubuwah. Dalam konteks ini, mimpi bukan lagi sekadar produk imajinasi otak, melainkan sebuah saluran di mana batas antara kesadaran individu dan realitas yang lebih besar menjadi kabur, memungkinkan wawasan spiritual, peringatan, atau petunjuk yang melampaui kapasitas kognitif biasa. Fenomena lucid dreaming, di mana individu menyadari bahwa mereka sedang bermimpi dan dapat mengendalikan narasi mimpi, juga menunjukkan potensi transendensi dalam kesadaran, memungkinkan eksplorasi diri dan

realitas di luar batasan fisik<sup>104</sup>. Ini menunjukkan bahwa dalam mimpi, kesadaran dapat mengakses dan berinteraksi dengan dimensi yang mungkin tidak dapat diakses dalam keadaan terjaga penuh.

Melihat kedua perspektif ini, apakah mimpi adalah transendensi diri atau konstruksi imajinasi bukanlah pertanyaan biner yang mengharuskan pilihan salah satu. Sebaliknya, kedua lensa ini mungkin menawarkan pemahaman yang lebih komprehensif tentang sifat mimpi yang berlapis-lapis. Otak memang merupakan organ yang menciptakan lanskap mimpi, menyusun gambar, suara, dan narasi dari data yang tersedia. Namun, pertanyaan yang lebih mendalam muncul: apakah data yang diolah tersebut hanya terbatas pada apa yang dialami individu di alam sadar, ataukah otak juga mampu mengakses informasi, simbol, atau bahkan esensi dari bidang realitas yang lebih luas atau lebih dalam? Proses imajinatif otak mungkin bukan sekadar generator acak, melainkan sebuah penerima atau interpretor sinyal dari tingkatan kesadaran yang berbeda, baik itu ketidaksadaran kolektif Jungian, atau apa yang oleh tradisi spiritual disebut sebagai alam gaib atau dimensi spiritual<sup>105</sup>.

Pada akhirnya, mimpi tetap menjadi salah satu misteri terbesar dalam studi kesadaran. Ia berfungsi sebagai jembatan yang menarik antara fisiologi otak yang kompleks dan kedalaman pengalaman subjektif manusia. Apakah mimpi adalah transendensi diri atau konstruksi imajinasi, ia tetap merupakan manifestasi luar biasa dari potensi otak dan kesadaran kita. Mungkin, seperti halnya kehidupan

itu sendiri, mimpi adalah perpaduan dinamis dari keduanya: sebuah konstruksi imajinasi yang lahir dari aktivitas neural, namun sering kali membuka pintu menuju wawasan transenden, pemahaman diri yang mendalam, dan koneksi dengan realitas yang melampaui batas-batas pengalaman sehari-hari. Eksplorasi lebih lanjut, lintas disiplin ilmu, akan terus mengungkap rahasia yang tersembunyi dalam tirai malam, mengundang kita untuk terus menanyakan apa artinya menjadi sadar, bahkan ketika kita sedang tertidur<sup>106</sup>.

## **Di Antara Dunia Simbolik dan Empirik**

### **Simbolisme dalam Mimpi**

Mimpi, sebuah fenomena universal yang melintasi batas-batas budaya dan zaman, senantiasa menjadi subjek kekaguman sekaligus misteri bagi umat manusia. Ia adalah jembatan yang menghubungkan alam kesadaran dengan kedalaman alam bawah sadar, sering kali menawarkan narasi yang terfragmentasi namun kaya akan makna. Realitas mimpi bukanlah konstruksi monolitik, melainkan sebuah spektrum yang membentang antara dimensi empirik yang terukur dan dimensi simbolik yang sarat interpretasi. Memahami kompleksitas ini menuntut penjelajahan multi-disipliner, dari perspektif neurologi hingga kajian semiologi, serta tinjauan filosofis dan spiritual yang mendalam.

Pada satu sisi, realitas mimpi dapat dipandang melalui lensa empirik. Ilmu saraf modern telah memberikan wawasan signifikan mengenai proses fisiologis yang mendasari mimpi, mengidentifikasinya sebagai produk aktivitas listrik dan kimiawi

otak selama fase tidur REM (Rapid Eye Movement). Studi pencitraan otak menunjukkan pola aktivasi di korteks prefrontal, amigdala, dan hippocampus yang bertanggung jawab atas emosi, memori, dan penalaran, meskipun seringkali dalam mode yang tidak koheren. Dari sudut pandang ini, mimpi adalah manifestasi dari mekanisme biologis otak yang memproses informasi, mengonsolidasi memori, dan mungkin 'melatih' respons emosional, menegaskan eksistensinya sebagai bagian integral dari fungsi biologis manusia. Namun, pendekatan empirik seringkali kesulitan dalam menjelaskan muatan naratif, emosional, dan terutama, *makna* yang melekat pada pengalaman mimpi, yang melampaui sekadar aktivitas neuron.

Pada sisi lain, impian adalah arena simbolik yang kaya dan kompleks, sebuah cermin yang merefleksikan kedalaman psikis, konflik internal, harapan, ketakutan, dan bahkan potensi transenden manusia. Sejak zaman purba, manusia telah berusaha menafsirkan mimpi sebagai pesan dari dewa, nenek moyang, atau alam semesta. Realitas simbolik dalam mimpi menuntut kerangka analisis yang berbeda, yang tidak berfokus pada apa yang 'terjadi' secara fisik, melainkan pada apa yang 'dimaknai' dari pengalaman tersebut. Inilah titik di mana semiologi, sebagai ilmu tentang tanda dan makna, menawarkan kerangka kerja yang sangat relevan untuk menguak tabir realitas mimpi.

Memasuki ranah simbolisme dalam mimpi berarti menerima bahwa mimpi berbicara dalam sebuah bahasa yang unik, bukan bahasa verbal logis, melainkan bahasa citra, emosi, dan narasi non-

linier. Semiologi, sebagai disiplin ilmu yang mempelajari sistem tanda dan maknanya, menyediakan perangkat konseptual untuk mendekati bahasa ini. Mimpi dapat dipahami sebagai sebuah teks, sebuah narasi yang tersusun dari tanda-tanda yang memerlukan interpretasi untuk mengungkap pesan latennya.

#### **a. Bahasa Tanda dalam Mimpi**

Menurut Ferdinand de Saussure, salah satu bapak semiologi modern, setiap tanda terdiri dari dua komponen yang tidak terpisahkan: penanda (signifier), yaitu bentuk fisik atau suara dari suatu tanda, dan petanda (signified), yaitu konsep atau makna yang diwakilinya. Dalam konteks mimpi, citra visual, sensasi, atau peristiwa yang dialami dalam mimpi berfungsi sebagai penanda. Misalnya, seekor ular dalam mimpi (penanda) dapat merujuk pada bahaya, kebijaksanaan, penyembuhan, atau transformasi (petanda), tergantung pada konteks dan asosiasi individu. Memahami "gramatika" bahasa mimpi melibatkan penguraian hubungan antara penanda dan petanda ini, yang seringkali bersifat arbitrer namun dikondisikan oleh budaya dan pengalaman pribadi.

Charles Sanders Peirce, seorang filsuf dan ahli logika Amerika, memperkaya analisis semiotik dengan mengklasifikasikan tanda menjadi tiga kategori utama: ikon, indeks, dan simbol. Klasifikasi ini sangat relevan dalam menganalisis simbolisme mimpi:

**a. Ikon:** Tanda yang memiliki hubungan kemiripan langsung dengan objeknya. Misalnya, melihat rumah dalam mimpi (ikon) kemungkinan besar merujuk pada konsep rumah itu sendiri atau

tempat berlindung, keamanan. Wajah seseorang dalam mimpi adalah ikon dari orang tersebut.

- b. Indeks:** Tanda yang memiliki hubungan sebab-akibat atau indikasi langsung dengan objeknya. Asap adalah indeks api. Dalam mimpi, awan gelap dan badai (indeks) dapat mengindikasikan gejolak emosi atau konflik yang akan datang. Denyut jantung yang cepat mungkin merupakan indeks kecemasan atau kegembiraan.
- c. Simbol:** Tanda yang hubungannya dengan objeknya bersifat konvensional atau arbitrer, dan maknanya dipelajari melalui budaya atau kesepakatan sosial. Salib sebagai simbol agama, bendera sebagai simbol negara, atau burung merpati sebagai simbol perdamaian. Dalam mimpi, simbol-simbol ini seringkali muncul dengan makna universal atau arketipal yang melampaui pengalaman pribadi, seperti pohon kehidupan, labirin, atau figur pahlawan.

Melalui lensa semiologi, elemen-elemen mimpi seperti objek, karakter, lanskap, dan peristiwa tidak lagi dilihat sebagai kejadian acak, melainkan sebagai "kata-kata" atau "kalimat" dalam sebuah bahasa yang lebih dalam. Tugas penafsir mimpi adalah menjadi "penerjemah" dari bahasa visual dan afektif ini ke dalam bahasa yang dapat dipahami secara sadar. Psikoanalisis, khususnya karya Sigmund Freud dengan konsep konten manifes dan latennya, secara implisit menggunakan kerangka semiologis, di mana konten manifes (yang terlihat dalam mimpi) adalah penanda dari konten laten (makna tersembunyi yang direpresi). Demikian pula, Carl Jung,

dengan konsep arketipe dan ketidaksadaran kolektif, melihat simbol-simbol mimpi sebagai manifestasi universal yang terhubung dengan pengalaman purba umat manusia, menjadikannya penanda dari konsep-konsep transpersonal yang mendalam.

#### **b. Dimensi Religius dan Spiritual**

Dalam tradisi Islam, mimpi memiliki kedudukan istimewa sebagai salah satu bentuk komunikasi ilahi atau pengetahuan tersembunyi. Hadis Nabi Muhammad SAW mengklasifikasikan mimpi menjadi tiga jenis: mimpi baik (*ru'ya shadiqah*) yang berasal dari Allah, mimpi buruk (*hulm*) yang berasal dari setan, dan mimpi yang berasal dari bisikan jiwa atau pikiran bawah sadar (*hadits al-nafs*)[HR. Bukhari dan Muslim]. Tidur bahkan dianggap sebagai 'saudara kematian', di mana ruh seseorang dapat 'diambil' dan 'dikembalikan' oleh Allah SWT.

Kisah Nabi Yusuf AS dalam Al-Qur'an secara eksplisit menyoroti pentingnya interpretasi mimpi (*ta'bir*) sebagai karunia dan alat untuk memahami takdir. Mimpi Nabi Yusuf tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan yang sujud kepadanya dan mimpinya menafsirkan mimpi dua tahanan serta mimpi raja tentang tujuh sapi kurus dan tujuh bulir hijau menunjukkan bahwa mimpi adalah tanda-tanda yang membawa pesan profetis atau informasi penting tentang masa depan. Dalam konteks ini, mimpi adalah sistem tanda ilahi yang memerlukan keahlian semiologis dan pemahaman spiritual untuk diuraikan. Sebuah simbol dalam mimpi tidak hanya mencerminkan psikologi individu, tetapi juga dapat menjadi penanda bagi realitas eskatologis, ramalan, atau petunjuk ilahi.

Dengan demikian, realitas mimpi adalah arena multidimensional di mana dimensi empirik dan simbolik saling berjaln. Meskipun neurologi dapat memetakan aktivitas otak selama mimpi, ia tidak sepenuhnya dapat menjelaskan mengapa kita memimpikan simbol-simbol tertentu atau apa makna mendalam dari narasi mimpi tersebut. Di sinilah semiologi mengisi kekosongan, menawarkan kerangka untuk memahami mimpi sebagai bahasa, sebuah sistem tanda yang kaya makna. Kajian semiologis terhadap mimpi memungkinkan kita untuk melampaui permukaan fenomena dan menyelami lapisan-lapisan makna yang tersembunyi, baik itu berasal dari kedalaman psikis individu, warisan budaya kolektif, maupun pesan-pesan transenden. Mempelajari mimpi melalui lensa semiologi bukan hanya tentang memahami apa yang kita impikan, tetapi juga tentang memahami bagaimana mimpi membentuk, mencerminkan, dan mengkomunikasikan realitas kita yang paling mendalam.

### **Mimpi sebagai Bahasa Jiwa dan Alam Bawah Sadar**

Sejak zaman purbakala, fenomena mimpi telah menjadi objek fasciasi dan misteri yang tak lekang oleh waktu. Dari peradaban Mesir kuno yang memandang mimpi sebagai pesan ilahi hingga analisis psikologis modern yang menggali kedalaman alam bawah sadar, mimpi senantiasa dipahami sebagai lebih dari sekadar aktivitas acak otak saat terlelap<sup>107</sup>. Sebaliknya, mimpi dapat dimaknai sebagai sebuah bahasa primordial, medium komunikasi yang kompleks namun intrinsik, antara jiwa, alam bawah sadar, dan

bahkan dimensi transenden yang melampaui kesadaran biasa<sup>108</sup>. Pemahaman ini membuka gerbang menuju pemahaman diri yang lebih holistik dan mendalam.

Secara historis, berbagai kebudayaan telah menafsirkan mimpi sebagai jembatan menuju pengetahuan yang tersembunyi. Bangsa Mesir kuno memiliki buku mimpi yang mendetail dan meyakini bahwa mimpi adalah cara dewa berkomunikasi, seringkali membawa nubuat atau peringatan<sup>109</sup>. Di Yunani kuno, Asclepius, dewa penyembuhan, diyakini menyampaikan diagnosis dan pengobatan melalui mimpi kepada mereka yang tidur di kuil-kuilnya<sup>110</sup>. Perspektif ini menyoroti bahwa sebelum era ilmiah, mimpi telah diakui sebagai saluran informasi yang valid, meskipun seringkali bersifat simbolis dan memerlukan interpretasi untuk memahami pesan yang terkandung di dalamnya.

Dalam ranah psikologi modern, dua raksasa pemikiran, Sigmund Freud dan Carl Gustav Jung, telah secara fundamental mengubah cara kita memandang mimpi. Freud, dengan teorinya tentang psikoanalisis, mengemukakan bahwa mimpi adalah "jalan kerajaan menuju alam bawah sadar" (royal road to the unconscious), sebuah manifestasi dari keinginan yang tertekan, konflik yang belum terselesaikan, dan trauma masa lalu yang bersembunyi di kedalaman psike<sup>111</sup>. Baginya, isi manifes (apa yang diingat dari mimpi) adalah topeng bagi isi laten (makna tersembunyi), dan interpretasi mimpi bertujuan untuk mengungkap makna tersembunyi ini guna mengatasi neurosis. Sementara itu, Carl Gustav Jung memperluas cakupan alam bawah sadar dengan

memperkenalkan konsep "alam bawah sadar kolektif" (collective unconscious) dan "arketipe"<sup>112</sup>. Bagi Jung, mimpi bukan hanya tentang keinginan pribadi, melainkan juga cerminan dari simbol-simbol universal dan pengalaman kolektif umat manusia. Mimpi, dalam pandangannya, berfungsi sebagai panduan menuju individuasi proses integrasi aspek-aspek kesadaran dan alam bawah sadar untuk mencapai keutuhan diri<sup>113</sup>. Kedua perspektif ini, meskipun memiliki perbedaan fundamental, sama-sama menempatkan mimpi sebagai ekspresi bermakna dari jiwa yang lebih dalam.

Dari sudut pandang neurosains, mimpi terutama terkait dengan fase tidur Rapid Eye Movement (REM), di mana aktivitas otak sangat mirip dengan keadaan terjaga<sup>114</sup>. Selama fase ini, area otak yang bertanggung jawab atas emosi (limbic system) dan memori (hippocampus) sangat aktif, sementara korteks prefrontal (yang mengatur logika dan pengambilan keputusan) cenderung kurang aktif. Fenomena neurologis ini mendukung gagasan bahwa mimpi adalah proses kompleks yang membantu otak dalam konsolidasi memori, pemrosesan emosi, dan bahkan pemecahan masalah<sup>115</sup>. Meskipun neurosains belum sepenuhnya menjelaskan mengapa mimpi memiliki narasi dan simbolisme yang kaya, temuan ini memperkuat argumen bahwa mimpi adalah sebuah mekanisme adaptif yang vital, bukan sekadar "kebisingan" otak tanpa makna.

Lebih jauh lagi, dalam tradisi spiritual dan keagamaan, khususnya Islam, mimpi memiliki kedudukan yang sangat penting sebagai salah satu bentuk komunikasi ilahi. Al-Qur'an dan Hadis

Nabi Muhammad SAW banyak menyinggung tentang mimpi. Surah Yusuf dalam Al-Qur'an secara eksplisit mengisahkan tentang Nabi Yusuf AS yang mampu menafsirkan mimpi, menunjukkan validitas dan kebermaknaan pesan yang terkandung di dalamnya<sup>116</sup>. Nabi Muhammad SAW sendiri membagi mimpi menjadi tiga jenis: *ru'ya salihah* (mimpi yang benar/baik) dari Allah, mimpi yang disebabkan oleh lintasan pikiran diri sendiri, dan mimpi buruk dari setan<sup>117</sup>. Mimpi yang benar dianggap sebagai bagian dari kenabian dan seringkali membawa petunjuk, peringatan, atau kabar gembira dari dimensi yang lebih tinggi<sup>118</sup>. Hal ini menunjukkan bahwa dalam pandangan Islam, mimpi dapat menjadi bahasa spiritual yang otentik, sarana bagi jiwa untuk menerima wahyu atau pencerahan.

Maka, untuk memahami mimpi sebagai bahasa, kita harus belajar memahami simbolisme dan narasi yang diciptakannya. Mimpi jarang bicara dalam logika linear atau bahasa verbal langsung; ia cenderung menggunakan metafora, alegori, dan citra visual yang kuat<sup>119</sup>. Seekor burung dalam mimpi bisa melambangkan kebebasan, seekor ular bisa merepresentasikan ancaman atau kebijaksanaan, dan sebuah rumah seringkali mencerminkan diri kita sendiri. Interpretasi yang akurat memerlukan sensitivitas terhadap konteks pribadi si pemimpi, asosiasi pribadi dengan simbol-simbol tersebut, serta pemahaman akan arketipe universal. Kemampuan untuk "membaca" bahasa simbolik ini memungkinkan kita untuk mengakses informasi dari alam bawah sadar kita sendiri, memahami konflik internal, menemukan solusi kreatif, atau bahkan mengantisipasi peristiwa di

masa depan. Secara keseluruhan, mimpi adalah manifestasi multifaset dari jiwa dan alam bawah sadar, sebuah bahasa yang kaya dan berlapis makna. Baik dari perspektif psikologis, neurologis, maupun spiritual, mimpi bukanlah anomali, melainkan sebuah proses fundamental yang esensial bagi kesejahteraan mental dan pertumbuhan spiritual. Dengan memberikan perhatian pada bahasa mimpi, kita tidak hanya mengungkap misteri tidur, tetapi juga membuka dialog penting dengan diri kita yang paling dalam, memungkinkan pemahaman diri yang lebih luas dan kehidupan yang lebih terintegrasi.

### **Antara Persepsi Indrawi dan Imajinasi**

Manusia, sebagai entitas kognitif, senantiasa berinteraksi dengan realitas melalui dua gerbang utama: persepsi indrawi dan imajinasi. Kedua fakultas mental ini seringkali dipandang sebagai dikotomi yang saling berlawanan satu berorientasi pada data objektif dari dunia luar, sementara yang lain berakar pada konstruksi subjektif internal. Namun, telaah yang lebih mendalam dalam ranah psikologi kognitif dan neurosains menunjukkan bahwa hubungan di antara keduanya jauh lebih kompleks dan bersifat simbiosis, membentuk jalinan fundamental bagi pemahaman, kreativitas, dan adaptasi manusia terhadap lingkungannya. Keterikatan ini tidak hanya mendefinisikan cara kita memahami apa yang ada, tetapi juga bagaimana kita memproyeksikan apa yang mungkin ada atau belum ada. Persepsi indrawi merujuk pada proses di mana otak menerima, mengorganisir, dan menginterpretasikan

informasi sensorik yang berasal dari lingkungan eksternal melalui panca indra: penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba. Ini adalah mekanisme fundamental yang memungkinkan kita mengenali objek, memahami ucapan, merasakan tekstur, mencium aroma, dan merasakan sensasi suhu atau rasa<sup>120</sup>. Secara esensial, persepsi indrawi adalah pintu gerbang kita menuju realitas fisik, memberikan data mentah yang diolah menjadi pengalaman yang koheren. Meskipun sering dianggap sebagai proses pasif dan objektif, persepsi sesungguhnya merupakan konstruksi aktif yang melibatkan interpretasi berdasarkan pengalaman masa lalu, ekspektasi, dan konteks situasional<sup>121</sup>. Misalnya, sinyal visual yang sama dapat diinterpretasikan secara berbeda oleh individu yang berbeda, menggarisbawahi elemen subjektifitasnya. Bahkan dalam kontemplasi spiritual, kemampuan untuk melihat dan memahami tanda-tanda kebesaran di alam semesta bergantung pada persepsi indrawi yang jernih, seperti firman Tuhan dalam Al-Qur'an tentang tanda-tanda bagi orang-orang yang beriman, yang mengajak manusia untuk merenungkan ciptaan-Nya<sup>122</sup>.

Berlawanan namun melengkapi persepsi indrawi adalah imajinasi, sebuah fakultas kognitif yang memungkinkan individu untuk membentuk representasi mental dari objek, peristiwa, atau ide yang tidak hadir secara langsung di lingkungan<sup>123</sup>. Imajinasi bukan sekadar reproduksi memori; ia memiliki kapasitas untuk mensintesis, memodifikasi, dan menciptakan konsep-konsep baru yang belum pernah dialami sebelumnya. Dari memimpikan inovasi teknologi hingga merangkai narasi fiktif yang kompleks, imajinasi

adalah mesin penggerak kreativitas, perencanaan masa depan, empati, dan pemecahan masalah<sup>124</sup>. Neurosains kognitif menunjukkan bahwa jaringan saraf yang terlibat dalam imajinasi seringkali tumpang tindih dengan yang digunakan dalam persepsi, meskipun dalam pola aktivasi yang berbeda, menunjukkan hubungan erat antara keduanya di tingkat neurologis<sup>125</sup>. Kemampuan berimajinasi memungkinkan manusia untuk melampaui batasan realitas fisik yang terlihat, membentuk gambaran mental yang dapat menjadi landasan bagi tindakan atau pemahaman yang lebih dalam.

Titik krusial dalam memahami fungsi kognitif manusia terletak pada interaksi dinamis antara persepsi indrawi dan imajinasi, bukan sebagai entitas terpisah, melainkan sebagai proses yang saling memengaruhi. Imajinasi secara fundamental mengandalkan basis data yang disediakan oleh persepsi indrawi. Seseorang tidak dapat membayangkan warna yang belum pernah dilihat, atau bentuk yang belum pernah direkonstruksi dari pengalaman sensorik<sup>126</sup>. Memori sensorik dan pengalaman perseptual menjadi "bahan baku" bagi konstruksi imajinatif. Sebaliknya, imajinasi secara signifikan dapat membentuk dan memodifikasi persepsi kita terhadap realitas. Ekspektasi, yang merupakan bentuk imajinasi antisiptorik, dapat mengarahkan atensi kita, memengaruhi interpretasi input sensorik, dan bahkan memicu efek plasebo di mana keyakinan internal (bentuk imajinasi) memengaruhi pengalaman fisik<sup>127</sup>. Dalam konteks etika dan spiritualitas, kualitas batin atau "hati" seseorang, yang menjadi pusat pemikiran dan imajinasi, dianggap lebih penting

dalam pandangan Ilahi daripada hanya penampilan luarnya, sebagaimana disebutkan dalam Hadis Nabi Muhammad SAW<sup>128</sup>. Ini mengisyaratkan bahwa pemahaman dan interaksi sejati dengan realitas tidak hanya melalui apa yang terlihat, tetapi juga melalui kualitas internal dan imajinasi moral.

Simbiosis antara persepsi indrawi dan imajinasi memiliki implikasi mendalam, baik dalam filsafat maupun ilmu pengetahuan. Secara filosofis, hal ini mempertanyakan batas antara realitas objektif dan konstruksi subjektif. Jika imajinasi dapat memengaruhi persepsi, seberapa "nyata" pengalaman kita? Pemikir seperti Immanuel Kant telah menekankan peran akal budi (yang mencakup imajinasi) dalam membentuk pengalaman kita tentang dunia, melampaui data mentah sensorik<sup>129</sup>. Secara ilmiah, pemahaman akan interaksi ini krusial dalam berbagai bidang, dari pengembangan kecerdasan buatan yang mampu "melihat" dan "membayangkan" hingga terapi untuk kondisi neurologis yang melibatkan disonansi antara persepsi dan imajinasi, seperti halusinasi. Kemampuan manusia untuk berimajinasi berdasarkan persepsi mendorong inovasi ilmiah, penciptaan seni, dan pengembangan empati yang memungkinkan kita memahami perspektif orang lain<sup>130</sup>.

Persepsi indrawi dan imajinasi, alih-alih menjadi dua kutub yang berlawanan, merupakan dua sisi dari mata uang kognitif yang sama. Persepsi memberikan fondasi realitas, sementara imajinasi memberdayakan kita untuk melampaui realitas tersebut, membangun kemungkinan-kemungkinan baru, dan menyusun

makna yang lebih dalam. Relasi timbal balik ini adalah esensi dari pengalaman kognitif manusia, memungkinkan kita tidak hanya untuk melihat dan mendengar dunia, tetapi juga untuk merenungkan, menciptakan, dan memahami keberadaan kita. Memahami dinamika kompleks antara kedua fakultas ini adalah kunci untuk membuka potensi penuh kesadaran dan kreativitas manusia, memungkinkan kita untuk beradaptasi, berinovasi, dan memahami realitas dari berbagai dimensi.

### **Realitas Empirik dalam Representasi Mimpi?**

Mimpi, sebagai fenomena universal manusia, telah lama menjadi subjek kekaguman, spekulasi, dan studi ilmiah. Sejak zaman kuno, mimpi sering dianggap sebagai jendela menuju alam bawah sadar, pesan ilahi, atau bahkan prekognisi masa depan. Namun, dalam kerangka pemikiran ilmiah kontemporer, pertanyaan mendasar yang muncul adalah: sejauh mana representasi dalam mimpi mencerminkan atau berinteraksi dengan realitas empirik? Eksplorasi ini akan menyelami kompleksitas hubungan antara dunia mimpi yang subjektif dan realitas objektif yang dapat diukur, dengan mempertimbangkan perspektif neurobiologis, psikologis, dan filosofis, serta mengakui batasan epistemologis yang inherent dalam memahami esensi mimpi sebagai pengalaman kesadaran.

Untuk memahami pertanyaan ini, penting untuk mendefinisikan "realitas empirik" dan "representasi mimpi." Realitas empirik merujuk pada segala sesuatu yang dapat diamati, diukur, dan diverifikasi melalui pengalaman indrawi atau metode ilmiah objektif. Ini adalah dunia yang kita rasakan saat terjaga, tunduk

pada hukum fisika dan dapat disepakati secara intersubjektif. Sebaliknya, representasi mimpi adalah konstruksi mental yang terjadi selama tidur, terutama fase *Rapid Eye Movement* (REM), yang dicirikan oleh gambar, sensasi, emosi, dan naratif yang seringkali irasional, diskontinu, dan sangat personal<sup>131</sup>. Ketegangan mendasar terletak pada subjektivitas dan sifat internal dari mimpi versus objektivitas dan eksternalitas dari realitas empirik. Mimpi tidak terjadi dalam ruang fisik yang dapat diakses secara langsung oleh pengamat eksternal, melainkan dalam lanskap kognitif dan emosional individu.

Dari sudut pandang neurobiologi, mimpi adalah produk aktivitas otak yang kompleks selama tidur. Teori Aktivasi-Sintesis, yang diajukan oleh J. Allan Hobson dan Robert McCarley, menyatakan bahwa mimpi berasal dari sinyal acak yang dihasilkan oleh pons di batang otak, yang kemudian diinterpretasikan oleh korteks serebral untuk membentuk narasi yang koheren<sup>132</sup>. Dalam pandangan ini, otak mencoba menemukan makna dari sinyal-sinyal internal yang ambigu, menciptakan "realitas" internal yang sering kali tidak berhubungan langsung dengan realitas dunia luar. Namun, penelitian lain menunjukkan bahwa area otak yang terlibat dalam pemrosesan emosi (amigdala), pembentukan memori (hippocampus), dan visualisasi (korteks oksipital) sangat aktif selama mimpi, menunjukkan bahwa mimpi berfungsi sebagai arena untuk konsolidasi memori, regulasi emosi, dan pemecahan masalah kognitif<sup>133</sup>. Representasi dalam mimpi, dalam konteks ini, dapat dilihat sebagai 'simulasi offline' dari pengalaman sadar, di mana otak memproses dan mengintegrasikan informasi yang diperoleh

dari realitas empirik tanpa harus tunduk pada batasan fisik dunia nyata. Ini berarti elemen-elemen empirik dari kehidupan sadar (orang, tempat, objek, peristiwa) memang dapat muncul dalam mimpi, tetapi seringkali dalam bentuk yang terdistorsi atau simbolis, bukan sebagai refleksi langsung.

Aliran psikologi klasik juga memberikan wawasan tentang sejauh mana realitas empirik terekam dalam mimpi. Sigmund Freud, dalam karyanya *The Interpretation of Dreams*, berargumen bahwa mimpi adalah "jalan kerajaan menuju alam bawah sadar," di mana keinginan yang direpresi dan konflik psikologis menjadi manifestasi dalam bentuk simbolis<sup>134</sup>. Meskipun konten manifes (apa yang diingat dari mimpi) mungkin tampak asing, ia percaya bahwa itu berasal dari pengalaman hidup individu (realitas empirik pribadi) dan mewakili keinginan laten yang tersembunyi. Sementara itu, Carl Jung memperkenalkan konsep ketidaksadaran kolektif dan arketipe, berpendapat bahwa mimpi tidak hanya merefleksikan pengalaman pribadi tetapi juga pola universal yang diwarisi dari sejarah manusia<sup>135</sup>. Dalam kedua pandangan ini, realitas empirik tidak direpresentasikan secara literal melainkan diinterpretasikan, disimbolkan, dan diolah oleh psike untuk tujuan psikologis tertentu. Mimpi dapat mencerminkan stres, kekhawatiran, atau aspirasi yang relevan dengan kehidupan nyata seseorang, namun representasinya seringkali metaforis dan membutuhkan analisis untuk mengungkap koneksi empirisnya.

Meskipun mimpi adalah konstruksi internal, tidak bisa dipungkiri bahwa mereka seringkali menyertakan elemen dari realitas empirik. Seseorang mungkin bermimpi tentang percakapan yang baru saja

terjadi, wajah yang dikenal, atau tempat yang pernah dikunjungi<sup>136</sup>. Sensasi fisik dari dunia nyata, seperti rasa haus, kebutuhan untuk buang air kecil, atau nyeri, juga dapat memengaruhi konten mimpi, di mana otak mengintegrasikan stimulasi ini ke dalam narasi mimpi<sup>137</sup>. Bahkan ada laporan anekdotal tentang penemuan ilmiah atau solusi masalah yang datang melalui mimpi, seperti penemuan struktur benzena oleh Kekulé atau melodi "Yesterday" oleh Paul McCartney, menunjukkan bahwa alam bawah sadar dapat memproses informasi empiris dan menghasilkan sintesis baru yang memiliki implikasi di dunia nyata<sup>138</sup>. Namun, penting untuk dicatat bahwa ini adalah inklusi parsial atau korelasi, bukan replikasi realitas empirik secara keseluruhan. Komponen-komponen empirik tersebut kemudian dianyam ke dalam kain naratif mimpi yang seringkali fantastis dan tidak mengikuti logika dunia sadar.

Tantangan terbesar dalam menguji realitas empirik dalam mimpi terletak pada sifatnya yang sangat subjektif dan tidak dapat diakses secara langsung. Kita hanya dapat mengandalkan laporan individu tentang mimpi mereka (ingatan mimpi), yang seringkali tidak lengkap, terdistorsi, atau bahkan diwarnai oleh proses ingatan itu sendiri<sup>139</sup>. Tidak ada "kebenaran dasar" empiris dari mimpi yang dapat diverifikasi secara objektif dari luar. Penelitian tentang mimpi seringkali mengandalkan metode kualitatif seperti analisis konten laporan mimpi, atau korelasi dengan aktivitas otak yang terukur, namun interpretasi tetap menjadi faktor kunci. Batasan epistemologis ini menyoroiti bahwa walaupun mimpi dapat memberikan wawasan tentang pengalaman dan proses kognitif individu yang berasal dari realitas empirik, mimpi itu sendiri

bukanlah realitas empirik melainkan representasi internal dan transformatif dari pengalaman tersebut.

Secara filosofis, pertanyaan tentang realitas mimpi sering dikaitkan dengan skeptisisme tentang sifat realitas itu sendiri, seperti dalam argumen "mimpi Zhuangzi" atau Descartes dalam *Meditations on First Philosophy* yang mempertanyakan bagaimana kita bisa yakin bahwa kita tidak sedang bermimpi saat ini<sup>140</sup>. Dalam tradisi keagamaan, mimpi seringkali diberi bobot metafisik yang signifikan. Dalam Islam, misalnya, mimpi dapat dibagi menjadi tiga jenis: mimpi dari Allah (ru'ya sadiqah), mimpi dari setan (hulm), dan mimpi dari bisikan jiwa (hadith al-nafs)<sup>141</sup>. Beberapa mimpi dianggap sebagai wahyu atau pertanda, seperti kisah Nabi Yusuf dalam Al-Quran yang menafsirkan mimpi raja Mesir tentang tujuh sapi kurus dan gemuk, yang secara akurat memprediksi masa depan empirik terkait panen dan paceklik<sup>142</sup>. Hadis Nabi Muhammad SAW juga menyebutkan bahwa mimpi yang benar adalah salah satu bagian dari empat puluh enam bagian kenabian<sup>143</sup>. Meskipun tradisi ini mengakui dimensi empiris potensial dari beberapa mimpi, pandangan ini bersifat teologis dan metafisik, berbeda dari pendekatan ilmiah yang mencari bukti yang dapat direplikasi dan diukur. Dalam sains, klaim tentang prediktabilitas empiris atau wahyu melalui mimpi memerlukan bukti yang sangat kuat dan tidak konvensional yang belum pernah ditemukan secara sistematis.

Pada akhirnya, representasi dalam mimpi bukanlah realitas empirik secara langsung, melainkan konstruksi kognitif dan emosional yang sangat subjektif. Meskipun mimpi secara ekstensif

menggunakan dan memproses elemen-elemen dari realitas empirik individu (memori, emosi, pengalaman sensorik), mereka mengubahnya menjadi narasi yang seringkali simbolis, irasional, dan metaforis. Perspektif neurobiologis menunjukkan mimpi sebagai hasil aktivitas otak yang kompleks untuk konsolidasi memori dan regulasi emosi, sementara pandangan psikologis menyoroiti peran mimpi dalam mengungkapkan konten alam bawah sadar. Tantangan epistemologis membatasi kemampuan kita untuk secara objektif mengukur dan memverifikasi "kebenaran" empiris dari konten mimpi. Namun, ini tidak mengurangi nilai studi mimpi. Memahami bagaimana realitas empirik direpresentasikan dan diolah dalam mimpi dapat memberikan wawasan mendalam tentang kerja pikiran manusia, membantu dalam proses terapeutik, dan memperkaya pemahaman kita tentang batas-batas kesadaran dan persepsi. Mimpi tetap merupakan jembatan antara dunia internal dan eksternal, sebuah arena di mana pikiran secara kreatif memainkan ulang dan meninjau kembali realitas dalam bentuk yang unik dan penuh makna.

## **Mimpi sebagai Fenomena Ontologis**

### **Apa yang Dimaksud Fenomena Ontologis?**

Untuk memahami mimpi sebagai fenomena ontologis, krusial bagi kita untuk terlebih dahulu mengartikulasikan apa yang sesungguhnya dimaksud dengan "fenomena ontologis." Secara etimologis, "ontologi" berasal dari kata Yunani *ontos* (ada, keberadaan) dan *logos* (studi, ilmu). Oleh karena itu, ontologi merupakan cabang metafisika yang berfokus pada studi tentang

hakikat keberadaan, realitas, dan eksistensi<sup>144</sup>. Ini adalah disiplin yang berusaha menjawab pertanyaan-pertanyaan fundamental seperti: Apa yang benar-benar ada? Apa hakikat realitas? Apa kategori-kategori dasar dari keberadaan? Apakah ada suatu realitas yang independen dari persepsi kita?

Dalam konteks filosofis, ontologi jauh melampaui deskripsi fisik dunia. Ia menyelidiki konsep-konsep abstrak seperti waktu, ruang, kesadaran, kehendak bebas, sebab-akibat, dan universalia. Pertanyaan ontologis dapat berkisar dari yang konkret misalnya, apakah meja ini benar-benar ada secara independen dari pengamatan saya? hingga yang sangat abstrak dan eksistensial misalnya, apakah kesadaran hanyalah produk sampingan kimiawi otak ataukah ia memiliki eksistensi mandiri yang lebih tinggi?<sup>145</sup>

Sementara itu, "fenomena" merujuk pada sesuatu yang dapat diamati, dipersepsi, atau dialami<sup>146</sup>. Fenomena bisa berupa kejadian alamiah, seperti kilat atau hujan, atau pengalaman subjektif, seperti rasa sakit atau kebahagiaan. Dalam filsafat, khususnya dalam tradisi fenomenologi, fenomena adalah pengalaman sebagaimana dialami oleh subjek, tanpa prasangka tentang hakikat objektif di baliknya.

Menggabungkan kedua konsep ini, "fenomena ontologis" dapat didefinisikan sebagai suatu kejadian, pengalaman, atau aspek realitas yang secara inheren memunculkan pertanyaan-pertanyaan mendalam tentang hakikat keberadaan, realitas, atau struktur fundamental dari apa yang ada<sup>147</sup>. Fenomena ontologis bukan sekadar sesuatu yang ada atau terjadi; sebaliknya, keberadaannya atau cara ia termanifestasi memaksa kita untuk menguji ulang

asumsi kita tentang realitas itu sendiri. Contoh klasik dari fenomena ontologis adalah kesadaran. Keberadaan pengalaman subjektif tentang kesadaran saya berpikir, saya merasa memunculkan pertanyaan fundamental tentang hubungannya dengan materi fisik, apakah kesadaran adalah entitas non-fisik, atau bagaimana ia bisa muncul dari aktivitas neuron semata<sup>148</sup>. Begitu pula dengan waktu, yang meskipun kita alami secara universal, hakikat fundamentalnya (apakah ia linier, siklis, atau hanya ilusi) tetap menjadi subjek perdebatan ontologis<sup>149</sup>.

Oleh karena itu, suatu fenomena diklasifikasikan sebagai ontologis karena ia tidak hanya mengindikasikan adanya sesuatu, melainkan juga menantang pemahaman kita tentang bagaimana sesuatu itu ada, apa artinya "ada," dan bagaimana ia cocok dalam skema besar realitas. Ini memaksa kita untuk merenungkan kategori-kategori dasar eksistensi, hubungan antara pikiran dan materi, subjek dan objek, serta batas antara ilusi dan kenyataan. Dalam konteks inilah, mimpi muncul sebagai kandidat yang sangat kuat untuk dikaji sebagai fenomena ontologis, mengingat kemampuannya yang unik untuk memudahkan batas-batas tersebut dan memaksa kita mempertanyakan hakikat realitas yang kita alami.

### **Peran Mimpi dalam Membangun Kesadaran Eksistensial**

Dunia mimpi, sebuah lanskap batin yang selama berabad-abad telah memukau dan membingungkan umat manusia, seringkali dianggap sebagai cerminan acak dari aktivitas saraf atau residu

mental dari pengalaman siang hari. Namun, jauh melampaui interpretasi superfisial tersebut, mimpi sesungguhnya merupakan arena kompleks yang menyimpan potensi luar biasa dalam membangun dan memperdalam kesadaran eksistensial individu. Eksistensialisme, sebagai aliran pemikiran filosofis, berfokus pada pertanyaan fundamental tentang keberadaan, makna hidup, kebebasan, tanggung jawab, dan menghadapi ketiadaan. Dalam konteks ini, mimpi menawarkan sebuah ruang unik di mana batasan realitas fisik melonggar, memungkinkan individu untuk bergulat dengan pertanyaan-pertanyaan ontologis dan menemukan pemahaman yang lebih dalam tentang diri dan posisi mereka di alam semesta.

Sebagai "jalan kerajaan menuju alam bawah sadar" sebagaimana diungkapkan oleh Sigmund Freud, mimpi menyediakan akses langsung ke lapisan-lapisan psikis yang tersembunyi, tempat di mana konflik internal, keinginan terpendam, dan ketakutan fundamental bersemayam<sup>150</sup>. Meskipun Freud lebih fokus pada interpretasi mimpi sebagai pemenuhan hasrat terlarang, wawasannya tentang penyingkapan alam bawah sadar memiliki implikasi mendalam bagi kesadaran eksistensial. Mimpi dapat mengungkap bayangan (shadow) atau aspek-aspek diri yang tidak disadari, memaksa individu untuk menghadapi keutuhan diri mereka, termasuk sisi-sisi yang kurang nyaman. Carl Jung lebih lanjut memperluas pemahaman ini dengan konsep ketidaksadaran kolektif dan arketipe, di mana mimpi menjadi jembatan menuju simbol-simbol universal yang merepresentasikan pengalaman

manusia fundamental, seperti kelahiran, kematian, pahlawan, atau musuh<sup>151</sup>. Melalui arketipe ini, mimpi dapat menghubungkan individu dengan dimensi eksistensial yang lebih luas, memberikan perspektif tentang pola abadi keberadaan dan peran mereka dalam narasi besar kemanusiaan.

Mimpi secara naratif seringkali merefleksikan kecemasan eksistensial yang mendalam. Mimpi tentang jatuh dari ketinggian, terperangkap, dikejar, atau kehilangan gigi, misalnya, dapat diinterpretasikan sebagai manifestasi dari kecemasan akan kurangnya kontrol, kerapuhan eksistensi, atau kematian<sup>152</sup>. Dalam konteks ini, mimpi bukan hanya sekadar gambaran menakutkan, melainkan sebuah bahasa metaforis yang digunakan jiwa untuk mengartikulasikan ketakutan paling mendasar tentang ketiadaan dan fana. Dengan menghadapi simbol-simbol ini dalam keadaan yang relatif aman di alam mimpi individu diberi kesempatan untuk memproses, mengakui, dan secara bertahap mengintegrasikan ketakutan tersebut ke dalam kesadaran mereka. Proses ini esensial untuk pembangunan kesadaran eksistensial, sebab ia mendorong individu untuk tidak lari dari kerapuhan hidup, melainkan menghadapinya dengan keberanian dan menemukan makna di tengah keterbatasan.

Lebih jauh, mimpi dapat menjadi laboratorium personal untuk mengeksplorasi kebebasan dan tanggung jawab, dua pilar utama dalam pemikiran eksistensial. Terutama dalam mimpi lucid (mimpi sadar), di mana individu menyadari bahwa mereka sedang bermimpi dan dapat mengendalikan alur mimpi, batasan realitas

yang biasa menjadi cair<sup>153</sup>. Dalam ruang ini, individu dapat bereksperimen dengan berbagai pilihan, mengatasi rintangan, dan bahkan terbang atau mengubah lingkungan sesuai kehendak. Pengalaman otonomi dan keagenan yang intens dalam mimpi lucid dapat menumbuhkan pemahaman yang lebih mendalam tentang potensi kebebasan diri dalam kehidupan nyata. Ini melatih kesadaran akan pilihan dan konsekuensinya, sebuah latihan krusial untuk membangun kesadaran bahwa "kita dikutuk untuk bebas," dan dengan kebebasan itu datanglah tanggung jawab penuh atas keberadaan kita<sup>154</sup>.

Dari perspektif spiritual, peran mimpi dalam membangun kesadaran eksistensial juga sangat signifikan. Banyak tradisi keagamaan dan mistik memandang mimpi sebagai sarana komunikasi ilahi, petunjuk spiritual, atau pengalaman transenden. Dalam Islam, misalnya, mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*) dianggap sebagai salah satu bagian dari kenabian dan bisa menjadi isyarat dari Allah SWT<sup>155</sup>. Nabi Yusuf AS, yang kisahnya diceritakan dalam Al-Qur'an, memiliki kemampuan menafsirkan mimpi yang memberinya kebijaksanaan dan wawasan tentang takdir<sup>156</sup>. Mimpi-mimpi semacam ini dapat memberikan individu pandangan tentang tujuan hidup yang lebih besar, mengatasi perasaan isolasi eksistensial dengan menghubungkan diri pada dimensi transendental, dan memberikan afirmasi akan makna yang melebihi keberadaan material. Mereka mendorong refleksi tentang tempat individu dalam skema kosmos, menumbuhkan rasa keterhubungan dan makna yang seringkali dicari dalam perjalanan eksistensial.

Integrasi wawasan dari mimpi ke dalam kesadaran individu adalah langkah krusial dalam proses pembangunan kesadaran eksistensial. Melalui praktik seperti penjurnalan mimpi, refleksi mendalam, atau analisis mimpi yang dibantu, individu dapat mengurai simbol-simbol dan narasi yang muncul dari alam bawah sadar mereka. Proses ini memungkinkan pemahaman yang lebih kaya tentang motivasi tersembunyi, trauma yang belum terselesaikan, dan potensi diri yang belum terealisasi. Dengan demikian, mimpi tidak hanya berfungsi sebagai diagnostik, tetapi juga sebagai panduan terapeutik. Kesadaran yang diperoleh dari mimpi dapat memotivasi individu untuk membuat pilihan yang lebih sadar, menjalani kehidupan yang lebih otentik, dan menghadapi tantangan eksistensial dengan kebijaksanaan yang lebih besar. Pada akhirnya, mimpi adalah cermin yang tak henti-hentinya menunjukkan esensi keberadaan kita, mendorong kita untuk terus mengeksplorasi, memahami, dan merangkul perjalanan eksistensial kita dengan penuh kesadaran dan makna.

### **Fenomenologi Mimpi Dari Husserl hingga Merleau-Ponty**

Edmund Husserl, sebagai bapak fenomenologi transcendental, memperkenalkan konsep penting seperti *epoche* (pengurangan) dan intensionalitas sebagai kunci untuk memahami kesadaran. Bagi Husserl, setiap kesadaran adalah kesadaran akan sesuatu; ia selalu mengarah (*intends*) pada suatu objek<sup>157</sup>. Dalam konteks mimpi, pendekatan Husserlian akan melibatkan pengurangan keyakinan kita tentang realitas objektif mimpi. Ini berarti kita tidak langsung

bertanya apakah mimpi itu "nyata" dalam pengertian empiris, melainkan bagaimana pengalaman mimpi itu *diberikan* kepada kesadaran subjek yang bermimpi<sup>158</sup>.

Dengan menerapkan *epoche* pada pengalaman bermimpi, Husserl mengajak kita untuk fokus pada esensi fenomenologis mimpi itu sendiri. Meskipun objek-objek dalam mimpi mungkin tidak memiliki korespondensi di dunia nyata, mereka tetap merupakan objek intensional bagi kesadaran yang bermimpi. Warna, bentuk, suara, dan bahkan narasi dalam mimpi, meskipun seringkali fragmentaris atau tidak logis, memiliki struktur intensionalnya sendiri. Kesadaran dalam mimpi tetap merupakan kesadaran yang "menuju" atau "mengarahkan diri" pada fenomena yang muncul di dalamnya, seolah-olah fenomena tersebut ada<sup>159</sup>. Pertanyaan utama bagi Husserl adalah bagaimana kesadaran tetap membentuk "dunia" di dalam mimpi, lengkap dengan temporalitas dan spasialitasnya sendiri, meskipun dunia tersebut tidak koheren dengan dunia nyata. Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran memiliki kapasitas inheren untuk mengkonstitusikan realitas, bahkan dalam kondisi yang berbeda dari kewaspadaan normal. Namun, fokus Husserl cenderung pada kesadaran murni atau transendental, yang kadang kurang memberikan ruang bagi aspek keberadaan yang terwujud atau "terdaging" (*embodied existence*) dalam pengalaman mimpi.

#### **a. Fenomenologi Tubuh Merleau-Ponty dan Keterdagingan Mimpi**

Sementara Husserl meletakkan fondasi, Maurice Merleau-Ponty menawarkan perluasan signifikan yang membawa fenomenologi

lebih dekat pada pengalaman manusia yang utuh, terutama melalui konsep "tubuh-subjek" (*le corps propre*)<sup>160</sup>. Bagi Merleau-Ponty, kesadaran tidak terpisah dari tubuh; sebaliknya, tubuh adalah cara kita berada di dunia (*being-in-the-world*) dan melalui tubuhlah kita mengalami serta memahami realitas. Pendekatan ini secara radikal mengubah cara kita memandang mimpi. Mimpi tidak lagi hanya merupakan produk dari kesadaran murni atau aktivitas mental yang terpisah dari fisik, melainkan pengalaman yang sangat terkait dengan keberadaan kita yang terwujud.

Merleau-Ponty mungkin berpendapat bahwa mimpi adalah perpanjangan dari cara tubuh kita berinteraksi dan memahami dunia saat kita terjaga. Sensasi, gerakan, dan emosi yang dialami dalam mimpi bukanlah sekadar ide abstrak, melainkan berasal dari skema tubuh kita dan pengalaman sensorik-motorik yang terakumulasi<sup>161</sup>. Ketika kita bermimpi terbang, itu bukan hanya gagasan tentang terbang, melainkan pengalaman tubuh yang melayang, merasakan angin, dan melihat pemandangan dari atas, yang semuanya berakar pada potensi motorik dan sensorik tubuh kita, meskipun dalam mode yang berbeda. Mimpi, dalam pandangan Merleau-Ponty, adalah cara tubuh kita terus "menghuni" dunia, bahkan saat mata tertutup dan kesadaran sadar tertidur. Ia adalah manifestasi dari "pra-reflektif" kita, lapisan pengalaman yang lebih mendalam dan mendasar daripada pikiran kognitif<sup>162</sup>. Dengan demikian, mimpi menunjukkan kontinuitas antara kehidupan terjaga dan tidur, menyoroti bagaimana tubuh-

subjek terus terlibat dalam dunia, menciptakan makna dan persepsi bahkan dalam kondisi berubah.

**b. Komparasi dan Sintesis: Mimpi sebagai Fenomena Eksistensial**

Perbedaan mendasar antara Husserl dan Merleau-Ponty dalam fenomenologi mimpi terletak pada penekanan mereka. Husserl fokus pada struktur intensional kesadaran yang mengkonstitusikan objek mimpi, terlepas dari kebenarannya secara empiris. Baginya, mimpi adalah bukti kapasitas kesadaran untuk membentuk dunia intensional yang koheren bagi dirinya sendiri. Merleau-Ponty, di sisi lain, membawa tubuh kembali ke dalam persamaan, menegaskan bahwa pengalaman mimpi adalah pengalaman yang terwujud, berakar pada skema tubuh dan cara kita mengalami dunia melalui fisik kita.

Namun, keduanya memiliki benang merah yang sama: pengakuan bahwa mimpi bukanlah sekadar "tidak nyata" atau "ilusi" dalam pengertian sederhana. Sebaliknya, mimpi adalah suatu mode eksistensi kesadaran yang sah, sebuah fenomena yang patut diselidiki secara serius. Bagi keduanya, mimpi memiliki "realitas fenomenologis" tersendiri ia adalah pengalaman yang secara subyektif nyata bagi individu yang bermimpi, lengkap dengan sensasi, emosi, dan narasi yang kuat<sup>163</sup>. Ini membedakan pendekatan fenomenologis dari pandangan reduksionis yang mungkin hanya melihat mimpi sebagai produk sampingan acak dari aktivitas otak atau sekumpulan simbol yang menunggu interpretasi psikologis.

Memahami mimpi melalui lensa fenomenologi Husserl dan Merleau-Ponty memungkinkan kita untuk menghargai kekayaan dan kompleksitas pengalaman ini. Mimpi bukan hanya tentang apa yang kita lihat, melainkan bagaimana kita mengalaminya, bagaimana kesadaran kita membentuknya, dan bagaimana tubuh kita terlibat di dalamnya.

### **c. Implikasi Lebih Luas dan Kontemplasi**

Penalaran fenomenologis tentang mimpi membuka pintu bagi pemahaman yang lebih kaya tentang hakikat kesadaran itu sendiri dan batas-batas realitas. Jika kesadaran dapat mengkonstitusikan dunia lengkap dalam mimpi, lantas seberapa kuatkah koherensi dunia "nyata" kita? Ini mengundang refleksi mendalam tentang sifat persepsi, memori, dan identitas. Mimpi, dalam konteks ini, menjadi laboratorium alami untuk menyelidiki fleksibilitas dan adaptabilitas kesadaran manusia<sup>164</sup>.

Lebih jauh, pendekatan ini juga resonan dengan berbagai tradisi budaya dan spiritual yang telah lama menghargai mimpi sebagai lebih dari sekadar aktivitas mental acak. Perennial human inquiry into the nature of dreams has found expression across diverse cultural and spiritual traditions, often recognizing dreams not merely as random neural firings but as potential conduits of meaning or insight. For instance, in Islamic tradition, dreams (*ru'ya*) are sometimes considered a form of subtle communication or even prophecy, as exemplified in various verses of the Qur'an, such as Surat Yusuf (12:4-6) yang menggambarkan mimpi Nabi Yusuf sebagai pertanda kenabian<sup>165</sup>, dan berbagai narasi Hadits yang

mengklasifikasikan mimpi menjadi beberapa jenis, termasuk mimpi baik yang berasal dari Allah dan mimpi buruk dari setan, menegaskan pentingnya pengalaman subjektif tersebut dalam kehidupan rohani<sup>166</sup>. Meskipun fenomenologi tidak menafsirkan mimpi secara simbolis atau mistis, pengakuannya terhadap "realitas" pengalaman mimpi sebagai suatu mode kesadaran yang valid memberikan pondasi filosofis untuk menghargai signifikansi yang melekat pada pengalaman-pengalaman ini di berbagai konteks.

Pada akhirnya, fenomenologi mimpi, melalui warisan Husserl dan Merleau-Ponty, mendorong kita untuk melihat mimpi bukan sebagai anomali yang harus dijelaskan, melainkan sebagai fenomena fundamental dari keberadaan kita. Ia adalah jendela ke dalam cara kesadaran beroperasi, bagaimana tubuh kita meng huni dunia bahkan dalam kondisi berubah, dan bagaimana makna muncul dari pengalaman yang paling intim dan seringkali paling misterius sekalipun. Studi lebih lanjut di bidang ini dapat terus mengeksplorasi implikasi fenomenologi mimpi terhadap bidang-bidang seperti psikopatologi, seni, dan bahkan kecerdasan buatan, di mana pemahaman tentang bagaimana kesadaran menciptakan dan mengalami realitas menjadi semakin krusial.

### **Eksistensi Mimpi dalam Dunia Kehidupan (Lebenswelt)**

Kehidupan manusia adalah jalinan kompleks pengalaman sadar yang membentuk "Dunia Kehidupan" atau *Lebenswelt*, sebuah konsep fenomenologis yang merujuk pada dunia yang dialami

secara langsung dan pra-reflektif, sebagai fondasi bagi segala bentuk pengetahuan dan tindakan kita<sup>167</sup>. Namun, di antara realitas yang terkonstruksi secara sosial dan persepsi yang teratur, terdapat sebuah fenomena universal yang kerap kali dianggap sebagai antitesis dari dunia sadar: mimpi. Eksistensi mimpi bukan sekadar manifestasi aktivitas neurologis pasif selama tidur, melainkan sebuah dimensi pengalaman yang secara intrinsik berinteraksi, memengaruhi, dan bahkan membentuk pemahaman kita tentang realitas dalam *Lebenswelt*. Penjelajahan terhadap eksistensi mimpi dalam konteks ini membutuhkan pendekatan multi-dimensional yang mencakup perspektif filosofis, psikologis, neurobiologis, hingga spiritual.

Secara fenomenologis, *Lebenswelt* adalah dunia yang kita jumpai "sebagaimana adanya," yang diterima begitu saja (taken-for-granted) dan menjadi latar belakang bagi semua interpretasi dan konstruksi makna<sup>168</sup>. Ini adalah ranah pengalaman sehari-hari yang intersubjektif, tempat kita berinteraksi dengan orang lain, objek fisik, dan struktur sosial yang membentuk realitas bersama kita. Dalam konteks ini, mimpi tampak sebagai sebuah anomali atau interupsi. Berbeda dengan pengalaman sadar yang cenderung koheren dan terikat pada hukum-hukum kausalitas yang kita kenal, mimpi seringkali menampilkan narasi yang surealis, diskontinu, dan secara fundamental tidak terikat pada batasan fisik maupun logis *Lebenswelt*<sup>169</sup>. Namun, justru karena disrupsi inilah mimpi memegang peran penting dalam menyingkap batas-batas Wawasan Realitas (Horizon of Reality) dan memperkaya lanskap pengalaman

manusia. Mimpi, meskipun terjadi dalam keadaan tidak sadar, memiliki eksistensi yang sangat nyata dalam *Lebenswelt* seseorang. Dampaknya tidak hanya terbatas pada pengalaman subjektif saat mimpi berlangsung, tetapi juga meresap ke dalam kehidupan sadar dan bahkan memengaruhi perilaku serta keputusan. Dari sudut pandang psikologi, Sigmund Freud mengemukakan mimpi sebagai "jalan raja menuju alam bawah sadar," sebuah manifestasi dari keinginan-keinginan terpendam dan konflik internal yang tidak terselesaikan dalam kehidupan sadar<sup>170</sup>. Sementara Carl Jung melihat mimpi sebagai jembatan menuju "ketidaksadaran kolektif," sebuah gudang simbol dan arketipe universal yang tidak hanya merefleksikan pengalaman pribadi tetapi juga warisan psikis umat manusia<sup>171</sup>. Kedua pandangan ini, meskipun berbeda, sama-sama menegaskan bahwa konten mimpi, meskipun fantastis, adalah cerminan dari dinamika psikis yang berakar kuat dalam *Lebenswelt* individu dan kolektif. Mimpi menjadi arena di mana permasalahan, harapan, dan ketakutan yang dialami dalam kehidupan sadar diproses, dienkrupsi, dan seringkali ditawarkan kembali dalam bentuk simbolik yang membutuhkan interpretasi.

Secara neurobiologis, mimpi adalah produk dari aktivitas otak yang kompleks, terutama selama fase tidur REM (Rapid Eye Movement), yang melibatkan area-area seperti korteks prefrontal, amigdala, dan hippocampus<sup>172</sup>. Penelitian menunjukkan bahwa selama bermimpi, otak aktif memproses informasi, mengkonsolidasi memori, dan mengatur emosi. Meskipun demikian, penjelasan neurobiologis ini tidak sepenuhnya mereduksi

mimpi menjadi sekadar fenomena fisik; justru, ia menyoroti bagaimana substrat biologis memunculkan pengalaman fenomenal yang mendalam dan bermakna. Eksistensi mimpi dalam *Lebenswelt* mencakup interaksi resiprokal antara kondisi fisik dan pengalaman mental: kondisi fisiologis memengaruhi konten mimpi, sementara pengalaman mimpi dapat memengaruhi kondisi mental dan emosional seseorang setelah bangun, seperti suasana hati, kreativitas, atau bahkan pemecahan masalah<sup>173</sup>.

Lebih jauh, dalam banyak budaya dan tradisi spiritual, mimpi dianggap memiliki dimensi transenden yang melampaui batas-batas material *Lebenswelt*. Dalam Islam, misalnya, mimpi dibagi menjadi tiga jenis: mimpi baik dari Allah, mimpi buruk dari setan, dan mimpi hasil dari pikiran dan pengalaman diri<sup>174</sup>. Banyak kisah dalam Al-Quran, seperti mimpi Nabi Yusuf yang kemudian menjadi kenyataan, atau mimpi Nabi Ibrahim yang diperintahkan untuk menyembelih putranya, menunjukkan bahwa mimpi bisa menjadi medium wahyu ilahi dan petunjuk kenabian<sup>175</sup>. Hadis Nabi Muhammad SAW juga menegaskan pentingnya mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*) sebagai salah satu bagian dari *nubuwwah* (kenabian) yang tersisa<sup>176</sup>. Perspektif ini mengangkat mimpi dari sekadar produk psikis atau neurologis menjadi sebuah portal metafisik yang menghubungkan *Lebenswelt* dengan alam yang lebih tinggi, memberikan makna spiritual yang mendalam, dan memengaruhi pandangan hidup serta keputusan moral individu.

Eksistensi mimpi dalam *Lebenswelt* adalah sebuah paradoks yang kaya. Meskipun seringkali dianggap sebagai domain yang

terpisah dari realitas sadar, mimpi sesungguhnya adalah bagian integral dari pengalaman manusia yang secara aktif membentuk dan dibentuk oleh *Lebenswelt* kita. Mimpi bukan hanya cerminan pasif dari kehidupan sadar, melainkan sebuah ruang dinamis di mana identitas dibentuk ulang, emosi diproses, kreativitas disulap, dan bahkan koneksi spiritual terjalin. Dengan menembus batas-batas logis dan fisik, mimpi menantang asumsi kita tentang realitas dan memaksa kita untuk merenungkan makna keberadaan. Memahami eksistensi mimpi dalam *Lebenswelt* berarti mengakui kekayaan dan kompleksitas kesadaran manusia, di mana realitas tidak hanya dibangun dari apa yang kita lihat dan sentuh, tetapi juga dari apa yang kita impikan. Mimpi adalah bukti bahwa *Lebenswelt* kita jauh lebih luas dan misterius daripada yang mungkin kita perkirakan, sebuah tapestry multidimensional yang ditenun dari benang-benang kesadaran dan ketidaksadaran.

## **Distingsi Realitas Aktual, Maya, dan Transenden**

### **Fakta atau Interpretasi?**

Realitas, sebagai konsep fundamental dalam filsafat dan sains, senantiasa menjadi medan pergulatan intelektual yang mendalam. Pertanyaan tentang apa yang sesungguhnya membentuk realitas telah memicu perdebatan sengit sepanjang sejarah pemikiran manusia<sup>177</sup>. Dalam ranah pembahasan ini, kita akan mengawali eksplorasi dengan mengurai hakikat "realitas aktual," sebuah domain yang secara intuitif kita pahami sebagai dunia yang kita alami dan interaksi di dalamnya setiap hari. Namun, pertanyaan

krusial yang muncul adalah: apakah realitas aktual ini semata-mata kumpulan fakta objektif yang berdiri independen dari pengamat, ataukah ia merupakan konstruksi yang diwarnai oleh interpretasi subjektif dan intersubjektif? Pembahasan ini akan menelaah berbagai dimensi dari perdebatan ini, mulai dari peran indra dan kognisi hingga pengaruh bahasa, budaya, dan metodologi ilmiah, demi mencapai pemahaman yang komprehensif tentang sifat realitas aktual.

Secara tradisional, realitas aktual seringkali diidentikkan dengan apa yang dapat diakses melalui indra kita: apa yang kita lihat, dengar, sentuh, cium, dan rasakan<sup>178</sup>. Pendekatan empiris ini menggarisbawahi bahwa pengetahuan tentang dunia berasal dari pengalaman sensorik. Misalnya, sebuah pohon di depan mata kita, wujudnya yang kokoh dan tekstur kulit kayunya, dianggap sebagai fakta aktual yang tak terbantahkan. Namun, refleksi mendalam segera mengungkapkan keterbatasan indra sebagai jendela tunggal menuju realitas. Sensasi yang diterima oleh organ indra hanyalah data mentah, yang kemudian harus diproses dan diinterpretasikan oleh otak<sup>179</sup>. Fenomena seperti ilusi optik atau perbedaan persepsi warna antar individu menunjukkan bahwa apa yang kita "lihat" bukanlah salinan persis dari dunia luar, melainkan representasi yang disaring dan dibentuk. Bahkan, keterbatasan spektrum gelombang yang dapat ditangkap oleh indra manusia mengindikasikan bahwa sebagian besar realitas fisik, seperti gelombang radio atau sinar-X, tidak secara langsung dapat kita persepsikan tanpa bantuan teknologi<sup>180</sup>.

Lebih jauh, peran kognisi dalam membentuk realitas aktual tidak dapat diabaikan. Otak manusia tidak hanya merekam informasi sensorik pasif; ia secara aktif mengorganisir, memilah, dan menginterpretasikan data tersebut berdasarkan kerangka kognitif, pengalaman masa lalu, dan ekspektasi<sup>181</sup>. Proses-proses seperti atensi selektif, memori, dan skema mental membentuk cara kita memahami dan memberi makna pada pengalaman. Dua individu yang menyaksikan peristiwa yang sama mungkin memiliki narasi yang berbeda secara signifikan, bukan karena salah satu berbohong, melainkan karena interpretasi kognitif mereka terhadap stimulus yang sama telah dimediasi oleh kerangka internal yang berbeda<sup>182</sup>. Realitas aktual, oleh karena itu, bukan hanya tentang apa yang *ada* di luar kita, melainkan juga tentang bagaimana kita *mengetahui* dan *memahami* keberadaan tersebut, sebuah proses yang sarat dengan konstruksi mental.

Selain itu, realitas aktual juga sangat dipengaruhi oleh aspek sosial dan budaya, terutama melalui bahasa. Bahasa bukan hanya alat komunikasi; ia adalah struktur yang membentuk kategori pemikiran kita dan cara kita mengkonstruksi dunia<sup>183</sup>. Budaya menyediakan kerangka nilai, norma, dan makna bersama yang memengaruhi bagaimana individu dalam suatu masyarakat mempersepsikan dan menafsirkan realitas. Apa yang dianggap "fakta" dalam satu budaya mungkin tidak relevan atau bahkan tidak dapat dipahami dalam budaya lain<sup>184</sup>. Sebagai contoh, konsep waktu dan ruang dapat bervariasi secara fundamental antarbudaya, mempengaruhi cara mereka mengalami dan menggambarkan

realitas fisik. Dalam pandangan konstruktivisme sosial, realitas aktual adalah produk dari interaksi sosial dan kesepakatan kolektif, di mana "fakta" seringkali merupakan hasil dari proses negosiasi intersubjektif yang akhirnya diterima sebagai kebenaran bersama<sup>185</sup>.

Dalam konteks ilmiah, upaya untuk mencapai realitas aktual yang objektif telah menjadi pilar metodologi. Sains berupaya menyaring bias subjektif melalui observasi sistematis, eksperimentasi terkontrol, dan verifikasi intersubjektif<sup>186</sup>. Namun, meskipun metodologi ilmiah bertujuan untuk mengungkap "fakta" yang independen dari pengamat, sejarah sains menunjukkan bahwa "fakta" ilmiah pun tidak sepenuhnya statis. Paradigma ilmiah, sebagaimana dijelaskan oleh Thomas Kuhn, adalah kerangka teori dan asumsi yang membentuk cara ilmuwan melihat dunia, dan perubahan paradigma dapat mengubah apa yang dianggap sebagai fakta esensial<sup>187</sup>. Teori-teori sains adalah model interpretatif yang membantu kita memahami fenomena, bukan cerminan sempurna dari realitas itu sendiri<sup>188</sup>. Oleh karena itu, bahkan fakta-fakta keras dalam sains dapat dilihat sebagai interpretasi terbaik kita saat ini, yang terus-menerus disempurnakan atau bahkan digantikan seiring dengan kemajuan pengetahuan.

Merenungkan lebih dalam, distingsi Immanuel Kant antara *noumena* (benda-dalam-dirinya) dan *phenomena* (benda-bagi-kita) memberikan perspektif filosofis yang tajam mengenai batas antara fakta murni dan interpretasi<sup>189</sup>. Kant berpendapat bahwa kita tidak pernah dapat mengakses realitas dalam bentuknya

yang murni (*noumena*), melainkan hanya melalui filter kategori pemahaman dan bentuk intuisi kita (*phenomena*). Dengan demikian, realitas aktual yang kita alami adalah selalu "fenomenal," sebuah representasi yang dibentuk oleh struktur bawaan pikiran kita<sup>190</sup>. Dari perspektif ini, pernyataan "realitas aktual adalah fakta" menjadi problematis, karena fakta pun selalu tiba kepada kita melalui medium interpretasi. Bahkan dalam Al-Qur'an, seringkali ditekankan bahwa banyak tanda-tanda kebesaran Tuhan yang tersebar di alam semesta, namun hanya bagi mereka yang mau merenung dan menggunakan akalnyasajalah tanda-tanda ini menjadi "fakta" yang mengarah pada pemahaman yang lebih dalam<sup>191</sup>. Ini menggarisbawahi bahwa potensi fakta untuk menjadi bermakna sangat bergantung pada kesiapan interpretatif subjek. Begitu pula dalam Hadis, salah satu pesan Nabi Muhammad SAW mengingatkan bahwa manusia seringkali terbatas dalam pengetahuannya tentang hal-hal gaib, dan bahwa realitas sejati banyak yang berada di luar jangkauan persepsi dan akal manusia saat ini<sup>192</sup>.

Realitas aktual bukanlah entitas monolitik yang terdiri dari fakta-fakta murni yang dapat diakses secara langsung dan objektif. Sebaliknya, ia adalah hasil dari jalinan kompleks antara fenomena objektif, persepsi sensorik, konstruksi kognitif, interaksi sosial, kerangka budaya, dan interpretasi linguistik. Apa yang kita sebut "fakta" dalam realitas aktual seringkali merupakan interpretasi yang telah disepakati, diverifikasi, atau dibentuk oleh kerangka pemahaman kita. Pengakuan ini penting karena ia mendorong kita

untuk lebih kritis terhadap asumsi kita tentang kebenaran, lebih empatik terhadap perbedaan perspektif, dan lebih sadar akan sifat dinamis dari pengetahuan kita tentang dunia. Realitas aktual, dengan demikian, adalah medan yang kaya di mana objektivitas dan subjektivitas saling berdialog, membentuk kain pengalaman kita yang terus-menerus teranyam.

### **Maya dalam Tradisi Vedanta: Dunia Sebagai Ilusi**

Dalam tradisi filsafat India, khususnya dalam aliran Vedanta, konsep *Maya* merupakan salah satu pilar pemikiran yang paling fundamental namun sekaligus paling misterius dan sering disalahpahami. Entitas yang misterius ini seringkali disalahartikan sebagai ilusi belaka atau fantasi subyektif, padahal dalam konteks Vedanta, *Maya* merujuk pada kekuatan kosmis yang menutupi realitas absolut (Brahman) dan memproyeksikan alam semesta fenomenal yang tampak beragam dan nyata, konsep *Maya*, menelusuri akar etimologisnya, menganalisis perannya dalam pembentukan realitas empiris, serta membahas implikasi filosofisnya yang mendalam dalam pencarian akan kebenaran tertinggi dalam Vedanta, terutama Advaita Vedanta<sup>193</sup>.

Secara etimologis, istilah "Maya" berasal dari akar kata Sanskerta 'ma' yang berarti "untuk mengukur," "untuk membentuk," atau "untuk membangun." Namun, seiring waktu, maknanya berkembang menjadi "kekuatan ajaib," "tipuan," atau "ilusi." Dalam konteks filosofis Vedanta, penting untuk membedakan *Maya* dari sekadar khayalan atau

halusinasi. *Maya* bukan berarti bahwa dunia tidak ada sama sekali, melainkan bahwa dunia tidak memiliki realitas absolut atau keberadaan mandiri di luar Brahman. Dunia yang kita alami adalah manifestasi dari *Maya*, yang sifatnya sementara dan bergantung pada realitas yang lebih tinggi, serupa dengan fatamorgana di gurun yang tampak nyata namun sebenarnya tidak substansial<sup>194</sup>.

Puncak pemahaman *Maya* ditemukan dalam Advaita Vedanta, yang dipromosikan oleh Adi Shankara. Dalam aliran ini, *Maya* adalah kekuatan yang tidak dapat didefinisikan (*anirvachaniya*) yang menyebabkan munculnya dunia dan individu (*Jiva*) dari Brahman, satu-satunya realitas absolut. Brahman adalah satu-satunya realitas absolut, tak berubah, tak terbagi, dan tanpa sifat. Namun, melalui *Maya*, Brahman seolah-olah tampak sebagai alam semesta yang beragam dengan objek-objek diskrit, ruang, waktu, dan kausalitas. *Maya* seringkali disebut sebagai kekuatan Tuhan (*Ishvara-shakti*) yang tak terbatas, yang dengannya Tuhan menciptakan, memelihara, dan menghancurkan alam semesta ini. Dalam perspektif ini, *Maya* adalah sesuatu yang 'tidak dapat digambarkan' karena ia bukan realitas absolut (seperti Brahman) dan juga bukan non-eksisten (seperti tanduk kelinci)<sup>195</sup>. Sifatnya yang ambigu ini menegaskan bahwa ia bukan ilusi subyektif, melainkan sebuah kekuatan obyektif yang mempengaruhi persepsi kita tentang realitas.

Fungsionalitas *Maya* dapat dipahami melalui dua kekuatan utamanya: *Avarana Shakti* (kekuatan menutupi atau menyembunyikan) dan *Vikshepa Shakti* (kekuatan memproyeksikan

atau menciptakan). *Avarana Shakti* adalah kekuatan *Maya* yang menyembunyikan sifat sejati Brahman dari kesadaran individu, menciptakan kesan bahwa Brahman tidak dapat diakses atau bahkan tidak ada. Ini adalah selubung ketidaktahuan (*avidya*) yang menutupi kebenaran mendasar. Sementara itu, *Vikshepa Shakti* adalah kekuatan *Maya* yang memproyeksikan alam semesta yang beragam dan kompleks di atas Brahman yang tak berwujud. Ini adalah kekuatan yang menciptakan nama dan bentuk (*nama-rupa*) yang kita persepsikan sebagai dunia nyata. Melalui kombinasi kedua kekuatan ini, *Maya* berhasil menyembunyikan realitas tunggal (Brahman) dan memproyeksikan keberadaan alam semesta yang ilusi namun tampak nyata<sup>196</sup>.

Penting untuk memahami bahwa konsep 'dunia sebagai ilusi' tidak berarti negasi total terhadap keberadaan dunia empiris. Advaita Vedanta membedakan antara tiga tingkat realitas: *Paramarthika Satya* (kebenaran absolut), *Vyavaharika Satya* (kebenaran empiris atau transaksional), dan *Pratibhasika Satya* (kebenaran ilusi atau subyektif). Dunia memiliki realitas *Vyavaharika Satya*, yang berarti ia nyata dan berfungsi dalam ranah pengalaman sehari-hari kita; kita makan, bekerja, dan berinteraksi dengannya. Namun, ia tidak memiliki *Paramarthika Satya*, realitas absolut yang merupakan milik Brahman semata<sup>197</sup>. Memahami sifat ilusi dari *Maya* adalah langkah krusial dalam perjalanan spiritual menuju pembebasan (*Moksha*). Ketika seorang individu merealisasikan bahwa dunia dan ego individu (*Jiva*) adalah produk *Maya* dan bukan realitas yang absolut, ia dapat melampaui ikatan duniawi dan mencapai kesadaran akan identitasnya yang

sejati dengan Brahman, atau *moksha*<sup>198</sup>. Meskipun Advaita menonjolkan aspek ilusi dari *Maya* dengan sangat tegas, tidak semua aliran Vedanta menafsirkan *Maya* dengan cara yang sama. Misalnya, bagi Ramanuja dalam Vishishtadvaita, *Maya* dipandang sebagai *prakriti* (materi) atau *shakti* (kekuatan) Tuhan yang nyata dan tunduk pada Tuhan, bukan sebagai ilusi. Dunia yang diciptakan oleh Tuhan melalui *Maya* adalah nyata dan merupakan bagian dari tubuh Tuhan, bukan sekadar penampakan ilusi. Demikian pula, dalam Dvaita Vedanta, konsep *Maya* lebih dekat dengan kekuatan penciptaan Tuhan yang nyata dan memisahkan, bukan menutupi realitas.

Namun, terlepas dari nuansa interpretasi, konsep *Maya* tetap sentral dalam memahami mengapa alam semesta yang tampaknya tidak terbatas ini ada, dan bagaimana individu dapat mencapai pembebasan dari siklus kelahiran dan kematian<sup>199</sup>. Pada akhirnya, *Maya* dalam Vedanta, khususnya Advaita, adalah sebuah konsep fundamental yang menjelaskan mengapa realitas absolut yang tunggal tampak sebagai alam semesta yang beragam. Ia adalah selubung kosmis yang menutupi kebenaran tertinggi dan memproyeksikan keberadaan yang relatif. Pemahaman mendalam tentang *Maya* bukan hanya latihan intelektual, melainkan juga merupakan fondasi bagi praktik spiritual yang bertujuan untuk menembus selubung ilusi ini dan merealisasikan sifat sejati diri sebagai Brahman, yang tak terbatas dan abadi. Ini adalah langkah esensial dalam perjalanan menuju pembebasan dari samsara, menuju realitas yang tak terbagi dan tak terbatas<sup>200</sup>.

## **Refleksi dari Maya atau Citra Transenden?**

Sejak zaman purba, fenomena mimpi telah memukau dan membingungkan umat manusia, memicu perdebatan epistemologis dan ontologis tentang esensi serta fungsinya. Apakah mimpi hanyalah resonansi acak dari aktivitas saraf otak, cerminan bawah sadar dari realitas sehari-hari yang bersifat 'maya' atau ilusi duniawi, atautkah ia merupakan saluran untuk mengakses 'citra transenden', sebuah gerbang menuju dimensi kesadaran yang lebih tinggi, pesan ilahi, atau kebenaran universal? Pertanyaan mendasar ini telah menjadi titik persimpangan bagi disiplin ilmu psikologi, neurologi, filsafat, dan teologi, masing-masing menawarkan perspektif unik yang, meski berbeda, kadang kala juga saling melengkapi dalam upaya memahami kompleksitas alam mimpi.

Dari perspektif ilmiah modern, khususnya dalam bidang psikologi dan neurobiologi, mimpi seringkali dipahami sebagai produk dari aktivitas otak selama fase tidur. Sigmund Freud, dalam karyanya yang monumental *The Interpretation of Dreams*, mengemukakan bahwa mimpi adalah "via regia" atau jalan kerajaan menuju alam bawah sadar, manifestasi simbolis dari keinginan-keinginan yang terpendam, konflik internal, atau trauma yang belum terselesaikan<sup>201</sup>. Mimpi, menurut Freud, adalah upaya pikiran untuk memenuhi keinginan-keinginan yang tidak dapat dipenuhi dalam kenyataan terjaga, seringkali dalam bentuk terselubung untuk menghindari kecemasan. Sementara itu, Carl Jung, di sisi lain, memperluas konsep ini dengan gagasan alam bawah sadar kolektif dan arketipe universal pola-pola primordial

dan gambaran-gambaran simbolis yang diwarisi dari pengalaman kolektif umat manusia<sup>202</sup>. Meskipun arketipe ini bisa dianggap memiliki kualitas transenden karena sifat universalnya, Jung tetap menempatkannya dalam kerangka psikologi manusia, mencerminkan struktur mendalam dari jiwa. Dari sudut pandang neurobiologis, mimpi sebagian besar terjadi selama fase tidur REM (Rapid Eye Movement), di mana aktivitas otak menyerupai keadaan terjaga, dengan peningkatan aliran darah ke area-area yang terlibat dalam emosi, memori, dan pemecahan masalah<sup>203</sup>. Penelitian modern menunjukkan bahwa mimpi berperan penting dalam konsolidasi memori, regulasi emosi, pemrosesan informasi yang baru diterima, dan bahkan mungkin dalam pemecahan masalah kreatif, menjadikannya sebuah fungsi vital dari otak yang berinteraksi langsung dengan pengalaman 'maya' dunia nyata<sup>204, 205</sup>.

Namun, narasi di atas tidak sepenuhnya menangkap dimensi lain dari mimpi yang telah diyakini oleh berbagai peradaban dan tradisi, yaitu dimensi transenden. Dalam filsafat Barat, Plato mengibaratkan realitas duniawi sebagai bayangan di gua, mengisyaratkan adanya dunia ide (Forms) yang lebih tinggi yang mungkin dapat diakses melalui pengalaman non-inderawi, termasuk mimpi, yang dapat menjadi semacam portal ke kebenaran ontologis yang lebih dalam<sup>206</sup>. Dalam tradisi spiritual dan keagamaan, mimpi seringkali dipandang sebagai saluran komunikasi antara manusia dan entitas ilahi atau alam spiritual. Islam secara khusus menyoroti pentingnya mimpi sebagai salah satu saluran komunikasi ilahi. Al-Qur'an secara eksplisit menyebutkan

beberapa kisah mimpi, seperti mimpi Nabi Yusuf AS yang meramalkan peristiwa besar, dan mimpi Nabi Ibrahim AS yang diperintahkan untuk menyembelih putranya<sup>207</sup>. Hadis Nabi Muhammad SAW juga membedakan antara 'ru'ya shadiqah' (mimpi yang benar) yang merupakan bagian dari kenabian (salah satu bagian dari 46 bagian kenabian), dan 'adghath ahlam' (mimpi campur aduk) yang berasal dari setan atau pikiran sendiri<sup>208, 209</sup>. Imam al-Ghazali, seorang pemikir Islam terkemuka, misalnya, membahas mimpi sebagai bentuk wahyu minor atau inspirasi yang dapat memberikan pencerahan spiritual dan pengetahuan tentang hal-hal yang tidak dapat diakses oleh indera biasa<sup>210</sup>. Dalam konteks ini, mimpi bukan hanya refleksi internal, melainkan sebuah citra yang dikirim dari alam transenden, membawa pesan, peringatan, atau petunjuk profetik.

Pertanyaan krusial kemudian muncul: apakah kedua perspektif ini saling meniadakan atau justru saling melengkapi? Mungkin, alam bawah sadar (maya) adalah medium di mana citra transenden diukir, sebuah dialektika yang kompleks antara pengalaman individu dan koneksi universal. Dalam pengertian ini, otak mungkin bertindak sebagai penerima dan penerjemah sinyal-sinyal yang berasal dari luar kesadaran biasa, baik itu dari alam bawah sadar kolektif (Jung) maupun dari sumber-sumber transenden yang lebih tinggi (agama). Ambang batas antara "maya" dan "transenden" menjadi kabur, seperti ketika seseorang mengalami mimpi jernih (lucid dreaming) di mana individu sadar bahwa mereka sedang bermimpi dan dapat memanipulasi lingkungan mimpi. Pengalaman

ini menunjukkan potensi kesadaran untuk melampaui batasan fisik dan psikologis, bahkan mungkin membuka pintu ke pengalaman yang secara subjektif terasa transenden<sup>211</sup>. Fenomena ini mengisyaratkan bahwa kemampuan otak untuk memproduksi realitas internal dapat menjadi jembatan menuju pengalaman-pengalaman yang melampaui data inderawi, menunjukkan bahwa refleksi dari 'maya' dapat menjadi wahana bagi manifestasi 'citra transenden'.

Pada akhirnya, dunia mimpi tetap menjadi salah satu misteri terbesar eksistensi manusia, sebuah lanskap yang kaya akan simbol, makna, dan potensi. Baik sebagai cerminan diri yang paling dalam, wadah keinginan terpendam, pemroses informasi harian, maupun sebagai bisikan dari alam tak terbatas atau pesan ilahi, mimpi mengundang kita untuk terus merenung dan menyingkap tabir realitas. Dengan memadukan wawasan dari ilmu pengetahuan modern dan tradisi spiritual kuno, kita dapat memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif tentang peran mimpi dalam kehidupan manusia, tidak hanya sebagai fenomena psikologis, tetapi juga sebagai aspek integral dari pengalaman spiritual dan ontologis kita di alam semesta. Memahami mimpi adalah memahami sebagian dari diri kita sendiri, dan mungkin, sebagian dari realitas yang lebih luas.

### **Platonisme dan Dunia Ide Apakah Mimpi Mengaksesnya?**

Sejak zaman kuno, umat manusia telah terpesona oleh dualitas realitas: dunia yang kita indra dan dunia batin yang misterius,

terutama saat kita bermimpi. Dalam kancah pemikiran filosofis, pertanyaan tentang sifat realitas dan bagaimana kesadaran kita berinteraksi dengannya telah menjadi pilar utama penyelidikan. Salah satu teori yang paling berpengaruh dan mendalam dalam sejarah filsafat Barat adalah Platonisme, dengan intinya adalah doktrin Dunia Ide atau Bentuk. Konsep ini mengajukan keberadaan alam transenden yang merupakan sumber bagi segala sesuatu yang nyata dan sempurna. Bersamaan dengan itu, fenomena mimpi, suatu keadaan kesadaran yang terpisah dari realitas fisik yang rigid, seringkali memicu spekulasi tentang potensi aksesnya ke dimensi-dimensi yang lebih tinggi atau tersembunyi.

Inti dari metafisika Platon adalah pembedaan radikal antara dua alam realitas: dunia indra (dunia fenomena, tempat kita hidup) dan Dunia Ide (alam noumenal). Dunia indra adalah dunia materi yang kita alami sehari-hari segala sesuatu di dalamnya bersifat fana, tidak sempurna, selalu berubah, dan hanya merupakan tiruan atau bayangan dari realitas yang lebih tinggi<sup>212</sup>. Sebaliknya, Dunia Ide adalah alam yang kekal, tidak berubah, sempurna, universal, dan merupakan sumber bagi semua kebenaran, keindahan, dan kebaikan. Di alam ini, terdapat Ide-Ide murni seperti Ide Kucing, Ide Keindahan, Ide Keadilan, atau Ide Kebulatan Sempurna, yang menjadi cetak biru atau esensi bagi segala sesuatu yang ada di dunia indra. Sebagai contoh, semua kursi yang kita lihat di dunia fisik adalah kursi karena mereka "berpartisipasi" dalam Ide Kursi yang sempurna di Dunia Ide<sup>213</sup>. Akses ke Dunia Ide tidak dapat dicapai melalui indra fisik, melainkan melalui akal murni atau intelek

(nous)<sup>214</sup>. Plato percaya bahwa jiwa manusia, sebelum inkarnasinya ke dalam tubuh, pernah berdiam di Dunia Ide dan secara langsung menyaksikan Bentuk-Bentuk tersebut. Oleh karena itu, pengetahuan sejati bukanlah penemuan baru, melainkan proses "anamnesis" atau pengingatan kembali (recollection) terhadap apa yang telah diketahui jiwa di masa lalu<sup>215</sup>. Metafora Gua yang terkenal dari karyanya *Republik* menggambarkan kondisi manusia yang terbelenggu di dunia indra, hanya melihat bayangan di dinding gua, tanpa menyadari realitas sejati di luar yang dapat diakses melalui pembebasan akal. Dengan demikian, bagi Plato, jalur menuju kebenaran dan pemahaman sejati adalah melalui penalaran filosofis yang ketat dan disiplin intelektual, yang membebaskan jiwa dari keterikatan pada ilusi dunia material.

Mimpi adalah fenomena universal yang dialami oleh semua manusia, ditandai oleh narasi visual, auditori, atau sensori lainnya yang terbentuk saat tidur<sup>216</sup>. Dari sudut pandang neurobiologis, mimpi melibatkan aktivitas otak yang kompleks, terutama di korteks prefrontal dan sistem limbik, yang bertanggung jawab atas emosi dan memori<sup>217</sup>. Namun, di luar penjelasan fisiologis, hakikat, makna, dan fungsi mimpi telah menjadi subjek spekulasi filosofis dan psikologis yang ekstensif selama berabad-abad.

Dalam tradisi kuno, mimpi seringkali dipandang sebagai pesan dari dewa, tanda-tanda ilahi, atau saluran untuk melihat masa depan<sup>218</sup>. Dalam konteks filsafat Yunani sendiri, Plato, meskipun tidak secara ekstensif menganalisis mimpi, cenderung memandang mimpi sebagai manifestasi jiwa yang dibebaskan (atau setidaknya

kurang terbebani) oleh kekhawatiran dan kewajiban dunia fana, namun seringkali masih dipengaruhi oleh hasrat-hasrat irasional dan kebutuhan tubuh<sup>219</sup>. Ia membedakan antara mimpi yang "baik" yang muncul dari pikiran yang tenang dan rasional, dan mimpi yang "buruk" yang berasal dari nafsu dan keinginan tersembunyi. Namun, Plato tidak pernah secara eksplisit mengindikasikan bahwa mimpi adalah jalan menuju pengetahuan sejati atau akses langsung ke Dunia Ide. Baginya, jalan menuju kebenaran selalu melalui akal murni dan dialektika, bukan melalui pengalaman bawah sadar yang seringkali kacau dan bersifat simbolis.

Dalam psikologi modern, seperti analisis Sigmund Freud, mimpi dianggap sebagai "jalan kerajaan menuju alam bawah sadar" (royal road to the unconscious), di mana keinginan-keinginan terpendam dan konflik internal dimanifestasikan dalam bentuk simbolis<sup>220</sup>. Carl Jung, di sisi lain, mengemukakan konsep "ketidaksadaran kolektif" yang berisi arketipe universal yang muncul dalam mimpi, menunjukkan adanya pola-pola universal dalam pengalaman manusia<sup>221</sup>. Meskipun interpretasi modern ini memberikan wawasan tentang fungsi psikologis mimpi, mereka umumnya mengakar pada fenomena intra-psikis atau pengalaman individu, tanpa menghubungkannya secara langsung dengan alam transenden seperti Dunia Ide Platonis.

Pertanyaan apakah mimpi dapat mengakses Dunia Ide Platonis adalah sebuah spekulasi filosofis yang menarik, namun jawabannya cenderung kompleks dan nuansa. Jika kita mempertimbangkan

dasar-dasar Platonisme, ada beberapa argumen yang membuat koneksi ini kurang mungkin:

1. Akses Melalui Akal Murni: Plato dengan tegas menekankan bahwa Dunia Ide hanya dapat diakses melalui akal (*nous*) dan penalaran yang ketat. Mimpi, di sisi lain, seringkali dicirikan oleh irasionalitas, fragmentasi, dan dominasi emosi atau impuls bawah sadar. Kondisi kognitif selama bermimpi jauh dari keadaan akal murni yang diperlukan untuk memahami Bentuk-Bentuk yang sempurna dan abstrak.
2. Sifat Simbolis vs. Esensial: Mimpi berbicara dalam bahasa simbol, metafora, dan narasi yang seringkali terdistorsi<sup>222</sup>. Ide-ide Platonis, sebaliknya, adalah esensi murni, tidak tersymbolisasi, dan dipahami secara langsung oleh intelek. Perbedaan mendasar dalam cara informasi diproses dan disajikan membuat mimpi tampaknya bukan saluran yang tepat untuk mengakses realitas esensial tersebut.
3. Anamnesis dan Pengingatan Kembali: Meskipun anamnesis adalah inti dari epistemologi Platonis, di mana jiwa mengingat pengetahuan yang telah diperolehnya dari Dunia Ide, Plato tidak pernah secara eksplisit menyebut mimpi sebagai mekanisme untuk proses ini. Pengingatan kembali ini digambarkan sebagai proses intelektual yang membutuhkan kerja keras dan disiplin filosofis, bukan pengalaman pasif dalam tidur. Jika mimpi adalah bentuk anamnesis, mereka akan menampilkan pengetahuan yang koheren dan rasional, bukan narasi yang seringkali absurd atau terfragmentasi.

Namun, beberapa penafsir mungkin mencoba mencari celah untuk koneksi ini. Jika jiwa dalam mimpi memang "kurang terbebani" oleh tubuh dan indra, seperti yang terkadang diindikasikan Plato, mungkinkah ada momen-momen langka di mana mimpi yang sangat jernih atau transformatif (seperti "lucid dreams" atau mimpi kenabian dalam tradisi lain) dapat memberikan sekilas pandang atau resonansi dari alam yang lebih tinggi? Meskipun demikian, bahkan dalam kasus-kasus ini, pengalaman mimpi tetap bersifat subjektif dan terpersonalisasi, berbeda dengan sifat universal dan objektif dari Ide-Ide Platonis. Jika ada koneksi, itu mungkin lebih bersifat bias atau refleksi yang sangat kabur, daripada akses langsung dan murni.

Menarik untuk membandingkan pandangan Platonis tentang mimpi dengan tradisi lain, terutama tradisi agama monoteistik seperti Islam, yang memberikan posisi signifikan pada mimpi sebagai sarana komunikasi ilahi. Dalam Islam, mimpi dibagi menjadi beberapa jenis: *ru'ya shadiqah* (mimpi yang benar atau mimpi kenabian), *adghath ahlam* (mimpi yang membingungkan atau dari bisikan setan), dan mimpi yang berasal dari pikiran atau keinginan pribadi<sup>223</sup>. Mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*) dianggap sebagai bagian dari kenabian dan bisa menjadi wahyu atau petunjuk dari Allah, sebagaimana banyak kisah mimpi para Nabi seperti Yusuf dan Ibrahim yang disebutkan dalam Al-Qur'an<sup>224</sup>. Hadis Nabi Muhammad SAW juga mengemukakan bahwa "mimpi yang benar adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian"<sup>225</sup>. Meskipun mimpi yang benar dalam Islam menunjukkan akses ke realitas

transenden (wahyu ilahi), mekanisme dan sifatnya berbeda dengan akses ke Dunia Ide Platonis. Dalam Islam, mimpi yang benar adalah karunia ilahi, bukan hasil dari anamnesis jiwa atau penalaran rasional manusia. Mimpi-mimpi ini juga seringkali bersifat simbolis dan membutuhkan interpretasi, berbeda dengan pemahaman langsung Ide-Ide Platonis oleh akal. Dengan demikian, meskipun kedua tradisi mengakui potensi mimpi sebagai "jendela" menuju sesuatu yang lebih besar dari realitas fisik, landasan metafisika dan epistemologi di balik itu sangat berbeda.

Analisis mendalam terhadap Platonisme dan sifat mimpi menunjukkan bahwa gagasan bahwa mimpi dapat secara langsung atau efektif mengakses Dunia Ide Platonis sangatlah problematis. Plato sendiri, dengan penekanannya pada akal murni dan penalaran sebagai satu-satunya jalan menuju Ide-Ide, akan cenderung menolak klaim ini. Mimpi, dengan sifatnya yang seringkali irasional, simbolis, dan terikat pada kondisi psikologis dan fisiologis, jauh dari kriteria untuk mencapai pemahaman murni dan langsung tentang esensi universal. Meskipun jiwa mungkin secara inheren memiliki kapasitas untuk "mengingat" Ide-Ide, proses anamnesis yang digambarkan Plato adalah upaya intelektual yang disengaja, bukan pengalaman pasif dalam tidur.

Namun, daya tarik untuk melihat mimpi sebagai portal spiritual atau metafisik tetap kuat dalam berbagai tradisi dan pemikiran kontemplatif. Fenomena mimpi secara inheren menantang batas-batas kesadaran dan realitas yang kita kenal, mengundang pertanyaan tentang dimensi keberadaan yang tidak terjangkau oleh

indra. Meskipun demikian, untuk tetap setia pada kerangka filosofis Plato, kita harus mengakui bahwa jalan menuju kebenaran sejati dan pemahaman tentang Dunia Ide adalah melalui disiplin akal dan penalaran, yang membebaskan kita dari ilusi, dan bukan melalui alam mimpi yang seringkali bersifat membingungkan. Pemisahan ini tidak mengurangi misteri mimpi, tetapi menegaskan kekhasan metode epistemologis yang diusung oleh Platonisme.

## **Mimpi dan Paradoks Eksistensial Manusia**

### **Eksistensialisme dan Makna Keberadaan**

Eksistensialisme adalah mazhab pemikiran filosofis yang menempatkan eksistensi individu sebagai titik awal. Premis utamanya adalah "eksistensi mendahului esensi"<sup>226</sup>, sebuah gagasan yang dipopulerkan oleh Jean-Paul Sartre. Ini berarti bahwa manusia dilahirkan tanpa tujuan atau esensi yang telah ditentukan sebelumnya; sebaliknya, kitalah yang menciptakan esensi dan makna hidup kita sendiri melalui pilihan dan tindakan. Kebebasan radikal ini, meskipun memberdayakan, juga membebankan tanggung jawab yang sangat besar, memicu sebuah kondisi yang dikenal sebagai *Angst* atau kecemasan eksistensial<sup>227</sup>. Søren Kierkegaard, salah satu pionir pemikiran ini, telah lama menyoroti kecemasan yang muncul dari kebebasan memilih dan menghadapi ketiadaan<sup>228</sup>.

Dalam pandangan eksistensialis, alam semesta itu sendiri seringkali dianggap tidak memiliki makna intrinsik atau tujuan ilahi yang melekat. Albert Camus, dengan konsep "absurditas"-nya,

menggambarkan ketidaksesuaian antara keinginan manusia untuk makna dan keheningan alam semesta yang tidak peduli<sup>229</sup>. Di tengah absurditas ini, manusia dihadapkan pada tugas berat untuk menciptakan makna mereka sendiri, sebuah proses yang tidak didasarkan pada norma eksternal atau otoritas transenden, melainkan pada keaslian pribadi dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Rollo May, seorang psikolog eksistensial terkemuka, menekankan bahwa kemampuan manusia untuk memilih dan bertanggung jawab atas pilihannya adalah inti dari keberadaan<sup>230</sup>. Pencarian makna ini bukan sekadar upaya intelektual, tetapi pergulatan jiwa yang mendalam, sebuah proses berkelanjutan yang membentuk identitas dan arah hidup.

**a. Mimpi sebagai Manifestasi Alam Bawah Sadar dan Simbol Eksistensial**

Mimpi, sebagai fenomena psikologis yang kompleks, seringkali menjadi cerminan dari pergulatan internal dan alam bawah sadar manusia. Meskipun teori psikoanalisis klasik seperti yang diusung oleh Sigmund Freud melihat mimpi sebagai pemenuhan keinginan tersembunyi<sup>231</sup>, dan Carl Jung menginterpretasikannya sebagai manifestasi simbolik dari kolektif bawah sadar yang universal<sup>232</sup>, dari perspektif eksistensial, mimpi dapat dipandang sebagai arena di mana kecemasan, kebebasan, dan pencarian makna dieksplorasi secara simbolis. Mimpi seringkali menghadirkan skenario-skenario yang absurd, menakutkan, atau membebaskan, yang secara langsung merefleksikan beragam paradoks eksistensial yang dihadapi manusia dalam keadaan sadar.

Dalam beberapa tradisi spiritual, termasuk Islam, mimpi sering dipandang sebagai wahyu atau isyarat Illahi<sup>233</sup>. Surah Yusuf dalam Al-Quran secara eksplisit menggambarkan peran mimpi dalam kenabian dan pemahaman takdir<sup>234</sup>, sementara Hadis Nabi Muhammad SAW juga mencatat pentingnya mimpi yang benar sebagai bagian dari kenabian<sup>235</sup>. Namun, dari perspektif eksistensial, walaupun tidak menafikan dimensi spiritual, mimpi dapat dilihat sebagai refleksi mendalam dari kondisi manusia itu sendiri, sebuah ruang di mana kesadaran dan ketidaksadaran berinteraksi untuk mengungkapkan kebenaran eksistensial yang tersembunyi. Mimpi dapat menjadi medium bagi individu untuk menghadapi kebenaran pahit mengenai kebebasan yang membebani, isolasi yang tak terhindarkan, atau kematian yang tak terelakkan, yang seringkali dihindari dalam kehidupan sadar.

#### **b. Paradoks Eksistensial dalam Narasi Mimpi**

Alam mimpi adalah panggung di mana paradoks-paradoks eksistensial terungkap dalam narasi yang seringkali samar. Salah satu paradoks sentral adalah kebebasan vs. determinisme. Dalam mimpi, kita seringkali merasa terperangkap dalam skenario yang di luar kendali kita, seolah-olah dipaksa oleh kekuatan tak terlihat, meskipun di alam sadar kita adalah agen bebas yang bertanggung jawab atas pilihan kita. Kontras ini menyoroti ketegangan antara persepsi subjektif kita tentang ketiadaan kendali dalam mimpi dan tuntutan objektif eksistensialisme untuk bertanggung jawab penuh atas keberadaan kita<sup>236</sup>. Paradoks lain adalah makna vs. ketiadaan makna. Mimpi dapat terasa sangat signifikan, sarat dengan simbol

dan pesan, namun interpretasinya seringkali ambigu atau bahkan nonsens. Ini merefleksikan pergulatan manusia dalam mencari makna dalam alam semesta yang acuh tak acuh. Apakah pesan dalam mimpi itu "nyata" atau hanya konstruksi pikiran kita sendiri? Pertanyaan ini mencerminkan dilema eksistensial tentang apakah makna itu ditemukan atau diciptakan<sup>237</sup>.

Lebih jauh, mimpi juga mengungkap paradoks keaslian (authenticity) vs. keterpakuan (bad faith). Dalam mimpi, kita mungkin menemukan diri kita bertindak dengan cara yang sangat berbeda dari persona yang kita tampilkan di kehidupan nyata, mengungkapkan keinginan dan ketakutan tersembunyi yang kita tolak dalam keadaan sadar. Ini adalah manifestasi dari "keterpakuan" (bad faith), di mana seseorang menipu dirinya sendiri tentang kebebasannya dan tanggung jawabnya<sup>238</sup>. Mimpi dapat menjadi panggilan untuk menghadapi diri sejati yang seringkali kita sembunyikan, sebuah ajakan untuk hidup lebih autentik.

Terakhir, ada paradoks kesendirian (solitude) vs. koneksi. Mimpi adalah pengalaman yang sangat pribadi dan internal, namun seringkali melibatkan orang lain, baik yang dikenal maupun tidak. Ini mencerminkan isolasi eksistensial yang mendalam bahwa pada akhirnya kita lahir dan mati sendirian namun secara bersamaan juga kebutuhan manusia yang tak terpadamkan akan koneksi dan hubungan<sup>239</sup>. Mimpi-mimpi yang melibatkan kematian atau kehilangan juga memaksa kita untuk menghadapi paradoks kehidupan vs. kematian, sebuah realitas tak terhindarkan

yang seringkali dihindari dalam percakapan sadar, namun muncul kuat dalam alam bawah sadar kita.

### **c. Pencarian Makna Melalui Refleksi Mimpi Eksistensial**

Meskipun mimpi seringkali membingungkan, refleksi terhadap narasi dan simbol-simbolnya dapat menjadi alat yang kuat dalam pencarian makna eksistensial. Bukan untuk menemukan jawaban mutlak, melainkan untuk memperdalam pertanyaan dan memperluas kesadaran diri. Dengan merenungkan bagaimana mimpi kita mengungkap kecemasan kita tentang kebebasan, tanggung jawab, kematian, dan isolasi, kita dapat mulai memahami lebih dalam kondisi keberadaan kita sendiri. Irvin D. Yalom, seorang psikoterapis eksistensial, berpendapat bahwa menghadapi kekhawatiran mendasar ini adalah kunci untuk pertumbuhan psikologis<sup>240</sup>.

Mimpi dapat berfungsi sebagai katalisator untuk introspeksi, mendorong kita untuk menghadapi aspek-aspek diri yang terpendam dan paradoks yang melekat dalam keberadaan. Dengan berani menafsirkan mimpi bukan sebagai ramalan, melainkan sebagai cerminan pergulatan batin, kita mengambil tanggung jawab atas pengalaman subjektif kita dan memanfaatkan kebebasan kita untuk menciptakan makna dari kekacauan. Proses ini memungkinkan individu untuk tidak hanya mengakui absurditas, tetapi juga untuk melampauinya melalui tindakan dan pilihan yang bermakna, membentuk esensi diri mereka di tengah gelombang paradoks eksistensial. Mimpi adalah sebuah narasi eksistensial yang tak terucap, sebuah teater bawah sadar di mana drama kebebasan,

tanggung jawab, dan pencarian makna terungkap. Melalui lensa eksistensialisme, kita dapat melihat bahwa mimpi bukan hanya serangkaian gambar yang acak, melainkan manifestasi simbolis dari paradoks fundamental yang mendefinisikan kondisi manusia. Dari ketidakpastian kebebasan hingga beban tanggung jawab, dari pencarian makna dalam kekosongan hingga penerimaan kematian yang tak terhindarkan, mimpi menawarkan jendela unik ke dalam perjuangan eksistensial kita. Dengan merangkul dan merefleksikan alam mimpi secara kontemplatif, manusia dapat memperdalam pemahaman mereka tentang diri sendiri dan keberadaan, terus-menerus membentuk makna mereka di tengah misteri yang tak berkesudahan dari kehidupan.

### **Jean-Paul Sartre Antara Mimpi dan Kebebasan Kesadaran**

Inti dari filsafat Sartre adalah pembedaan fundamental antara *en-soi* (yang-pada-dirinya) dan *pour-soi* (yang-bagi-dirinya). *En-soi* merepresentasikan keberadaan faktual, objek yang pasif, statis, dan sepenuhnya padat. Sebaliknya, *pour-soi* adalah kesadaran itu sendiri, yang bersifat transenden, aktif, dan, yang terpenting, merupakan "ketiadaan" (*néant*)<sup>241</sup>. Kesadaran bukanlah substansi yang padat melainkan sebuah "lubang" atau "jarak" dalam Being, yang memungkinkan kita untuk selalu melampaui diri kita sendiri. Ketiadaan ini memberinya kebebasan mutlak dari determinisme apa pun. Bagi Sartre, manusia "dikutuk untuk bebas" sebuah pernyataan yang menyoroti tanpa adanya esensi yang telah ditetapkan sebelum eksistensi<sup>242</sup>. Oleh karena itu, kita sepenuhnya

bertanggung jawab atas setiap pilihan dan tindakan kita, membangun "esensi" kita melalui serangkaian keputusan yang terus-menerus. Kebebasan ini, betapapun membebaskannya, juga menimbulkan kecemasan (*angoisse*), yaitu kesadaran akan tanggung jawab tanpa batas yang kita pikul, tidak hanya untuk diri sendiri tetapi untuk seluruh umat manusia<sup>243</sup>.

Konsep "mimpi" dalam konteks ini sangat terkait dengan pandangan Sartre tentang imajinasi, sebagaimana yang ia elaborasi dalam karyanya *L'Imaginaire: Psychologie phénoménologique de l'imagination*. Bagi Sartre, imajinasi bukanlah sekadar reproduksi citra mental, melainkan sebuah tindakan fundamental kesadaran yang menegasikan realitas<sup>244</sup>. Ketika kita berimajinasi, kita memposisikan sesuatu yang "tidak ada" sebagai tidak ada. Kita dapat membayangkan unicorn, meskipun kita tahu mereka tidak ada di dunia nyata, atau kita dapat membayangkan diri kita di masa depan yang berbeda. Tindakan ini secara inheren merupakan manifestasi dari kebebasan *pour-soi*. Kemampuan untuk membayangkan alternatif, untuk memproyeksikan diri ke masa depan yang belum terwujud, dan untuk menciptakan dunia-dunia mental yang berbeda, menunjukkan bahwa kesadaran tidak terikat pada realitas faktual yang ada.

Dalam pengertian ini, "mimpi" adalah semacam domain di mana kesadaran mengeksplorasi kemungkinan-kemungkinan tak terbatas yang terbuka baginya. Ia adalah lapangan bermain di mana kita membentuk proyek-proyek, harapan, dan tujuan. Namun, penting untuk dicatat bahwa bagi Sartre, "mimpi" ini bukanlah pelarian pasif

dari realitas, melainkan tindakan aktif yang dilakukan oleh kesadaran. Bahkan dalam mimpi tidur sekalipun, kesadaran tetap berada dalam mode "bagi-dirinya," mengkonstruksi realitasnya sendiri, meskipun dalam kondisi yang berbeda<sup>245</sup>. Oleh karena itu, imajinasi dan "mimpi" berfungsi sebagai bukti tak terbantahkan atas kebebasan kesadaran untuk melampaui dan meniadakan dunia *en-soi*.

Meskipun "mimpi" atau kapasitas imajinatif adalah bukti kebebasan, ia juga dapat menjadi sumber *mala fide* (itikad buruk). *Mala fide* adalah kondisi di mana seseorang menipu dirinya sendiri tentang kebebasannya, berpura-pura menjadi objek (*en-soi*) daripada subjek yang bebas (*pour-soi*)<sup>246</sup>. Seseorang mungkin menggunakan "mimpi" sebagai alasan untuk ketidakaktifan atau penolakan tanggung jawab. Misalnya, seseorang mungkin terus-menerus "memimpikan" kesuksesan, cinta, atau kebahagiaan di masa depan tanpa pernah mengambil langkah konkret untuk mewujudkannya, dengan dalih bahwa "mimpi" itu sendiri sudah cukup atau bahwa realitas tidak memungkinkan. Mereka mungkin mengklaim bahwa "mimpi" mereka adalah nasib atau takdir yang tidak dapat mereka ubah, sehingga menolak kebebasan mereka untuk memilih dan bertindak.

Sartre menekankan bahwa otentisitas (*authenticity*) menuntut kita untuk mengakui dan merangkul kebebasan radikal kita, termasuk beban tanggung jawab yang menyertainya. Ini berarti bahwa "mimpi" kita, sebagai proyeksi kesadaran, harus diresapi dengan komitmen terhadap tindakan. Kebebasan bukanlah tentang

kemampuan untuk membayangkan tanpa batas, melainkan tentang kapasitas untuk memilih dan menanggung konsekuensi dari pilihan tersebut<sup>247</sup>. Realisasi "mimpi" tidak terletak pada penyerahan pasif pada visi yang tercipta, tetapi pada perjuangan aktif untuk membentuk realitas sesuai dengan proyek-proyek yang telah dipilih secara bebas. Tegangan ini antara kemampuan yang tak terbatas untuk membayangkan dan kewajiban moral untuk memilih dan bertindak adalah inti dari drama eksistensial manusia.

Jean-Paul Sartre dengan tegas membongkar ilusi tentang keberadaan yang telah ditentukan sebelumnya, menegaskan bahwa manusia adalah kesadaran yang bebas, terdefinisi oleh pilihannya. Konsep "mimpi," dalam pengertian imajinasi dan proyeksi diri, bukanlah sekadar fantasi melainkan manifestasi intrinsik dari kebebasan kesadaran itu sendiri. Ia menunjukkan kemampuan *pour-soi* untuk melampaui yang faktual dan menciptakan kemungkinan-kemungkinan baru. Namun, Sartre memperingatkan bahwa kebebasan ini membawa serta tanggung jawab yang berat, dan "mimpi" dapat dengan mudah digunakan sebagai sarana untuk *mala fide* jika kita memilih untuk menghindari dari keharusan untuk bertindak. Antara "mimpi" dan kebebasan kesadaran, terdapat hubungan yang dinamis dan krusial. "Mimpi" adalah kanvas tempat kesadaran yang bebas melukiskan proyek-proyeknya; kebebasan adalah kuas yang memungkinkan lukisan itu terealisasi, atau dibiarkan sebagai sketsa yang tidak pernah selesai. Bagi Sartre, kehidupan otentik adalah hidup yang mengakui dan merangkul kedua dimensi ini menggunakan kapasitas imajinatif kita

untuk mencari makna dan nilai, sekaligus memikul beban kebebasan untuk mewujudkan atau membentuk kembali "mimpi" tersebut dalam realitas yang konkret. Ini adalah panggilan untuk menjadi, bukan hanya pemimpi, tetapi juga pencipta yang bertanggung jawab atas keberadaan kita sendiri.

### **Heidegger Mimpi, Keberadaan, dan Kegelisahan**

Martin Heidegger, salah satu filsuf paling berpengaruh pada abad ke-20, menawarkan suatu landasan baru dalam memahami eksistensi manusia. Melalui karyanya yang monumental, *Being and Time (Sein und Zeit)*, ia memperkenalkan konsep fundamental "Dasein" istilah yang merujuk pada keberadaan manusia sebagai "ada-di-sana." Pendekatan Heidegger bukan sekadar deskripsi antropologis, melainkan suatu proyek ontologis yang mendalam, berupaya mengungkap struktur dasar keberadaan itu sendiri, yang pada gilirannya akan membuka cakrawala pemahaman tentang fenomena seperti kegelisahan (Angst) dan, secara implisit, bagaimana pengalaman seperti mimpi dapat dipahami dalam kerangka eksistensialnya<sup>248</sup>.

#### **a. Dasein: Keberadaan yang Mempedulikan Keberadaannya Sendiri**

Bagi Heidegger, Dasein bukanlah objek statis atau substansi yang tetap, melainkan suatu "ada-di-dunia" (Being-in-the-world) yang senantiasa dalam proses menjadi<sup>249</sup>. Dasein dicirikan oleh *keterpedulian* (care atau *Sorge*) terhadap keberadaannya sendiri, yang membedakannya dari benda-benda lain yang hanya

"ada" tanpa kesadaran atau kepedulian terhadap keberadaan mereka.

Aspek fundamental Dasein adalah *keterlemparan* (thrownness atau *Geworfenheit*) Dasein dilempar ke dalam suatu dunia yang tidak ia pilih, dengan kemungkinan-kemungkinan yang sudah tersedia dan keterbatasan yang inheren. Namun, Dasein juga memiliki kapasitas *proyeksi* (projection atau *Entwurf*), yaitu kemampuan untuk melampaui situasi yang ada dan memproyeksikan dirinya ke dalam kemungkinan-kemungkinan masa depan. Inilah yang menjadikan Dasein sebagai keberadaan yang temporer, senantiasa bergerak dari masa lalu (keterlemparan) menuju masa depan (proyeksi) melalui keberadaannya di masa kini<sup>250</sup>.

Keberadaan Dasein selalu bersifat "ada-bersama" (Being-with atau *Mitsein*) dengan Dasein-Dasein lain di dunia. Dalam kehidupan sehari-hari, Dasein cenderung tenggelam dalam anonimitas "mereka" (*das Man*), di mana ia hidup sesuai dengan norma dan ekspektasi publik, sehingga kehilangan keautentikan dirinya. Keautentikan (authenticity) Dasein baru muncul ketika ia berhadapan dengan kemungkinan-kemungkinannya yang paling pribadi dan inheren, terutama yang terkait dengan kefanaan dan kematian.

#### **b. Kegelisahan (Angst): Penyingkap Keberadaan Otentik**

Dalam kerangka Heideggerian, kegelisahan (*Angst*) adalah fenomena eksistensial yang berbeda secara fundamental dari rasa takut (*Furcht*). Rasa takut selalu memiliki objek spesifik yang

mengancam (misalnya, takut akan ular, takut gagal ujian), sementara kegelisahan tidak memiliki objek yang jelas atau spesifik<sup>251</sup>. Objek kegelisahan, jika bisa disebut demikian, adalah "ketiadaan" atau "kekosongan" itu sendiri. Kegelisahan muncul dari kenyataan bahwa Dasein adalah "ada-menuju-kematian" (Being-towards-death atau *Sein zum Tode*), suatu kemungkinan yang paling otentik, paling pribadi, dan tak dapat diatasi oleh Dasein<sup>252</sup>. Kematian bukanlah peristiwa eksternal yang menimpa Dasein dari luar, melainkan suatu kemungkinan intrinsik yang mengindividualkan Dasein secara radikal.

Ketika kegelisahan muncul, segala sesuatu di dunia menjadi "tidak berarti" atau "asing" (*unheimlich* uncanny/unhomely). Keakraban dunia sehari-hari lenyap, dan Dasein dihadapkan pada kenyataan bahwa ia adalah keberadaan yang tanpa fondasi pasti, terlempar ke dalam keberadaan tanpa pilihan mutlak. Dalam momen inilah, kegelisahan bertindak sebagai penyingkap (revealer) keberadaan Dasein yang otentik. Ia membebaskan Dasein dari cengkraman *das Man*, memungkinkan Dasein untuk menerima tanggung jawab atas keberadaannya sendiri dan menghadapi kemungkinan-kemungkinannya yang paling pribadi, termasuk kematian. Kegelisahan, oleh karena itu, bukanlah patologi yang harus dihindari, melainkan suatu panggilan fundamental yang memungkinkan Dasein untuk mencapai keautentikannya<sup>253</sup>.

### **c. Mimpi: Refleksi Keberadaan dalam Dimensi yang Berbeda**

Heidegger tidak secara eksplisit mengembangkan teori mimpi yang komprehensif, seperti yang dilakukan oleh Sigmund Freud atau Carl Jung. Fokusnya bukanlah pada analisis psikologis mimpi

sebagai simbolisasi alam bawah sadar, melainkan pada struktur ontologis Dasein dalam keberadaannya di dunia nyata<sup>254</sup>. Namun, bukan berarti pengalaman mimpi tidak memiliki tempat dalam kerangka pemikirannya. Jika Dasein adalah "ada-di-dunia" dan keberadaan selalu bersifat temporer serta terstruktur oleh *Sorge* (keterpedulian), maka mimpi dapat dipahami sebagai suatu mode keberadaan Dasein yang berbeda, di mana hubungan Dasein dengan dunia dan temporalitas mengalami pergeseran.

Dalam mimpi, *keterikatan* Dasein pada objek-objek praktis sehari-hari (peralatan atau *Zeug*) seringkali melonggar atau terdistorsi. Batasan antara realitas dan imajinasi menjadi kabur, dan Dasein mungkin mengalami dunia dalam cara yang lebih terbuka terhadap "keasingan" atau *unheimlich* yang disingskapkan oleh kegelisahan. Mimpi bisa jadi mencerminkan aspek *keterlemparan* Dasein, di mana Dasein merasa "terlempar" ke dalam skenario yang tidak masuk akal atau tidak dapat dikendalikan. Meskipun mimpi tidak secara langsung mengungkapkan struktur ontologis yang sama seperti kegelisahan, ia dapat menjadi cerminan dari bagaimana Dasein menghadapi atau menghindari realitas fundamental keberadaannya<sup>255</sup>.

Sebagai contoh, mimpi buruk yang berulang bisa jadi merupakan manifestasi dari kegelisahan eksistensial yang belum teratasi, di mana pikiran bawah sadar Dasein memproses ketidakpastian, keterbatasan, atau *keberadaan-menuju-kematian*. Dalam konteks ini, mimpi tidak memberikan petunjuk ontologis baru, melainkan menjadi cerminan atau resonansi dari struktur ontologis yang telah ada pada Dasein. Ia adalah salah satu cara Dasein mengalami

temporalitas, melampaui batas-batas kesadaran normal, dan mungkin secara tidak langsung, menghadapi "kekosongan" yang juga disingkapkan oleh kegelisahan<sup>256</sup>. Namun, penting untuk dicatat bahwa bagi Heidegger, analisis mimpi tidak akan menjadi jalan utama untuk memahami ontologi dasar, melainkan hanya salah satu fenomena sekunder dari Dasein yang lebih fundamental.

Martin Heidegger telah menyajikan kerangka filsafat yang revolusioner dalam memahami keberadaan manusia (Dasein) sebagai suatu proses yang dinamis, terlempar, memproyeksi, dan peduli terhadap keberadaannya sendiri. Kegelisahan, dalam pandangannya, bukanlah suatu kondisi negatif, melainkan penyingkap otentik yang menguak kefanaan Dasein dan mendorongnya menuju keautentikan. Meskipun Heidegger tidak secara eksplisit membahas mimpi, pengalaman ini dapat diinterpretasikan sebagai salah satu mode keberadaan Dasein yang mencerminkan temporalitas dan potensi *unheimlich* yang juga menjadi inti dari kegelisahan. Mimpi, dalam hal ini, bukan sebagai sumber primer pemahaman ontologis, melainkan sebagai cermin atas bagaimana Dasein mengalami realitas eksistensialnya, termasuk kegelisahan yang tak terhindarkan. Melalui pemikiran Heidegger, kita diajak untuk menyelami kedalaman keberadaan manusia, dengan segala atribut dan tantangannya, dalam suatu refleksi yang mendalam dan kontemplatif<sup>257</sup>.

### **Mimpi sebagai Pengungkap Kecemasan dan Harapan Manusia**

Fenomena mimpi telah lama memukau umat manusia, melintasi batas-batas budaya dan zaman. Lebih dari sekadar serangkaian citra

acak yang muncul selama tidur, mimpi diakui sebagai jendela introspektif menuju alam bawah sadar, sebuah teater mental tempat gejolak emosi dan aspirasi terdalam diekspresikan. Dalam konteks psikologi, neurologi, dan bahkan spiritualitas, mimpi seringkali berfungsi sebagai mekanisme kompleks yang tidak hanya merefleksikan kecemasan tersembunyi namun juga mengemban harapan dan potensi diri yang belum terealisasi.

Secara fundamental, mimpi merupakan pengalaman persepsi yang terjadi selama fase tidur, khususnya selama fase Rapid Eye Movement (REM), meskipun non-REM sleep juga dapat menghasilkan pengalaman mimpi<sup>258</sup>. Teori neurobiologis menunjukkan bahwa aktivitas otak, terutama di area seperti amigdala yang terkait dengan emosi, dan hipokampus yang berperan dalam memori, sangat aktif selama mimpi. Proses ini bukan sekadar aktivasi acak; justru, ia sering kali merepresentasikan sebuah upaya otak untuk memproses informasi, mengonsolidasi memori, dan mengatur emosi yang dialami individu selama masa terjaga<sup>259</sup>. Namun demikian, makna dan fungsi yang lebih dalam dari mimpi melampaui aspek neurologis semata, menyentuh dimensi psikologis dan eksistensial.

Salah satu fungsi krusial mimpi adalah sebagai pengungkap kecemasan (anxiety). Dalam tradisi psikoanalisis Freud, mimpi dianggap sebagai "jalan kerajaan menuju alam bawah sadar," di mana keinginan yang tertekan dan konflik yang belum terselesaikan termanifestasi dalam bentuk simbolis<sup>260</sup>. Mimpi buruk, sebagai contoh paling ekstrem, seringkali merupakan ekspresi langsung dari

ketakutan, trauma, atau stres yang sedang dialami individu. Fenomena seperti mimpi berulang juga dapat mengindikasikan isu-isu yang belum ditangani atau pola pikir negatif yang terus-menerus membebani pikiran<sup>261</sup>. Kecemasan dalam mimpi dapat muncul dalam berbagai bentuk, mulai dari dikejar, jatuh dari ketinggian, kehilangan kontrol, hingga menghadapi situasi yang mengancam nyawa. Ini bukan sekadar fantasi; mereka adalah manifestasi dari kegelisahan batin yang menuntut perhatian dan resolusi. Mimpi berfungsi sebagai katarsis, sebuah wadah untuk mengalami dan melepaskan tekanan psikologis yang terakumulasi, meskipun terkadang dengan cara yang menakutkan.

Di sisi lain spektrum emosi, mimpi juga merupakan wahana pengungkapan harapan (hope). Harapan dalam mimpi seringkali terwujud dalam citra-citra positif seperti terbang bebas, mencapai tujuan yang diinginkan, bertemu dengan sosok yang dicintai, atau menemukan solusi atas masalah yang sulit. Karl Jung, dengan konsepnya tentang ketidaksadaran kolektif dan arketipe, berpendapat bahwa mimpi dapat berfungsi sebagai panduan menuju individuasi dan pertumbuhan diri, menawarkan pemahaman yang lebih dalam tentang potensi dan tujuan hidup seseorang<sup>262</sup>. Dari perspektif kognitif, mimpi dapat menjadi ruang untuk pemecahan masalah (problem-solving) dan kreativitas, di mana otak menyusun kembali informasi dan mencari pola baru untuk mengatasi tantangan. Penemuan ilmiah dan karya seni seringkali terinspirasi dari pengalaman mimpi, menunjukkan kapasitas mimpi untuk melampaui batasan kesadaran dan

membuka gerbang menuju inovasi<sup>263</sup>. Harapan yang termanifestasi dalam mimpi bukan sekadar pelarian; ia adalah dorongan internal menuju kemajuan, penyembuhan, dan realisasi diri.

Menariknya, dialektika antara kecemasan dan harapan seringkali terjalin erat dalam satu pengalaman mimpi. Sebuah mimpi yang diawali dengan kecemasan mendalam mungkin berakhir dengan penemuan solusi atau perasaan lega, menandakan bahwa bahkan dalam kegelapan, ada potensi untuk menemukan cahaya. Mimpi dapat berfungsi sebagai "ruang aman" (safe space) bagi individu untuk menghadapi ketakutan mereka dalam konteks yang tidak mengancam secara fisik, sehingga memungkinkan pemrosesan emosional dan pengembangan resiliensi<sup>264</sup>. Melalui interpretasi hermeneutik terhadap simbol-simbol mimpi, seseorang dapat mengidentifikasi sumber kecemasan mereka dan sekaligus menemukan sumber daya internal untuk mengatasi tantangan tersebut, mengarahkan mereka menuju perasaan harapan dan kontrol diri yang lebih besar.

Dalam konteks spiritual, terutama dalam tradisi Islam, mimpi juga dipandang memiliki dimensi yang lebih dalam sebagai wahyu, peringatan, atau kabar gembira. Al-Quran secara eksplisit menyebutkan mukjizat mimpi Nabi Yusuf AS sebagai alat komunikasi ilahi dan sumber kebijaksanaan<sup>265</sup>. Hadis Nabi Muhammad SAW juga membedakan antara mimpi yang baik (ru'ya shadiqah) sebagai bagian dari kenabian atau kabar gembira dari Allah, dan mimpi buruk yang berasal dari setan atau pikiran yang mengganggu<sup>266</sup>. Perspektif ini menambahkan lapisan makna pada

analisis mimpi, menunjukkan bahwa di luar fungsi psikologis dan neurologis, mimpi dapat menjadi jembatan antara dunia materi dan spiritual, menguatkan harapan atau memberikan petunjuk di kala kebimbangan.

Dengan demikian, mimpi adalah fenomena yang sangat kaya dan multifaset, berfungsi sebagai cermin reflektif atas kecemasan yang membelenggu dan lentera yang menerangi jalan harapan. Memahami mimpi bukan sekadar aktivitas esoteris, melainkan sebuah proses introspektif yang berpotensi besar untuk meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan emosional. Dengan menyelami narasi bawah sadar yang terungkap melalui mimpi, individu dapat memperoleh wawasan berharga tentang diri mereka, mengatasi rintangan psikologis, dan merangkul potensi pertumbuhan yang terletak di dalam jiwa mereka. Eksplorasi berkelanjutan terhadap misteri mimpi akan terus membuka pemahaman kita tentang kompleksitas pikiran manusia dan interaksi abadi antara ketakutan dan aspirasi.

## **Dimensi Noumenal Mimpi**

### **Noumenon dalam Pandangan Immanuel Kant**

Mimpi, sebagai salah satu manifestasi kesadaran manusia yang paling misterius, telah lama menjadi subjek penyelidikan lintas disiplin, mulai dari neurosains dan psikologi hingga filsafat dan teologi. Fenomena mimpi seringkali menantang batas-batas pemahaman kita tentang realitas, memunculkan pertanyaan fundamental mengenai hakikat keberadaan dan pengetahuan.

Apakah mimpi hanyalah produk sampingan aktivitas neurokognitif otak yang kompleks, sebuah “fenomena” yang sepenuhnya dapat direduksi menjadi proses fisiologis dan psikologis? Atau, apakah ada dimensi yang lebih dalam, yang mungkin bersifat “noumenal”, di mana mimpi berfungsi sebagai “isyarat” atau jembatan menuju realitas yang melampaui pengalaman indrawi kita? Eksplorasi dimensi noumenal mimpi memerlukan penelusuran filosofis yang mendalam, khususnya melalui lensa pemikiran Immanuel Kant, yang membedakan secara tegas antara dunia yang dapat kita alami (fenomena) dan dunia yang mungkin ada di luar jangkauan kognisi kita (noumena).

Untuk memahami potensi dimensi noumenal dalam mimpi, esensial untuk terlebih dahulu mengartikulasikan konsep noumenon sebagaimana dirumuskan oleh filsuf Pencerahan Immanuel Kant dalam karyanya yang monumental, *Critique of Pure Reason*<sup>267</sup>. Kant mengintroduksi distingsi krusial antara *fenomena* dan *noumena* sebagai fondasi bagi epistemologi transendentalnya. Fenomena merujuk pada dunia sebagaimana yang kita alami dan pahami melalui persepsi indrawi dan kerja kategori pemahaman kita. Ini adalah realitas yang diatur oleh struktur *a priori* akal budi kita, seperti ruang, waktu, dan kausalitas. Kita tidak mengalami "benda-benda itu sendiri" (*Ding an sich*), melainkan representasi atau penampakan dari benda-benda tersebut yang telah difilter dan dibentuk oleh kapasitas kognitif internal kita<sup>268</sup>. Dengan kata lain, fenomena adalah realitas yang dibangun oleh subjek yang mengamati.

Sebaliknya, noumenon adalah *Ding an sich*, atau "benda itu sendiri," sebuah realitas independen yang ada di luar jangkauan langsung persepsi indrawi dan kategori pemahaman manusia. Noumenon adalah ranah yang tidak dapat kita ketahui secara langsung melalui pengalaman empiris atau akal murni (reason)<sup>269</sup>. Kant berargumen bahwa meskipun kita tidak dapat mengklaim pengetahuan positif tentang noumenon, kita dapat mengidentifikasinya sebagai batas dari pengetahuan kita. Noumenon adalah konsep pembatas (limiting concept), yang menunjukkan bahwa ada sesuatu di luar batas-batas pengalaman kita, tanpa memberikan kita akses langsung atau konten spesifik mengenainya. Akal budi manusia, dalam upaya untuk memahami realitas secara keseluruhan, akan selalu menemukan batas-batas di mana pengetahuan empiris berhenti, dan di situlah konsep noumenon muncul sebagai entitas yang tidak dapat dipahami tetapi keberadaannya dapat diimplikasikan sebagai dasar bagi fenomena<sup>270</sup>.

Pemikiran Kant ini memiliki implikasi mendalam, terutama bagi ranah-ranah yang secara tradisional sering dikaitkan dengan pengalaman non-empiris, seperti metafisika, etika, dan, dalam konteks pembahasan ini, mimpi. Jika seluruh pengalaman sadar kita dalam keadaan terjaga adalah fenomena yang dikonstruksi oleh akal budi, maka muncul pertanyaan apakah mimpi juga secara eksklusif merupakan fenomena, ataukah ada elemen dalam mimpi yang dapat berfungsi sebagai "jendela" atau "isyarat" dari ranah noumenal yang tak terjangkau.

Apabila kita menerapkan kerangka Kantian pada fenomena mimpi, terdapat dua pendekatan utama. Pertama, mimpi dapat dipandang sepenuhnya sebagai fenomena. Dalam perspektif ini, mimpi adalah hasil kompleks dari aktivitas neurologis dan psikologis otak selama tidur, melibatkan konsolidasi memori, pemrosesan emosi, dan aktivasi acak sirkuit saraf<sup>271</sup>. Teori-teori seperti hipotesis aktivasi-sintesis, misalnya, meyakini bahwa mimpi hanyalah upaya otak untuk membuat narasi koheren dari sinyal-sinyal acak yang dihasilkan di batang otak<sup>272</sup>. Dari sudut pandang ini, semua konten mimpi gambar, narasi, emosi adalah representasi yang sepenuhnya terbentuk dalam koridor kognisi subyektif, tanpa ada koneksi yang dapat diverifikasi ke realitas di luar fenomena. Mereka adalah "benda" yang muncul dalam kesadaran internal kita, diatur oleh kategori waktu dan ruang internal, dan dapat dianalisis secara psikologis (misalnya, melalui psikoanalisis Freud atau psikologi analitis Jung yang mengaitkan mimpi dengan alam bawah sadar personal atau kolektif)<sup>273</sup>.

Namun, sisi lain dari argumen ini adalah potensi mimpi sebagai *isyarat* dari dimensi noumenal. Meskipun Kantianisme secara ketat membatasi pengetahuan kita tentang noumenon, banyak tradisi spiritual, mistis, dan bahkan beberapa interpretasi psikologis, menganggap mimpi memiliki makna atau sumber yang melampaui sekadar aktivitas otak. Dalam banyak kebudayaan, mimpi telah dipandang sebagai media komunikasi ilahi, ramalan, atau wawasan intuitif yang tidak dapat diakses dalam keadaan terjaga. Al-Quran, misalnya, mengandung banyak referensi tentang

mimpi sebagai bentuk wahyu atau isyarat dari Allah, seperti yang tergambar jelas dalam kisah Nabi Yusuf AS<sup>274</sup>. Selain itu, Nabi Muhammad SAW juga memiliki beberapa hadis yang mengindikasikan bahwa mimpi adalah bagian dari nubuat atau petunjuk<sup>275</sup>. Dalam konteks ini, mimpi tidak hanya merefleksikan proses internal, tetapi juga berpotensi menerima informasi dari "luar" suatu realitas yang tidak dapat diinderai atau dipahami secara rasional melalui kategori Kantian biasa, sebuah realitas yang mungkin mendekati definisi noumenon.

Jika mimpi berfungsi sebagai isyarat noumenal, implikasinya sangat mendalam. Ini berarti ada kemungkinan bahwa kesadaran kita, meskipun terbatas dalam kondisi terjaga, mungkin dapat 'menyentuh' atau 'menerima' informasi dari *Ding an sich* dalam keadaan mimpi. Tentu saja, "menyentuh" di sini bukan dalam artian fisik atau kognitif langsung, melainkan sebagai penerimaan simbol, intuisi, atau pengalaman yang melampaui kerangka empiris kita. Tantangannya adalah, bagaimana kita dapat memverifikasi atau memahami isyarat noumenal ini jika noumenon secara inheren tidak dapat diketahui?

Kita dapat berargumen bahwa pengalaman mimpi yang terasa begitu nyata, transformatif, atau profetik mungkin merupakan manifestasi dari sesuatu yang esensial, yang tidak sepenuhnya berasal dari konstruksi fenomena subyektif kita. Ini bukan untuk mengatakan bahwa mimpi secara harfiah "adalah" noumenon, melainkan bahwa *sumber* atau *pengaruh* di balik mimpi-mimpi tertentu mungkin berasal dari ranah yang tidak dapat diakses secara

sadar. Mimpi yang memberikan solusi kreatif, wawasan spiritual mendalam, atau peringatan yang kemudian terbukti benar, seringkali terasa seperti berasal dari sumber yang "melampaui" diri sadar yang terbatas. Dalam pandangan ini, mimpi menjadi mediasi yang unik, sebuah lingua franca antara dunia fenomenal yang kita huni dan dunia noumenal yang mengakarinya.

Pertanyaan apakah dimensi noumenal mimpi adalah fenomena atau isyarat tetap menjadi titik diskusi yang kontemplatif dan kompleks. Dalam kerangka Kant, sebagian besar pengalaman mimpi dapat dijelaskan sebagai fenomena hasil dari internalisasi dan konstruksi kognitif. Namun, ketidakmampuan kita untuk sepenuhnya menjelaskan asal-usul atau makna mendalam dari beberapa mimpi yang luar biasa atau profetik, membuka ruang bagi interpretasi yang lebih spekulatif, di mana mimpi bertindak sebagai isyarat dari ranah noumenal.

Meskipun Kant sendiri tidak membahas mimpi secara ekstensif dalam kerangka noumenal/fenomenal, filosofinya memberikan landasan untuk merenungkan batas-batas pengetahuan kita tentang realitas, termasuk realitas pengalaman mimpi. Apakah mimpi adalah cermin yang memantulkan kondisi internal kita (fenomena), atau jendela yang membuka ke realitas yang lebih luas dan tak terjangkau (noumenal)? Mungkin, hakikat mimpi terletak pada perbatasan di antara keduanya, berfungsi sebagai jembatan yang rapuh namun potensial, menghubungkan dunia pengalaman yang terbatas dengan potensi keberadaan yang tak terbatas,

mengundang kita untuk terus menggali misteri kesadaran dan realitas itu sendiri.

### **Mimpi sebagai Isyarat Noumenal: Dapatkah Diketahui?**

Dalam lansekap pengalaman manusia, mimpi berdiri sebagai fenomena universal yang, meskipun akrab, tetap diselimuti lapisan misteri dan ambiguitas. Sejak zaman purba, manusia telah berusaha menguak makna di balik narasi-narasi ilusional yang terlintas saat tidur, sering kali memandangnya bukan sekadar produk acak pikiran, melainkan sebagai isyarat atau pesan yang lebih dalam. Esai ini akan menelaah gagasan mimpi sebagai "isyarat noumenal" dan mengeksplorasi pertanyaan fundamental: Dapatkah isyarat semacam itu diketahui atau dipahami oleh kesadaran manusia, mengingat batasan inheren dalam epistemologi dan ontologi?

Untuk memahami konsep "isyarat noumenal" dalam konteks mimpi, krusial untuk terlebih dahulu menyingkap perbedaan kategoris yang diajukan oleh filsuf Immanuel Kant antara dunia *fenomenal* dan *noumenal*. Dunia *fenomenal* adalah realitas sebagaimana yang kita alami dan pahami melalui indra kita dan kategori-kategori pemahaman akal budi, yaitu dunia penampakan (*appearances*). Sebaliknya, dunia *noumenal* atau *Ding an sich* (benda itu sendiri) merujuk pada realitas objek-objek sebagaimana adanya, terlepas dari bagaimana mereka muncul atau dipersepsikan oleh subjek. Bagi Kant, noumena secara inheren tidak dapat diketahui oleh akal budi murni, karena pengetahuan kita terbatas pada apa yang dapat disaring dan dibentuk oleh struktur

kognitif kita<sup>276</sup>. Jika mimpi memang merupakan "isyarat noumenal," maka secara definisi, ia adalah pesan yang berasal dari atau menunjuk pada realitas di luar jangkauan pengalaman dan pemahaman fenomenal kita. Tantangan utamanya adalah: bagaimana sesuatu yang secara substansial tidak dapat diakses oleh kategori berpikir kita dapat diinterpretasikan atau bahkan disadari?

Dalam disiplin psikologi modern, khususnya psikoanalisis, mimpi secara ekstensif diteliti sebagai manifestasi dari alam bawah sadar. Sigmund Freud melihat mimpi sebagai "jalan raya menuju ketidaksadaran" (*via regia to the unconscious*), di mana keinginan-keinginan yang terpendam dan konflik-konflik psikis yang direpresi menemukan ekspresi simbolis<sup>277</sup>. Sementara itu, Carl Jung memperluas cakupan interpretasi mimpi dengan memperkenalkan konsep "ketidaksadaran kolektif" dan "arketipe." Bagi Jung, mimpi tidak hanya mengungkapkan aspek pribadi, tetapi juga mengakses simbol-simbol universal yang diwarisi secara kolektif oleh umat manusia<sup>278</sup>. Meskipun pendekatan Freud dan Jung menyelidiki lapisan-lapisan makna yang lebih dalam dari mimpi, interpretasi mereka tetap berada dalam ranah fenomenal. Mimpi, dalam pandangan ini, adalah produk dari psyche individu atau kolektif yang, meskipun kompleks dan multitafsir, tetap merupakan manifestasi dari struktur internal kesadaran dan ketidaksadaran kita, bukan entitas di luar persepsi. Artinya, mereka membantu kita memahami dinamika *psikis* kita, tetapi tidak secara langsung mengungkapkan *realitas objektif* di luar pengalaman subjektif.

Dari perspektif neurosains, mimpi dipahami sebagai produk aktivitas otak selama fase tidur rapid eye movement (REM). Penelitian modern telah mengidentifikasi pola-pola aktivasi otak tertentu yang terkait dengan pengalaman bermimpi, menunjukkan peran kompleks dari berbagai area otak dalam menghasilkan narasi visual, auditori, dan emosional<sup>279</sup>. Meskipun neurosains mampu memetakan mekanisme fisiologis di balik mimpi, ia tidak dapat menjawab pertanyaan mengenai makna ontologis atau asal-usul "isyarat noumenal" yang mungkin terkandung di dalamnya. Sains dapat menjelaskan *bagaimana* mimpi terjadi di tingkat biologis, tetapi pertanyaan krusial mengenai *apa* inti pesan yang terkandung dalam mimpi, apalagi jika ia bersifat noumena, masih berada di luar jangkauan metode empiris yang ada.

Namun, di luar ranah filosofi Barat dan sains modern, tradisi spiritual dan agama seringkali menawarkan kerangka epistemologis yang berbeda untuk memahami mimpi. Dalam banyak kebudayaan dan keyakinan, mimpi dianggap sebagai medium komunikasi transenden, jembatan antara dunia material dan spiritual, atau bahkan wahyu ilahi. Dalam Islam, misalnya, mimpi dibagi menjadi beberapa kategori, salah satunya adalah *ru'ya shadiqah* atau mimpi yang benar, yang dianggap sebagai bagian dari kenabian atau ilham dari Allah. Kisah Nabi Yusuf dalam Al-Quran secara eksplisit menggambarkan bagaimana mimpi, baik yang dilihatnya sendiri maupun mimpi Firaun dan teman penjara, mengandung isyarat-isyarat yang akurat tentang masa depan dan realitas tersembunyi<sup>280</sup>. Hadis Nabi Muhammad SAW juga menegaskan

bahwa "mimpi yang baik (benar) adalah satu bagian dari empat puluh enam bagian kenabian"<sup>281</sup>. Dalam konteks ini, isyarat noumenal dalam mimpi tidak hanya dapat diketahui, tetapi memang *dimaksudkan* untuk diketahui melalui interpretasi yang benar atau melalui karunia kenabian dan hikmah. Namun, perlu dicatat bahwa pengetahuan ini tidak dicapai melalui akal budi murni Kantian atau metode empiris ilmiah, melainkan melalui sarana spiritual atau revelasi yang melampaui batasan-batasan tersebut.

Maka, untuk menjawab pertanyaan "Dapatkah mimpi sebagai isyarat noumenal diketahui?", jawabannya bergantung pada kerangka epistemologis yang kita gunakan. Dari sudut pandang filosofi Kantian, isyarat noumenal mustahil untuk diketahui oleh akal budi murni karena definisi inheren dari noumenon itu sendiri. Psikologi dan neurosains, meskipun berhasil menyingkap mekanisme dan manifestasi fenomenal mimpi, tidak dapat menembus tirai noumena. Namun, dalam tradisi spiritual dan agama, terdapat asumsi bahwa melalui cara-cara tertentu seperti kenabian, intuisi ilahi, atau interpretasi simbolis yang mendalam isyarat-isyarat transenden dalam mimpi dapat dipahami dan diungkapkan. Ini menunjukkan bahwa meskipun noumena secara fundamental tidak dapat diakses oleh *akal budi yang terbatas pada pengalaman*, ada kemungkinan ia dapat diakses melalui modus pengetahuan lain yang melampaui batasan tersebut, seperti wahyu atau gnosis yang bersifat spiritual<sup>282</sup>.

Pada akhirnya, misteri mimpi sebagai isyarat noumenal terus mengundang kontemplasi. Ini adalah wilayah di mana batas-batas

antara yang diketahui dan yang tidak diketahui, yang material dan yang transenden, menjadi kabur. Meskipun sains terus menguak *bagaimana* pikiran kita bekerja saat tidur, dan psikologi menafsirkan simbol-simbol bawah sadar, pertanyaan tentang apakah mimpi dapat berfungsi sebagai jendela ke realitas *sebagaimana adanya* melampaui persepsi kita tetap menjadi salah satu pertanyaan paling mendalam dalam kajian tentang kesadaran manusia. Mungkin, pengetahuannya tidak terletak pada pemahaman rasional, melainkan pada penerimaan intuitif terhadap misteri yang tak terucapkan yang terus berbisik kepada kita di malam hari.

### **Antara Representasi Fenomenal dan Keberadaan Noumenal**

Dalam kancah filsafat, salah satu problematika mendasar yang tak henti-hentinya memicu kontemplasi adalah dikotomi antara apa yang kita persepsikan dan apa yang sesungguhnya ada. Pertanyaan mengenai hakikat realitas, apakah ia sepenuhnya dapat diakses oleh indera dan intelek manusia, atautkah ada dimensi yang melampaui kapasitas kognitif kita, telah menjadi inti dari perdebatan epistemologi dan ontologi selama berabad-abad. Puncak dari pemikiran ini, yang secara revolusioner mendefinisikan ulang batas-batas pengetahuan manusia, ditemukan dalam filsafat kritikal Immanuel Kant dengan konsepnya tentang dunia fenomenal dan noumenal. Diskusi ini akan mendalami distingsi krusial ini, implikasinya terhadap pemahaman kita tentang realitas, serta

bagaimana tradisi pemikiran lain mencoba menjembatani atau menafsirkan keberadaan di balik tirai representasi<sup>283</sup>.

Menurut Kant, dunia *fenomenal* adalah realitas sebagaimana yang tampak bagi kita, yang secara aktif dikonstruksi oleh struktur bawaan pikiran manusia. Ini bukan realitas "apa adanya," melainkan realitas "bagi kita"<sup>284</sup>. Segala sesuatu yang kita alami objek-objek fisik, kejadian kausal, ruang, dan waktu adalah bagian dari dunia fenomenal. Kant berargumentasi bahwa indera kita tidak secara pasif menerima data dari dunia luar; sebaliknya, pikiran kita memiliki bentuk-bentuk intuisi a priori, yaitu ruang dan waktu, serta kategori-kategori pemahaman a priori, seperti kausalitas, substansi, dan kuantitas<sup>285</sup>. Kategori-kategori dan bentuk-bentuk intuisi ini berfungsi sebagai "kerangka kerja" kognisi kita, yang dengannya data mentah dari sensasi diorganisasikan menjadi pengalaman yang koheren dan dapat dipahami. Oleh karena itu, meja yang kita lihat, suara yang kita dengar, atau konsep gravitasi yang kita pahami, semuanya adalah fenomena. Mereka adalah representasi mental dan sensorik dari sesuatu yang mendasari, namun bukan *sesuatu itu sendiri*<sup>286</sup>. Dunia fenomenal adalah domain ilmu pengetahuan empiris, tempat di mana prinsip-prinsip sains dapat diterapkan secara valid, karena sains berurusan dengan hubungan kausal antara objek-objek sebagaimana mereka tampak kepada kita, bukan hakikat transenden mereka.

#### **a. Dunia Noumenal: Hakikat yang Tak Tergapai Nalar Murni**

Berlawanan dengan dunia fenomenal, Kant memperkenalkan konsep dunia *noumenal*, atau juga disebut sebagai *Ding an*

*sich* (benda pada dirinya sendiri). Ini adalah realitas yang ada secara independen dari persepsi dan pemahaman kita; ia adalah "sesuatu itu sendiri" sebagaimana adanya, terlepas dari bagaimana ia muncul bagi kita<sup>287</sup>. Berbeda dengan fenomena, noumena tidak dapat diakses secara langsung oleh indera atau nalar murni manusia. Kant menegaskan bahwa nalar manusia memiliki batas yang inheren, dan setiap upaya untuk menerapkan kategori-kategori pemahaman (yang hanya valid dalam lingkup pengalaman fenomenal) pada noumena akan menghasilkan antinomi atau kontradiksi yang tak terpecahkan<sup>288</sup>. Keberadaan Tuhan, kebebasan, dan keabadian jiwa, misalnya, adalah ide-ide noumenal yang tidak dapat dibuktikan atau dibantah secara rasional melalui pengalaman empiris. Meskipun noumena tidak dapat dikenal, Kant tidak menolak keberadaannya. Sebaliknya, ia menganggapnya sebagai prasyarat bagi adanya fenomena, sebagai sumber "bahan" yang kemudian diolah oleh pikiran kita menjadi pengalaman. Noumena, dalam pandangan Kant, berfungsi sebagai konsep pembatas, penanda batas bagi pengetahuan yang hanya dapat dicapai oleh nalar murni<sup>289</sup>.

#### **b. Implikasi dan Kritik Terhadap Dikotomi Kantian**

Dikotomi fenomenal-noumenal Kantian memiliki implikasi signifikan. Secara epistemologis, ia membatasi klaim pengetahuan manusia pada ranah yang dapat dialami dan diproses oleh pikiran, sekaligus memberikan landasan kokoh bagi sains empiris. Secara metafisik, ia secara fundamental menantang klaim-klaim tradisional tentang pengetahuan tentang Tuhan, alam semesta, dan jiwa, menempatkannya di luar jangkauan nalar teoritis. Namun, konsep

noumena juga menimbulkan perdebatan sengit. Beberapa filsuf pasca-Kantian, seperti Fichte dan Hegel, merasa tidak puas dengan "celah" antara fenomena dan noumena, dan berusaha untuk "mengatasi" noumena, menyatukannya kembali dengan pemahaman atau bahkan menolaknya sama sekali sebagai konsep yang tidak koheren<sup>290</sup>. Kritikus lain mempertanyakan bagaimana kita bisa tahu tentang keberadaan noumena jika ia sama sekali tidak dapat diakses, atau bagaimana noumena dapat menjadi penyebab fenomena jika kausalitas adalah kategori yang hanya berlaku dalam dunia fenomenal. Terlepas dari kritik, kontribusi Kant tetap monumental dalam memetakan batas-batas nalar dan memisahkan ranah pengetahuan (sains) dari ranah keyakinan (moralitas dan agama)<sup>291</sup>.

### **c. Melampaui Dikotomi: Perspektif Keagamaan dan Spiritual**

Meskipun Kant menegaskan keterbatasan nalar dalam memahami noumena, pertanyaan tentang realitas yang melampaui persepsi indrawi tetap menjadi inti dari banyak tradisi keagamaan dan spiritual. Dalam konteks Islam, misalnya, konsep *Al-Ghaib* (yang tak terlihat atau ghaib) sangat relevan dengan diskusi noumenal. *Al-Ghaib* merujuk pada segala sesuatu yang tidak dapat dijangkau oleh panca indera atau akal murni manusia, meliputi keberadaan Allah, malaikat, hari kiamat, surga, neraka, dan dimensi spiritual lainnya<sup>292</sup>. Iman kepada *Al-Ghaib* adalah salah satu pilar keimanan yang fundamental dalam Islam, sebagaimana disebutkan dalam Al-Qur'an: "Kitab (Al-Qur'an) ini tidak ada keraguan padanya; petunjuk

bagi mereka yang bertakwa, (yaitu) mereka yang beriman kepada yang ghaib..."<sup>293</sup>.

Berbeda dengan Kant yang menjelaskan ketidakmampuan nalar untuk memahami noumena, Islam mengajarkan bahwa pengetahuan tentang Al-Ghaib sebagian diberikan melalui wahyu ilahi (Al-Qur'an dan Sunnah Nabi Muhammad SAW), yang berfungsi sebagai petunjuk bagi manusia. Meskipun tidak dapat diakses secara empiris, keberadaan Al-Ghaib diterima melalui keyakinan yang teguh, seringkali diperkuat oleh tanda-tanda (ayat-ayat) dalam alam semesta fenomenal yang menunjuk pada Pencipta dan tujuan yang lebih besar<sup>294</sup>. Selain itu, konsep *Tawhid* (keesaan Allah) menegaskan bahwa Allah adalah realitas absolut dan transenden, yang keberadaan-Nya melampaui segala bentuk representasi atau konsepsi manusia<sup>295</sup>. Meskipun manusia tidak dapat memahami hakikat Zat-Nya secara keseluruhan, atribut-atribut-Nya (asmaul husna) dapat dimengerti melalui manifestasi-Nya di dunia fenomenal dan melalui wahyu. Bagi sebagian pemikir Muslim, pengalaman spiritual atau *kashf* (tersingkapnya tabir) dapat memberikan "pengetahuan langsung" tentang realitas yang melampaui batas-batas indrawi, meskipun ini bukanlah pengetahuan rasional-empiris ala Kant, melainkan bentuk gnosis atau pemahaman intuitif<sup>296</sup>. Dengan demikian, sementara Kant menetapkan batas-batas ketat bagi nalar, tradisi keagamaan menawarkan jalur lain iman dan intuisi spiritual untuk mendekati dimensi eksistensi yang melampaui apa yang dapat direpresentasikan secara fenomenal.

Perbedaan antara representasi fenomenal dan keberadaan noumenal, yang diperkenalkan secara brilian oleh Immanuel Kant, tetap menjadi kerangka kerja esensial untuk memahami batasan dan potensi pengetahuan manusia. Dunia fenomenal adalah arena di mana kita mengalami, mengukur, dan memahami realitas berdasarkan struktur kognitif kita, menjadi domain valid bagi sains. Sementara itu, dunia noumenal menunjukkan adanya realitas di luar jangkauan langsung nalar dan indera, menantang klaim-klaim metafisis tradisional. Meskipun Kant membatasi akses nalar kita ke noumena, pertanyaan tentang apa yang ada "di balik tirai" tetap relevan, terutama dalam tradisi keagamaan yang mengklaim adanya realitas transenden yang dapat diakses melalui wahyu dan iman. Dengan demikian, kontemplasi tentang fenomena dan noumena bukan hanya latihan filosofis, melainkan sebuah eksplorasi abadi mengenai hakikat realitas dan tempat manusia di dalamnya, mendorong kita untuk terus mencari pemahaman baik melalui nalar maupun melalui jalur-jalur spiritual yang melampaui keterbatasan persepsi indrawi.

### **Mimpi sebagai Jalan Penyingkapan Rahasia Realitas?**

Fenomena mimpi telah lama menjadi sumber intrik dan spekulasi dalam berbagai disiplin ilmu, mulai dari neurosains, psikologi, filsafat, hingga teologi dan spiritualitas. Dari sudut pandang ilmiah modern, mimpi dianggap sebagai produk aktivitas otak selama fase tidur REM (Rapid Eye Movement) yang merefleksikan proses kognitif, emosional, dan konsolidasi

memori<sup>297</sup>. Namun, sepanjang sejarah peradaban manusia, mimpi juga sering kali dipercaya memiliki dimensi yang lebih dalam, bertindak sebagai kanal untuk menerima pesan-pesan penting, bimbingan, bahkan penyingkapan rahasia realitas yang melampaui batas kesadaran normal. Pertanyaan mendasar yang muncul adalah, apakah mimpi memang memiliki kapasitas untuk menjadi jalan penyingkapan rahasia realitas, ataukah ia sekadar proyeksi kompleks dari alam bawah sadar individu yang terisolasi?

Secara neurobiologis, mimpi adalah pengalaman subjektif yang kompleks, melibatkan aktivasi area otak yang terkait dengan emosi, citra visual, dan narasi, walaupun dengan kontrol logis yang seringkali absen<sup>298</sup>. Fungsi-fungsi yang dihipotesiskan meliputi pemrosesan emosi traumatis, konsolidasi memori, pemecahan masalah, dan bahkan persiapan kognitif untuk menghadapi ancaman di masa depan<sup>299</sup>. Dari perspektif ini, mimpi adalah manifestasi internal dari kerja otak, yang meskipun mungkin memberikan wawasan tentang kondisi psikologis seseorang, namun jarang dianggap sebagai jendela langsung menuju realitas eksternal yang objektif. Para ilmuwan skeptis berpendapat bahwa setiap "penyingkapan" yang terjadi dalam mimpi lebih merupakan hasil dari rekonstruksi dan interpretasi informasi yang sudah ada dalam memori individu, bukan penerimaan informasi baru dari dimensi luar<sup>300</sup>.

Namun, pandangan ini tidak sepenuhnya mencakup spektrum interpretasi historis dan filosofis. Dalam banyak kebudayaan kuno, termasuk Mesir, Yunani, dan tradisi pribumi, mimpi dipandang

sebagai domain sakral di mana dewa-dewi, leluhur, atau roh dapat berkomunikasi dengan manusia, memberikan peringatan, petunjuk, atau ramalan tentang masa depan<sup>301</sup>. Carl Jung, seorang psikiater dan pendiri psikologi analitik, mengemukakan konsep "ketidaksadaran kolektif" (collective unconscious), suatu lapisan terdalam dari jiwa yang berisi arketipe universal dan pola-pola primordial yang diwarisi dari nenek moyang<sup>302</sup>. Bagi Jung, mimpi adalah jembatan menuju ketidaksadaran kolektif ini, memungkinkan individu untuk mengakses kebijaksanaan universal dan simbol-simbol yang melampaui pengalaman pribadi mereka, sehingga berpotensi mengungkap aspek-aspek realitas psikis yang lebih luas.

Dari perspektif religius, khususnya dalam tradisi Islam, mimpi memiliki dimensi yang sangat signifikan. Al-Qur'an dan Hadis mengklasifikasikan mimpi menjadi beberapa jenis: *ru'ya salihah* (mimpi yang benar/baik), mimpi dari setan (syaitan), dan mimpi karena bisikan jiwa (hadis an-nafs)<sup>303</sup>. *Ru'ya salihah* sering disebut sebagai "satu bagian dari empat puluh enam bagian kenabian," menunjukkan bahwa ia bisa menjadi sarana komunikasi ilahi atau petunjuk dari Allah SWT<sup>304</sup>. Kisah Nabi Yusuf AS dalam Al-Qur'an, di mana mimpinya tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan bersujud kepadanya, serta kemampuannya menafsirkan mimpi raja dan narapidana, secara eksplisit menunjukkan mimpi sebagai alat penyingkapan peristiwa masa depan dan rahasia takdir<sup>305</sup>. Hadis-hadis Nabi Muhammad SAW juga banyak menguatkan posisi mimpi yang benar sebagai bagian dari kabar

gembira dan peringatan, yang membutuhkan penafsiran (ta'bir) yang bijaksana dari orang yang berilmu<sup>306</sup>. Dalam konteks ini, mimpi *bukan hanya* refleksi diri, melainkan potensi mekanisme di mana realitas supranormal atau kebenaran yang tersembunyi dapat diakses.

Meskipun demikian, gagasan mimpi sebagai jalan penyingkapan rahasia realitas tidak terlepas dari tantangan dan perdebatan. Salah satu kendala utama adalah sifat subjektif dan amorf dari pengalaman mimpi itu sendiri. Interpretasi mimpi seringkali sangat personal dan rentan terhadap bias konfirmasi, di mana individu cenderung menafsirkan mimpi sesuai dengan keyakinan atau harapan yang sudah ada<sup>307</sup>. Verifikasi empiris terhadap "penyingkapan rahasia realitas" melalui mimpi, di luar pengalaman anekdotal atau interpretasi retrospektif, sangatlah sulit dilakukan. Lebih jauh lagi, batasan antara mimpi yang inspiratif dan delusi psikologis seringkali kabur, menuntut kehati-hatian dalam menafsirkan pengalaman ini<sup>308</sup>.

Pertanyaan tentang apakah mimpi adalah jalan penyingkapan rahasia realitas adalah kompleks dan multidimensional, tidak dapat dijawab secara sederhana dengan "ya" atau "tidak". Dari sudut pandang neurobiologis, mimpi memang merefleksikan kerja internal otak, namun fungsinya dalam konsolidasi memori dan pemecahan masalah secara tidak langsung dapat "menyingkap" solusi atau pemahaman yang sebelumnya tidak disadari dalam realitas kognitif individu. Perspektif historis dan filosofis, khususnya konsep ketidaksadaran kolektif Jung, membuka kemungkinan

adanya akses ke realitas psikis yang lebih luas. Sementara itu, tradisi religius, terutama dalam Islam, secara eksplisit mengakui mimpi yang benar sebagai saluran komunikasi ilahi dan penyingkap takdir atau kebenaran yang gaib. Meskipun demikian, objektivitas, verifikasi, dan interpretasi yang akurat tetap menjadi tantangan krusial. Mungkin, mimpi bukanlah pintu gerbang langsung menuju realitas fisik eksternal, melainkan sebuah cermin yang memantulkan dan, pada kasus-kasus tertentu, menawarkan kisi-kisi rahasia realitas internal diri, realitas psikis kolektif, dan bahkan realitas transenden, yang semuanya saling terkait dalam jalinan eksistensi manusia. Eksplorasi lebih lanjut dengan pendekatan interdisipliner sangat diperlukan untuk menguak misteri abadi ini.

## **Dimensi Malakut dan 'Alam al-Mitsal dalam Wacana Metafisika Islam**

### **Hirarki Keberadaan dalam Kosmologi Islam: Mulk, Malakut, Jabarut**

Metafisika Islam menawarkan suatu pandangan kosmologis yang kaya dan berlapis, melampaui realitas fisik yang tampak oleh indra kita. Inti dari pandangan ini adalah hirarki keberadaan yang terstruktur, dimulai dari manifestasi paling kasar hingga hakikat ilahiah yang paling murni. Dalam kerangka ini, dimensi Malakut dan 'Alam al-Mitsal muncul sebagai entitas krusial yang menjembatani dunia material dan spiritual, memberikan pemahaman mendalam tentang sifat realitas, pengetahuan, dan eksistensi manusia. Pemahaman terhadap dimensi-dimensi ini tidak hanya

memperkaya wacana filosofis dan teologis, tetapi juga membimbing pencarian spiritual menuju hakikat kebenaran yang tak terbatas.

Kosmologi Islam secara tradisional mengklasifikasikan alam semesta ke dalam beberapa tingkatan atau dimensi ontologis yang saling terkait dan merupakan manifestasi berjenjang dari Realitas Absolut (Allah). Hirarki ini, meskipun mungkin memiliki variasi nomenklatur di antara berbagai mazhab pemikiran, umumnya mencakup tiga tingkatan utama: Mulk, Malakut, dan Jabarut, yang masing-masing merepresentasikan level manifestasi Ilahi yang berbeda<sup>309</sup>.

### **1. Dunia Mulk (Alam Materi dan Bentuk Fisik)**

Dunia Mulk, atau 'Alam al-Shahadah, merupakan dimensi keberadaan yang paling akrab dengan pengalaman indrawi manusia. Inilah alam materi dan bentuk-bentuk fisik yang dapat kita lihat, sentuh, dan ukur, tempat di mana hukum-hukum fisika bekerja secara nyata. Dalam konteks Al-Quran, dunia Mulk sering kali diacu sebagai "langit dan bumi" atau "segala sesuatu yang tampak"<sup>310</sup>. Para filosof dan sufi memahami Mulk sebagai manifestasi terluar dan terpadat dari realitas, di mana bentuk-bentuk spiritual dari tingkatan yang lebih tinggi termanifestasi dalam wujud material yang terbatas dan temporal. Meskipun terlihat mandiri, setiap entitas dalam Mulk pada hakikatnya merupakan refleksi dan penampakan dari kebenaran-kebenaran yang lebih luhur dari alam di atasnya<sup>311</sup>.

### **2. Dimensi Malakut (Alam Ruh dan Bentuk Archetypal)**

Malakut, secara etimologis berasal dari kata "malaka" yang berarti memiliki atau menguasai, sering diartikan sebagai alam ruh,

alam malaikat, atau alam perintah (amr) Ilahi. Ini adalah dimensi yang lebih halus dan tak terlihat oleh mata fisik, namun merupakan sumber dan pengatur bagi dunia Mulk. Al-Quran menyinggung dimensi Malakut ketika menyebutkan kekuasaan Allah atas segala sesuatu, baik yang tampak maupun yang gaib<sup>312</sup>. Dalam pemikiran Ibnu Sina dan Al-Ghazali, Malakut adalah alam tempat residesnya ruh-ruh murni, akal-akal aktif (malaikat), dan bentuk-bentuk archetypal (al-suwar al-asliyyah) yang menjadi cetak biru bagi segala sesuatu di alam Mulk<sup>313</sup>. Setiap fenomena di alam Mulk memiliki korespondensi di alam Malakut, yang merupakan esensi batinnya. Misalnya, pohon yang kita lihat di dunia nyata memiliki akar spiritual dan bentuk ruhani di alam Malakut. Pengetahuan tentang Malakut tidak diperoleh melalui indra, melainkan melalui intuisi spiritual (kashf) atau intelek murni. Ini adalah dunia di mana perintah-perintah Ilahi secara langsung termanifestasi sebelum diturunkan ke alam Mulk.

### **3. Dimensi Jabarut (Alam Kekuasaan dan Atribut Ilahi)**

Jabarut, berasal dari kata "jabara" yang berarti memaksa atau memulihkan, sering diinterpretasikan sebagai alam kekuatan dan kekuasaan Ilahi yang tak terbatas. Ini adalah dimensi yang lebih tinggi dan lebih dekat dengan Realitas Absolut daripada Malakut. Dalam wacana sufistik, Jabarut adalah alam di mana nama-nama dan sifat-sifat Ilahi (Asma' wa Sifat) termanifestasi secara kolektif, sebelum terpecah menjadi bentuk-bentuk yang lebih spesifik di Malakut dan Mulk<sup>314</sup>. Ini adalah alam intelek murni (‘aql al-kull), di mana realitas-realitas universal (al-haqa'iq al-kulliyah) berada.

Para arif billah memandang Jabarut sebagai batas tertinggi yang dapat dicapai oleh kesadaran makhluk sebelum melampaui diri sendiri menuju Keesaan Mutlak (Lahut). Pengetahuan tentang Jabarut adalah pengetahuan tentang "keesaan tindakan" (tawhid al-af'al) dan "keesaan sifat" (tawhid al-sifat) Allah, di mana segala sesuatu dilihat sebagai manifestasi langsung dari Kehendak Ilahi yang Maha Kuasa<sup>315</sup>.

#### **4. Dimensi Malakut dan 'Alam al-Mitsal: Jembatan antara Dunia Material dan Spiritual**

Meskipun Malakut telah didefinisikan sebagai alam ruh dan bentuk archetypal, dalam beberapa tradisi metafisika Islam, khususnya dalam filsafat iluminasionis (Isyraq) Suhrawardi dan gnosis (irfan) Ibnu 'Arabi, sebuah dimensi yang lebih spesifik dan unik yang dikenal sebagai 'Alam al-Mitsal atau 'Alam al-Khayal ('Alam al-Barzakh) menjadi sangat penting. Alam ini berfungsi sebagai jembatan esensial antara dunia Mulk yang kasat mata dan dunia Malakut yang murni spiritual<sup>316</sup>.

**a. Konsep 'Alam al-Mitsal** 'Alam al-Mitsal, yang dapat diterjemahkan sebagai 'dunia perumpamaan' atau 'dunia citra/imajinasi', adalah alam tersendiri yang berbeda baik dari dunia indrawi maupun dunia intelektual murni. Ini bukan alam materi dalam pengertian fisik, tetapi juga bukan alam abstrak yang bebas dari bentuk. Sebaliknya, ia adalah alam bentuk-bentuk yang tidak memiliki substansi material, yang sering digambarkan sebagai 'bentuk-bentuk yang berdiri sendiri' (suwar qā'imah bi-dhātihā)<sup>317</sup>. Suhrawardi, dengan doktrinnya tentang 'Alam al-Mitsal sebagai 'dunia imaginal', menegaskan

bahwa alam ini adalah tempat di mana visiun, mimpi, pengalaman kenabian (mi'raj), dan bahkan peristiwa pasca-kematian (seperti alam kubur atau barzakh) terjadi. Ini adalah realitas objektif yang dapat diakses oleh fakultas imajinasi yang suci, bukan sekadar fantasi subjektif<sup>318</sup>.

Ibnu 'Arabi juga mengembangkan konsep serupa melalui 'Alam al-Khayal, menekankan bahwa alam ini adalah manifestasi dari nama-nama Ilahi dalam bentuk-bentuk yang dapat dialami secara imaginal. Baginya, 'Alam al-Khayal adalah tempat di mana makna-makna spiritual mengambil bentuk-bentuk yang sesuai, memungkinkan komunikasi antara realitas spiritual dan kesadaran manusia<sup>319</sup>. Dalam alam ini, entitas dapat memiliki sifat-sifat yang kontradiktif di dunia fisik, seperti sesuatu yang ada dan sekaligus tidak ada, atau yang tampak tanpa substansi material, mencerminkan fleksibilitas dan fluiditas realitas di luar batasan Mulk.

**b. Hubungan Malakut dan 'Alam al-Mitsal** Hubungan antara Malakut dan 'Alam al-Mitsal bersifat inklusif dan hierarkis. 'Alam al-Mitsal pada dasarnya adalah suatu 'lapisan' atau 'faset' dari Malakut yang spesifik, yang secara langsung berkaitan dengan penampakan bentuk-bentuk imaginatif. Jika Malakut adalah alam ruh dan archetyp murni yang bersifat universal dan non-temporal, maka 'Alam al-Mitsal adalah alam di mana archetyp-archetyp tersebut termanifestasi dalam bentuk-bentuk partikular yang dapat dilihat atau dialami oleh kesadaran yang tercerahkan, baik itu dalam mimpi, visiun, atau pengalaman spiritual<sup>320</sup>.

Malakut menyediakan 'esensi' atau 'prototipe' ruhani, sementara 'Alam al-Mitsal menyediakan 'cetakan' atau 'citra' bagi esensi tersebut untuk termanifestasi sebelum ia mengeras menjadi bentuk fisik di Mulk. Oleh karena itu, 'Alam al-Mitsal sering dianggap sebagai 'buffer' atau 'jaring pengaman' antara dunia spiritual murni dan dunia material. Ia memungkinkan transmisi dan penerjemahan makna-makna spiritual ke dalam bentuk-bentuk yang dapat dipahami oleh jiwa manusia, dan sebaliknya, memungkinkan jiwa untuk memiliki pengalaman transendental yang melampaui batasan fisik<sup>321</sup>.

Sebagai contoh, penampakan Jibril kepada Nabi Muhammad SAW dalam wujud manusia adalah manifestasi dari Malakut (karena Jibril adalah ruh suci dari Malakut) yang mengambil bentuk di 'Alam al-Mitsal, sehingga dapat dipersepsi secara visual oleh Nabi. Demikian pula, pengalaman spiritual yang mendalam, visiun para sufi, dan simbolisme dalam mimpi adalah manifestasi dari realitas Malakut melalui medium 'Alam al-Mitsal<sup>322</sup>.

Pemahaman tentang hirarki keberadaan ini Mulk, Malakut, Jabarut, dengan 'Alam al-Mitsal sebagai dimensi krusial di antaranya memiliki implikasi mendalam bagi metafisika dan jalur spiritual dalam Islam.

Pertama, ia menekankan bahwa realitas tidak terbatas pada apa yang dapat dijangkau oleh indra fisik, melainkan meluas ke dimensi-dimensi yang lebih halus dan luhur. Ini membuka pintu bagi validitas pengetahuan intuitif dan pengalaman mistik sebagai sumber kebenaran<sup>323</sup>.

Kedua, konsep ini menegaskan sifat manifestasi wahdat al-wujud (kesatuan eksistensi), di mana setiap tingkatan adalah manifestasi dari Realitas Ilahi yang Sama. Mulk adalah 'bayangan' dari Malakut, dan Malakut adalah 'bayangan' dari Jabarut, semuanya berasal dari Samudra Lahut (Keesaan Ilahi)<sup>324</sup>. Pengetahuan tentang hirarki ini memungkinkan seorang pencari kebenaran untuk melihat Realitas Ilahi dalam setiap tingkatan eksistensi, dari atom terkecil hingga galaksi terjauh.

Ketiga, bagi individu, pemahaman tentang 'Alam al-Mitsal sangat relevan dalam memahami pengalaman mimpi, visiun, dan bahkan alam pasca-kematian (Barzakh). Alam ini memungkinkan transisi jiwa setelah kematian dari dunia fisik ke alam ruhani, di mana ia mengalami konsekuensi perbuatannya dalam bentuk-bentuk imaginal yang sesuai<sup>325</sup>. Lebih jauh, kultivasi faculty imajinasi murni dapat menjadi alat bagi jiwa untuk naik melampaui batasan Mulk, mengakses kebijaksanaan dari Malakut, dan pada akhirnya mendekatkan diri pada Realitas Absolut.

Dalam puncak wacana metafisika Islam, dimensi Malakut dan 'Alam al-Mitsal bukanlah sekadar konsep abstrak, melainkan merupakan fondasi esensial untuk memahami hirarki keberadaan yang kompleks. Dari Mulk yang kasat mata, Malakut yang ruhani, hingga Jabarut yang bersifat ilahiah, setiap alam adalah cermin yang memantulkan keagungan Realitas Mutlak. 'Alam al-Mitsal, dengan perannya sebagai jembatan imaginal, memungkinkan realitas-realitas spiritual untuk termanifestasi dalam bentuk yang dapat

diakses oleh kesadaran manusia, memfasilitasi komunikasi antara yang suci dan yang profan, antara yang ghaib dan yang nyata.

Penjelajahan dimensi-dimensi ini tidak hanya memperluas horison intelektual kita tentang kosmos, tetapi juga mendorong perjalanan spiritual batin. Dengan menyadari bahwa kita hidup dalam alam semesta yang berlapis-lapis dan saling terhubung, kita diundang untuk melampaui ilusi dunia fisik dan merenungkan kedalaman Realitas Ilahi yang tak terbatas. Pemahaman ini pada akhirnya menuntun manusia kepada pengenalan diri dan pengenalan Tuhannya, sebuah perjalanan yang tak berujung dalam samudra pengetahuan dan keberadaan.

### **Mimpi sebagai Perjalanan Ruh ke 'Alam al-Mitsal**

Terdapat fenomena universal yang senantiasa memukau nalar manusia sejak zaman kuno hingga era modern, yaitu mimpi. Secara umum, kajian kontemporer cenderung mendekati mimpi dari perspektif psikologis atau neurologis, mengaitkannya dengan aktivitas otak, ingatan, atau representasi alam bawah sadar. Namun, dalam tradisi pemikiran Islam, khususnya di ranah filsafat dan tasawuf, mimpi dipandang sebagai suatu peristiwa ontologis yang lebih mendalam, sebuah perjalanan atau manifestasi ruh ke "Alam al-Mitsal"<sup>326</sup>.

#### **a. 'Alam al-Mitsal: Jembatan Antara Fisik dan Metafisik**

Untuk memahami mimpi sebagai perjalanan ruh, esensial untuk mengkaji konsep 'Alam al-Mitsal. Dalam kosmologi Islam, 'Alam al-Mitsal (Dunia Citra atau Dunia Arketipe) adalah sebuah alam

intermediasi yang berada di antara alam material (dunia indrawi) dan alam spiritual murni (dunia akal atau ruh). Istilah ini dipopulerkan secara signifikan oleh filsuf Isyraqi terkemuka, Shihab al-Din Yahya Suhrawardi (w. 1191 M), yang memosisikannya sebagai dunia imajinal murni, tempat segala sesuatu memiliki wujud non-materi namun tetap memiliki bentuk dan citra<sup>327</sup>. Alam ini bukanlah alam fisik dalam pengertian ruang dan waktu yang terukur, namun juga bukan alam inteligensi murni yang tanpa bentuk. Ia adalah alam tempat ide-ide Plato dan arketipe Jungian dapat mengambil bentuk substantif, tempat makna-makna abstrak menjelma menjadi citra-citra konkret, dan tempat entitas spiritual dapat berinteraksi dengan kesadaran melalui medium simbolis<sup>328</sup>. Di 'Alam al-Mitsal, objek tidak tunduk pada hukum fisika seperti gravitasi atau pembusukan, namun memiliki eksistensi yang nyata dan independen, seringkali disebut sebagai "tubuh-tubuh halus" atau "bentuk-bentuk imajinal"<sup>329</sup>.

#### **b. Ruh: Entitas Perjalanan dalam Tidur**

Dalam tradisi Islam, ruh adalah entitas misterius yang menjadi esensi kehidupan dan kesadaran, yang ditiupkan oleh Tuhan ke dalam tubuh manusia<sup>330</sup>. Ruh bukanlah organ fisik dan keberadaannya tidak terbatas pada dimensi materi. Ketika manusia terjaga, ruh terikat erat dengan jasad dan inderanya, memungkinkannya berinteraksi dengan dunia fisik. Namun, saat tidur, terjadi pemisahan parsial antara ruh dan jasad, sebuah peristiwa yang dalam Al-Qur'an digambarkan sebagai "kematian kecil"<sup>331</sup>. Dalam kondisi ini, ruh menjadi relatif bebas dari batasan-

batasan fisik, memungkinkan ia untuk melakukan perjalanan ke alam-alam lain yang tidak dapat diakses oleh indra fisik. Kebebasan ini bukan berarti ruh sepenuhnya meninggalkan jasad, melainkan ia memasuki dimensi eksistensi yang berbeda, di mana interaksinya dengan 'Alam al-Mitsal menjadi mungkin. Inilah yang menjadi dasar ontologis bagi pengalaman mimpi yang mendalam dan bermakna.

### **c. Mekanisme Perjalanan dan Manifestasi Mimpi**

Ketika raga terlelap, dan ruh mengalami pelepasan parsial dari ikatan fisik, ia pun melesat, seolah-olah melakukan perjalanan ke 'Alam al-Mitsal. Dalam alam ini, ruh dapat berinteraksi dengan beragam citra, bentuk, dan arketipe yang bersemayam. Pengalaman yang ditemui ruh di 'Alam al-Mitsal kemudian diterjemahkan atau dimanifestasikan dalam kesadaran penidur sebagai mimpi<sup>332</sup>. Penting untuk dipahami bahwa manifestasi ini seringkali bersifat simbolis. Misalnya, melihat susu dalam mimpi bisa melambangkan ilmu atau fitrah, atau melihat seekor binatang buas bisa melambangkan nafsu atau musuh. Kemampuan ruh untuk menembus 'Alam al-Mitsal ini menjelaskan mengapa mimpi seringkali tidak mengikuti logika dunia fisik dan dapat menampilkan peristiwa-peristiwa yang melampaui ruang dan waktu.

Tidak semua mimpi memiliki kualitas yang sama. Tradisi Islam membedakan antara *ru'ya sâdiqah* (mimpi yang benar atau nyata) dan *adghath ahlam* (mimpi-mimpi kacau atau kosong). *Ru'ya sâdiqah* adalah manifestasi murni dari perjalanan ruh ke 'Alam al-Mitsal yang membawa pesan, isyarat, atau pengetahuan sejati<sup>333</sup>. Mimpi-mimpi kenabian dan mimpi orang-orang saleh termasuk

dalam kategori ini, seperti mimpi Nabi Yusuf tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud kepadanya, yang kemudian terbukti menjadi kenyataan<sup>334</sup>. Di sisi lain, *adghath ahlam* dianggap sebagai refleksi dari pikiran-pikiran yang kacau, keinginan bawah sadar, atau gangguan fisik saat tidur, yang tidak berasal dari kunjungan ruh ke 'Alam al-Mitsal, melainkan sekadar "bungkam" atau "omong kosong" dari pikiran<sup>335</sup>. Ini menunjukkan bahwa meskipun ruh selalu "berjalan" saat tidur, kualitas penyerapan dan manifestasi pengalamannya dapat bervariasi.

Pandangan mimpi sebagai perjalanan ruh ke 'Alam al-Mitsal memiliki implikasi metafisik dan spiritual yang mendalam. Pertama, ini menegaskan bahwa realitas tidak terbatas pada apa yang dapat diindera secara fisik. Ada dimensi-dimensi lain dari eksistensi yang dapat diakses oleh kesadaran melalui ruh. Kedua, mimpi, khususnya *ru'ya sâdiqah*, menjadi sumber pengetahuan (gnosis) atau *ilm ladunni* (ilmu langsung dari Tuhan) yang melampaui proses belajar rasional atau empiris<sup>336</sup>. Ini menjelaskan mengapa mimpi sering kali menjadi petunjuk penting bagi para nabi, wali, atau individu yang melakukan perjalanan spiritual. Ketiga, konsep ini memperkaya pemahaman kita tentang hubungan antara ruh dan jasad, menyoroiti kemandirian ruh dan kemampuannya untuk eksis dan berinteraksi di luar batasan materi. Mimpi bukan sekadar ilusi atau produk sampingan aktivitas otak, melainkan sebuah gerbang ke realitas yang lebih luas, sebuah medan di mana manusia dapat mengalami koneksi langsung dengan dimensi-dimensi eksistensi yang lebih tinggi dan menemukan makna-makna yang

tersembunyi<sup>337</sup>. Dari ulasan di atas, dapat disimpulkan bahwa dalam perspektif metafisika Islam, mimpi bukanlah sekadar fenomena psikologis atau neurologis belaka, melainkan suatu peristiwa ontologis yang melibatkan perjalanan ruh ke 'Alam al-Mitsal. Alam intermediasi ini, sebagai jembatan antara dunia material dan spiritual, memberikan ruang bagi ruh untuk berinteraksi dengan citra-citra dan arketipe yang mendalam, yang kemudian termanifestasi sebagai pengalaman mimpi. Perbedaan antara mimpi yang benar dan mimpi kacau menegaskan kualitas dan sumber pengalaman mimpi yang berbeda. Pemahaman ini tidak hanya memperkaya kajian tentang hakikat mimpi, tetapi juga membuka cakrawala baru dalam memahami realitas, potensi ruh, dan sumber pengetahuan yang melampaui batas-batas indrawi. Mimpi, dalam kerangka ini, adalah bukti nyata akan multi-dimensinya eksistensi manusia dan alam semesta, sebuah gerbang menuju kebijaksanaan yang lebih dalam.

### **Perspektif Sufik dan Falsafi**

Dalam lanskap intelektual Islam yang kaya, dialog antara tradisi sufisme dan filsafat telah melahirkan berbagai pemikiran mendalam mengenai hakikat keberadaan, epistemologi, dan jalan menuju pengetahuan Ilahi. Dua figur sentral yang merepresentasikan nuansa diskusi ini adalah Muhyiddin Ibnu Arabi, sang "Syaiikh al-Akbar" dengan ajaran metafisik sufistiknya, dan Ibn Tufayl, melalui karya alegoris filosofisnya, *Hayy Ibn Yaqzan*. Memahami kedua entitas ini Ibnu Arabi sebagai arsitek sistem metafisika sufisme yang

kompleks dan Hayy Ibn Yaqzan sebagai narasi alegoris tentang pencarian kebenaran melalui akal dan intuisi memungkinkan kita untuk menelisik konvergensi dan divergensi perspektif sufik dan falsafi dalam mendekati Realitas Mutlak. Analisis ini akan mengeksplorasi bagaimana kedua tradisi ini menawarkan jalur yang berbeda namun saling melengkapi dalam memahami eksistensi, pengetahuan, dan posisi manusia di alam semesta.

#### **a. Ibnu Arabi: Metafisika Sufi dan Kesatuan Wujud**

Ibnu Arabi (w. 1240 M), seorang mistikus dan pemikir Andalusia, mengembangkan sistem metafisika sufisme yang paling komprehensif dan berpengaruh dalam sejarah Islam, yang dikenal dengan doktrin *Wahdat al-Wujud* (Kesatuan Wujud)<sup>338</sup>. Doktrin ini tidak mengimplikasikan panteisme dalam pengertian Barat, melainkan menegaskan bahwa hanya ada satu Realitas Hakiki Allah dan segala sesuatu selain-Nya adalah manifestasi (Tajalli) atau penampakan dari Realitas Tunggal tersebut<sup>339</sup>. Bagi Ibnu Arabi, alam semesta adalah "nafas Sang Maha Rahman" (nafas al-Rahman), sebuah emanasi dari nama-nama dan atribut Ilahi yang tak terbatas. Setiap entitas di alam semesta adalah sebuah ayat (tanda) yang merefleksikan nama-nama Ilahi tersebut, dan manifestasi paling sempurna dari nama-nama ini ditemukan pada *al-Insan al-Kamil* (Manusia Sempurna)<sup>340</sup>. Manusia Sempurna, yang diwujudkan secara arketipal dalam diri Nabi Muhammad , adalah mikrokosmos yang merefleksikan seluruh nama Ilahi, berfungsi sebagai penghubung antara Tuhan dan ciptaan.

Epistemologi Ibnu Arabi berakar kuat pada *kashf* (penyingkapan atau intuisi mistik) dan *dhawq* (pengecapan atau pengalaman langsung), yang melampaui batas-batas akal rasional semata<sup>341</sup>. Meskipun akal memiliki perannya dalam memahami hukum-hukum alam dan sebagian kebenaran, pengetahuan sejati tentang Realitas Hakiki hanya dapat dicapai melalui pengalaman spiritual langsung yang dianugerahkan secara Ilahi. Pengetahuan ini bersifat *hudhuri* (presensial), di mana subjek dan objek pengetahuan menyatu dalam pengalaman non-diskursif. Melalui proses pensucian diri (*tazkiyat al-nafs*) dan zikir (mengingat Allah), seorang salik (penempuh jalan spiritual) dapat mencapai keadaan di mana realitas hakiki menjadi tersingkap baginya, memungkinkannya "melihat" kesatuan di balik keragaman<sup>342</sup>. Dalam pandangannya, syariat adalah jalur eksternal, sedangkan hakikat adalah realitas internal yang harus diselami melalui pengalaman mistik.

#### **b. Hayy Ibn Yaqzan: Alegori Falsafi tentang Penemuan Diri**

Berbeda dengan pendekatan sufistik Ibnu Arabi yang berpusat pada pengalaman batin, Ibn Tufayl (w. 1185 M) dalam *Hayy Ibn Yaqzan* menyajikan sebuah alegori filosofis mengenai pencarian kebenaran melalui kekuatan akal dan pengamatan empiris<sup>343</sup>. Kisah ini menceritakan perjalanan Hayy, seorang anak yang tumbuh sendirian di sebuah pulau terpencil tanpa interaksi manusia. Melalui observasi cermat terhadap alam, eksperimen yang cermat, dan penalaran logis yang ketat, Hayy secara bertahap membangun pemahamannya tentang dunia, dari fenomena fisika dan biologi

hingga prinsip-prinsip metafisika. Perjalanan intelektualnya dibagi menjadi beberapa fase: dari memahami dunia material melalui indra, hingga menyimpulkan keberadaan entitas-entitas non-fisik seperti jiwa, dan puncaknya, pada penemuan akan *Wajib al-Wujud* (Yang Maha Ada dengan Sendirinya) atau Tuhan<sup>344</sup>.

Epistemologi Hayy bersifat autodidaktik dan progresif, dimulai dari pengalaman indrawi (*sensory experience*), lalu berpindah ke penalaran induktif dan deduktif (*rational deduction*), dan akhirnya mencapai tahap kontemplasi intuitif (*intellectual intuition*)<sup>345</sup>. Ia menyadari bahwa pencarian kebahagiaan sejati tidak terletak pada pemenuhan kebutuhan material, tetapi pada penyatuan intelektual dengan Realitas Mutlak. Ketika Hayy akhirnya bertemu dengan Asal, seorang pertapa yang hidup di pulau tetangga, ia menemukan bahwa kebenaran yang telah ia capai melalui akal dan intuisi sejalan dengan ajaran wahyu yang dibawa oleh para nabi. Namun, ia juga menyadari bahwa sebagian besar manusia tidak mampu mencapai tingkat pemahaman ini dan bahwa wahyu berfungsi sebagai petunjuk yang lebih mudah diakses bagi mereka<sup>346</sup>.

### **c. Pertemuan Akal dan Intuisi dalam Pencarian Realitas**

Meskipun Ibnu Arabi dan Hayy Ibn Yaqzan berasal dari tradisi yang berbeda sufisme dan filsafat terdapat titik-titik konvergensi yang signifikan dalam pencarian mereka akan Realitas Mutlak. Keduanya menegaskan adanya Realitas Transenden yang menjadi sumber segala eksistensi. Baik *Wahdat al-Wujud* Ibnu Arabi maupun *Wajib al-Wujud* Hayy Ibn Yaqzan merujuk pada Tuhan sebagai Realitas tunggal yang menjadi fondasi segala sesuatu<sup>347</sup>.

Konsep ini didukung oleh ajaran Al-Quran yang berulang kali menekankan keesaan Tuhan (tauhid) sebagai dasar iman dan pengetahuan, sebagaimana firman Allah dalam Surah Al-Ikhlâs, "Katakanlah (Muhammad), 'Dialah Allah, Yang Maha Esa'"<sup>348</sup>.

Selain itu, kedua tokoh ini mengakui peran penting intuisi atau pengalaman langsung dalam mencapai pengetahuan tertinggi. Meskipun Hayy memulai perjalanannya dengan akal, ia akhirnya mencapai puncak pemahamannya melalui kontemplasi yang mendalam dan bersifat intuitif, sebuah "penglihatan hati" yang membuatnya merasakan kesatuan dengan Wajib al-Wujud<sup>349</sup>. Tahap ini sangat mirip dengan konsep *kashf* dalam tradisi sufisme. Bagi Ibnu Arabi, *kashf* adalah satu-satunya jalan menuju realitas hakiki, sementara bagi Hayy, ia adalah puncak dari perjalanan rasional. Ini menunjukkan adanya spektrum pengetahuan di mana akal memimpin hingga batasnya, kemudian intuisi mengambil alih untuk membawa manusia pada pemahaman yang lebih dalam dan menyeluruh tentang Realitas Ilahi<sup>350</sup>. Kedua narasi ini juga menekankan bahwa tujuan akhir dari pencarian ini adalah penyelarasan diri dengan Realitas Mutlak, yang membawa pada kebahagiaan dan kepuasan batin.

#### **d. Divergensi: Metodologi dan Prioritas Epistemologis**

Meskipun ada konvergensi tematik, perbedaan mendasar antara Ibnu Arabi dan Hayy Ibn Yaqzan terletak pada metodologi dan prioritas epistemologis mereka. Bagi Ibnu Arabi, sumber utama pengetahuan tentang Realitas adalah *kashf* atau *ilham* (inspirasi Ilahi), yang bersifat langsung, non-diskursif, dan melampaui

kemampuan akal. Akal, dalam pandangannya, hanya mampu memahami manifestasi Realitas, bukan Realitas itu sendiri secara esensial<sup>351</sup>. Oleh karena itu, prioritas diberikan pada penempuhan jalan spiritual, riyadhah (latihan spiritual), dan penghapusan tirai nafsu untuk menerima pancaran Ilahi. Ini adalah pengetahuan yang dicapai melalui *dhawq*, sebuah pengecapan langsung yang tidak dapat diungkapkan sepenuhnya dengan kata-kata atau konsep rasional.

Sebaliknya, Hayy Ibn Yaqzan menempatkan akal sebagai fondasi utama pengetahuannya. Perjalanan Hayy adalah demonstrasi kekuatan akal manusia untuk mencapai kebenaran metafisik melalui observasi empiris dan penalaran logis yang sistematis. Meskipun ia mencapai tahap intuitif, tahap ini muncul sebagai kulminasi dari proses rasional yang panjang, bukan sebagai titik awal atau satu-satunya metode<sup>352</sup>. Filsafat, dengan metode rasionalnya, adalah jalur utama yang digambarkan dalam narasi Hayy. Perbedaan ini mencerminkan dikotomi klasik dalam pemikiran Islam: sufisme yang menekankan pengalaman esoteris dan filsafat yang menyoroti penyelidikan rasional. Namun, penting untuk dicatat bahwa Ibn Tufayl tidak sepenuhnya menolak wahyu atau ajaran agama; sebaliknya, ia menunjukkan bagaimana akal yang murni dapat mengonfirmasi kebenuan wahyu, seperti yang ditemukan Hayy dalam pertemuannya dengan Asal<sup>353</sup>.

Kisah Ibnu Arabi dan Hayy Ibn Yaqzan, meskipun berbeda dalam genre dan metodologi, secara kolektif memperkaya pemahaman kita tentang spektrum pencarian kebenaran dalam tradisi Islam.

Ibnu Arabi mewakili kedalaman dan keluasan pengalaman sufistik yang mencari realitas melalui penyingkapan dan penyatuan transenden, sementara Hayy Ibn Yaqzan menyajikan kekuatan akal dan observasi sebagai alat untuk mencapai pemahaman metafisik. Konvergensi mereka terletak pada pengakuan adanya Realitas Mutlak yang tunggal dan pentingnya bentuk pengetahuan yang melampaui batasan indra dan akal biasa. Namun, mereka menyimpang dalam hal prioritas epistemologis, di mana Ibnu Arabi mengutamakan *kashf* dan pengalaman spiritual langsung, sementara Hayy Ibn Yaqzan menekankan peran sentral akal sebagai pemandu utama.

Pada akhirnya, kedua narasi ini bukan hanya sekadar catatan sejarah intelektual, melainkan juga cerminan dari kompleksitas jiwa manusia dalam upaya memahami dirinya dan tempatnya di hadapan Tuhan. Mereka menunjukkan bahwa dalam tradisi Islam, tidak ada satu pun jalan tunggal menuju kebenaran, melainkan berbagai jalur baik yang bersifat intuitif-sufistik maupun rasional-filosofis yang semuanya dapat mengarahkan manusia pada pemahaman yang lebih dalam tentang Realitas Hakiki, serta kebahagiaan abadi sebagaimana yang terkandung dalam Al-Quran, "Dan tidaklah Aku ciptakan jin dan manusia melainkan untuk beribadah kepada-Ku"<sup>354</sup>. Dialektika antara sufisme dan filsafat, sebagaimana terwakili oleh Ibnu Arabi dan Hayy Ibn Yaqzan, terus menawarkan wawasan berharga bagi mereka yang mencari kebijaksanaan dan pemahaman di era modern.

## **Peran Malaikat, Wahyu, dan Isyarat Ilahiah dalam Dunia Mimpi**

Secara tradisional, sains modern cenderung memahami mimpi sebagai produk sampingan dari proses fisiologis otak, seperti konsolidasi memori atau regulasi emosi, yang tercermin dalam aktivitas gelombang otak tertentu selama tidur REM (Rapid Eye Movement)<sup>355</sup>. Namun, reduksionisme semata terhadap aspek biologis seringkali mengabaikan kekayaan dan kedalaman pengalaman subjektif serta implikasi spiritual yang melekat pada mimpi. Dalam banyak filsafat timur dan tradisi Abrahamik, mimpi diakui sebagai sebuah wilayah pengalaman yang melampaui batas-batas kesadaran bangun dan dapat menjadi medium bagi pengetahuan atau petunjuk dari alam gaib<sup>356</sup>. Al-Ghazali, seorang pemikir Islam terkemuka, misalnya, mengidentifikasi mimpi sebagai salah satu jendela menuju alam malakut, di mana jiwa dapat memperoleh wawasan yang tidak dapat diakses oleh indra fisik<sup>357</sup>. Pendekatan ini mengajak kita untuk melihat mimpi tidak hanya sebagai fenomena psikologis atau neurologis, melainkan juga sebagai sebuah entitas ontologis yang memiliki akses ke dimensi yang lebih tinggi, tempat di mana interaksi dengan entitas spiritual menjadi mungkin.

### **a. Malaikat sebagai Intermediari Ilahiah dalam Konteks Mimpi**

Dalam kosmologi Islam, malaikat adalah makhluk suci yang diciptakan dari cahaya, bertindak sebagai pelayan setia Tuhan dan perantara antara kehendak ilahiah dan alam semesta yang diciptakan<sup>358</sup>. Peran mereka tidak terbatas pada tugas-tugas besar seperti menyampaikan wahyu kenabian atau mencatat amal

manusia, tetapi juga meluas ke ranah yang lebih halus, termasuk intervensi dalam dunia mimpi. Malaikat dipahami memiliki kemampuan untuk mempengaruhi pikiran dan hati manusia, bahkan dalam kondisi tidur. Ibnu Qayyim al-Jawziyyah, seorang ulama terkemuka, menjelaskan bahwa malaikat dapat mengilhami kebaikan, memberikan petunjuk, atau bahkan menyampaikan peringatan melalui mimpi yang benar (ru'ya shadiqah)<sup>359</sup>. Interaksi ini bersifat subtil, di mana malaikat dapat menanamkan ide-ide murni, gambaran yang jelas, atau simbol-simbol yang sarat makna ke dalam alam bawah sadar seseorang. Mimpi yang diilhami oleh malaikat seringkali membawa perasaan damai, kejelasan, dan kebenaran yang intrinsik, membedakannya dari mimpi yang dihasilkan oleh pikiran bawah sadar semata atau gangguan setan. Ini menunjukkan bahwa malaikat berfungsi sebagai operator ilahiah yang secara aktif memfasilitasi komunikasi transenden dalam medium mimpi, menawarkan bimbingan atau wawasan yang diperlukan bagi individu.

#### **b. Wahyu dan Hakikat Mimpi yang Benar (Ru'ya Shadiqah)**

Konsep wahyu, atau komunikasi langsung dari Tuhan, secara primer diasosiasikan dengan para nabi dan rasul, membentuk inti dari ajaran agama<sup>360</sup>. Namun, dalam tradisi Islam, ada bentuk wahyu yang lebih halus dan bersifat parsial yang dapat dialami oleh individu biasa melalui mimpi yang benar (ru'ya shadiqah). Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar adalah salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian"<sup>361</sup>. Pernyataan ini menegaskan bahwa ru'ya shadiqah bukanlah sekadar khayalan,

melainkan refleksi dari kebenaran ilahiah, sebuah sisa dari anugerah kenabian yang masih dapat diakses oleh umat. Contoh paling menonjol dari wahyu dalam mimpi adalah kisah Nabi Yusuf AS dalam Al-Qur'an, yang mimpinya tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan bersujud kepadanya merupakan isyarat kenabian dan takdirnya di masa depan<sup>362</sup>. Demikian pula, Nabi Muhammad SAW sendiri mengalami mimpi-mimpi yang benar sebelum kenabiannya yang berfungsi sebagai pendahuluan bagi wahyu yang lebih besar<sup>363</sup>. Mimpi-mimpi semacam ini memiliki karakteristik khusus: kejelasan, keabsahan yang tak terbantahkan, dan seringkali berfungsi sebagai petunjuk, kabar gembira, atau bahkan peringatan yang akurat tentang peristiwa yang akan datang. Perbedaan krusial antara wahyu kenabian penuh dan ru'ya shadiqah adalah bahwa wahyu kenabian bersifat mengikat secara hukum bagi umat, sementara ru'ya shadiqah bersifat pribadi dan membutuhkan interpretasi yang hati-hati, meskipun tetap mengandung unsur kebenaran ilahiah. Dengan demikian, mimpi dapat menjadi kanal bagi transmisi wahyu dalam bentuk yang lebih terbatas, memberikan individu akses ke pengetahuan atau pemahaman yang melampaui kapasitas rasional mereka.

### **c. Isyarat Ilahiah dan Bahasa Simbolik Mimpi**

Selain wahyu yang eksplisit, dunia mimpi juga kaya akan isyarat ilahiah dalam bentuk simbol-simbol yang memerlukan interpretasi (ta'wil). Isyarat-isyarat ini adalah pesan-pesan Tuhan yang tidak langsung, dirancang untuk mengkomunikasikan kebenaran, peringatan, atau petunjuk melalui metafora dan alegori. Psikologi

analitis Carl Jung juga mengakui peran simbol dalam mimpi sebagai jembatan antara alam bawah sadar individu dan ketaksadaran kolektif, merepresentasikan arketipe universal<sup>364</sup>. Namun, dari perspektif ilahiah, simbol-simbol dalam mimpi bisa jadi merupakan manifestasi dari intervensi malaikat yang menyampaikan pesan-pesan ilahiah dengan cara yang sesuai dengan pemahaman dan keadaan individu. Misalnya, melihat air jernih dalam mimpi bisa menjadi isyarat kesucian atau ilmu, sementara api bisa melambangkan kemarahan atau ujian. Kehadiran isyarat ilahiah ini menuntut penerima untuk tidak hanya mengingat mimpi tetapi juga merenungkan maknanya, seringkali dengan bantuan ahli tafsir mimpi yang memiliki pengetahuan tentang semiotika spiritual<sup>365</sup>. Proses interpretasi ini bukanlah sekadar latihan psikologis, melainkan upaya untuk memahami komunikasi yang lebih tinggi, di mana akal dan intuisi bekerja sama untuk menyingkap tabir makna. Isyarat ilahiah dalam mimpi berfungsi sebagai alat pedagogi spiritual, membimbing individu melalui simbolisme yang kaya untuk mencapai pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka, lingkungan mereka, dan kehendak Tuhan.

#### **d. Sintesis Peran dan Signifikansi dalam Spiritualitas Manusia**

Integrasi peran malaikat, wahyu, dan isyarat ilahiah dalam dunia mimpi menghadirkan sebuah narasi yang komprehensif tentang bagaimana alam gaib berinteraksi dengan kesadaran manusia. Malaikat berperan sebagai agen aktif yang memediasi aliran informasi dari alam ilahiah ke alam mimpi, baik melalui transmisi wahyu yang jelas (ru'ya shadiqah) maupun melalui penanaman isyarat-isyarat simbolik yang memerlukan interpretasi. Dunia

mimpi, dengan demikian, bukan lagi sekadar arena pemrosesan pikiran bawah sadar, tetapi sebuah domain sakral di mana jiwa dapat memperoleh pengetahuan, bimbingan, dan inspirasi langsung dari sumber transenden. Pengalaman mimpi dengan dimensi ini dapat memiliki dampak transformatif pada kehidupan seseorang, memberikan arahan dalam pengambilan keputusan, meneguhkan keyakinan, atau bahkan memicu perubahan spiritual yang mendalam. Pengakuan terhadap peran-peran ini dalam mimpi mendorong kita untuk memandang tidur dan mimpi bukan sebagai periode tanpa kesadaran, tetapi sebagai waktu yang sarat potensi untuk pertumbuhan spiritual dan penerimaan wawasan ilahiah.

Analisis ini menegaskan bahwa peran malaikat, wahyu, dan isyarat ilahiah dalam dunia mimpi adalah elemen krusial dalam memahami dimensi spiritualitas manusia, khususnya dalam kerangka ajaran Islam. Mimpi bukan hanya fenomena fisiologis belaka, melainkan sebuah medium kompleks yang memungkinkan komunikasi antara alam fisik dan metafisik. Melalui intervensi malaikat, bentuk-bentuk wahyu yang terbatas, dan bahasa simbolik isyarat ilahiah, mimpi menjadi sumber bimbingan, pengetahuan, dan pemahaman yang mendalam. Pengakuan terhadap realitas ini mengundang kita untuk merenungkan pengalaman mimpi dengan perspektif yang lebih luas, melampaui batasan empirisme semata, dan membuka diri terhadap potensi transenden yang menanti di setiap tidur. Penyelidikan lebih lanjut, yang mengintegrasikan perspektif ilmiah dan spiritual, akan terus memperkaya pemahaman kita tentang salah satu misteri paling abadi dalam keberadaan manusia.

# FENOMENOLOGI MIMPI DALAM TRADISI FILSAFAT BARAT

## Fenomenologi sebagai Metode: Reduksi dan Intensionalitas

### Sejarah dan Latar Lahirnya Fenomenologi

Fenomenologi, sebagai sebuah aliran pemikiran dan metode penelitian, menduduki posisi krusial dalam sejarah filsafat kontemporer, menawarkan pendekatan radikal terhadap studi tentang kesadaran dan pengalaman. Lahirnya fenomenologi dapat dipahami sebagai respons terhadap krisis fondasi dalam filsafat dan ilmu pengetahuan pada akhir abad ke-19 dan awal abad ke-20, serta upaya untuk mendirikan filsafat sebagai ilmu yang rigor dan mandiri<sup>366</sup>. Ini bukan sekadar pergantian paradigma, melainkan sebuah seruan untuk 'kembali kepada hal-hal itu sendiri' (*Zu den Sachen selbst!*), sebuah slogan yang menjadi inti revolusi Husserlian dalam pemikiran filosofis<sup>367</sup>.

Pada masa-masa menjelang akhir abad ke-19, lanskap intelektual didominasi oleh berbagai arus pemikiran yang, meski memiliki kontribusinya masing-masing, juga menghadirkan tantangan signifikan terhadap pencarian kebenaran filosofis yang objektif dan universal. Rasionalisme dan empirisme, yang telah lama menjadi pilar utama filsafat Barat, seringkali berakhir pada skeptisisme atau dikotomis yang sulit dijembatani antara subjek dan

objek<sup>368</sup>. Di sisi lain, positivisme dan naturalisme, yang mengagungkan metode ilmu alam, cenderung mereduksi semua bentuk pengetahuan termasuk logika dan etika ke dalam fenomena kejiwaan atau empiris belaka, sebuah kecenderungan yang dikenal sebagai psikologisme<sup>369</sup>.

Psikologisme merupakan salah satu target utama kritik Husserl, dan pemahaman tentang latar belakang ini sangat penting untuk mengapresiasi signifikansi fenomenologi. Psikologisme berargumen bahwa hukum-hukum logika dan prinsip-prinsip kognisi hanyalah produk dari proses-proses psikologis subjektif. Jika argumen ini benar, maka objektivitas dan universalitas kebenaran logis akan runtuh, karena kebenaran akan menjadi relatif terhadap struktur psikologis individu atau kelompok<sup>370</sup>. Edmund Husserl, seorang matematikawan yang beralih ke filsafat di bawah bimbingan Franz Brentano, menyadari bahaya epistemologis dari pandangan ini. Dalam karyanya yang monumental, *Logical Investigations* (1900-1901), Husserl secara sistematis membongkar klaim-klaim psikologisme, menegaskan independensi dan objektivitas kebenaran logis dari segala bentuk pengalaman psikologis murni<sup>371</sup>.

Kritik terhadap psikologisme ini bukan sekadar penolakan, melainkan sebuah langkah awal menuju proyek filosofis yang lebih besar: upaya memurnikan filsafat dan menjadikannya sebuah "ilmu yang ketat" (*strenge Wissenschaft*)<sup>372</sup>. Husserl percaya bahwa filsafat harus mampu mencapai kepastian absolut, mirip dengan matematika, namun dengan memperhatikan pengalaman atau kesadaran itu sendiri secara fundamental. Inspirasi awal Husserl

juga datang dari gurunya, Franz Brentano, yang memperkenalkan konsep "intensionalitas" gagasan bahwa setiap tindakan kesadaran selalu "tentang sesuatu," yaitu selalu mengarah pada objek tertentu<sup>373</sup>. Meskipun Brentano hanya menyajikan konsep ini dalam kerangka psikologi deskriptif, Husserl melihat potensi fenomenologisnya untuk membuka jalan menuju studi esensial tentang struktur kesadaran dan objeknya.

Latar lahirnya fenomenologi bukan hanya refleksi terhadap kegagalan metode-metode filsafat sebelumnya, melainkan juga sebuah ambisi untuk membangun fondasi pengetahuan yang lebih kokoh. Husserl tidak hanya ingin menunjukkan apa yang salah dengan filsafat yang ada, tetapi juga menawarkan jalan baru yang sistematis dan eksplisit untuk menyingkap struktur esensial dari pengalaman dan kesadaran, tanpa terjebak pada asumsi-asumsi metafisis atau reduksi psikologis. Proyek inilah yang secara bertahap akan mengarah pada pengembangan metode fenomenologis berupa reduksi dan analisis intensionalitas, yang menjadi inti dari revolusi filsafat yang ia rintis dalam karya-karya selanjutnya seperti *Ideas Pertaining to a Pure Phenomenology and to a Phenomenological Philosophy* (1913)<sup>374</sup>.

### **Epoche dan Reduksi Fenomenologis dalam Pengalaman Subjektif**

Pengalaman subjektif adalah lanskap kompleks yang membentuk inti dari keberadaan manusia, namun seringkali sulit untuk diakses dan dipahami secara objektif. Dalam upaya untuk menjelajahi kedalaman kesadaran yang dialami, Edmund Husserl, bapak fenomenologi, memperkenalkan metode revolusioner yang

dikenal sebagai *Epoche* dan Reduksi Fenomenologis<sup>375</sup>. Metode ini tidak bertujuan untuk menjelaskan fenomena dari luar, melainkan untuk memahami bagaimana fenomena tersebut termanifestasi dalam kesadaran, mengungkap struktur esensial dari pengalaman subjektif itu sendiri<sup>376</sup>. Dengan struktur yang jelas, bahasa yang ilmiah, dan gaya yang khas,

**a. Epoche: Penundaan Penilaian dan Pengurungan Sikap Alamiah**

Langkah pertama dalam penyelidikan fenomenologis adalah praktik *Epoche*, atau penundaan penilaian (suspension of judgment)<sup>377</sup>. Istilah ini, yang berakar pada skeptisisme Yunani kuno, secara khusus dikembangkan oleh Husserl menjadi sebuah prosedur metodologis yang ketat<sup>378</sup>. *Epoche* melibatkan tindakan sengaja untuk "mengurung" atau "menyingkirkan" segala asumsi, prasangka, teori ilmiah, kepercayaan metafisik, atau bahkan keberadaan dunia luar yang kita terima begitu saja dalam "sikap alamiah" (natural attitude) sehari-hari<sup>379</sup>. Dalam sikap alamiah, kita secara inheren berasumsi bahwa dunia ada secara independen dari kesadaran kita, dan bahwa objek-objek memiliki sifat-sifat tertentu yang terlepas dari bagaimana objek-objek tersebut muncul bagi kita<sup>380</sup>. *Epoche* tidak berarti menyangkal keberadaan dunia atau menyatakan bahwa dunia itu ilusi; sebaliknya, ia adalah sebuah tindakan radikal untuk menangguk keyakinan kita tentang keberadaan dunia, semata-mata demi memfokuskan perhatian pada pengalaman itu sendiri, sebagaimana ia muncul dalam kesadaran<sup>381</sup>.

Tujuan utama dari *Epoche* adalah untuk menciptakan ruang epistemologis yang murni, bebas dari kontaminasi interpretasi atau presupposisi<sup>382</sup>. Dengan menunda penilaian, penyelidik fenomenologis dapat mengalihkan fokus dari "apa yang ada" (sebagaimana dipahami secara objektif) menjadi "bagaimana sesuatu muncul bagi saya" atau "bagaimana sesuatu dialami"<sup>383</sup>. Proses ini serupa dengan Descartes yang meragukan segala sesuatu untuk mencapai kebenaran yang tak tergoyahkan, namun dengan tujuan yang berbeda: bukan untuk menemukan fondasi ontologis yang absolut, melainkan untuk mengungkapkan struktur transendental dari kesadaran itu sendiri<sup>384</sup>. Bagi Husserl, *Epoche* adalah gerbang menuju kesadaran murni, lapangan fenomenal tempat pengalaman dapat diselidiki tanpa beban dogma atau dogma ilmiah<sup>385</sup>.

#### **b. Reduksi Fenomenologis: Dari Kehadiran Murni menuju Esensi Transendental**

Setelah *Epoche* diterapkan, langkah selanjutnya adalah Reduksi Fenomenologis, suatu proses yang memungkinkan kita untuk mengalihkan perhatian dari fakta-fakta empiris menuju struktur esensial dari kesadaran dan objek-objeknya<sup>386</sup>. Reduksi fenomenologis bukan sekadar pengosongan, tetapi merupakan pendalaman (deepening) dan pemurnian (purification) kesadaran guna menangkap esensi (eidos) dari pengalaman. Husserl membedakan beberapa jenis reduksi, yang paling utama adalah reduksi eidetis (eidetic reduction) dan reduksi transendental (transcendental reduction)<sup>387</sup>.

Reduksi eidetis berupaya mengidentifikasi esensi atau struktur invariant dari suatu fenomena<sup>388</sup>. Melalui variasi imajinatif (imaginative variation) dari sebuah objek atau pengalaman, kita dapat mengidentifikasi karakteristik fundamental yang tanpa itu objek atau pengalaman tersebut tidak akan menjadi dirinya sendiri. Misalnya, dalam pengalaman "melihat warna merah," reduksi eidetis akan berupaya menangkap esensi "kemerahan" itu sendiri, terlepas dari nuansa spesifik merah atau objek tertentu yang berwarna merah<sup>389</sup>. Ini adalah upaya untuk memahami "apa itu X" sebagai sebuah esensi, bukan sebagai sebuah instance empiris<sup>390</sup>.

Adapun reduksi transendental, inilah inti dari fenomenologi Husserlian, yang mengarah pada pengungkapan kesadaran murni atau subjek transendental<sup>391</sup>. Setelah menyingkirkan dunia dalam *Epoche*, yang tersisa adalah kesadaran itu sendiri, bukan sebagai entitas psikologis dalam pengertian empiris, melainkan sebagai kesadaran yang selalu "berkaitan dengan sesuatu" (intentionality)<sup>392</sup>. Kesadaran transendental ini adalah tempat di mana makna terbentuk, di mana objek-objek dikonstitusikan sebagai bermakna bagi subjek<sup>393</sup>. Reduksi transendental memungkinkan kita untuk memahami "bagaimana" dunia dan objek-objeknya muncul dan dikonstitusikan dalam kesadaran, serta bagaimana kesadaran itu sendiri beroperasi dalam tindakan-tindakan kognitif dan afektif<sup>394</sup>. Dengan demikian, reduksi transendental bukan hanya tentang melihat fenomena, tetapi tentang melihat *mekanisme kesadaran yang memungkinkan fenomena itu muncul*<sup>395</sup>. Dalam tradisi intelektual Islam, meskipun

tidak secara eksplisit menggunakan terminologi yang sama, gagasan untuk melampaui penampakan superfisial dan mencapai pemahaman yang lebih dalam tentang realitas dapat ditemukan dalam anjuran untuk *tadabbur* (refleksi mendalam) dan *tafakkur* (kontemplasi) atas ayat-ayat Allah di alam semesta dan dalam diri manusia[Qur'an 47:24]. Ini mencerminkan semangat yang sama untuk menunda asumsi dan menyelami esensi.

### **c. Mengungkap Pengalaman Subjektif Melalui Epoche dan Reduksi**

Penerapan *Epoche* dan reduksi fenomenologis secara fundamental mengubah cara kita mendekati pengalaman subjektif. Tanpa metode ini, kita cenderung untuk segera menafsirkan, mengategorikan, atau menjelaskan pengalaman berdasarkan model-model pra-konseptual atau teori-teori yang ada<sup>396</sup>. Misalnya, ketika seseorang melaporkan perasaan sedih, kita mungkin secara otomatis menghubungkannya dengan depresi klinis, trauma masa lalu, atau ketidakseimbangan kimiawi otak. Meskipun penjelasan-penjelasan ini mungkin valid dalam konteks tertentu, mereka cenderung mengabaikan "apa rasanya" (what it's like) pengalaman sedih itu sendiri dari perspektif orang yang mengalaminya<sup>397</sup>.

Dengan menggunakan *Epoche*, penyelidik dapat menunda semua asumsi tersebut dan memfokuskan perhatian pada fenomena "kesedihan" sebagaimana ia muncul dalam kesadaran subjek<sup>398</sup>. Kemudian, melalui reduksi, penyelidik berupaya menangkap struktur inti dari pengalaman kesedihan itu: bagaimana ia memanifestasikan dirinya dalam tubuh, dalam pikiran, dalam

temporalitas (misalnya, perasaan waktu berhenti), dan dalam relasi dengan dunia<sup>399</sup>. Ini bukan lagi tentang "mengapa" seseorang sedih, tetapi "bagaimana" kesedihan itu dialami sebagai struktur kesadaran yang unik<sup>400</sup>.

Misalnya, dalam studi tentang pengalaman visual, *Epoche* akan menunda keyakinan tentang keberadaan fisik objek yang dilihat, serta teori-teori optik atau neurofisiologis<sup>401</sup>. Fokus kemudian beralih pada "pengalaman melihat" itu sendiri bagaimana warna, bentuk, dan kedalaman muncul dalam kesadaran, bagaimana mereka dikonstitusikan, dan bagaimana kesadaran "bertujuan" pada objek-objek tersebut<sup>402</sup>. Ini mengungkapkan bahwa pengalaman subjektif bukanlah sekadar penerimaan pasif data indrawi, melainkan proses aktif di mana kesadaran memberikan makna dan struktur pada fenomena<sup>403</sup>. Proses ini mirip dengan anjuran dalam Hadis Nabi Muhammad SAW yang menganjurkan umatnya untuk merenungkan ciptaan Allah dan bukan Dzat-Nya, yang secara implisit mendorong untuk mengamati "bagaimana" alam semesta termanifestasi sebagai tanda-tanda kebesaran, daripada terjebak dalam spekulasi metafisik yang melampaui kapasitas manusia [Hadith: Riwayat Abu Nu'aim dalam *Hilya al-Auliya'* dan al-Baihaqi dalam *Syu'abul Iman*].

*Epoche* dan reduksi fenomenologis adalah alat metodologis yang tak ternilai dalam penyelidikan pengalaman subjektif<sup>404</sup>. Mereka menyediakan jalur yang ketat namun fleksibel untuk melampaui deskripsi superfisial dan mencapai pemahaman yang lebih dalam tentang bagaimana kesadaran berfungsi dan bagaimana dunia

termanifestasi di dalamnya<sup>405</sup>. Dengan menunda asumsi dan mengalihkan fokus ke struktur esensial pengalaman, fenomenologi memungkinkan kita untuk menghargai kekayaan dan kompleksitas *Lebenswelt* (dunia kehidupan yang dialami) secara apa adanya<sup>406</sup>. Ini adalah undangan untuk sebuah perjalanan kontemplatif ke dalam diri, bukan untuk tujuan introspeksi psikologis semata, melainkan untuk mengungkapkan kebenaran universal tentang struktur fundamental kesadaran manusia dan hubungannya dengan realitas yang dialami<sup>407</sup>. Pada akhirnya, melalui *Epoche* dan reduksi, kita dapat membuka cakrawala baru dalam studi kesadaran, psikologi, etika, dan bahkan spiritualitas, memungkinkan kita untuk memahami bukan hanya apa yang kita alami, tetapi bagaimana kita mengalaminya, dan apa artinya menjadi subjek yang menyadari<sup>408</sup>.

### **Intensionalitas: Kesadaran Selalu Menuju Sesuatu**

Kesadaran, fenomena paling mendasar dan misterius dalam pengalaman manusia, bukanlah entitas pasif atau wadah kosong yang sekadar menampung persepsi. Sebaliknya, ia adalah sebuah aktivitas dinamis yang selalu bergerak, mengarahkan dirinya pada sesuatu di luar dirinya. Karakteristik fundamental ini, yang dikenal sebagai intensionalitas, merupakan tonggak pemikiran dalam filsafat kontemporer, khususnya dalam tradisi fenomenologi dan filsafat budi (*philosophy of mind*). Konsep ini menyatakan bahwa tindakan kesadaran baik itu persepsi, pemikiran, perasaan, atau keinginan secara intrinsik selalu *tentang* atau *menuju* suatu objek

atau konten tertentu, tidak pernah kosong dari makna<sup>409</sup>. Ini mengundang kita untuk merenungkan hakikat eksistensi kita sebagai makhluk yang senantiasa terarah dan bermakna.

Pemahaman modern tentang intensionalitas berakar kuat pada karya filsuf Jerman Franz Brentano (1838–1917). Dalam bukunya yang berpengaruh, *Psychology from an Empirical Standpoint* (1874), Brentano menegaskan perbedaan mendasar antara fenomena psikis (mental) dan fenomena fisik<sup>410</sup>. Fenomena psikis, seperti melihat, mendengar, mencintai, atau membenci, selalu merujuk pada suatu objek; ia memiliki "inexistence intensional" dari suatu objek<sup>411</sup>. Objek ini tidak harus berupa objek yang ada secara fisik di dunia; seseorang bisa saja membayangkan gunung emas atau memikirkan ide keadilan. Yang terpenting adalah bahwa setiap tindakan mental memiliki arah dan kontennya sendiri. Dengan demikian, Brentano menghidupkan kembali konsep skolastik tentang "intensionalitas" yang merujuk pada keberadaan objek dalam pikiran, membedakannya dari "ekstensionalitas" yang merujuk pada objek di dunia nyata<sup>412</sup>.

Pengembangan paling sistematis dan mendalam dari konsep intensionalitas kemudian dilakukan oleh murid Brentano, Edmund Husserl (1859–1938), pendiri fenomenologi. Husserl mengangkat intensionalitas sebagai prinsip inti fenomenologi, yang bertujuan untuk mempelajari struktur esensial pengalaman sadar<sup>413</sup>. Bagi Husserl, setiap tindakan kesadaran (disebut sebagai *noesis*) memiliki korelasi intensionalnya, yaitu objek yang disadari (disebut sebagai *noema*)<sup>414</sup>. Misalnya, dalam tindakan "mempersepsikan

pohon," aktivitas mental (noesis) adalah tindakan persepsi itu sendiri, sedangkan pohon yang dipersepsikan (dengan segala atributnya seperti warna, bentuk, dan posisi) adalah noema. Hubungan noesis-noema ini tidak dapat dipisahkan; tidak ada noesis tanpa noema, dan setiap noema hanya dapat dipahami dalam konteks noesis yang mengarah padanya<sup>415</sup>. Konsep ini menegaskan bahwa makna dan objek tidak hanya "diterima" oleh kesadaran, melainkan secara aktif "dibentuk" atau "dikukuhkan" dalam tindakan intensional itu sendiri.

Intensionalitas memiliki beberapa karakteristik kunci yang membedakannya dari bentuk keberarahan lainnya. Pertama, ia bersifat transenden dalam arti bahwa kesadaran selalu melampaui dirinya sendiri menuju sesuatu yang "lain" atau di luar dirinya, meskipun objek tersebut mungkin hanya ada dalam pikiran<sup>416</sup>. Kedua, intensionalitas membedakan antara tindakan mental itu sendiri dan objek yang ditujunya. Misalnya, tindakan "melihat sebuah apel" berbeda dengan apel itu sendiri, meskipun keduanya terkait erat dalam pengalaman intensional. Ketiga, intensionalitas memungkinkan adanya objektivitas makna. Meskipun pengalaman sadar bersifat subyektif, melalui intensionalitas, kita dapat mengalami objek atau makna yang sama secara intersubyektif, memungkinkan komunikasi dan pemahaman bersama<sup>417</sup>. Konsep ini juga membedakan intensionalitas (sebagai arah kesadaran) dari "intension" (seperti niat atau tujuan) dalam penggunaan sehari-hari, meskipun keduanya memiliki akar etimologis yang sama<sup>418</sup>. Implikasi dari intensionalitas sangat luas, mencakup epistemologi,

metafisika, dan filsafat bahasa. Dalam epistemologi, ia menjelaskan bagaimana kita memperoleh pengetahuan tentang dunia; pengetahuan bukanlah sekadar refleksi pasif, melainkan hasil dari interaksi intensional antara subjek dan objek<sup>419</sup>. Dalam metafisika, intensionalitas menantang dualisme radikal antara pikiran dan materi, karena menunjukkan bahwa kesadaran dan dunia tidak terpisah sepenuhnya, melainkan saling terkait secara intensional<sup>420</sup>. Lebih lanjut, pemahaman tentang intensionalitas juga relevan dalam kajian kognitif dan kecerdasan buatan, di mana upaya untuk menciptakan sistem yang memahami atau "mengandung" informasi memerlukan representasi yang memiliki *aboutness* atau keterarahan<sup>421</sup>.

Secara kontemplatif, gagasan bahwa kesadaran selalu terarah pada sesuatu ini juga membuka pintu bagi pemahaman tentang dimensi spiritual dan eksistensial manusia. Jika kesadaran kita secara inheren mencari makna dan tujuan, maka ini menyiratkan adanya objek tertinggi dari pencarian tersebut. Dalam konteks agama, khususnya Islam, fitrah manusia digambarkan sebagai kecenderungan alami untuk mencari kebenaran dan ketuhanan<sup>422</sup>. Alam semesta dipandang sebagai kumpulan "ayat" atau tanda-tanda yang mengarahkan kesadaran manusia kepada Penciptanya<sup>423</sup>. Allah SWT berfirman dalam Al-Quran: "Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berakal, (yaitu) orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri, duduk atau dalam keadaan berbaring, 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: 190-191)<sup>424</sup>. Ayat ini secara indah menggambarkan bagaimana kesadaran yang terarah (intensional) pada fenomena alam semesta akan secara alami menuntun pada pengenalan dan pengagungan terhadap keesaan Ilahi, menunjukkan bahwa intensionalitas kesadaran dapat mencapai puncak spiritualitas ketika diarahkan pada kebenaran tertinggi dan tujuan eksistensial.

Intensionalitas adalah pilar pemahaman tentang hakikat kesadaran: bahwa ia tidak pernah kosong, melainkan senantiasa mengarahkan dirinya pada sesuatu. Dari formulasi awal oleh Brentano hingga pengembangan sistematis oleh Husserl dan resonansinya dalam berbagai bidang filsafat dan ilmu pengetahuan, konsep ini terus menjadi pusat diskusi. Lebih dari sekadar proposisi filosofis, intensionalitas mengundang kita untuk menghargai kedalaman dan dinamika pengalaman sadar, serta merenungkan bagaimana keterarahan intrinsik kesadaran manusia pada akhirnya menuntunnya pada pencarian makna, kebenaran, dan tujuan tertinggi dalam keberadaannya. Kesadaran kita, dengan segala intensionalitasnya, adalah jendela menuju pemahaman diri dan alam raya.

### **Implikasi Metodologis bagi Kajian Mimpi**

Kajian mimpi, sebagai sebuah ranah ilmiah dan spiritual yang telah menarik perhatian manusia sepanjang sejarah, senantiasa

menghadapi tantangan metodologis yang kompleks. Fenomena mimpi, yang hakikatnya merupakan pengalaman subjektif nan temporer, menuntut pendekatan yang multidisipliner dan adaptif agar dapat dianalisis secara komprehensif. Implikasi metodologis bagi disiplin ilmu yang mengkaji mimpi tidak hanya berkuat pada bagaimana mengumpulkan data, melainkan juga bagaimana menginterpretasi, memvalidasi, dan mengintegrasikan berbagai lapisan pemahaman mulai dari neurobiologis, psikologis, hingga sosiokultural dan spiritual ke dalam sebuah kerangka penelitian yang koheren dan akurat.

Mimpi bukanlah entitas tunggal; ia termanifestasi sebagai fenomena multidimensional yang merefleksikan aktivitas otak selama tidur REM, proses kognitif, ekspresi alam bawah sadar, serta terkadang dipersepsikan sebagai pesan ilahi atau manifestasi spiritual<sup>425</sup>. Dari perspektif neurobiologis, mimpi merupakan hasil dari aktivasi area-area spesifik di otak, yang dapat direkam melalui teknik seperti EEG dan fMRI, memberikan gambaran fisiologis yang objektif namun belum mampu mengungkap makna intrinsik. Sementara itu, dalam tradisi psikologi, dari psikoanalisis Freud yang melihat mimpi sebagai "jalan raya menuju alam bawah sadar" yang terenkripsi oleh mekanisme sensori dan simbolik, hingga psikologi analitis Jung yang mengidentifikasi arketipe universal dalam mimpi sebagai jembatan menuju ketidaksadaran kolektif, esensi subjektivitas dan interpretasi tetap menjadi inti. Lebih jauh lagi, dalam berbagai peradaban dan tradisi keagamaan, mimpi dipandang sebagai media komunikasi antara manusia dengan entitas transenden, sebuah pandangan yang kuat dalam Al-Quran

dan Hadis, di mana mimpi para nabi dan orang saleh seringkali mengandung petunjuk atau kabar gembira yang bersifat profetik. Keragaman ontologis ini secara inheren mengimplikasikan bahwa metodologi unifokal tidak akan pernah memadai untuk menangkap kekayaan dan kompleksitas mimpi.

Salah satu tantangan metodologis paling signifikan adalah sifat subyektif dan mudah berubahnya rekoleksi mimpi. Mimpi cenderung memudar dari ingatan segera setelah terbangun, dan proses reka ulang dapat terkontaminasi oleh memori sadar, bias kognitif, atau bahkan fantasi, sehingga mengancam reliabilitas dan validitas data yang dikumpulkan<sup>426</sup>. Ini menuntut pengembangan protokol pengumpulan data yang cermat, seperti pencatatan mimpi segera setelah terbangun, penggunaan teknik pelaporan berulang, atau bahkan stimulasi tidur yang ditargetkan untuk memicu pengalaman mimpi tertentu. Selain itu, bahasa mimpi yang simbolis dan kontekstual memerlukan pendekatan interpretatif yang tidak hanya mengandalkan kategorisasi konten (seperti analisis konten mimpi kuantitatif yang dikembangkan oleh Domhoff), tetapi juga fenomenologi yang mendalam untuk memahami pengalaman subjektif individu secara holistik<sup>427</sup>.

Implikasi metodologis yang mendesak adalah perlunya pendekatan interdisipliner yang kuat. Kajian mimpi modern harus secara aktif mengintegrasikan temuan dan metode dari neurosains kognitif untuk memahami dasar fisiologis mimpi; dari psikologi untuk menyingkap dinamika psikis dan kognitif; dari antropologi untuk mengkontekstualisasikan mimpi dalam budaya dan masyarakat; dari studi agama dan filsafat untuk mengeksplorasi

dimensi spiritual dan eksistensialnya<sup>428</sup>. Sinergi antara disiplin ilmu ini memungkinkan triangulasi data dari berbagai sumber dan level analisis, mengurangi bias metodologis, serta memperkaya pemahaman. Misalnya, temuan neuroimaging tentang aktivasi otak selama mimpi dapat dihubungkan dengan laporan verbal tentang konten mimpi, kemudian diinterpretasi dalam kerangka budaya tempat individu tersebut bernaung.

Lebih lanjut, integrasi teknologi mutakhir menjadi krusial. Kecerdasan Buatan (AI) dan Pembelajaran Mesin (Machine Learning) dapat dimanfaatkan untuk menganalisis pola-pola besar dalam laporan mimpi, mengidentifikasi tema, simbol, atau korelasi yang mungkin terlewatkan oleh analisis manual. Algoritma dapat dilatih untuk mengenali struktur naratif atau emosi yang dominan dalam kumpulan data mimpi yang luas, membuka jalan bagi "big data" dalam kajian mimpi<sup>429</sup>. Perangkat neuroimaging yang semakin canggih juga dapat memberikan wawasan yang lebih rinci tentang aktivitas otak yang mendasari pengalaman mimpi, bahkan sampai pada rekonstruksi visual parsial dari apa yang mungkin sedang dimimpikan oleh subjek. Namun, penggunaan teknologi ini harus diimbangi dengan metodologi kualitatif yang kuat untuk menangkap nuansa dan kedalaman makna yang hanya bisa diungkap melalui narasi personal dan refleksi fenomenologis.

Secara kontekstual, implikasi metodologis juga mencakup kepekaan budaya dan etika. Interpretasi mimpi sangat dipengaruhi oleh latar belakang budaya, kepercayaan, dan bahasa individu. Metodologi harus dirancang untuk menghormati keragaman ini, menghindari imposition interpretasi Barat pada konteks non-Barat,

dan sebaliknya, mempelajari sistem interpretasi lokal<sup>430</sup>. Dari sisi etika, pengumpulan dan analisis data mimpi, yang seringkali bersifat personal dan intim, menuntut protokol kerahasiaan dan persetujuan yang ketat, memastikan bahwa partisipan memiliki kontrol atas data mereka dan bahwa proses interpretasi tidak menimbulkan kerugian psikologis.

Kajian mimpi memerlukan metodologi yang dinamis dan adaptif. Ia harus bersedia untuk tidak hanya melampaui batas-batas disipliner tetapi juga menggabungkan pendekatan kuantitatif yang objektif dengan metode kualitatif yang mendalam, serta memanfaatkan kemajuan teknologi tanpa mengorbankan dimensi humanistik dan spiritual dari pengalaman mimpi. Hanya dengan kerangka kerja metodologis yang komprehensif dan inovatif ini, kita dapat berharap untuk mengungkap lebih banyak misteri yang tersembunyi di balik tirai alam mimpi, bergerak maju dari sekadar pengamatan menuju pemahaman yang lebih substansial dan bermakna tentang salah satu fenomena fundamental eksistensi manusia.

## **Edmund Husserl: Konstitusi Makna dan Intensionalitas dalam Mimpi**

### **Mimpi sebagai Fenomena Kesadaran-Purba (Ur-erfahrung)**

Fenomenologi, sebagai metode dan filsafat yang dirintis oleh Edmund Husserl, menawarkan suatu lensa unik untuk memahami struktur internal kesadaran dan bagaimana dunia dikonstitusi di dalamnya. Pendekatan ini menganjurkan suatu 'reduksi fenomenologis' atau *epoche*, yakni penggantungan asumsi tentang

keberadaan objektif dunia luar, untuk memfokuskan perhatian pada pengalaman itu sendiri sebagaimana ia diberikan kepada kesadaran. Dalam kerangka ini, makna dan intensionalitas menjadi pilar fundamental yang memungkinkan kesadaran untuk tidak pernah kosong, melainkan selalu "kesadaran tentang sesuatu." Pertanyaan yang menarik muncul ketika kita menerapkan analisis fenomenologis ini pada domain mimpi suatu wilayah pengalaman yang seringkali dianggap kabur, irasional, atau sekadar ilusi, namun secara inheren merupakan fenomena kesadaran *par excellence*.

Intensionalitas, konsep sentral dalam fenomenologi Husserl, menegaskan bahwa kesadaran selalu merupakan kesadaran *tentang* sesuatu; ia selalu terarah pada suatu objek. Objek ini, yang disebut *noema*, bukanlah objek eksternal itu sendiri, melainkan objek sebagaimana ia muncul dalam kesadaran, lengkap dengan mode keberiannya misalnya, sebagai objek yang dipersepsi, dibayangkan, diingat, atau bahkan diimpikan. Di sisi lain, *noesis* adalah tindakan kesadaran yang mengarahkan dirinya pada *noema* tersebut. Dalam konteks mimpi, prinsip intensionalitas tetap berlaku secara fundamental. Meskipun objek-objek dalam mimpi mungkin tidak memiliki korelasi langsung dengan realitas fisik eksternal, mereka tetap merupakan objek intensional yang dikonstitusi oleh kesadaran si pemimpi. Kita bermimpi *tentang* seseorang, *tentang* suatu peristiwa, atau *tentang* suatu tempat. Objek-objek ini, meskipun "khayalan" dalam arti empiris, memiliki keberadaan fenomenologis yang tak terbantahkan bagi si pemimpi pada saat mimpi itu dialami.

Kesadaran dalam mimpi tetap bersifat intensional, mengarahkan dirinya pada serangkaian fenomena yang diberikan secara internal, membentuk suatu "dunia" yang koheren (atau terkadang inkoheren) bagi subjek.

Konstitusi makna, proses di mana kesadaran aktif membentuk dan memberikan arti pada data yang diterimanya, menjadi sangat relevan dalam analisis mimpi. Berbeda dengan kesadaran terjaga di mana konstitusi makna seringkali melibatkan verifikasi atau koreksi berdasarkan interaksi dengan dunia eksternal dan intersubjektivitas, dalam mimpi, proses konstitusi ini lebih bersifat internal dan otonom. Kesadaran si pemimpi mensintesis citra, sensasi, dan emosi yang muncul menjadi konfigurasi yang bermakna, meskipun maknanya mungkin personal, simbolis, atau bahkan absurd dari perspektif rasionalitas terjaga. Objek-objek dalam mimpi tidak "ada" sebelum kesadaran mengkonstitusinya; sebaliknya, keberadaan dan maknanya sepenuhnya bergantung pada tindakan konstitutif dari kesadaran yang bermimpi. Ini menunjukkan kapasitas luar biasa dari kesadaran untuk menciptakan realitasnya sendiri, bahkan dalam ketiadaan referensi eksternal. Signifikansi mimpi sebagai pengalaman manusia telah diakui sepanjang sejarah, bahkan dalam tradisi keagamaan yang melihatnya sebagai medium pesan atau pertanda (Al-Quran, Surah Yusuf: 4-6; Sahih Bukhari, Kitab at-Ta'bir).

Konsep *Ur-erfahrung*, atau pengalaman-purba, dalam fenomenologi Husserl merujuk pada lapisan fundamental dan orisinal dari kesadaran di mana pengalaman pertama kali diberikan

secara langsung, sebelum dimodifikasi atau diinterpretasikan oleh struktur kognitif yang lebih tinggi atau oleh intervensi kesadaran reflektif. Ini adalah titik di mana fenomena "muncul" secara langsung ke kesadaran, membentuk dasar bagi semua pengalaman berikutnya dan konstitusi makna yang lebih kompleks. Pertanyaan yang mengundang kontemplasi adalah: Dapatkah mimpi, dalam bentuknya yang paling inti, dipandang sebagai manifestasi dari lapisan *Ur-erfahrung*?

Meskipun Husserl sendiri tidak secara eksplisit mengklasifikasikan mimpi sebagai *Ur-erfahrung* dalam pengertian ketat persepsi sensorik primal, ada argumen kuat untuk mempertimbangkan karakteristik esensial dari pengalaman mimpi yang mendekatkannya pada gagasan tersebut. Dalam mimpi, seringkali ada suatu "diberikannya" fenomena yang sangat langsung dan mendalam. Citra, suara, dan sensasi muncul tanpa upaya sadar atau mediasi eksternal yang jelas. Pengalaman ini bersifat imanen; ia sepenuhnya terjadi di dalam medan kesadaran, tanpa prasyarat eksternal yang dipertanyakan atau diverifikasi. Struktur yang biasa kita kenal dalam kesadaran terjaga seperti konsistensi spasial-temporal, hukum kausalitas fisik, atau koherensi naratif yang ketat seringkali melonggar atau bahkan absen dalam mimpi. Namun, esensi dari "diberikannya" sebuah fenomena, yaitu kehadiran langsung suatu pengalaman kepada kesadaran, tetap utuh.

Dalam mimpi, kesadaran tampaknya kembali ke modus yang lebih fundamental, di mana ia secara pasif menerima dan secara aktif mengkonstitusi tanpa filter rasionalisasi atau objektifikasi yang

kuat sebagaimana dalam keadaan terjaga. Ini bukan berarti mimpi adalah bentuk kesadaran yang "lebih murni" atau "lebih tinggi," melainkan bahwa ia menampilkan suatu modus keberian fenomenal yang berbeda, yang bisa jadi merupakan ekspresi dari lapisan kesadaran-purba yang kurang dimediasi oleh struktur kognitif yang dibentuk oleh interaksi dengan dunia eksternal yang terorganisir. Mimpi menunjukkan kapasitas kesadaran untuk mengkonstitusi suatu "dunia" dari dalam, berdasarkan pengalaman sensorik internal dan ingatan, yang bagi si pemimpi pada saat itu, adalah realitas yang diberikan secara fenomenal. Oleh karena itu, mimpi dapat dipandang sebagai arena penting untuk mengeksplorasi batas-batas konstitusi makna dan intensionalitas, serta untuk merefleksikan manifestasi kesadaran-purba yang mendasari semua pengalaman, baik dalam keadaan terjaga maupun dalam tidur.

### **Konstitusi Makna dalam Dunia Mimpi: Apakah Ada Objek Transendentalnya?**

Dunia mimpi adalah ranah yang misterius, sebuah panggung non-linier di mana realitas memudar dan batas-batas logika konvensional terlampaui. Fenomena tidur dan mimpi telah memikat rasa ingin tahu manusia sepanjang sejarah, menjadi subjek kajian yang kaya dalam berbagai disiplin ilmu, mulai dari psikologi, neurologi, filsafat, hingga teologi. Inti dari daya tarik ini terletak pada pertanyaan fundamental mengenai konstitusi makna di dalamnya: bagaimana makna dibentuk dalam dunia yang

tampaknya tidak rasional ini, dan yang lebih mendalam, apakah ada "objek transendental" yang mendasari atau memengaruhi pembentukan makna tersebut? Pertanyaan ini membawa kita pada eksplorasi epistemologis tentang asal-usul dan sifat realitas yang diekspresikan dalam mimpi, melampaui sekadar ilusi subjektif menuju kemungkinan adanya kebenaran atau struktur universal yang melampaui pengalaman individual.

Konstitusi makna dalam mimpi secara intrinsik bersifat kompleks, seringkali berlawanan dengan cara kita mengonstruksi realitas saat terjaga. Psikologi modern menawarkan beberapa kerangka interpretif yang dominan. Sigmund Freud, dalam karyanya yang monumental *The Interpretation of Dreams*, berpendapat bahwa mimpi adalah "jalan kerajaan menuju alam bawah sadar"<sup>431</sup>. Bagi Freud, mimpi merupakan pemenuhan hasrat yang tertekan, di mana pengalaman nyata dan keinginan tersembunyi disamarkan melalui proses "pekerjaan mimpi" (dream-work) menjadi "konten manifes" yang terlihat jelas, namun sejatinya menyimpan "konten laten" yang tersembunyi<sup>432</sup>. Dalam pandangan Freudian, makna mimpi bersifat sangat individual dan terikat pada sejarah psikoseksual pribadi, berakar pada pengalaman masa lalu dan konflik internal. Objek makna di sini sepenuhnya konstitusi internal, tanpa perluasan ke ranah transendental di luar psikis individu.

Berbeda dengan Freud, Carl Jung mengusulkan paradigma yang lebih luas mengenai asal-usul makna mimpi. Jung memperkenalkan konsep "ketidaksadaran kolektif" (collective unconscious), suatu lapisan pikiran yang diwarisi dan bersifat universal, berisi "arketipe"

atau pola-pola primordial yang membentuk dasar pengalaman manusia<sup>433</sup>. Arketipe seperti Pahlawan, Bayangan (Shadow), Anima/Animus, atau Diri (Self) muncul dalam mimpi sebagai simbol-simbol yang memiliki makna universal, melampaui pengalaman pribadi individu. Bagi Jung, mimpi bukan hanya sekadar manifestasi hasrat tertekan, melainkan juga pesan dari ketidaksadaran kolektif yang berfungsi sebagai kompensasi atau bimbingan bagi perkembangan psikis (individuasi)<sup>434</sup>. Dalam konteks Jungian, arketipe dapat diinterpretasikan sebagai kandidat kuat untuk "objek transendental" semacam itu. Meskipun tidak bersifat fisik atau ilahi secara literal, arketipe adalah struktur psikis yang melampaui individu, hadir secara universal, dan memengaruhi pembentukan makna yang memiliki resonansi mendalam bagi seluruh umat manusia.

Dari perspektif filosofis, Immanuel Kant memberikan pandangan yang relevan meskipun tidak secara langsung membahas mimpi. Kant membedakan antara "noumena" (das Ding an sich, atau benda dalam dirinya sendiri) dan "fenomena" (bagaimana benda-benda tersebut muncul bagi kita melalui kategori pemahaman)<sup>435</sup>. Apabila diterapkan pada dunia mimpi, pertanyaan mengenai "objek transendental" dapat dianalogikan dengan pencarian noumena di balik fenomena mimpi yang kita alami. Apakah ada realitas dasar, suatu "benda dalam dirinya sendiri" dari mimpi yang melampaui penampakan subjektif kita? Jika demikian, makna yang kita konstruksi dalam mimpi mungkin hanya refleksi atau interpretasi parsial dari suatu keberadaan yang lebih fundamental dan tidak

sepenuhnya dapat diakses oleh kesadaran saat terjaga. Realitas mimpi mungkin saja merupakan manifestasi dari suatu objek transendental yang hanya dapat kita tangkap melalui lensa subjektif dan simbolis.

Dalam tradisi religius dan spiritual, gagasan tentang objek transendental dalam mimpi menemukan pijakan yang kuat. Dalam Islam, misalnya, mimpi dibagi menjadi tiga kategori: mimpi buruk dari setan (halm), mimpi yang merupakan refleksi pikiran atau keinginan diri (hadits al-nafs), dan "ru'ya shadiqah" atau mimpi sejati dari Allah<sup>436</sup>. Mimpi sejati ini seringkali memiliki makna kenabian, peringatan, atau panduan ilahi, seperti yang dialami Nabi Yusuf a.s. yang tafsir mimpinya disarikan dalam Al-Qur'an Surat Yusuf ayat 102<sup>437</sup>. Rasulullah SAW juga bersabda bahwa "ru'ya shadiqah" adalah bagian dari empat puluh enam bagian kenabian, yang menunjukkan sumbernya yang melampaui batas-batas manusiawi<sup>438</sup>. Dalam pandangan ini, makna mimpi tidak lagi semata-mata produk psikis individu, melainkan dapat menjadi hasil komunikasi langsung dari entitas transendental, yaitu Tuhan, yang kehendak dan pengetahuannya melampaui segala sesuatu. Objek transendental di sini adalah kehendak ilahi yang secara langsung mengkonstitusikan makna dalam mimpi.

Pencarian akan objek transendental dalam konstitusi makna mimpi adalah upaya untuk memahami apakah di luar alam bawah sadar pribadi atau kolektif, terdapat sumber makna yang lebih tinggi, universal, dan bahkan ilahi. Meskipun sulit untuk diverifikasi secara empiris, keberadaan objek transendental ini akan mengubah

fundamental pemahaman kita tentang mimpi, dari sekadar produk aktivitas otak menjadi jendela menuju realitas yang lebih luas. Baik itu arketipe Jungian yang universal, "benda dalam dirinya sendiri" ala Kantian, atau manifestasi langsung dari kehendak Ilahi, semua gagasan ini menunjuk pada kemungkinan bahwa makna dalam mimpi bukanlah semata-mata konstruksi subjektif, melainkan dapat berakar pada dimensi keberadaan yang melampaui ranah pengalaman manusia biasa. Eksplorasi ini tidak hanya memperkaya pemahaman kita tentang mimpi, tetapi juga mendorong batas-batas pemikiran kita tentang kesadaran, realitas, dan tempat kita di alam semesta yang luas.

### **Antara Kesadaran Imajinatif dan Kesadaran Perseptual**

Kesadaran merupakan salah satu fenomena paling fundamental namun kompleks dalam eksistensi manusia, menjadi medan bagi eksplorasi filosofis, psikologis, dan kognitif yang tak berkesudahan. Dalam ranah kesadaran, distingsi antara realitas yang dialami secara langsung dan dunia yang diciptakan dalam benak kita membentuk dualitas yang menarik: kesadaran perseptual dan kesadaran imajinatif.

Kesadaran perseptual, pada intinya, adalah pengalaman langsung dan segera terhadap dunia eksternal melalui indra kita. Ia merupakan mode kesadaran yang terikat erat dengan 'di sini dan sekarang', di mana data sensorik visual, auditori, taktil, olfaktori, dan gustatori diterima dan diinterpretasikan oleh otak untuk membentuk representasi koheren tentang realitas objektif yang

diyakini. Fenomenolog seperti Edmund Husserl menekankan bahwa kesadaran perseptual bersifat intensional, selalu "tentang sesuatu" yang hadir secara fisik di hadapan subjek yang mengalami<sup>439</sup>. Realitas yang direpresentasikan tidak hanya sekadar kumpulan sensasi; ia dikonstruksi menjadi objek, ruang, dan peristiwa yang memiliki makna dan fungsi dalam lingkungan kita. Mode kesadaran ini menjadi fondasi bagi orientasi kognitif dan perilaku kita di dunia, memungkinkan navigasi, interaksi, dan respons terhadap stimulus lingkungan, menjadikannya pilar utama dalam adaptasi dan kelangsungan hidup spesies<sup>440</sup>.

Berlawanan namun saling melengkapi adalah kesadaran imajinatif, sebuah kapasitas mental untuk membentuk, memanipulasi, dan mengalami citra atau konsep yang tidak secara langsung hadir di hadapan indra. Ini adalah ranah di mana pikiran mampu "melayang" melampaui batasan fisik dan temporal: kita dapat membayangkan objek yang tidak ada, mengingat pengalaman masa lalu, merencanakan skenario masa depan, atau bahkan menciptakan dunia fiksi yang sepenuhnya baru<sup>441</sup>. Jean-Paul Sartre, dalam analisisnya tentang imajinasi, menyoroti sifat non-posisional dan non-eksisten dari objek imajinatif; ia bukan objek yang kita lihat di dunia, melainkan representasi yang dibentuk oleh kesadaran itu sendiri, memungkinkan kebebasan dari ikatan realitas empiris<sup>442</sup>. Kesadaran imajinatif adalah sumber kreativitas, empati, inovasi ilmiah, dan kemampuan untuk berpikir secara abstrak dan simbolis, yang menjadi ciri khas kognisi manusia. Meskipun secara konseptual dapat dibedakan, batas antara kesadaran perseptual dan imajinatif seringkali kabur dan bersifat permeabel. Pengalaman perseptual

kita tidak pernah murni pasif; ia senantiasa dibentuk oleh harapan, memori, dan skema kognitif yang merupakan produk dari kesadaran imajinatif<sup>443</sup>. Sebagai contoh, ketika kita melihat awan, kita mungkin "melihat" bentuk hewan atau wajah sebuah proyeksi imajinatif ke dalam stimulasi perseptual. Demikian pula, imajinasi seringkali memanfaatkan "bahan baku" dari pengalaman perseptual untuk membangun citra baru; mustahil membayangkan warna atau bentuk yang sama sekali belum pernah kita alami sebelumnya. Interaksi ini menunjukkan bahwa realitas yang kita alami adalah sintesis dinamis antara apa yang diberikan oleh indra dan apa yang dikonstruksi oleh pikiran. Bahkan dalam konteks spiritual, kemampuan untuk mengimajinasikan apa yang tidak terlihat, seperti surga, neraka, atau entitas gaib, merupakan jembatan kognitif bagi pemahaman dan keyakinan. Al-Quran sering kali menggunakan gambaran visual dan naratif untuk menggambarkan realitas akhirat yang melampaui pengalaman indrawi, mendorong penggunaan kapasitas imajinatif untuk memahami kebenaran transenden<sup>444</sup>.

Lebih jauh, kesadaran imajinatif memiliki peran krusial dalam kognisi sosial dan moral. Kemampuan untuk membayangkan diri dalam posisi orang lain (empati) bergantung pada kesadaran imajinatif, memungkinkan kita untuk memprediksi perilaku, merasakan emosi orang lain, dan berinteraksi secara efektif dalam masyarakat<sup>445</sup>. Dalam Islam, nilai-nilai moral seperti keadilan dan kasih sayang seringkali ditekankan melalui narasi dan perumpamaan, yang mengaktifkan kesadaran imajinatif untuk menanamkan pemahaman dan motivasi etis. Hadis Nabi

Muhammad SAW yang mendorong umatnya untuk "beribadah seolah-olah engkau melihat Allah, dan jika engkau tidak melihat-Nya, sesungguhnya Dia melihatmu" (disebut sebagai maqam Ihsan) secara implisit mengaktivasi kesadaran imajinatif untuk menghadirkan kehadiran Ilahi, meskipun tidak secara perseptual, dalam ibadah seseorang<sup>446</sup>. Ini menunjukkan bahwa imajinasi bukanlah sekadar hiburan mental, melainkan alat esensial untuk konstruksi makna, pembentukan identitas, dan orientasi moral dalam hidup.

Distingsi antara kesadaran imajinatif dan perseptual menguak kompleksitas pengalaman manusia. Meskipun kesadaran perseptual memberi kita jangkar dalam realitas objektif, kesadaran imajinatif membebaskan kita untuk melampaui batasan tersebut, memungkinkan kreativitas, perencanaan, empati, dan pemahaman hal-hal yang transenden. Interaksi yang sinergis antara kedua mode ini membentuk tapestry kaya dari kognisi dan pengalaman, menegaskan bahwa pemahaman sejati tentang kesadaran memerlukan apresiasi terhadap dinamika timbal balik antara apa yang kita alami dengan indra dan apa yang kita ciptakan dalam benak kita. Studi lebih lanjut mengenai mekanisme neurokognitif di balik interaksi ini akan terus memperkaya pemahaman kita tentang salah satu misteri terbesar eksistensi: hakikat kesadaran itu sendiri.

### **Mimpi sebagai Horizon Pengalaman yang Tidak Biasa**

Fenomena mimpi merupakan salah satu aspek pengalaman manusia yang paling universal, sekaligus paling misterius. Sejak masa purba hingga era modern, mimpi telah menjadi subjek

fascinasi, interpretasi, dan penyelidikan, melintasi batas-batas budaya, agama, dan disiplin ilmu. Jauh dari sekadar rangkaian acak citra dan sensasi yang dihasilkan oleh otak yang beristirahat, mimpi dapat dipandang sebagai "horizon pengalaman yang tidak biasa" sebuah ranah di mana batasan realitas sadar melonggar, memungkinkan akses ke dimensi-dimensi kesadaran dan bawah sadar yang tersembunyi<sup>447</sup>. Eksplorasi ini akan menelusuri bagaimana mimpi berfungsi sebagai portal ke pengalaman-pengalaman yang melampaui logika sehari-hari, menyoroiti signifikansi historis, spiritual, psikologis, dan neurobiologisnya.

Sejak zaman peradaban kuno, mulai dari Mesir hingga Yunani, mimpi diperlakukan bukan sekadar sebagai anomali saat tidur, melainkan sebagai media komunikasi ilahi atau wahyu kenabian. Di Mesir kuno, mimpi seringkali dianggap sebagai pesan dari dewa-dewi atau leluhur, dengan kuil-kuil tertentu bahkan berfungsi sebagai tempat inkubasi mimpi untuk tujuan ramalan atau penyembuhan<sup>448</sup>. Demikian pula dalam tradisi Yunani dan Romawi, mimpi dipandang sebagai sarana untuk menerima petunjuk dari Olympus atau meramalkan masa depan, sebagaimana tercermin dalam naskah-naskah klasik dan praktik ramalan mimpi oleh *oneiromancer*<sup>449</sup>.

Dalam konteks agama-agama samawi, mimpi memegang peranan yang sangat penting sebagai medium komunikasi antara manusia dan Ilahi. Al-Qur'an secara eksplisit menyebutkan kisah-kisah mimpi, seperti mimpi Nabi Yusuf yang meramalkan kedudukannya dan takwil mimpi raja Mesir yang menyelamatkan

negerinya dari kelaparan[Surah Yusuf 12:4-6; 12:36-49]<sup>450</sup>. Nabi Muhammad SAW juga kerap menerima wahyu melalui mimpi, dan dalam beberapa hadits sahih, "ru'ya shalihah" atau mimpi yang benar, bahkan dijelaskan sebagai salah satu bagian dari kenabian setelah wafatnya beliau, sebuah kabar gembira bagi kaum mukmin[Sahih Bukhari, Hadits 6989; Sahih Muslim, Hadits 2263]<sup>451</sup>. Ini menunjukkan bahwa dalam kerangka spiritual, mimpi bukan hanya pengalaman pasif, melainkan sebuah manifestasi aktif dari kebenaran transenden yang dapat memberikan bimbingan dan pemahaman yang mendalam.

Beralih ke ranah psikologi modern, sumbangan terbesar dalam memahami mimpi sebagai horizon pengalaman yang tidak biasa datang dari Sigmund Freud dan Carl Jung. Freud, dalam karyanya yang monumental *The Interpretation of Dreams*, mengemukakan bahwa mimpi adalah "via regia" atau jalan utama menuju alam bawah sadar. Baginya, mimpi adalah pemenuhan keinginan yang tertekan baik itu keinginan seksual atau agresif yang tidak dapat diungkapkan dalam kesadaran<sup>452</sup>. Ia membedakan antara "isi manifes" (apa yang kita ingat dari mimpi) dan "isi laten" (makna tersembunyi, simbolis, dan terdistorsi), menegaskan bahwa melalui analisis mimpi, individu dapat mengungkap konflik internal dan trauma yang belum terselesaikan<sup>453</sup>. Meskipun banyak aspek teori Freud telah direvisi, gagasannya tentang mimpi sebagai cerminan bawah sadar tetap menjadi landasan penting dalam psikologi.

Sementara itu, Carl Jung memperluas pemahaman tentang alam bawah sadar dengan memperkenalkan konsep "ketidaksadaran

kolektif" dan "arketipe". Bagi Jung, mimpi bukan hanya ekspresi keinginan pribadi yang tertekan, tetapi juga jendela ke dalam reservoir simbol-simbol universal yang diwarisi oleh seluruh umat manusia<sup>454</sup>. Arketipe seperti Bayangan (shadow), Anima/Animus, dan Diri (self) muncul dalam mimpi sebagai personifikasi aspek-aspek kolektif psikis, memberikan kompensasi bagi sikap sadar yang sepihak dan memandu individu menuju proses individuasi yaitu, menjadi diri yang utuh dan terintegrasi<sup>455</sup>. Dalam pandangan Jung, mimpi menawarkan narasi yang kaya, simbolik, dan seringkali paradoksial, yang mendorong refleksi mendalam dan pertumbuhan pribadi.

Dari perspektif neurobiologis, mimpi dipahami sebagai produk aktivitas otak selama fase tidur REM (Rapid Eye Movement). Studi pencitraan otak menunjukkan peningkatan aktivitas di area otak yang terkait dengan emosi (amigdala), memori (hippocampus), dan visualisasi, sementara korteks prefrontal yang bertanggung jawab atas penalaran logis seringkali kurang aktif, menyebabkan sifat mimpi yang absurd dan tidak logis<sup>456</sup>. Teori aktivasi-sintesis yang diajukan oleh J. Allan Hobson dan Robert McCarley pada tahun 1977, misalnya, mengusulkan bahwa mimpi adalah upaya otak untuk mensintesis sinyal-sinyal saraf acak yang dihasilkan selama tidur REM menjadi narasi yang koheren, meskipun seringkali tidak logis<sup>457</sup>. Teori ini memberikan kerangka kerja biologis yang kuat, namun tetap tidak sepenuhnya menjelaskan kompleksitas pengalaman subjektif, narasi yang sarat makna, atau resonansi emosional yang sering kali menyertai mimpi.

Terlepas dari basis neurobiologisnya, sifat "tidak biasa" dari mimpi terletak pada kemampuannya untuk mendistorsi realitas, meniadakan batasan ruang dan waktu, serta menghadirkan skenario yang mustahil dalam keadaan terjaga. Ini adalah horizon liminal, di mana batas antara sadar dan bawah sadar, imajinasi dan realitas, menjadi kabur. Dalam ruang transisional ini, pikiran dapat mengeksplorasi ketakutan terdalam, keinginan tersembunyi, dan potensi kreatif tanpa hambatan sensorik atau sosial dunia nyata<sup>458</sup>. Pengalaman di dalam mimpi seringkali terasa autentik dan nyata, bahkan ketika isinya jelas tidak rasional. Fenomena ini memaksa kita untuk mempertanyakan sifat realitas itu sendiri dan bagaimana persepsi kita dibentuk oleh kondisi kesadaran yang berbeda.

Selain itu, mimpi juga berfungsi sebagai arena yang kaya untuk eksplorasi diri, pemecahan masalah kreatif, dan bahkan penyembuhan. Banyak seniman, ilmuwan, dan inovator melaporkan bahwa gagasan-gagasan terobosan sering muncul dalam mimpi mereka. Contoh klasik termasuk struktur cincin benzena yang ditemukan oleh ahli kimia August Kekulé setelah bermimpi tentang ular yang makan ekornya sendiri, atau inspirasi untuk novel *Frankenstein* yang datang kepada Mary Shelley dalam sebuah lamunan di malam hari<sup>459</sup>. Dalam konteks terapeutik, analisis mimpi atau "dream work" dalam psikoterapi sering digunakan untuk membantu pasien mengidentifikasi konflik internal, memahami pola emosi, dan memproses trauma, menjadikan mimpi sebagai alat heuristik untuk pertumbuhan psikologis<sup>460</sup>.

Pada akhirnya, mimpi sebagai horizon pengalaman yang tidak biasa adalah sebuah entitas enigmatic yang terus menantang pemahaman kita tentang kesadaran, realitas, dan diri. Ia berfungsi sebagai jembatan antara dunia rasional dan irasional, antara yang tampak dan yang tersembunyi. Meskipun ilmu pengetahuan telah banyak mengungkap mekanisme biologis di baliknya, esensi dan makna terdalam dari pengalaman mimpi tetap menjadi teka-teki yang mengundang kontemplasi filosofis dan psikologis. Dengan menerima mimpi sebagai portal ke dimensi yang tidak biasa ini, kita membuka diri pada pemahaman yang lebih komprehensif tentang kompleksitas jiwa manusia dan potensi tak terbatas dari pikiran yang melampaui batas-batas kesadaran yang konvensional. Menggali misteri ini bukan hanya sebuah usaha intelektual, melainkan sebuah perjalanan intrinsik menuju pemahaman yang lebih holistik tentang siapa kita di alam semesta ini.

### **Heidegger dan Dasein dalam Pengalaman Mimpi**

#### **Dasein dan Waktu: Eksistensi dalam Dimensi Temporal yang Lentur**

Pengalaman mimpi, sebuah fenomena universal yang melintasi barrier budaya dan zaman, kerap kali dianggap sebagai domain subjektif semata, setumpuk gambar acak dari alam bawah sadar, atau refleksi sederhana dari peristiwa siang hari. Namun, bagi filsafat fundamental ontologis Martin Heidegger, khususnya melalui lensa konsep Dasein, pengalaman mimpi menawarkan lebih dari sekadar aktivitas psikologis belaka; ia dapat menjadi wahana untuk

menyingkap struktur eksistensial dasar Dasein itu sendiri. Dalam pemikiran Heidegger, keberadaan manusia bukanlah suatu entitas yang pasif, melainkan sebuah 'keberadaan-di-dunia' (In-der-Welt-sein) yang senantiasa proyektif dan terlempar (geworfen) ke dalam kemungkinan-kemungkinan<sup>461</sup>. Oleh karena itu, menempatkan pengalaman mimpi dalam kerangka Heideggerian berarti mempertanyakan bagaimana Dasein, dengan segala nuansa ontologisnya, "berada" di dalam lanskap mimpi yang seringkali tidak logis dan paradoks.

Dasein, bukan sekadar 'manusia' dalam pengertian biologis atau psikologis, melainkan 'keberadaan-di-sana' (being-there), entitas yang bagi keberadaannya sendiri adalah suatu isu<sup>462</sup>. Dasein adalah keberadaan yang bertanya tentang keberadaannya sendiri, yang senantiasa menempatkan dirinya dalam horizon makna. Pengalaman mimpi, dalam konteks ini, tidak dapat diabaikan sebagai "bukan realitas" murni, sebab ia tetap merupakan bentuk "berada" bagi Dasein, sebuah modus di mana Dasein mengalami dirinya, dunia, dan kemungkinan-kemungkinannya<sup>463</sup>. Pertanyaan mendasar yang muncul adalah: bagaimana Dasein mempertahankan keontologiannya ketika ia "tertidur" dan "bermimpi"? Apakah kesadaran yang terdistorsi dalam mimpi masih merupakan "milik" Dasein, atautkah ia menjadi terasing dari dirinya sendiri? Melalui analisis fenomenologis, pengalaman mimpi dapat diinterpretasikan sebagai modus eksistensi di mana batasan antara faktisitas (Geworfenheit) dan proyektivitas (Entwurf) menjadi kabur, memungkinkan Dasein untuk menghadapi horizon

kemungkinannya dalam bentuk yang seringkali disamakan atau disimbolkan. Realitas mimpi, meskipun konstruktif dan personal, tetap menjadi "dunia" di mana Dasein "ada," merasakan kecemasan (Angst), harapan, atau keterlemparan secara radikal<sup>464</sup>. Dengan demikian, mimpi menawarkan jendela unik ke dalam struktur fundamental Dasein, terutama terkait dimensi temporalnya yang lentur.

Inti dari analisis eksistensial Heidegger, yang ia kembangkan dalam *Sein und Zeit*, adalah tesis bahwa temporalitas (Zeitlichkeit) merupakan makna ontologis dari Dasein. Heidegger berargumen bahwa temporalitas adalah struktur fundamental Dasein, bukan sekadar durasi linear yang diukur oleh jam atau kalender, melainkan temporalitas 'ekstatis' yang terdiri dari tiga "ekstase": masa depan (Zu-kunft), masa kini (Ge-genwart), dan masa lalu (Ge-wesenheit)<sup>465</sup>. Masa depan adalah Dasein yang selalu "di depan dirinya sendiri," memproyeksikan dirinya ke dalam kemungkinan-kemungkinan; masa lalu adalah Dasein yang "telah ada," faktisitasnya, keterlemparannya; dan masa kini adalah "menjadikan hadir" (making present) yang menghubungkan masa lalu dengan masa depan dalam suatu kesatuan makna<sup>466</sup>. Ketiga ekstase ini tidak berurutan secara kronologis, melainkan saling meresap dan membentuk horizon bagi pemahaman Dasein tentang keberadaannya.

Pengalaman mimpi, dengan sifatnya yang seringkali melampaui logika linear dan kausalitas dunia nyata, dapat dilihat sebagai arena unik bagi Dasein untuk mengalami temporalitasnya yang ekstatis

secara lebih gamblang. Dalam mimpi, waktu seringkali dimanipulasi: peristiwa masa lalu dapat hadir sebagai masa kini, masa depan dapat diproyeksikan dalam bentuk simbolis, dan urutan kronologis dapat terbalik atau terkompresi secara dramatis<sup>467</sup>. Fenomena ini bukan sekadar distorsi subjektif, melainkan manifestasi dari temporalitas Dasein yang intrinsik dan lentur. Dasein di dalam mimpi mungkin tidak secara sadar memproyeksikan dirinya ke depan atau mengingat masa lalunya, namun struktur ekstatis tersebut tetap beroperasi pada tingkat ontologis. Kekaburan antara 'sekarang' yang dialami dalam mimpi dengan 'sekarang' dalam realitas terjaga menunjukkan bahwa Dasein senantiasa berada dalam suatu 'sekarang' yang di-orientasi-kan oleh masa depan dan masa lalu, meskipun dalam mode yang berbeda<sup>468</sup>.

Refleksi filosofis tentang waktu dan eksistensi juga bergema dalam tradisi spiritual, di mana waktu seringkali dipandang bukan sebagai entitas mutlak, melainkan sebagai dimensi yang diciptakan atau fana, yang menggarisbawahi urgensi pemahaman akan esensi keberadaan<sup>469</sup>. Konsep ini juga mengingatkan pada pandangan bahwa kehidupan dunia adalah fana, seperti mimpi yang akan sirna saat terbangun, menekankan pentingnya kesadaran akan hakikat yang abadi dan transenden<sup>470</sup>. Dalam konteks Heidegger, meskipun ia tidak secara langsung mengacu pada narasi spiritual, fleksibilitas temporal yang terungkap dalam mimpi dapat memperdalam pemahaman kita tentang bagaimana Dasein, melalui pengalamannya yang paling intim sekalipun, senantiasa bernegosiasi dengan hakikat temporal keberadaannya yang tak

terhindarkan. Dengan demikian, mimpi bukanlah sekadar pelarian dari realitas, melainkan sebuah modus substansial di mana Dasein menampilkan inti temporalitasnya yang mendalam dan esensial.

### **Mimpi sebagai Modus "Being-in-the-World" yang Terbuka**

Eksistensi manusia, sebagaimana diungkapkan oleh Martin Heidegger dalam adagium fenomenologisnya tentang "Being-in-the-World" (In-der-Welt-sein), secara fundamental adalah keberadaan yang terlempar (Geworfenheit) ke dalam suatu dunia yang sudah ada dan terstruktur, namun pada saat yang sama terbuka terhadap berbagai kemungkinan pemahaman dan penyingkapan (Erschlossenheit)<sup>471</sup>. Modus keberadaan ini tidak sekadar berarti berada secara fisik di dalam dunia, melainkan juga menyiratkan keterlibatan aktif, pra-reflektif, dan interpretatif dengan lingkungan, sesama Dasein, dan bahkan diri sendiri. Dalam kerangka pemikiran ini, pertanyaan yang mendalam muncul: bagaimana fenomena mimpi, yang seringkali dianggap sebagai domain irasional atau pelarian dari realitas, dapat dipahami sebagai sebuah modus "Being-in-the-World" yang unik dan, terutama, "terbuka"? Eksplorasi ini bertujuan untuk menguraikan bagaimana mimpi berfungsi sebagai ruang ontologis tempat Dasein diizinkan untuk mengalami diri dan dunia dalam cara yang melampaui batasan kesadaran terjaga yang biasa, menawarkan penyingkapan yang lebih fundamental dan autentik.

Dalam kehidupan terjaga sehari-hari, Dasein cenderung tenggelam dalam "keduniawian" (worldliness) melalui praktik-

praktik rutin, kekhawatiran, dan interaksi sosial yang membentuk "kedisinian" (Dasein) yang mapan<sup>472</sup>. Struktur temporalitas, spasialitas, dan intersubjektivitas Dasein terartikulasi secara koheren, meskipun seringkali dalam modus inautentik. Namun, fenomena mimpi menghadirkan suatu pergeseran radikal dari struktur keberadaan yang biasa ini. Dalam mimpi, batas-batas antara subjek dan objek, antara masa lalu, kini, dan masa depan, bahkan antara realitas dan fantasi, menjadi kabur dan fluid. Fenomena ini bukan sekadar simulasi otak atau produk sampingan aktivitas neurologis, melainkan sebuah manifestasi dari Dasein yang beroperasi dalam mode yang berbeda, di mana "Being-in-the-World" tidak terikat oleh kriteria logis atau fisik yang konvensional<sup>473</sup>. Dasein dalam mimpi tetaplah Dasein tetaplah keberadaan yang peduli (Sorge) dan terlibat namun cara kepedulian dan keterlibatannya mengambil bentuk yang seringkali simbolis, metaforis, dan non-linear, sebuah kondisi yang memungkinkan penyingkapan yang tidak mungkin terjadi dalam kesadaran terjaga.

Konsep "keterbukaan" (openness) dalam konteks ini merujuk pada potensi mimpi untuk menyingkap aspek-aspek Dasein dan dunianya yang tersembunyi atau terpinggirkan dalam kesadaran terjaga. Lingkungan mimpi, dengan lanskapnya yang seringkali surealis dan karakternya yang berubah-ubah, bukanlah dunia objektif eksternal yang statis, melainkan proyeksi internal dari horison pemahaman Dasein itu sendiri. Dalam mimpi, Dasein dihadapkan pada kemungkinan-kemungkinan eksistensial yang belum tereksplorasi atau bahkan yang sengaja ditekan. Kecemasan

(Angst), yang bagi Heidegger adalah penyingkapan fundamental dari ketidakberartian dunia dan keterlemparan Dasein menuju kematian, seringkali muncul dalam mimpi dalam bentuk yang paling gamblang dan tak tersaring<sup>474</sup>. Melalui mimpi, Dasein dapat "dibuka" terhadap struktur fundamental eksistensinya kebebasannya, keterbatasannya, kecemasannya akan non-eksistensi, dan hubungannya dengan waktu dan ruang yang bukan sekadar fisik melainkan juga eksistensial. Keterbukaan ini memungkinkan pemahaman (Verstehen) yang lebih mendalam tentang diri yang autentik, melampaui cengkeraman "mereka" (das Man) yang mendominasi kehidupan sehari-hari.

Di luar kerangka fenomenologis-eksistensial, berbagai tradisi keagamaan dan spiritual juga mengakui mimpi sebagai modus keterbukaan yang signifikan, bukan hanya bagi diri tetapi juga bagi dimensi transenden. Dalam tradisi Islam, misalnya, mimpi seringkali dipandang sebagai salah satu bentuk wahyu atau isyarat Illahi. Kisah Nabi Yusuf dalam Al-Qur'an secara eksplisit mengangkat peran mimpi sebagai medium komunikasi ketuhanan dan pengetahuan masa depan, di mana Yusuf dikenal sebagai penafsir mimpi yang dianugerahi hikmah (QS. Yusuf: 4-6; 43-49)<sup>475</sup>. Hadis-hadis Nabi Muhammad SAW juga mengindikasikan bahwa mimpi orang mukmin dapat menjadi bagian dari kenabian atau pertanda baik, menunjukkan bahwa mimpi bukan sekadar ilusi, melainkan sebuah realitas yang dapat membawa pesan dan petunjuk dari alam gaib<sup>476</sup>. Meskipun interpretasi ini melampaui batas fenomenologi murni, ia memperkuat gagasan bahwa mimpi dapat menjadi ranah di mana

Dasein "terbuka" terhadap realitas yang lebih luas dan lebih dalam, baik itu aspek-eksistensial diri yang tersembunyi maupun dimensi spiritual yang melampaui kesadaran rasional. Keterbukaan ini memungkinkan Dasein untuk menerima "panggilan kepedulian" (Ruf der Sorge) dari keberadaan itu sendiri, yang dapat muncul dalam bentuk simbol-simbol arketipal atau narasi yang koheren secara internal dalam dunia mimpi<sup>477</sup>.

Mimpi, dengan segala misteri dan keunikan strukturnya, bukan sekadar fenomena psikologis pasif atau efek samping biologis. Sebaliknya, melalui lensa fenomenologis-eksistensial Heideggerian, mimpi dapat dipahami sebagai suatu modus "Being-in-the-World" yang sangat aktif dan "terbuka". Dalam ranah mimpi, Dasein dilepaskan dari belenggu "keduniawian" sehari-hari, memungkinkan penyingkapan (Erschlossenheit) yang lebih radikal tentang struktur fundamental eksistensinya: temporalitas, spasialitas, kecemasan, dan kebebasan. Keterbukaan ini tidak hanya mengacu pada revelasi diri yang tersembunyi, tetapi juga, dalam perspektif yang lebih luas, pada potensi untuk terhubung dengan dimensi-dimensi transenden dan spiritual keberadaan. Dengan demikian, mimpi menawarkan jendela yang unik dan esensial menuju pemahaman yang lebih komprehensif tentang apa artinya menjadi Dasein sebuah keberadaan yang selalu dalam proses menjadi, selalu terbuka terhadap kemungkinan-kemungkinan baru, bahkan di saat paling tidak sadar sekalipun. Mengalami dan merenungkan mimpi, oleh karena itu, dapat menjadi jalan autentik menuju pemahaman diri dan realitas yang lebih mendalam,

menyingkap lapisan-lapisan keberadaan yang tidak dapat diakses oleh kesadaran terjaga semata<sup>478</sup>.

### **Ke-ada-an Autentik dalam Mimpi dan Pengungkapan Diri**

Dunia mimpi, sebuah lanskap batin yang kaya dan misterius, telah lama menjadi subjek fasciasi dan penelitian dalam berbagai disiplin ilmu, mulai dari psikologi, filsafat, hingga spiritualitas. Ia sering dianggap sebagai arena di mana batasan kesadaran mengendur, memungkinkan munculnya manifestasi diri yang lebih mendalam dan tidak terfilter<sup>479</sup>. Dalam ranah ini, ke-ada-an autentik esensi diri yang sejati dan otentik sering kali menemukan jalan untuk bermanifestasi secara unik, menawarkan wawasan krusial yang dapat membentuk dan memperkaya proses pengungkapan diri dalam keadaan terjaga.

Dalam filsafat eksistensialisme, terutama melalui pemikiran Martin Heidegger, konsep "ke-ada-an autentik" (authentic *Dasein*) menempati posisi sentral<sup>480</sup>. Ke-ada-an autentik merujuk pada kondisi di mana individu hidup sesuai dengan potensi dan kebebasan sejatinya, mengambil tanggung jawab penuh atas keberadaannya dan tidak larut dalam anonimitas "mereka" (*das Man*) atau konformitas sosial<sup>481</sup>. Sebaliknya, ke-ada-an inautentik adalah kondisi di mana individu menyembunyikan diri dari kebenaran eksistensialnya, hidup dalam penolakan terhadap kebebasan dan mortalitas, atau hanya meniru pola hidup yang ditentukan oleh orang lain<sup>482</sup>. Pencarian keaslian ini melibatkan

konfrontasi mendalam dengan diri sendiri dan penerimaan terhadap aspek-aspek yang sering kali tersembunyi atau terabaikan.

Mimpi, dalam konteks ini, berfungsi sebagai gerbang menuju lapisan-lapisan alam bawah sadar di mana ke-ada-an autentik sering kali bersembunyi dari sensor ego yang terbangun. Sigmund Freud, dengan analisisnya tentang mimpi, menyebutnya sebagai "via regia" atau jalan raya menuju alam bawah sadar, tempat keinginan dan konflik yang terpendam menemukan ekspresi simbolis<sup>483</sup>. Meskipun Freud menekankan pada pemenuhan keinginan yang tertekan, kontribusinya membuka wawasan bahwa mimpi adalah representasi otentik dari proses psikologis internal yang seringkali tersembunyi dari kesadaran. Carl Jung, di sisi lain, memperluas pandangan ini dengan memperkenalkan konsep alam bawah sadar kolektif dan arketipe, yang bermanifestasi dalam mimpi sebagai simbol universal dan representasi dari pengalaman manusia secara kolektif<sup>484</sup>. Bagi Jung, mimpi bersifat kompensatoris, menyeimbangkan ketidakseimbangan psikis dan mendorong proses *individuasi* perkembangan diri menuju keutuhan dan otentisitas<sup>485</sup>. Dalam mimpi, tanpa tekanan konvensi sosial atau filter rasional, kita mungkin menemukan diri kita berperilaku, merasa, atau berpikir dengan cara yang secara mengejutkan jujur terhadap esensi terdalam kita, bahkan jika itu bertentangan dengan citra diri yang kita proyeksikan saat terjaga<sup>486</sup>.

Lebih jauh, analisis Jungian tentang mimpi sering kali menyoroti pengungkapan "bayangan" (shadow), yaitu bagian dari diri yang tidak disadari, seringkali direpresi, yang mengandung sifat-sifat

yang dianggap negatif atau tidak dapat diterima oleh ego<sup>487</sup>. Penampakan bayangan dalam mimpi apakah sebagai sosok menakutkan, karakter yang diabaikan, atau tindakan yang tidak konvensional adalah undangan untuk mengintegrasikan aspek-aspek diri yang terpisah ini<sup>488</sup>. Mengakui dan menerima bayangan adalah langkah krusial menuju ke-ada-an autentik, karena integritas diri tidak dapat dicapai jika sebagian besar dari diri kita tetap terasing dan tidak diakui<sup>489</sup>. Mimpi memungkinkan kita untuk melihat diri kita secara keseluruhan, dengan segala kerapuhan dan kekuatannya, mendorong kita menuju penerimaan diri yang lebih komprehensif.

Pengungkapan diri, sebagai tindakan membagikan informasi pribadi, pikiran, dan perasaan kepada orang lain, adalah pilar penting dalam pembentukan hubungan interpersonal yang sehat dan pengembangan diri<sup>490</sup>. Namun, efektivitas dan kedalaman pengungkapan diri sangat bergantung pada tingkat keaslian individu. Pengungkapan diri yang autentik tidak hanya sekadar mengungkapkan fakta, tetapi juga memaparkan kerentanan dan kebenaran batin seseorang<sup>491</sup>. Wawasan yang diperoleh dari alam mimpi dapat menjadi fondasi yang kuat bagi pengungkapan diri yang autentik. Ketika seseorang memahami motif-motif tersembunyi, ketakutan yang tidak disadari, atau potensi yang belum terealisasi yang diungkapkan dalam mimpinya, ia menjadi lebih sadar akan identitas sejatinya<sup>492</sup>. Kesadaran diri ini memungkinkan individu untuk mengkomunikasikan siapa dirinya dengan kejujuran yang lebih besar, tidak hanya kepada orang lain tetapi juga kepada dirinya sendiri<sup>493</sup>.

Dalam tradisi spiritual dan keagamaan, terutama dalam Islam, mimpi memiliki dimensi yang mendalam sebagai salah satu bentuk komunikasi ilahi atau wahyu<sup>494</sup>. Al-Quran dan Hadis banyak menyebutkan tentang mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*), yang dapat menjadi petunjuk, peringatan, atau bahkan kabar gembira. Misalnya, kisah Nabi Yusuf dalam Al-Quran secara eksplisit menggambarkan bagaimana mimpi berperan penting dalam takdir dan pengungkapan kebenaran<sup>495</sup>. Nabi Muhammad SAW juga bersabda bahwa "mimpi yang baik (benar) itu adalah bagian dari empat puluh enam bagian kenabian"<sup>496</sup>. Dalam perspektif ini, mimpi tidak hanya cerminan psikologis, tetapi juga potensi untuk menerima kebenaran yang melampaui logika rasional, yang dapat membimbing individu menuju kehidupan yang lebih sejalan dengan tujuan eksistensial dan spiritualnya<sup>497</sup>. Keterbukaan terhadap pesan-pesan ini, dan pengungkapannya melalui tindakan yang selaras, adalah manifestasi lain dari ke-ada-an autentik.

Mengintegrasikan wawasan dari mimpi ke dalam kesadaran dan kehidupan sehari-hari bukan merupakan tugas yang mudah, namun sangat berharga. Praktik seperti jurnal mimpi, di mana individu mencatat dan merefleksikan mimpinya secara teratur, dapat membantu dalam mengidentifikasi pola dan simbol yang berulang<sup>498</sup>. Konseling atau terapi mimpi, di bawah bimbingan seorang profesional, juga dapat menjadi alat yang kuat untuk menggali makna tersembunyi dan mengaplikasikan pemahaman tersebut untuk pertumbuhan pribadi<sup>499</sup>. Dengan memahami narasi batin yang disajikan oleh mimpi, seseorang dapat mulai mengenali aspek-aspek dirinya yang selama ini mungkin terabaikan atau

disangkal, dan secara bertahap mengintegrasikannya ke dalam identitas sadar<sup>500</sup>. Proses ini pada akhirnya memfasilitasi pengungkapan diri yang lebih tulus, karena individu tersebut berbicara dan bertindak dari tempat integritas dan keselarasan diri yang lebih besar.

Pada akhirnya, mimpi merupakan saluran yang mendalam dan seringkali diremehkan untuk memahami ke-ada-an autentik kita. Mimpi memungkinkan kita untuk melangkah melampaui topeng sosial dan narasi ego yang kita bangun di siang hari, mengungkapkan esensi diri yang lebih murni dan tidak terfilter. Dengan mendengarkan bisikan-bisikan dari alam mimpi, kita dapat memperoleh pemahaman yang lebih kaya tentang keinginan tersembunyi, ketakutan yang belum terselesaikan, dan potensi yang belum terjamah. Pemahaman diri yang diperoleh ini bukan hanya sebuah pengetahuan pasif, melainkan sebuah kekuatan transformatif yang memberdayakan kita untuk terlibat dalam pengungkapan diri yang lebih autentik, membangun hubungan yang lebih mendalam, dan menjalani kehidupan yang lebih selaras dengan kebenaran batin kita. Penjelajahan lanskap mimpi adalah sebuah perjalanan menuju otentisitas, sebuah undangan untuk benar-benar menjadi diri sendiri, baik dalam kesendirian pikiran maupun dalam interaksi dengan dunia.

### **Mimpi dan Angst: Pengalaman Keberadaan di Ambang**

Pengalaman keberadaan manusia adalah simfoni kompleks antara realitas sadar dan dimensi bawah sadar, yang seringkali terwujud dalam fenomena mimpi dan kegelisahan eksistensial yang

dikenal sebagai angst. Kedua aspek ini, meski tampak terpisah, seringkali berkorespondensi secara mendalam, terutama ketika individu berada dalam apa yang disebut sebagai "keberadaan di ambang" suatu kondisi liminal di mana batas antara kepastian dan ketidakpastian menjadi kabur, dan identitas diri diuji oleh potensi transformasi atau disintegrasi. Eksplorasi tentang bagaimana mimpi dan angst berinteraksi di ambang ini tidak hanya memberikan wawasan tentang arsitektur psikis manusia, tetapi juga tentang respon ontologis kita terhadap tantangan eksistensial<sup>501</sup>.

Mimpi, sebagai produk aktivitas mental selama tidur, telah lama menjadi subjek daya tarik lintas budaya dan disiplin ilmu. Dari sudut pandang psikologi modern, mimpi sering dianggap sebagai "jalan kerajaan menuju alam bawah sadar" (Freud), sebuah arena di mana keinginan tersembunyi, konflik tidak terselesaikan, dan trauma masa lalu dimanifestasikan melalui simbolisme yang kaya<sup>502</sup>. Sigmund Freud, dengan teorinya tentang pemenuhan keinginan (wish fulfillment), mengemukakan bahwa mimpi adalah upaya psikis untuk memuaskan impuls yang direpresi, meskipun seringkali dalam bentuk terselubung untuk menghindari kecemasan. Di sisi lain, Carl Jung memperluas cakupan interpretasi mimpi dengan memperkenalkan konsep ketidaksadaran kolektif dan arketipe, yang menurutnya adalah pola-pola universal yang diwarisi dan muncul dalam mimpi sebagai simbol-simbol primordial<sup>503</sup>. Bagi Jung, mimpi bukan hanya tentang masa lalu individu, tetapi juga tentang potensi masa depan dan proses individuasi perjalanan menuju keutuhan diri.

Lebih jauh, dalam berbagai tradisi spiritual dan budaya, mimpi tidak hanya dilihat sebagai produk pikiran internal, melainkan sebagai gerbang menuju realitas lain, pesan ilahi, atau bahkan prediksi masa depan. Dalam tradisi Islam, misalnya, mimpi yang benar (ru'ya shadiqah) dianggap sebagai bagian dari kenabian atau pertanda dari Allah, sebagaimana disebutkan dalam Al-Qur'an dan Hadis<sup>504</sup>. Surah Yusuf secara eksplisit mengesahkan pentingnya interpretasi mimpi dalam narasi profetik. Pandangan ini menyoroti dimensi transpersonal mimpi, di mana ia dianggap mampu melampaui batas-batas kesadaran individu, menghubungkan individu dengan dimensi spiritual atau kolektif yang lebih luas<sup>505</sup>. Perspektif-perspektif ini, baik psikologis maupun spiritual, menggarisbawahi peran fundamental mimpi sebagai medium komunikasi yang kompleks, seringkali membawa informasi penting yang tidak dapat diakses oleh kesadaran biasa, terutama ketika individu berada dalam kondisi rentan atau transisi.

Berbeda dengan ketakutan (fear) yang memiliki objek spesifik (misalnya, takut akan kegagalan, takut akan kehilangan), angst atau kecemasan eksistensial adalah kegelisahan yang lebih mendalam, tanpa objek yang jelas, yang terkait erat dengan kondisi fundamental keberadaan manusia itu sendiri. Søren Kierkegaard, dalam karyanya *The Concept of Anxiety*, mengidentifikasi angst sebagai perasaan pusing di hadapan kebebasan yang tak terbatas<sup>506</sup>. Baginya, ketika individu dihadapkan pada pilihan dan potensi tanpa batas, timbul perasaan gentar yang melumpuhkan, sebuah pengakuan akan tanggung jawab penuh atas pilihan-pilihan

tersebut tanpa jaminan keberhasilan atau makna. Angst, dalam konteks Kierkegaard, bukanlah suatu penyakit, melainkan kondisi inheren yang mendorong seseorang menuju autentisitas atau, sebaliknya, keputusan.

Martin Heidegger memperdalam konsep ini dalam *Being and Time*, di mana ia mengemukakan bahwa angst adalah kondisi dasar (*fundamental mood*) yang mengungkapkan *Dasein* (keberadaan-di-dunia) kepada dirinya sendiri dalam kefanaannya<sup>507</sup>. Ketika *Dasein* terlempar ke dalam keberadaan (*Geworfenheit*) dan menyadari kemungkinannya untuk menjadi tidak ada (*Nichtigkeit*), timbullah angst. Angst bukanlah tentang kematian itu sendiri, melainkan tentang kemungkinan non-keberadaan, yang membuka *Dasein* pada kebebasan fundamentalnya untuk memilih bagaimana ia akan berada di dunia. Jean-Paul Sartre, sebagai perwakilan eksistensialisme ateistik, lebih jauh menyatakan bahwa manusia "terkutuk untuk bebas" (*condemned to be free*), yang membawa serta beban tanggung jawab mutlak atas setiap pilihan dan tindakan<sup>508</sup>. Beban kebebasan ini, tanpa panduan ilahi atau nilai-nilai objektif yang terjamin, melahirkan angst. Oleh karena itu, angst dapat dipahami sebagai pengakuan yang menyakitkan namun esensial terhadap kemandirian, kefanaan, dan ketiadaan makna yang melekat, yang memaksa individu untuk menciptakan maknanya sendiri.

Pertemuan antara mimpi dan angst menjadi sangat intens ketika individu berada dalam "ambang keberadaan" suatu momen transisi, krisis, atau pengambilan keputusan besar yang mengguncang

fondasi ontologis. Ini bisa berupa pengalaman kehilangan yang mendalam, perubahan besar dalam hidup, dilema moral yang kompleks, atau kesadaran mendadak akan kefanaan diri. Di ambang ini, batas antara yang dikenal dan yang tidak dikenal, antara masa lalu dan masa depan, menjadi buram, dan kesadaran dihadapkan pada ketidakpastian yang mendalam<sup>509</sup>.

Dalam kondisi demikian, mimpi seringkali menjadi medan di mana angst secara eksplisit maupun simbolis diproyeksikan dan diproses. Mimpi buruk yang berulang (*recurrent nightmares*) tentang dikejar, terjatuh, atau kehilangan kontrol, misalnya, dapat menjadi manifestasi visual dari kegelisahan eksistensial akan ketidakmampuan mengendalikan hidup atau ketakutan akan kehampaan<sup>510</sup>. Simbol-simbol dalam mimpi seperti ruang tertutup yang mencekik, jembatan yang runtuh, atau wajah asing dapat mewakili perasaan terperangkap, transisi yang menakutkan, atau ketiadaan identitas. Alam bawah sadar, melalui mimpi, mencoba mengartikulasikan atau bahkan menyelesaikan konflik-konflik eksistensial yang belum terpecahkan dalam kesadaran. Misalnya, mimpi tentang ujian yang tak pernah selesai mungkin mencerminkan kecemasan akan kemampuan diri atau makna hidup secara umum, bukan hanya ujian akademis semata.

Namun, mimpi tidak selalu hanya merefleksikan atau memperburuk angst; ia juga dapat menjadi sumber wawasan dan resolusi. Dalam tradisi Jungian, mimpi dapat menawarkan kompensasi terhadap sikap sadar yang tidak seimbang, menyediakan petunjuk menuju keseimbangan psikis<sup>511</sup>. Mimpi-

mimpi yang menakutkan sekalipun dapat menjadi panggilan untuk menghadapi bayangan diri atau aspek-aspek yang direpresi, yang jika diintegrasikan, dapat membawa pada pertumbuhan. Di ambang, di mana individu dihadapkan pada kebebasan dan ketidakpastian, mimpi dapat berfungsi sebagai "pintu gerbang" ke potensi-potensi tersembunyi, memberikan gambaran simbolis tentang jalur yang mungkin diambil atau sumber daya internal yang belum dimanfaatkan untuk menavigasi krisis<sup>512</sup>. Proses kontemplasi dan interpretasi mimpi dalam konteks angst dapat menjadi bagian integral dari perjalanan menuju autentisitas, memungkinkan individu untuk mengakui dan mengintegrasikan kegelisahan mereka, alih-alih menghindarinya.

Interaksi antara mimpi dan angst adalah inti dari pengalaman manusia, terutama ketika individu berada di "ambang" keberadaan titik kritis di mana diri dihadapkan pada kebebasan, kefanaan, dan tanggung jawab. Mimpi, sebagai jendela ke alam bawah sadar, seringkali berfungsi sebagai cermin yang memantulkan kegelisahan eksistensial, bahkan mempercepat konfrontasi dengan pertanyaan-pertanyaan ontologis yang mendalam. Di sisi lain, angst itu sendiri adalah panggilan tak terhindarkan untuk menghadapi realitas keberadaan yang rentan namun penuh potensi.

Memahami korespondensi dinamis antara mimpi dan angst membuka jalan bagi apresiasi yang lebih dalam terhadap kompleksitas psikis dan ontologis manusia. Mimpi tidak hanya sekadar efek samping dari tidur, dan angst bukan hanya sekadar gejala patologis; keduanya adalah komponen integral dari

perjalanan penemuan diri dan penciptaan makna. Dengan menyadari bagaimana alam bawah sadar berkomunikasi melalui mimpi tentang kegelisahan eksistensial kita, individu dapat lebih sadar menavigasi transisi kehidupan, mengintegrasikan bayangan, dan akhirnya, menjalani kehidupan yang lebih autentik di hadapan ambang ketidakpastian. Ini adalah proses berkelanjutan yang membutuhkan refleksi, keberanian untuk menghadapi ketidaknyamanan, dan keterbukaan terhadap pesan-pesan dari kedalaman diri, baik yang muncul dalam terang kesadaran maupun dalam kegelapan mimpi.

## **Jean-Paul Sartre: Imajinasi, Mimpi, dan Kebebasan**

### **Imajinasi sebagai Proyek Bebas Kesadaran**

Pemikiran Jean-Paul Sartre (1905-1980), seorang filsuf eksistensialis terkemuka abad ke-20, menawarkan lensa yang mendalam untuk memahami hakikat kesadaran manusia, kebebasan, dan cara kita berinteraksi dengan realitas. Bagi Sartre, imajinasi, mimpi, dan kebebasan bukan sekadar fenomena psikologis yang terpisah, melainkan manifestasi fundamental dari ontologi kesadaran itu sendiri, yang ia sebut sebagai *pour-soi* (kesadaran-bagi-dirinya) yang selalu menunjuk pada ketidakhadirannya sendiri dan kebebasannya yang radikal<sup>513</sup>. Studi tentang konsep-konsep ini menjadi krusial untuk menggali inti filosofi Sartrean tentang eksistensi, di mana manusia "dikutuk untuk bebas." Sartre menguraikan imajinasi bukan sebagai fungsi mental pasif yang menerima atau mereproduksi citra dari dunia eksternal,

melainkan sebagai sebuah tindakan (proyek) aktif dari kesadaran<sup>514</sup>. Dalam karyanya yang monumental, *L'Imaginaire: Psychologie phénoménologique de l'imagination* (1940), Sartre secara tegas membedakan imajinasi dari persepsi. Persepsi adalah pengalaman kita tentang benda-benda yang hadir di dunia nyata, yang memiliki kepadatan dan keberadaan *en-soi* (dalam-dirinya). Sebaliknya, imajinasi adalah tindakan kesadaran untuk mengkonstitusikan (membentuk) sesuatu yang absen atau tidak ada secara fisik di hadapan kita<sup>515</sup>.

Inti dari imajinasi, menurut Sartre, terletak pada kemampuannya untuk melakukan *néantisation* atau "penyapuan" realitas. Ketika seseorang membayangkan sebuah objek, misalnya, seekor kuda bersayap, kesadaran sebenarnya sedang meniadakan keberadaan kuda bersayap tersebut di dunia nyata. Tindakan meniadakan ini bukan sekadar penolakan, melainkan sebuah proyek aktif yang menciptakan sebuah "ketiadaan" di tengah-tengah keberadaan<sup>516</sup>. Imajinasi adalah bukti bahwa kesadaran tidak terpaku pada "yang ada" tetapi memiliki kapasitas intrinsik untuk melampaui dan meniadakan realitas yang diberikan, membuka ruang bagi kemungkinan dan alternatif. Ini adalah manifestasi primordial dari kebebasan kesadaran, karena kesadaran bebas untuk tidak terpaku pada apa yang dipersepsikan, melainkan untuk melampauinya dan memproyeksikan sesuatu yang lain<sup>517</sup>.

Sebagai sebuah proyek bebas, imajinasi tidak dibatasi oleh kondisi material atau empiris. Seseorang bebas untuk membayangkan gunung-gunung yang melayang atau lautan

berwarna ungu, bukan karena citra-citra tersebut ada di luar sana, melainkan karena kesadaran memiliki kekuatan inheren untuk menciptakan "ketiadaan" yang memungkinkan proyeksi-proyeksi ini. Kemampuan untuk membayangkan ini secara langsung terkait dengan kebebasan ontologis kesadaran itu sendiri, yang selalu "di luar" dirinya dan selalu melampaui kondisi yang diberikan. Dengan demikian, imajinasi adalah cara kesadaran untuk menegaskan kebebasannya, untuk tidak terikat pada "yang ada," dan untuk senantiasa memproyeksikan dirinya ke arah kemungkinan-kemungkinan baru<sup>518</sup>.

Berangkat dari pemahaman imajinasi sebagai proyek transenden kesadaran, Sartre kemudian menghubungkannya secara erat dengan konsep kebebasan radikal. Jika kesadaran dapat meniadakan realitas yang ada melalui imajinasi, maka ia juga bebas untuk meniadakan kondisi-kondisi eksistensialnya dan memilih untuk menjadi apa yang belum ia menjadi. "Kebebasan" bagi Sartre bukanlah pilihan di antara opsi-opsi yang sudah ada, melainkan kemampuan kesadaran untuk memproyeksikan dirinya sendiri ke masa depan, untuk membentuk esensinya sendiri melalui tindakan dan pilihan<sup>519</sup>. Eksistensi mendahului esensi, yang berarti bahwa manusia pertama-tama ada, dan barulah kemudian mendefinisikan dirinya melalui kebebasannya. Imajinasi adalah alat utama kesadaran dalam proses ini, memungkinkannya untuk melihat dirinya sebagai sesuatu yang dapat meniadakan status quo dan merancang kemungkinan-kemungkinan baru bagi dirinya sendiri dan dunia<sup>520</sup>.

Dalam konteks mimpi, Sartre tidak secara eksplisit memberikan analisis yang seluas imajinasi atau kebebasan, namun ia dapat dipahami sebagai bentuk spontan dan tidak sadar dari proyek imajinatif kesadaran. Mimpi, seperti imajinasi, melibatkan peniadaan realitas yang dipersepsikan dan konstruksi dunia alternatif. Meskipun kontrol sadar dalam mimpi mungkin berkurang, aktivitas proyeksi dan negasi tetap berlangsung, mencerminkan upaya *pour-soi* untuk mengonfigurasi dan memahami keberadaannya, atau mungkin memproyeksikan kecemasan dan aspirasi yang belum tersalurkan dalam keadaan sadar<sup>521</sup>. Dengan demikian, mimpi dapat dilihat sebagai perluasan ranah imajinatif, di mana kebebasan kesadaran untuk meniadakan dan membentuk kembali realitas beroperasi dengan dinamika yang berbeda, namun tetap konsisten dengan prinsip ontologis *néantisation*. Bagi Jean-Paul Sartre, imajinasi, mimpi, dan kebebasan adalah aspek-aspek yang tidak terpisahkan dari kesadaran manusia (*pour-soi*) dan merupakan manifestasi fundamental dari keterbukaan kesadaran terhadap ketiadaan dan kemungkinannya yang tak terbatas. Imajinasi adalah kunci yang membuka pintu kebebasan, memungkinkan manusia untuk tidak hanya melihat apa yang ada, tetapi juga membayangkan apa yang bisa ada, dan dengan demikian, membentuk esensi dirinya melalui proyeksi dan tanggung jawab atas pilihannya yang radikal.

### **Mimpi sebagai "Ke-bebasan Tanpa Dunia"**

Alam mimpi, sebuah ranah pengalaman subjektif yang universal, seringkali menyajikan paradoks yang memukau: sebuah kebebasan

yang mutlak namun simultan dengan absennya dunia fisik yang kita kenal. Konseptualisasi mimpi sebagai "ke-bebasan tanpa dunia" mengundang kita untuk menjelajahi dimensi-dimensi kesadaran di mana batasan-batasan realitas sehari-hari ditiadakan, membuka ruang bagi eksplorasi kognitif, emosional, dan bahkan ontologis yang unik. Pemahaman ini melampaui interpretasi superfisial dan mendorong penyelidikan mendalam tentang mekanisme neurologis, implikasi psikologis, serta resonansi filosofis dari fenomena tidur ini.

Secara fenomenologis, alam mimpi seringkali digambarkan sebagai panggung di mana hukum fisika konvensional ditanggalkan; individu dapat terbang tanpa sayap, bertransformasi bentuk, atau melintasi jarak dalam sekejap mata<sup>522</sup>. Kebebasan ini tidak hanya terbatas pada dimensi spasial atau fisik, melainkan meluas ke ranah kognitif dan emosional. Pikiran dapat membentuk dan mengubah realitas tanpa batasan logis atau kendala sosial yang membelenggu di alam sadar. Identitas diri pun seringkali menjadi cair, memungkinkan individu untuk merasakan perspektif yang beragam atau bahkan menjadi entitas yang berbeda sama sekali, membebaskan ego dari konstruksi sosial dan harapan dunia nyata<sup>523</sup>. Inilah esensi "ke-bebasan" dalam mimpi: kemampuan untuk mengalami eksistensi tanpa terikat oleh kaidah-kaidah yang mengikat kesadaran terjaga.

Paradoks dari kebebasan ini terletak pada frasa "tanpa dunia." Berbeda dengan kebebasan di alam sadar yang selalu terkait dengan interaksi dengan lingkungan eksternal, kebebasan dalam mimpi

sepenuhnya merupakan konstruksi internal. Alam mimpi terbentuk bukan dari input sensorik eksternal yang disaring dan diinterpretasi, melainkan dari aktivitas neural endogen yang memproyeksikan citra, suara, dan sensasi dari dalam diri<sup>524</sup>. Otak, khususnya selama fase tidur Rapid Eye Movement (REM), menghasilkan realitas yang imersif dan detail, terlepas dari dunia fisik dan keterbatasan persepsi indrawi eksternal. Diskoneksi ini adalah inti dari aspek "tanpa dunia," di mana subjek menjadi pencipta sekaligus penghuni tunggal dari realitasnya sendiri, sebuah simulasi internal yang begitu meyakinkan sehingga seringkali tidak dapat dibedakan dari kenyataan hingga terbangun<sup>525</sup>.

Dari perspektif ilmiah, khususnya neurosains kognitif, mimpi dapat dipahami sebagai produk kompleks dari aktivasi area otak tertentu dan interaksinya. Korteks prefrontal, yang bertanggung jawab atas logika dan penilaian, menunjukkan aktivitas yang menurun selama mimpi, menjelaskan mengapa mimpi seringkali tidak logis atau absurd<sup>526</sup>. Sementara itu, area-area yang terkait dengan emosi (sistem limbik) dan penglihatan (korteks visual) tetap sangat aktif, menghasilkan pengalaman yang kaya secara emosional dan visual<sup>527</sup>. Dari sudut pandang psikologi, teori-teori seperti psikoanalisis Freud dan psikologi analitis Jung mengemukakan bahwa mimpi adalah pintu gerbang menuju alam bawah sadar, memmanifestasikan keinginan, ketakutan, dan konflik yang ditekan, memberikan kebebasan bagi pikiran untuk memproses pengalaman tanpa sensor sadar<sup>528</sup>. Kebebasan ini, meskipun tanpa interaksi langsung dengan dunia fisik, merupakan mekanisme penting bagi

pemrosesan informasi, konsolidasi memori, dan regulasi emosi. Secara filosofis, konsep "ke-bebasan tanpa dunia" dalam mimpi memicu pertanyaan-pertanyaan mendasar tentang sifat realitas dan kesadaran. Jika kita dapat menciptakan dunia yang begitu nyata dan mengalami kebebasan mutlak di dalamnya, apa yang membedakan realitas mimpi dari realitas terjaga selain konsensus intersubjektif? Mimpi menantang kita untuk mempertimbangkan bahwa "dunia" sejatinya adalah konstruksi perseptual, dan bahwa kebebasan sejati mungkin terletak pada kapasitas pikiran untuk membentuk pengalaman, terlepas dari input eksternal<sup>529</sup>. Bahkan beberapa tradisi religius dan spiritual memandang mimpi sebagai ruang di mana jiwa dapat berkomunikasi dengan alam transenden, menerima wahyu, atau menjelajahi dimensi spiritual yang melampaui batasan fisik<sup>530</sup>. Dalam Islam, misalnya, mimpi kenabian (ru'ya sadiqah) dianggap sebagai bagian dari kenabian atau isyarat masa depan, sebagaimana digambarkan dalam beberapa Hadis<sup>531</sup>, memperkuat gagasan bahwa mimpi bukan sekadar ilusi, melainkan gerbang menuju kebenaran atau kebebasan transendental.

Mimpi sebagai "ke-bebasan tanpa dunia" adalah sebuah konsep yang kaya dan multidimensional. Ini menyoroti kapasitas luar biasa dari pikiran untuk menciptakan realitasnya sendiri, terlepas dari batasan-batasan fisik dan sosial. Kebebasan dalam mimpi adalah kebebasan murni dari konstruksi internal, sementara "tanpa dunia" menegaskan diskoneksi dari input sensorik eksternal. Eksplorasi fenomena ini tidak hanya memperkaya pemahaman kita tentang alam bawah sadar dan mekanisme kognitif, tetapi juga mengundang

kita untuk merenungkan sifat fundamental dari kesadaran, realitas, dan batasan-batasan pengalaman manusia itu sendiri. Pemahaman ini membuka gerbang baru dalam studi filosofis dan ilmiah tentang kesadaran, menegaskan bahwa alam mimpi adalah laboratorium pribadi yang tak terbatas bagi eksplorasi diri dan realitas.

### **Antara Imajinasi dan Ilusi dalam Kesadaran Mimpi**

Kesadaran mimpi, sebagai salah satu fenomena paling misterius dalam pengalaman manusia, senantiasa memicu perdebatan mengenai hakikat realitas yang dibangunnya. Dalam alam mimpi, batas antara apa yang merupakan konstruksi aktif pikiran (imajinasi) dan apa yang diterima sebagai interpretasi keliru dari stimulus internal atau eksternal (ilusi) menjadi kabur. Eksplorasi mendalam terhadap dikotomi ini tidak hanya memberikan wawasan tentang arsitektur kognitif otak selama tidur, tetapi juga menantang pemahaman kita tentang realitas itu sendiri, baik dalam keadaan terjaga maupun tertidur. Pembahasan ini akan mengurai bagaimana imajinasi dan ilusi berkorelasi dan berinteraksi dalam membentuk lanskap mimpi yang begitu kompleks dan seringkali surealis.

Alam mimpi utamanya terwujud selama fase *Rapid Eye Movement* (REM) tidur, sebuah kondisi neurofisiologis yang ditandai oleh aktivitas otak yang tinggi, mirip dengan keadaan terjaga, namun disertai dengan relaksasi otot skeletal yang hampir total (atonia)<sup>532</sup>. Selama fase ini, sirkuit saraf di otak, khususnya di korteks prefrontal (yang mengatur pemikiran logis dan pengambilan keputusan) menunjukkan penurunan aktivitas, sementara area

yang terkait dengan emosi (sistem limbik) dan penglihatan (korteks visual) menjadi lebih aktif<sup>533</sup>. Kondisi unik ini menciptakan lingkungan yang kondusif bagi konstruksi pengalaman yang kaya secara sensorik dan emosional, namun seringkali tanpa logika naratif atau batasan fisik yang kaku. Dalam konteks ini, pikiran bebas untuk menjelajahi dan menciptakan narasi tanpa kendali sensorik eksternal yang membumi, membuka pintu bagi manifestasi imajinasi dan ilusi.

Imajinasi dalam kesadaran mimpi dapat dipahami sebagai kapasitas aktif pikiran untuk membentuk gambar, ide, dan skenario yang belum pernah dialami secara langsung, atau untuk mengombinasikan elemen-elemen yang ada dengan cara baru dan orisinal<sup>534</sup>. Ini adalah kekuatan kreatif yang memungkinkan mimpi untuk melampaui batas-batas realitas fisik. Dalam mimpi, seseorang mungkin menemukan dirinya terbang di angkasa, berbicara dengan sosok yang telah meninggal, atau menghadapi tantangan yang absurd namun terasa nyata<sup>535</sup>. Fenomena mimpi jernih (lucid dreaming) merupakan manifestasi paling jelas dari imajinasi aktif ini, di mana individu menyadari bahwa mereka sedang bermimpi dan dapat secara sadar mengontrol elemen-elemen dalam mimpi mereka, bahkan menciptakan dunia dan karakter baru sesuai kehendak<sup>536</sup>. Ini menunjukkan kapasitas otak untuk tidak hanya mereproduksi, tetapi juga untuk berinovasi dan berkreasi dalam keadaan kesadaran yang terisolasi dari input sensorik eksternal. Teori komputasi kognitif seringkali berpendapat bahwa imajinasi dalam mimpi adalah bagian dari proses konsolidasi memori,

pemecahan masalah, atau bahkan simulasi ancaman untuk persiapan adaptif<sup>537</sup>.

Di sisi lain, ilusi dalam kesadaran mimpi merujuk pada persepsi atau interpretasi yang keliru terhadap realitas internal yang disajikan oleh otak, di mana fenomena yang sebenarnya merupakan produk internal diterima sebagai kebenaran objektif atau eksternal<sup>538</sup>. Dalam mimpi, objek yang tidak ada mungkin terlihat nyata, situasi yang mustahil diterima sebagai logis, dan ancaman yang diciptakan sendiri terasa mengancam secara fisik<sup>539</sup>. Perasaan cemas yang timbul dari dikejar oleh monster dalam mimpi, meskipun monster itu adalah ciptaan pikiran sendiri, adalah contoh ilusi yang kuat. Otak, selama tidur REM, menekan kemampuan untuk membedakan antara informasi internal dan eksternal, sehingga setiap konstruksi internal baik itu visual, auditori, maupun taktil dipersepsikan sebagai realitas yang tidak dapat ditawar<sup>540</sup>. Ini adalah mekanisme yang mirip dengan halusinasi, di mana pengalaman sensorik terjadi tanpa stimulus eksternal yang relevan, menjadikan pengalaman mimpi terasa begitu mendalam dan autentik, meskipun sifatnya ilusi. Bahkan dalam tradisi Islam, mimpi seringkali dipandang sebagai refleksi dari jiwa atau pesan ilahi, namun ada perbedaan antara mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*) dan mimpi kosong atau ilusi akibat gangguan internal (*adghats al-ahlam*)<sup>541</sup>. Sebuah Hadis dari Sahih al-Bukhari mengklasifikasikan mimpi menjadi tiga jenis: mimpi baik dari Allah, mimpi buruk dari setan, dan mimpi yang berasal dari bisikan jiwa<sup>542</sup>. Kategorisasi ini

secara implisit mengakui adanya aspek imajinatif (dari jiwa) dan ilusi (dari setan atau bisikan pikiran) dalam pengalaman mimpi.

Perbatasan antara imajinasi dan ilusi dalam mimpi bukanlah garis tegas, melainkan sebuah spektrum dinamis. Seringkali, imajinasi menjadi dasar bagi pembentukan ilusi. Sebagai contoh, otak mungkin secara imajinatif menciptakan skenario di mana seseorang jatuh dari ketinggian, dan sensasi jatuh serta ketakutan yang menyertainya adalah ilusi yang dihasilkan oleh interpretasi otak terhadap sinyal internal<sup>543</sup>. Ilusi inilah yang memberikan bobot emosional dan rasa "nyata" pada konstruksi imajinatif tersebut. Lebih jauh, pengalaman mimpi secara keseluruhan dapat dipandang sebagai ilusi besar kesadaran, di mana realitas alternatif diciptakan dan dialami dengan keyakinan penuh, sampai kebangkitan memaksa kita untuk mengakui sifat non-fisiknya<sup>544</sup>. Filsuf seperti René Descartes bahkan menggunakan pengalaman mimpi untuk meragukan kepastian realitas, menyiratkan bahwa kita tidak pernah bisa sepenuhnya yakin apakah kita terjaga atau bermimpi<sup>545</sup>.

Pada akhirnya, kesadaran mimpi adalah tapestry kompleks yang ditenun dari benang imajinasi dan ilusi. Imajinasi memberikan mimpi kapasitas untuk kreativitas, kebaruan, dan perluasan pengalaman, sementara ilusi memberinya kekuasaan untuk terasa nyata, mendalam, dan terkadang menakutkan. Studi lebih lanjut mengenai mekanisme neurologis yang mendasari pembentukan dan persepsi imajinasi serta ilusi dalam mimpi akan terus membuka tabir misteri tentang bagaimana otak membangun realitas subjektif kita. Dengan memahami dinamika ini, kita tidak hanya

memperdalam pemahaman tentang alam mimpi, tetapi juga tentang hakikat kesadaran manusia itu sendiri.

### **Eksistensialisme dan Ambiguitas Realitas dalam Mimpi**

Penjelajahan mendalam terhadap hakikat realitas senantiasa menjadi poros sentral dalam pemikiran filosofis, mengundang renungan berkelanjutan tentang batas-batas antara yang nyata dan yang ilusi. Di antara berbagai medan eksplorasi ini, fenomena mimpi menawarkan arena yang unik dan paradoks, di mana garis pemisah antara keberadaan otentik dan konstruksi mental menjadi kabur secara radikal. Filsafat eksistensialisme, dengan tokoh-tokoh sentralnya seperti Søren Kierkegaard, Jean-Paul Sartre, dan Albert Camus, menitikberatkan pada keberadaan individu sebagai titik tolak utama dalam memahami realitas<sup>546</sup>. Premis fundamental "eksistensi mendahului esensi" menegaskan bahwa manusia pertama-tama ada, kemudian mendefinisikan dirinya melalui pilihan dan tindakan sadarnya, bukan ditentukan oleh kodrat atau tujuan yang telah ada<sup>547</sup>. Dalam konteks ini, individu dihadapkan pada kebebasan yang mutlak sekaligus beban tanggung jawab yang berat untuk menciptakan makna dalam sebuah alam semesta yang pada dasarnya acuh tak acuh dan tanpa makna intrinsik<sup>548</sup>. Kecemasan (angst) dan absurditas menjadi teman akrab dalam perjalanan ini, memaksa individu untuk menghadapi keterbatasan pengetahuan dan kesendirian dalam menghadapi realitas.

Ketika individu memasuki alam mimpi, batasan-batasan realitas yang rigid dalam keadaan sadar seolah runtuh. Dalam mimpi,

hukum fisika dapat diabaikan, identitas diri dapat berubah, dan peristiwa-peristiwa yang paling tidak logis dapat terasa sepenuhnya nyata<sup>549</sup>. Ambiguitas ini bukan sekadar anomali kognitif, melainkan sebuah manifestasi dari sifat subjektif realitas itu sendiri. René Descartes, dalam "Meditasi Pertama," secara radikal mempertanyakan kemampuan kita untuk membedakan antara mimpi dan realitas, mengangkat kemungkinan bahwa seluruh pengalaman hidup kita bisa jadi merupakan sebuah mimpi yang panjang dan koheren<sup>550</sup>. Demikian pula, kisah Zhuangzi tentang mimpi kupu-kupu yang terkenal, di mana ia tidak yakin apakah ia bermimpi menjadi kupu-kupu atau kupu-kupu bermimpi menjadi dirinya, secara puitis menggambarkan kerentanan epistemologis manusia dalam membedakan realitas objektif dan subjektif<sup>551</sup>.

Ambiguitas realitas dalam mimpi secara langsung menggemakan tema-tema eksistensial. Dalam mimpi, subjek seringkali menemukan dirinya dalam situasi di mana kehendak bebasnya diuji atau bahkan dilumpuhkan, menyoroti batas-batas kontrol diri di tengah kondisi yang absurd<sup>552</sup>. Rasa terikat dalam mimpi buruk, di mana seseorang berusaha melarikan diri namun kaki terasa berat, dapat diinterpretasikan sebagai refleksi dari kecemasan eksistensial akan ketidakberdayaan di hadapan takdir atau kondisi fundamental keberadaan yang tak dapat dihindari<sup>553</sup>. Di sisi lain, mimpi juga dapat menjadi arena kebebasan yang tak terbatas, di mana imajinasi berkuasa penuh, memungkinkan individu "bermain" dengan identitas dan kemungkinan tanpa konsekuensi dunia nyata,

menggarisbawahi potensi untuk menentukan diri dalam kekosongan.

Dari perspektif spiritual, khususnya dalam tradisi Islam, mimpi memiliki dimensi ambiguitas yang berbeda namun tetap relevan dengan konteks eksistensial. Al-Quran dan Hadis membedakan tiga jenis mimpi: *ru'ya sadiqah* (mimpi yang benar), yang merupakan bagian dari kenabian atau petunjuk ilahi; *adghath ahlam* (mimpi campur aduk atau kacau), yang berasal dari pikiran yang gelisah atau kekacauan mental; dan mimpi yang berasal dari setan<sup>554555</sup>. Meskipun *ru'ya sadiqah* diyakini membawa pesan yang jelas dan otentik, keberadaan *adghath ahlam* menunjukkan bahwa alam mimpi juga merupakan cerminan dari kondisi psikologis dan eksistensial seseorang kecemasan, keinginan yang tertekan, atau pertarungan batin yang belum terselesaikan di alam sadar. Hadis-hadis Nabi Muhammad menegaskan pentingnya menafsirkan mimpi dengan hati-hati, menunjukkan bahwa bahkan dalam mimpi yang samar, ada potensi makna atau refleksi diri yang dapat diungkapkan<sup>556</sup>. Ini mengisyaratkan bahwa realitas, bahkan dalam bentuknya yang paling ambigu, dapat memuat petunjuk untuk perjalanan eksistensial individu.

Maka dari itu, pengalaman mimpi, dengan segala ambiguitas realitasnya, bukan sekadar pelarian sesaat dari rutinitas, melainkan sebuah laboratorium filosofis yang kaya. Ia memaksa kita untuk mempertanyakan fondasi realitas kita, mengakui sifat subjektif dari persepsi, dan menghadapi keterbatasan kontrol kita. Dalam konteks eksistensialisme, mimpi menggarisbawahi bahwa di balik segala

struktur dan makna yang kita konstruksi di alam sadar, terdapat lapisan keberadaan yang cair, meresahkan, namun juga membebaskan. Menerima ambiguitas ini dapat mendorong individu untuk hidup dengan lebih otentik, memahami bahwa pencarian makna bukanlah tentang menemukan realitas yang telah jadi, melainkan tentang terus-menerus menciptakan dan menegosiasikan makna dalam keberadaan yang secara inheren tidak pasti<sup>557</sup>. Dengan demikian, mimpi menawarkan jembatan introspektif yang menghubungkan kita dengan pertanyaan-pertanyaan eksistensial paling mendalam, menantang kita untuk merangkul kebebasan dan tanggung jawab di tengah lautan ambiguitas.

### **Paul Ricoeur dan Hermeneutika Simbolik dalam Mimpi**

#### **Simbol sebagai Mediasi Makna: Antara Tekstual dan Imajinatif**

Paul Ricoeur, seorang filsuf fenomenolog dan hermeneutik terkemuka abad ke-20, memberikan kontribusi signifikan terhadap pemahaman tentang makna, khususnya melalui lensa simbol. Karyanya yang monumental melintasi batas-batas filsafat bahasa, teori teks, psikoanalisis, dan etika, menawarkan kerangka kerja yang kaya untuk menafsirkan pengalaman manusia, termasuk fenomena mimpi. Bagi Ricoeur, hermeneutika bukanlah sekadar metode untuk menguraikan kode tersembunyi, melainkan sebuah upaya dialogis untuk memahami "dunia yang diproyeksikan" oleh teks atau simbol, yang pada gilirannya membuka kemungkinan-kemungkinan baru tentang keberadaan manusia. Pendekatannya yang unik mencoba

menjembatani "hermeneutika kecurigaan" ala Freud, Marx, dan Nietzsche dengan "hermeneutika keyakinan" yang mencari pengungkapan makna, bukan sekadar penyingkapan ilusi<sup>558</sup>. Dalam konteks mimpi, Ricoeur melihatnya sebagai ekspresi simbolik yang membutuhkan penafsiran cermat, melampaui reduksi kausalistik untuk mencapai pemahaman yang lebih dalam tentang diri dan dunia.

Mimpi, dalam pandangan Ricoeur, bukanlah fenomena acak atau sekadar sisa-sisa mental dari aktivitas siang hari. Sebaliknya, mimpi adalah bentuk ekspresi kompleks yang beroperasi melalui bahasa simbolik, yang intrinsik dalam struktur pemikiran manusia. Layaknya sebuah teks, mimpi mengandung "kelebihan makna" (surplus of meaning) yang tidak dapat diringkas dalam satu interpretasi tunggal, melainkan membuka ruang bagi berbagai kemungkinan pemahaman<sup>559</sup>. Proses interpretasi mimpi pun tidak hanya bertujuan untuk mengungkap apa yang tersembunyi, melainkan juga untuk menyingkap apa yang diungkapkan oleh simbol itu sendiri tentang eksistensi penafsirnya. Ini adalah dialektika antara apa yang tersembunyi dan apa yang diumumkan, antara yang pribadi dan yang universal, yang menjadikan hermeneutika mimpi sebagai sebuah perjalanan penemuan diri melalui narasi yang tidak linier.

Dalam kerangka hermeneutika simbolik Ricoeur, simbol dalam mimpi berfungsi sebagai mediasi krusial antara ranah tekstual dan imajinatif. Pemahaman ini sangat penting untuk memahami

bagaimana makna terkonstruksi dan terungkap dari pengalaman mimpi yang seringkali bersifat elusif dan multi-interpretasi.

Pertama, mari kita tinjau aspek **tekstual** dari simbol dalam mimpi. Meskipun mimpi tidak ditulis dalam huruf-huruf verbal, Ricoeur menegaskan bahwa mimpi dapat diperlakukan layaknya sebuah teks yang memerlukan pembacaan dan interpretasi<sup>560</sup>. Ketika seseorang menceritakan atau merefleksikan mimpinya, narasi tersebut secara inheren membentuk sebuah "teks" dengan struktur, alur, dan karakter-karakter spesifiknya sendiri. Simbol-simbol dalam mimpi, seperti objek, peristiwa, atau figur, bertindak sebagai "kata-kata" atau "frasa" dalam teks ini, yang makna literalnya seringkali tidak memadai. Penafsiran tekstual melibatkan upaya untuk memahami sintaksis dan semantik non-linier dari narasi mimpi, mencari pola-pola berulang, oposisi biner, atau hubungan kausal yang tersirat. Pendekatan ini memungkinkan seorang hermeneut untuk menguraikan lapisan-lapisan makna yang mungkin terkandung dalam struktur naratif mimpi, mirip dengan seorang kritikus sastra yang menganalisis sebuah puisi atau novel<sup>561</sup>. Proses ini melibatkan jarak fenomenologis (*distanciation*) dari pengalaman mimpi langsung untuk memungkinkan refleksi dan interpretasi yang objektif, meskipun disadari bahwa objektivitas penuh adalah sebuah ideal yang terus-menerus dikejar dalam hermeneutika.

Kedua, ada dimensi **imajinatif** dari simbol dalam mimpi. Mimpi adalah produk dari imajinasi murni dan tak terbatas, yang seringkali menarik dari alam bawah sadar, emosi yang tertekan, atau bahkan

arketipe kolektif yang universal<sup>562</sup>. Simbol-simbol dalam mimpi tidak hanya berfungsi sebagai kode yang harus dipecahkan, tetapi juga sebagai medium di mana imajinasi menciptakan realitas alternatif dan mengungkapkan kebenaran-kebenaran yang tidak dapat diakses oleh kesadaran rasional. Aspek imajinatif memungkinkan simbol untuk memiliki "makna ganda" (double meaning) atau "makna lebih" (surplus of meaning) yang melampaui definisi kamus. Misalnya, air dalam mimpi bisa berarti kehidupan, pemurnian, bahaya, atau emosi yang meluap, tergantung pada konteks imajinatif mimpi tersebut dan pengalaman individu pemimpi. Tugas hermeneutika di sini adalah untuk memahami bagaimana imajinasi, melalui simbol, mengungkapkan dimensi-dimensi eksistensial yang mendalam, proyektif, dan transformatif. Aspek ini selaras dengan pandangan filosofis yang mengakui peran mimpi dalam memanifestasikan isyarat ilahiah atau pesan tersembunyi, sebagaimana banyak disebutkan dalam tradisi agama, di mana mimpi para nabi seringkali mengandung simbol-simbol yang memerlukan penafsiran mendalam untuk memahami takdir atau kehendak Tuhan<sup>563</sup>. Bahkan alam mimpi juga dapat menjadi medan untuk menemukan petunjuk dari Yang Maha Kuasa, baik dalam bentuk berita gembira (prediktor) maupun peringatan<sup>564</sup>.

Simbol dalam mimpi berperan sebagai mediator tak terpisahkan antara ranah tekstual dan imajinatif. Dari sisi tekstual, simbol menawarkan struktur naratif yang bisa "dibaca"; dari sisi imajinatif, ia membuka portal ke kedalaman jiwa dan realitas eksistensial. Proses hermeneutika Ricoeur berusaha untuk tidak mereduksi

mimpi menjadi sekadar analisis tekstual kering, juga tidak membiarkannya larut dalam subjektivitas imajinatif belaka. Sebaliknya, ia mendorong suatu dialektika antara eksplanasi (menjelaskan struktur dan hubungan) dan pemahaman (menggenggam makna yang terungkap), yang pada akhirnya bertujuan untuk mencapai "pemahaman diri yang lebih baik melalui pemahaman simbol"<sup>565</sup>. Melalui hermeneutika simbolik, mimpi tidak lagi hanya menjadi teka-teki misterius, melainkan menjadi jembatan yang menghubungkan alam kesadaran dan ketidaksadaran, literal dan metaforis, yang tersembunyi dan yang terungkap, memungkinkan individu untuk mengeksplorasi dan mengintegrasikan berbagai lapisan keberadaannya.

### **Mimpi sebagai “Teks” yang Menuntut Penafsiran**

Sejak zaman purba hingga era modern, mimpi telah menjadi fenomena yang memukau dan misterius, memantik rasa ingin tahu dan upaya manusia untuk memahami pesan-pesan yang tersembunyi di baliknya. Dalam berbagai kebudayaan dan tradisi pemikiran, mimpi dipandang bukan sekadar aktivitas neurologis acak, melainkan sebagai sebuah "teks" yang kaya akan makna, menuntut pembacaan dan penafsiran yang cermat. Konseptualisasi mimpi sebagai teks membuka pintu bagi pemahaman bahwa ia adalah bentuk komunikasi non-verbal yang mengandung simbol, narasi, dan struktur yang memerlukan analisis mendalam untuk mengungkap pesan latennya<sup>566</sup>. Paradigma ini memungkinkan kita untuk menjelajahi alam bawah sadar, dimensi spiritual, atau bahkan

refleksi realitas eksternal melalui lensa hermeneutika yang sistematis.

Gagasan bahwa mimpi adalah 'teks' berakar pada pemahaman semiotika, disiplin ilmu tentang tanda dan simbol. Dalam kerangka ini, mimpi dipandang sebagai sistem komunikasi yang menyampaikan pesan melalui serangkaian tanda dan simbol daripada struktur linguistik konvensional<sup>567</sup>. Bahasa mimpi bersifat metaforis dan analogis, di mana setiap elemen objek, orang, situasi, emosi, atau bahkan sensasi fisik dapat berfungsi sebagai 'kata' atau 'frasa' dalam narasi mimpi. Teks mimpi seringkali kabur, multifaset, dan ambigu, menyerupai puisi abstrak yang memerlukan upaya interpretatif untuk menggali lapisan-lapisan maknanya. Kesadaran bahwa mimpi berkomunikasi dalam bahasa yang unik inilah yang menjustifikasi perlunya kerangka penafsiran yang tidak hanya memahami konten manifestasinya, tetapi juga menggali makna laten yang tersembunyi<sup>568</sup>.

Dalam tradisi pemikiran Barat, Sigmund Freud adalah pionir yang secara sistematis mendekati mimpi sebagai teks psikologis yang perlu diuraikan. Dalam karyanya yang seminal, *The Interpretation of Dreams*, Freud mengemukakan bahwa mimpi adalah "jalan kerajaan" menuju ketidaksadaran, sebuah manifestasi sublimasi atau pemenuhan keinginan yang direpresi<sup>569</sup>. Ia membedakan antara "konten manifes" (apa yang diingat dari mimpi) dan "konten laten" (makna tersembunyi di baliknya), dengan proses "kerja mimpi" (dream-work) sebagai mekanisme yang mengubah pikiran-pikiran laten menjadi bentuk manifes yang tersamarkan.

Interpretasi mimpi, bagi Freud, adalah upaya untuk membalikkan proses ini, menyingkap tabir penyamaran psikis untuk mengungkapkan konflik atau keinginan yang tersembunyi. Sementara itu, Carl Gustav Jung, di sisi lain, menekankan dimensi transpersonal dari mimpi, menghubungkannya dengan "ketidaksadaran kolektif" dan arketipe universal<sup>570</sup>. Bagi Jung, mimpi bukan hanya ekspresi keinginan pribadi, tetapi juga pesan dari diri yang lebih dalam, berupaya mencapai integrasi dan individualisasi. Simbol-simbol dalam mimpi, seperti Pahlawan, Bayangan, atau Anima/Animus, adalah bahasa arketipal yang bersifat universal namun terpersonalisasi dalam pengalaman individu, menuntut penafsiran untuk memahami pesan-pesan transpersonal tersebut.

Di banyak tradisi keagamaan, mimpi dipandang sebagai medium komunikasi ilahi, di mana Tuhan atau entitas spiritual menyampaikan petunjuk, peringatan, atau nubuat. Dalam Islam, mimpi (ru'ya) memiliki tempat yang signifikan dan dibedakan dari khayalan belaka. Al-Quran, khususnya dalam Surah Yusuf ayat 4-49, secara eksplisit menggambarkan kemampuan interpretasi mimpi sebagai karunia ilahi yang dianugerahkan kepada Nabi Yusuf AS, yang memungkinkannya menafsirkan mimpi raja Mesir dan menyelamatkan negerinya dari kelaparan<sup>571</sup>. Kisah ini menegaskan bahwa mimpi dapat mengandung "pesan" yang konkret dan relevan bagi kehidupan. Lebih lanjut, dalam tradisi Hadis, Nabi Muhammad SAW membedakan tiga jenis mimpi: mimpi yang baik (ru'ya shadiqah) dari Allah, mimpi yang buruk (hulm) dari setan, dan mimpi

hasil bisikan diri (hadits an-nafs)<sup>572</sup>. Mimpi yang baik, atau "ru'ya", dianggap sebagai salah satu bagian dari kenabian, sebuah bentuk wahyu non-profetik yang masih perlu diinterpretasikan. Penafsiran dalam konteks ini tidak hanya melibatkan pemahaman simbolis, tetapi juga pengenalan terhadap konteks spiritual dan hukum syariat. Ulama-ulama besar seperti Ibnu Sirin dan Al-Nabulsi telah menyusun ensiklopedia penafsiran mimpi yang komprehensif, berdasarkan Al-Quran, Hadis, dan tradisi lisan, menunjukkan bahwa mimpi dipandang sebagai teks spiritual yang valid dan bermakna<sup>573</sup>.

Proses menafsirkan mimpi bukan sekadar decoding literal, melainkan praktik hermeneutika yang mendalam, mencari makna di balik manifestasi permukaan<sup>574</sup>. Tantangan utamanya terletak pada sifat multidimensional dan ambiguitas mimpi itu sendiri. Sifat personal dan subjektif pengalaman mimpi menuntut penafsir untuk mempertimbangkan konteks kehidupan si pemimpi, latar belakang budaya, kondisi emosional, dan pengetahuan pribadinya. Oleh karena itu, penafsir mimpi bukanlah sekadar penerjemah kamus simbol, melainkan seorang fasilitator yang membantu si pemimpi untuk memahami bahasa internalnya sendiri. Ini memerlukan empati, kepekaan, dan pemahaman yang mendalam tentang psikologi manusia serta nuansa budaya. Penafsiran yang efektif seringkali merupakan dialog antara si pemimpi dan penafsir, di mana makna dikonstruksi bersama, bukan hanya ditemukan<sup>575</sup>.

Pada akhirnya, konsep mimpi sebagai 'teks' menawarkan kerangka kerja yang kuat untuk memahami salah satu aspek paling misterius dari eksistensi manusia. Dari perspektif psikologis hingga

spiritual, mimpi adalah narasi pribadi yang tersembunyi, sebuah sistem simbol yang menunggu untuk diuraikan. Upaya untuk menafsirkannya tidak hanya memperkaya pemahaman kita tentang diri sendiri dan alam semesta, tetapi juga menegaskan kembali bahwa realitas tidak selalu terbatas pada apa yang terlihat dan rasional. Dengan setiap mimpi yang ditafsirkan, kita selangkah lebih dekat untuk memahami "bahasa" universal yang berbicara kepada kita dari kedalaman alam bawah sadar atau bahkan dimensi yang lebih tinggi, mengungkap pesan yang berpotensi membawa pencerahan, penyembuhan, atau petunjuk bagi perjalanan hidup kita.

### **Narasi, Waktu, dan Subjektivitas Mimpi**

Mimpi, sebagai salah satu manifestasi paling enigmatik dari kesadaran manusia, telah lama menjadi subjek kajian lintas disiplin, mulai dari psikologi, neurologi, filsafat, hingga teologi. Fenomena ini menawarkan jendela unik ke dalam operasi pikiran yang tidak sadar, membentuk pengalaman yang kaya namun seringkali membingungkan. Pemahaman mendalam tentang mimpi tidak dapat dilepaskan dari tiga dimensi fundamental yang saling terkait: narasi, waktu, dan subjektivitas. Ketiga elemen ini berinteraksi membentuk pengalaman fenomenologis mimpi yang khas, menantang batas-batas persepsi realitas dan pemahaman diri.

Mimpi seringkali dialami sebagai sebuah cerita atau urutan peristiwa, meskipun seringkali tidak logis, terfragmentasi, atau absurd. Dimensi naratif ini adalah upaya otak untuk mengorganisir

dan memberi makna pada aktivitas neuronal yang kompleks selama tidur, khususnya fase Rapid Eye Movement (REM)<sup>576</sup>. Dari perspektif psikodinamik, Sigmund Freud mengemukakan bahwa mimpi adalah "jalan kerajaan menuju alam bawah sadar," di mana narasi yang tampak (konten manifes) menyembunyikan makna tersembunyi (konten laten) yang terkait dengan hasrat dan konflik yang tidak terpenuhi<sup>577</sup>. Narasi mimpi, dalam pandangan ini, adalah bentuk sandiwara simbolis yang dirancang untuk melindungi tidur dari gangguan dan sekaligus memberikan katarsis bagi dorongan bawah sadar.

Berbeda dengan Freud, Carl Jung menekankan fungsi prospektif dan kompensatoris mimpi, melihat narasi mimpi sebagai ekspresi simbol-simbol arketipal universal yang muncul dari ketidaksadaran kolektif<sup>578</sup>. Dalam pandangannya, narasi mimpi tidak hanya merefleksikan pengalaman pribadi, tetapi juga menghubungkan individu dengan pola-pola primordial umat manusia. Dari sudut pandang kognitif, narasi mimpi dapat dilihat sebagai proses konstruksi aktif oleh otak yang berusaha mengintegrasikan informasi sensorik, memori, dan emosi yang acak menjadi skenario yang koheren, meskipun seringkali terdistorsi<sup>579</sup>. Penelitian neurobiologis menunjukkan bahwa area otak yang terlibat dalam perencanaan dan pembentukan cerita, seperti korteks prefrontal, menunjukkan aktivitas yang berbeda selama tidur REM, yang mungkin menjelaskan sifat naratif yang fluid dan terkadang tidak terikat oleh logika sadar<sup>580</sup>. Meskipun demikian, keberadaan alur cerita, karakter, dan latar dalam mimpi menunjukkan kapasitas

inheren pikiran untuk menciptakan narasi, bahkan dalam keadaan kesadaran yang berubah.

Pengalaman waktu dalam mimpi seringkali sangat berbeda dengan persepsi waktu dalam keadaan sadar. Mimpi dapat terasa sangat singkat, seolah-olah terjadi dalam sekejap, padahal dalam realitas fisik mungkin telah berlangsung beberapa menit atau lebih<sup>581</sup>. Sebaliknya, ada pula mimpi yang terasa berlangsung berjam-jam atau bahkan berhari-hari dalam durasi yang relatif singkat di dunia nyata. Distorsi temporal ini adalah salah satu ciri paling mencolok dari fenomenologi mimpi. Penelitian telah menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar mimpi REM berlangsung antara 5 hingga 45 menit, individu seringkali melaporkan pengalaman yang jauh lebih panjang<sup>582</sup>.

Fenomena kompresi dan ekspansi waktu dalam mimpi dapat dijelaskan sebagian oleh aktivitas neurofisiologis otak selama tidur. Selama tidur REM, area otak yang bertanggung jawab untuk persepsi waktu yang akurat, seperti korteks prefrontal dorsolateral, menunjukkan penurunan aktivitas, yang dapat menyebabkan diskoneksi dari ritme sirkadian dan persepsi waktu eksternal<sup>583</sup>. Selain itu, kecepatan pemrosesan informasi dalam mimpi mungkin berbeda. Otak mungkin mampu memproses sejumlah besar informasi, gambar, dan emosi dalam rentang waktu yang sangat singkat, menciptakan ilusi durasi yang lebih panjang<sup>584</sup>. Dalam konteks keagamaan, dimensi waktu dalam mimpi juga memiliki implikasi yang mendalam. Al-Quran, misalnya, menggambarkan mimpi Nabi Yusuf sebagai visi kenabian yang mengungkap peristiwa

masa depan, mengindikasikan bahwa waktu dalam mimpi dapat melampaui batasan temporal dunia fisik, menjadi sarana komunikasi ilahi atau pengetahuan tentang yang gaib (Al-Quran, Surah Yusuf, 12:4)<sup>585</sup>. Demikian pula, beberapa hadis Nabi Muhammad SAW menyebutkan tentang "ru'ya shadiqah" atau mimpi yang benar, yang diyakini sebagai "salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian," menunjukkan kapasitas mimpi untuk melihat masa depan atau mengungkapkan kebenaran yang melampaui waktu saat ini<sup>586</sup>.

Aspek paling fundamental dari mimpi adalah sifatnya yang sepenuhnya subjektif. Mimpi adalah pengalaman orang pertama yang secara intrinsik unik bagi individu yang mengalaminya. Tidak ada dua orang yang dapat mengalami mimpi yang persis sama, bahkan jika mereka berada dalam situasi yang serupa. Ini berarti bahwa realitas yang diciptakan dalam mimpi adalah konstruksi pribadi yang sangat dipengaruhi oleh memori, emosi, harapan, ketakutan, dan pengalaman hidup individu<sup>587</sup>. Fenomenologi subjektif ini menyoroti bagaimana kesadaran, bahkan dalam keadaan tidur, terus-menerus membentuk dan menafsirkan dunia berdasarkan kerangka referensi internal pribadi.

Meskipun mimpi mungkin mengandung simbol universal atau arketipe yang dapat dipahami secara kolektif (seperti yang diusulkan Jung), makna dan dampak emosional dari simbol-simbol tersebut tetap sangat personal<sup>588</sup>. Kesulitan dalam mengukur dan berbagi pengalaman mimpi secara objektif menjadi tantangan utama dalam penelitian ilmiah. Data mimpi sebagian besar

bergantung pada laporan subyektif dari individu setelah bangun tidur, yang seringkali rentan terhadap bias penarikan kembali memori dan interpretasi<sup>589</sup>. Namun demikian, justru karena subjektivitas inilah mimpi berfungsi sebagai cerminan otentik dari kondisi psikologis individu. Mimpi dapat menjadi medan bagi eksplorasi diri, pemrosesan trauma, resolusi konflik, atau bahkan sumber kreativitas dan inspirasi<sup>590</sup>. Dalam tradisi Islam, penafsiran mimpi, seperti yang dilakukan Nabi Yusuf, sangat bergantung pada konteks pribadi dan pemahaman simbol-simbol yang bersifat personal atau terkait dengan takdir ilahi, menunjukkan bahwa meskipun mimpi memiliki makna, interpretasinya sangat subjektif dan kontekstual<sup>591</sup>.

Narasi, waktu, dan subjektivitas dalam mimpi bukanlah entitas terpisah, melainkan dimensi yang saling berinteraksi secara dinamis membentuk pengalaman holistik. Narasi mimpi adalah manifestasi subjektif yang diatur oleh hukum temporalnya sendiri, yang seringkali menyimpang dari linearitas waktu sadar. Pengalaman subjektif akan waktu dalam mimpi berkontribusi pada narasi yang terkesan padat atau meluas, sementara narasi itu sendiri dibentuk oleh realitas internal dan emosi subjek. Pemahaman terhadap interaksi ini memiliki implikasi penting. Dalam psikoterapi, misalnya, analisis narasi mimpi yang subjektif dapat mengungkap konflik bawah sadar atau pola pikiran yang tidak adaptif<sup>592</sup>. Dari sudut pandang neurologi, studi tentang distorsi waktu dan pembentukan narasi dalam mimpi dapat memberikan wawasan tentang

bagaimana otak berfungsi dalam keadaan kesadaran yang berbeda dan bagaimana memori serta emosi diproses.

Mimpi adalah fenomena multidimensional yang diperkaya oleh interaksi kompleks antara narasi, waktu, dan subjektivitas. Narasi memberikan struktur cerita pada pengalaman yang kacau; waktu memperkenalkan dimensi temporal yang fluid dan seringkali ilusi; dan subjektivitas memastikan bahwa setiap mimpi adalah realitas pribadi yang unik dan mendalam. Memahami ketiga pilar ini tidak hanya membuka jalan bagi apresiasi yang lebih dalam terhadap kekayaan alam bawah sadar, tetapi juga menawarkan wawasan penting tentang sifat kesadaran itu sendiri. Seiring dengan kemajuan ilmu saraf dan metodologi penelitian, misteri mimpi akan terus terurai, mengungkapkan lebih banyak tentang bagaimana pikiran manusia menciptakan, menafsirkan, dan menavigasi realitas, baik dalam keadaan terjaga maupun dalam pelukan tidur.

### **Mimpi sebagai Representasi Jiwa dalam Simbol**

Mimpi, sebuah fenomena universal yang melintasi batasan budaya dan zaman, senantiasa menjadi subjek daya tarik dan penyelidikan mendalam dalam spektrum ilmu pengetahuan, filsafat, dan spiritualitas. Dari tidur pulas hingga alam kesadaran, kita seringkali tergelincir ke dalam lanskap imajinatif yang kaya, di mana narasi dan citraan bergerak dengan logika internal yang unik, seringkali terasa absurd namun sekaligus bermakna. Lebih dari sekadar aktivitas neurologis acak, mimpi dipandang sebagai salah satu saluran paling otentik bagi jiwa entitas kompleks yang

mencakup kesadaran, perasaan, pikiran, dan esensi diri untuk merepresentasikan dirinya, utamanya melalui bahasa simbolis yang kaya dan berlapis.

Secara historis, interpretasi mimpi telah menjadi bagian integral dari peradaban kuno, di mana mimpi sering dianggap sebagai pesan ilahi, ramalan masa depan, atau jendela menuju dimensi spiritual. Dalam tradisi Mesir kuno, mimpi memiliki status sakral, sering ditafsirkan oleh pendeta untuk tujuan kenabian atau medis<sup>593</sup>. Demikian pula, dalam peradaban Yunani dan Romawi, mimpi dipandang sebagai medium komunikasi antara manusia dan dewa, atau sebagai pertanda nasib yang akan datang, seiring dengan perkembangan teori fisiologis yang mencoba menjelaskan asal-usulnya<sup>594</sup>. Evolusi pemikiran ini menandai transisi dari pandangan murni spiritual menuju upaya untuk memahami mimpi melalui lensa yang lebih empiris, meskipun konsep jiwa atau psike tetap menjadi pusat perhatian.

Kemudian, pada awal abad ke-20, psikologi modern mulai memberikan kerangka sistematis untuk memahami mimpi. Sigmund Freud, dengan karyanya *The Interpretation of Dreams*, merevolusi pemahaman tentang mimpi dengan memosisikannya sebagai "via regia" atau jalan utama menuju ketidaksadaran<sup>595</sup>. Bagi Freud, mimpi adalah pemenuhan keinginan yang tertekan dan tidak disadari, seringkali dari dorongan masa kanak-kanak atau impuls seksual dan agresif yang tidak dapat diterima secara sosial. Konten manifest (apa yang kita ingat dari mimpi) dianggap sebagai simbol yang menyamarkan konten laten (makna sejati yang tersembunyi),

yang telah mengalami "kerja mimpi" (dream-work) melalui kondensasi, perpindahan, representasi simbolis, dan pertimbangan keterlihatan<sup>596</sup>. Dalam pandangan Freud, simbol-simbol ini, meskipun terdistorsi, merupakan representasi jiwa yang berjuang untuk mengungkapkan dorongan-dorongan fundamentalnya. Jiwa, dalam konteks Freudian, adalah medan perang antara id, ego, dan superego, dan mimpi adalah medan perang di mana pertarungan ini dimainkan dalam bentuk simbolis.

Di sisi lain, Carl Gustav Jung, yang merupakan murid Freud sebelum mengembangkan teorinya sendiri, menawarkan perspektif yang lebih luas dan transpersonal tentang mimpi sebagai representasi jiwa. Bagi Jung, mimpi bukan hanya tentang keinginan tertekan, melainkan upaya alami dari psike untuk mencapai keseimbangan dan integritas diri, sebuah proses yang disebut individuasi<sup>597</sup>. Jung memperkenalkan konsep "ketidaksadaran kolektif," sebuah lapisan paling dalam dari psike manusia yang diwariskan secara universal dan berisi "arketipe" pola-pola primordial universal dan citra-citra yang muncul dalam mitos, agama, dan, yang terpenting, dalam mimpi<sup>598</sup>. Simbol-simbol dalam mimpi, menurut Jung, seringkali merupakan manifestasi arketipe ini (seperti Pahlawan, Bayangan, Anima/Animus, atau Diri), yang berfungsi sebagai pembimbing menuju pemahaman diri yang lebih dalam. Jiwa, dalam pandangan Jungian, tidak hanya terbatas pada pengalaman personal, tetapi terhubung dengan kebijaksanaan kolektif umat manusia, yang diungkapkan melalui bahasa simbol arketipal dalam mimpi. Dengan demikian, mimpi menjadi dialog

antara alam sadar dan ketidaksadaran, sebuah upaya jiwa untuk mengkomunikasikan apa yang perlu diintegrasikan demi pertumbuhan psikologis.

Melampaui ranah psikologi Barat, banyak tradisi spiritual dan agama juga mengakui mimpi sebagai medium penting bagi representasi jiwa. Dalam Islam, misalnya, mimpi dibagi menjadi beberapa kategori, termasuk *ru'ya shadiqah* (mimpi yang benar/visio ilahi) yang dianggap sebagai bagian dari kenabian atau wahyu, *hulm* (mimpi buruk) yang berasal dari setan, dan *hadith al-nafs* (bisikan jiwa) yang berasal dari pikiran atau kekhawatiran pribadi<sup>599</sup>. Mimpi yang benar, sebagaimana dicontohkan dalam kisah Nabi Yusuf dalam Al-Quran (QS. Yusuf: 4-6, 43-49), menunjukkan bagaimana Allah berfirman kepada individu atau umat melalui simbol-simbol yang memerlukan *ta'bir* (takwil atau interpretasi) yang mendalam untuk membuka maknanya<sup>600</sup>. Dalam konteks ini, mimpi adalah manifestasi jiwa yang terkoneksi dengan alam gaib atau ilahi, sebuah saluran bagi bimbingan spiritual, peringatan, atau pencerahan. Simbol-simbol dalam mimpi ini seringkali bersifat profetik atau mengandung pesan moral dan spiritual yang mendalam, mencerminkan keadaan jiwa dan takdirnya. Konsep jiwa (*nafs, ruh*) dalam Islam memiliki dimensi yang kompleks, dan mimpi dipandang sebagai salah satu cara jiwa berinteraksi dengan realitas yang lebih tinggi.

Pada intinya, simbol adalah bahasa universal dari mimpi karena kesadaran kita seringkali tidak mampu memproses pengalaman dan emosi kompleks secara langsung. Simbol menyediakan cara bagi jiwa untuk mengkomunikasikan pesan-pesan yang tidak dapat

diungkapkan secara literal. Sebuah rumah dalam mimpi bisa melambangkan diri atau jiwa itu sendiri, sebuah perjalanan bisa melambangkan proses hidup, dan hewan bisa melambangkan insting atau arketipe tertentu<sup>601</sup>. Keindahan dan kompleksitas simbolisme mimpi terletak pada kemampuannya untuk menjadi multi-layered dan pribadi sekaligus universal. Makna simbol seringkali bergantung pada konteks pribadi individu yang bermimpi, namun ia juga dapat menarik dari reservoir simbolisme kolektif yang lebih besar yang diakui secara lintas budaya. Proses perumusan makna ini tidak selalu linier, butuh pendekatan naratif dan kontemplatif untuk membongkar lapisan-lapisan yang tersembunyi. Dengan demikian, dari kacamata ilmiah maupun spiritual, mimpi berdiri sebagai manifestasi representatif yang tak ternilai dari jiwa. Ia adalah wahana di mana pikiran bawah sadar atau spiritual kita menenun narasi dan citraan simbolis, yang jika diinterpretasikan dengan cermat, dapat membuka gerbang menuju pemahaman diri yang lebih mendalam, resolusi konflik internal, dan bahkan bimbingan spiritual. Proses memahami mimpi bukanlah sekadar menebak makna, melainkan sebuah dialog introspektif yang kontemplatif, mengajak kita untuk merefleksikan hubungan antara pengalaman sadar dan alam ketidaksadaran kita. Dalam setiap simbol yang muncul, ada sebuah bisikan dari jiwa, menunggu untuk didengar, dipahami, dan diintegrasikan ke dalam keseluruhan diri kita. Melalui eksplorasi terus-menerus terhadap lanskap mimpi, kita tidak hanya mengurai misteri tidur, tetapi juga menyingkap tabir kompleksitas dan kedalaman jiwa manusia itu sendiri.

## **Kritik Rasionalisme terhadap Validitas Mimpi**

### **Rasionalisme Modern: Mimpi sebagai Ilusi Psikis**

Sejak zaman kuno, mimpi telah menjadi subjek fasciasi dan interpretasi yang mendalam, seringkali dianggap sebagai jendela menuju alam bawah sadar, pertanda ilahi, atau bahkan proyeksi masa depan. Namun, dalam lintasan sejarah pemikiran, khususnya dengan bangkitnya rasionalisme, validitas mimpi sebagai sumber pengetahuan yang sah telah dipertanyakan secara fundamental. Rasionalisme, yang menempatkan akal budi sebagai sumber utama pengetahuan dan kebenaran, secara inheren cenderung skeptis terhadap pengalaman subjektif dan non-empiris, termasuk mimpi.

Rasionalisme, sebagai aliran epistemologi, menegaskan bahwa pengetahuan yang benar dan dapat diandalkan haruslah diperoleh melalui penalaran logis, deduksi, dan pemahaman konsep-konsep universal, daripada semata-mata melalui pengalaman indrawi yang seringkali menipu. Para filsuf rasionalis klasik seperti René Descartes menekankan pentingnya "ide-ide yang jelas dan berbeda" (clear and distinct ideas) sebagai fondasi kebenaran, yang dapat dicapai melalui keraguan metodis untuk menyingkirkan segala sesuatu yang tidak dapat dipastikan secara rasional<sup>602</sup>. Dalam konteks ini, mimpi, yang seringkali bersifat absurd, tidak koheren, dan sulit dibedakan dari realitas saat mengalaminya, secara otomatis ditempatkan di luar ranah pengetahuan yang dapat diandalkan. Descartes sendiri pernah merenungkan bagaimana ia bisa yakin bahwa ia tidak sedang bermimpi ketika ia merasa sedang terjaga, menggarisbawahi kegagalan mimpi dalam memenuhi

kriteria objektivitas dan verifikasi<sup>603</sup>. Dengan berkembangnya rasionalisme modern, yang sangat dipengaruhi oleh metode ilmiah dan empirisme, kritik terhadap validitas mimpi semakin diperkuat. Meskipun rasionalisme modern tidak sepenuhnya menolak peran pengalaman, ia sangat menekankan pada observasi terkontrol, eksperimen, dan verifikasi empiris sebagai penentu kebenaran. Dalam pandangan ini, klaim pengetahuan yang berasal dari mimpi harus tunduk pada kriteria objektivitas, konsistensi logis, dan kemampuan untuk direplikasi atau divalidasi oleh individu lain atau melalui metode ilmiah. Mimpi, dengan sifatnya yang personal, tidak dapat diakses secara langsung oleh pengamat eksternal, dan seringkali tidak dapat diulang dengan kondisi yang sama, gagal memenuhi standar ketat ini.

Dari sudut pandang rasionalisme modern yang berakar pada ilmu pengetahuan, mimpi sebagian besar diklasifikasikan sebagai "ilusi psikis" sebuah konstruksi mental internal yang dihasilkan oleh aktivitas otak, bukan sebagai portal kebenaran objektif atau prediktor kejadian di dunia eksternal. Neuropsikologi dan ilmu kognitif kontemporer telah memberikan penjelasan yang komprehensif tentang mekanisme neurologis di balik mimpi. Selama tahap tidur REM (Rapid Eye Movement), terjadi peningkatan aktivitas di berbagai area otak, termasuk korteks serebral, sistem limbik (yang terkait dengan emosi), dan area otak depan yang bertanggung jawab untuk pemrosesan informasi visual dan spasial<sup>604</sup>.

Berbagai teori ilmiah menguatkan pandangan mimpi sebagai ilusi psikis:

1. **Hipotesis Aktivasi-Sintesis (Activation-Synthesis Hypothesis):** Dikemukakan oleh J. Allan Hobson dan Robert McCarley, teori ini berpendapat bahwa mimpi adalah upaya otak untuk mensintesis atau memberi makna pada sinyal-sinyal saraf acak yang dihasilkan oleh batang otak selama tidur. Otak mencoba menciptakan narasi yang koheren dari informasi sensorik yang kacau, yang mengakibatkan pengalaman mimpi yang seringkali aneh dan tidak logis<sup>605</sup>. Dari perspektif ini, mimpi bukanlah pesan tersembunyi atau wahyu, melainkan produk sampingan dari fisiologi otak.
2. **Teori Pengolahan Informasi dan Konsolidasi Memori:** Beberapa ahli saraf dan psikolog berpendapat bahwa mimpi berperan dalam konsolidasi memori, pemrosesan emosi, dan "pembersihan" informasi yang tidak relevan yang terkumpul sepanjang hari<sup>606</sup>. Dalam proses ini, otak mungkin memutar ulang, menggabungkan, atau mengubah fragmen-fragmen pengalaman sadar menjadi skenario mimpi yang tidak selalu mencerminkan realitas secara akurat. Mimpi menjadi sebuah simulasi internal, sebuah "latihan" mental yang tidak memiliki hubungan langsung dengan kebenaran eksternal.
3. **Mimpi sebagai Fenomena Subjektif Murni:** Karakteristik paling menonjol dari mimpi adalah sifatnya yang sangat subjektif. Pengalaman mimpi sepenuhnya personal; tidak ada cara obyektif untuk memverifikasi isi mimpi seseorang atau

membandingkannya dengan realitas bersama. Informasi atau "pesan" yang terkandung dalam mimpi tidak dapat diuji secara empiris, tidak dapat diprediksi secara konsisten, dan tidak dapat dibuktikan kebenarannya di dunia nyata<sup>607</sup>. Ini sangat kontras dengan klaim pengetahuan rasional yang menuntut verifikasi publik atau setidaknya konsistensi logis yang dapat dipertanggungjawabkan.

Meskipun dalam beberapa tradisi spiritual dan agama, seperti yang disebutkan dalam Al-Qur'an (misalnya kisah mimpi Nabi Yusuf) dan Hadits, mimpi dapat memiliki makna nubuat atau petunjuk ilahi, rasionalisme modern secara tegas memisahkan keyakinan semacam itu dari domain pengetahuan ilmiah dan rasional. Dalam pandangan rasionalis, makna yang "ditemukan" dalam mimpi lebih merupakan interpretasi psikologis atau kultural yang diproyeksikan ke dalamnya, bukan validitas intrinsik yang dapat diverifikasi secara objektif<sup>608</sup>.

Kritik rasionalisme terhadap validitas mimpi berakar pada penekanannya terhadap akal budi, objektivitas, dan verifikasi empiris sebagai tolok ukur kebenaran. Rasionalisme modern, didukung oleh penemuan neurosains dan psikologi kognitif, menganggap mimpi sebagai "ilusi psikis" produk aktivitas otak yang kompleks, sebuah simulasi internal yang tidak merepresentasikan realitas objektif dan tidak dapat diandalkan sebagai sumber pengetahuan yang sah. Meskipun mimpi bisa memiliki nilai psikologis atau inspiratif bagi individu, dari perspektif epistemologi

rasionalis, ia tetap berada di luar batas-batas pengetahuan yang dapat dipertanggungjawabkan secara logis dan ilmiah.

### **Descartes dan Skeptisisme terhadap Dunia Mimpi**

Sejak zaman dahulu kala, batas antara realitas dan ilusi telah menjadi subjek meditasi mendalam bagi para pemikir. Pergulatan ini mencapai puncaknya dalam pemikiran René Descartes, seorang filsuf rasionalis terkemuka abad ke-17, yang dalam proyek ambisiusnya untuk membangun fondasi pengetahuan yang tak tergoyahkan, memperkenalkan argumen skeptisisme yang radikal terhadap pengalaman indrawi, termasuk keraguan terhadap dunia mimpi. Argumen ini, yang disajikan secara eksplisit dalam karyanya yang monumental, *Meditations on First Philosophy* (1641), bukan sekadar spekulasi metafisik, melainkan sebuah alat metodologis yang krusial untuk mencapai kepastian mutlak yang menjadi tujuan utama epistemologinya<sup>609</sup>.

Descartes memulai proyek filosofisnya dengan suatu metode radikal yang dikenal sebagai keraguan metodis (atau skeptisisme metodologis). Ia memutuskan untuk menolak semua keyakinan yang sedikit pun dapat diragukan, seolah-olah keyakinan tersebut salah, demi menemukan kebenaran yang tak dapat dipatahkan. Metode ini bukanlah keraguan untuk meragukan semata, melainkan sebuah instrumen yang disengaja untuk memisahkan kebenaran sejati dari opini yang tidak berdasar<sup>610</sup>. Dalam proses ini, ia menguji berbagai sumber pengetahuan, dimulai dari persepsi indrawi yang paling dasar. Ia menyadari bahwa indra kita kadang

menipu misalnya, dalam kasus ilusi optik atau sensasi yang salah. Namun, ia kemudian melangkah lebih jauh, mempertanyakan apakah seluruh pengalaman indrawi kita, termasuk keberadaan dunia eksternal, dapat dipercaya sama sekali.

Salah satu argumen paling provokatif yang diajukan Descartes untuk memperdalam keraguan ini adalah argumen dari dunia mimpi. Ia mengemukakan bahwa seringkali, dalam mimpi, kita mengalami sensasi yang begitu jelas dan nyata, sedemikian rupa sehingga tidak ada tanda pasti yang membedakannya dari pengalaman saat kita terjaga<sup>611</sup>. "Berapa kali saya telah bermimpi bahwa saya duduk di sini, dekat api, mengenakan jubah mandi saya, sementara dalam kenyataannya saya telanjang di tempat tidur saya?" tulisnya. Kesadaran bahwa kita mungkin saja sedang bermimpi, bahkan saat kita merasa yakin sedang terjaga, menghancurkan fondasi kepercayaan kita pada realitas indrawi. Jika tidak ada kriteria yang objektif dan pasti untuk membedakan antara keadaan terjaga dan bermimpi, maka seluruh pengalaman yang kita anggap "nyata" bisa jadi hanyalah produk imajinasi tidur kita.

Implikasi dari argumen mimpi ini sangat luas. Ia mengikis keyakinan kita terhadap keberadaan tubuh kita sendiri, keberadaan orang lain, dan seluruh dunia fisik di sekitar kita. Objek-objek seperti tangan, tubuh, pakaian, bahkan kursi tempat kita duduk, menjadi sesuatu yang patut diragukan keberadaannya secara objektif. Jika setiap pengalaman konkret bisa menjadi mimpi, maka tidak ada jaminan bahwa ada dunia eksternal yang eksis secara independen dari kesadaran kita<sup>612</sup>. Namun, Descartes mencatat bahwa

beberapa jenis kebenaran tampaknya kebal terhadap keraguan ini. Meskipun kita bermimpi, dua ditambah tiga tetaplah lima, dan sebuah persegi memiliki tidak lebih dan tidak kurang dari empat sisi. Kebenaran-kebenaran matematis dan geometris ini, yang ia sebut sebagai "sifat-sifat sederhana" atau "gagasan-gagasan yang jelas dan berbeda," tampaknya berlaku baik dalam mimpi maupun dalam keadaan terjaga. Ini menunjukkan bahwa meskipun kita dapat meragukan keberadaan objek-objek kompleks, gagasan-gagasan fundamental yang membentuk dasar ilmu pengetahuan seperti aritmetika dan geometri tetap koheren<sup>613</sup>.

Meskipun argumen mimpi ini membawa kita ke jurang keraguan yang dalam, peran utamanya dalam *Meditations* bukanlah untuk menyatakan bahwa kita *selalu* bermimpi, melainkan sebagai alat heuristik untuk menyingkirkan semua keyakinan yang tidak pasti dan menemukan satu kebenaran yang mutlak. Justru dari keraguan yang ekstrem inilah Descartes berhasil mencapai kepastian pertamanya: penemuan *cogito, ergo sum* ('Aku berpikir, maka aku ada')<sup>614</sup>. Realitas berpikir, bahkan saat meragukan segalanya, menjadi titik tolak yang tak terbantahkan. Dari sini, ia kemudian berupaya untuk membangun kembali pengetahuan, termasuk keyakinan akan keberadaan dunia eksternal, yang ia lakukan melalui pembuktian keberadaan Tuhan yang sempurna dan tidak menipu<sup>615</sup>.

Argumen mimpi Descartes, dengan segala intriknya, tetap menjadi salah satu tantangan paling fundamental dalam sejarah filsafat terhadap epistemologi dan pemahaman kita tentang

realitas. Ia memaksa kita untuk merenungkan sejauh mana kita dapat mempercayai pengalaman indrawi kita dan bagaimana kita dapat membedakan antara realitas dan ilusi. Kontribusinya terhadap epistemologi tidak dapat diremehkan, karena ia membuka jalan bagi pertanyaan-pertanyaan mendalam tentang sifat kesadaran, realitas eksternal, dan batas-batas pengetahuan manusia yang terus relevan hingga saat ini.

### **Kant: Mimpi sebagai Fenomena Non-Kognitif**

Fenomena mimpi, sebuah enigma yang menemani tidur manusia, telah menjadi subjek spekulasi dan interpretasi lintas budaya dan disiplin ilmu sepanjang sejarah. Dari ramalan ilahi hingga manifestasi alam bawah sadar, sifat dan fungsi mimpi senantiasa memicu perdebatan. Dalam lanskap filsafat modern, Immanuel Kant, dengan sistem kritiknya yang revolusioner, menawarkan perspektif yang khas mengenai mimpi. Berbeda dengan banyak tradisi yang mencoba menggali makna kognitif atau bahkan profetik dari mimpi, Kant secara tegas mengklasifikasikannya sebagai fenomena non-kognitif. Pemahaman ini tidak hanya mencerminkan kecermatan metodologisnya dalam membatasi ranah pengetahuan, tetapi juga menegaskan kerangka epistemologisnya yang menempatkan rasionalitas dan sintesis a priori sebagai prasyarat bagi pengalaman yang sah.

Untuk memahami mengapa Kant mengategorikan mimpi sebagai non-kognitif, penting untuk meninjau secara ringkas

kerangka epistemologisnya yang fundamental, sebagaimana diuraikan dalam *Critique of Pure Reason*<sup>616</sup>. Bagi Kant, pengetahuan ("kognisi") adalah hasil dari interaksi antara dua fakultas utama: indrawi (sensitivity) dan pemahaman (understanding). Indrawi menerima intuisi, yaitu representasi yang diberikan oleh objek melalui efeknya pada kita, yang selalu berbentuk ruang dan waktu sebagai intuisi a priori. Namun, intuisi-intuisi ini hanyalah "kekacauan" sensasi tanpa struktur. Pemahaman, di sisi lain, adalah fakultas penalaran yang menerapkan kategori-kategori a priori (seperti kausalitas, substansi, kesatuan) untuk menyusun dan mensintesis intuisi ini menjadi objek pengalaman yang koheren. Proses sintesis ini, yang puncaknya adalah "kesatuan sintetik dari apersepsi" (synthetic unity of apperception), memungkinkan subjek untuk mengenali objektivitas dan koherensi dalam pengalamannya, sehingga membentuk pengetahuan yang valid tentang dunia fenomenal<sup>617</sup>.

Kant dengan cermat membedakan antara fenomena (dunia sebagaimana kita mengalaminya dan mengenalnya, yang dibentuk oleh kategori pemahaman kita) dan noumena (dunia "dalam dirinya sendiri" yang tidak dapat kita akses secara langsung). Hanya tentang fenomena kita dapat memiliki pengetahuan yang objektif dan universal. Dalam kerangka ini, setiap pengalaman yang tidak tunduk pada struktur a priori pemahaman dan tidak dapat disintesis menjadi kesatuan apersepsi yang koheren, tidak dapat diklaim sebagai sumber pengetahuan kognitif.

Dari sudut pandang Kantian, mimpi gagal memenuhi prasyarat-prasyarat esensial bagi pengetahuan kognitif. Dalam kondisi mimpi, meskipun kita mengalami sensasi yang hidup melihat, mendengar, merasakan sensasi-sensasi ini tidak diorganisasi atau disintesis oleh kategori pemahaman dalam cara yang sama seperti pengalaman sadar<sup>618</sup>. Kant melihat mimpi sebagai "permainan imajinasi" atau "sensasi yang tidak teratur" yang tidak tunduk pada aturan kausalitas atau konsistensi logis yang membentuk pengalaman nyata. Ketiadaan struktur dan koherensi ini berarti bahwa apa yang kita "alami" dalam mimpi tidak dapat membentuk objek pengetahuan yang stabil dan objektif.

Sebagai contoh, dalam mimpi, hukum fisika dapat dilanggar, identitas dapat berubah, dan peristiwa dapat terjadi tanpa urutan logis yang jelas. Ini berbeda secara fundamental dari pengalaman bangun, di mana pemahaman secara otomatis menerapkan kategorinya untuk membentuk dunia yang terstruktur dan dapat diprediksi. Kant berargumen bahwa dalam mimpi, meskipun ada aktivitas mental, tidak ada "putusan empiris" (empirical judgments) yang sah yang dapat ditarik, karena tidak ada sintesis objektif dari intuisi di bawah kategori<sup>619</sup>. Oleh karena itu, mimpi tidak memberikan kita informasi baru atau wawasan objektif tentang dunia fenomenal maupun noumenal.

Klasifikasi mimpi sebagai fenomena non-kognitif oleh Kant memiliki beberapa implikasi penting. Pertama, hal ini membedakan mimpi secara tajam dari pengalaman sadar yang menjadi dasar epistemologi Kantian. Ini menegaskan batasan yang ketat antara

apa yang dapat dianggap sebagai pengetahuan yang valid dan manifestasi mental lainnya<sup>620</sup>. Kedua, pandangan ini secara implisit menolak klaim-klaim metafisik atau spiritualistik yang menganggap mimpi sebagai sumber kebenaran ilahi, ramalan, atau komunikasi dengan alam lain. Bagi Kant, mimpi bukanlah jendela menuju realitas yang lebih tinggi atau tersembunyi, melainkan sekadar aktivitas internal subjek yang tidak terstruktur secara kognitif.

Meskipun Kant tidak mengeksplorasi mimpi secara ekstensif dalam karya-karya utamanya yang bersifat kritis, pandangannya yang sporadis menempatkan mimpi dalam ranah yang lebih dekat dengan fisiologi atau psikologi subjektif daripada filsafat pengetahuan<sup>621</sup>. Ini adalah bagian dari upaya Kant untuk membatasi klaim akal murni dan memisahkan ranah ilmu pengetahuan dari spekulasi metafisik yang tidak berdasar. Dari perspektif ini, mimpi hanyalah manifestasi acak dari pikiran yang tidak diatur oleh fakultas kognitif, mirip dengan halusinasi atau delusi yang tidak menghasilkan pengetahuan objektif.

Sebagai perbandingan, pandangan Kant ini kontras dengan beberapa tradisi dan pemikiran lain yang memberikan bobot kognitif pada mimpi. Dalam banyak kebudayaan kuno, termasuk tradisi Ibrahimik, mimpi dianggap sebagai medium komunikasi ilahi atau wahyu<sup>622</sup>. Sebagai contoh, dalam Al-Qur'an, mimpi Nabi Yusuf memiliki signifikansi profetik dan menjadi inti narasi tentang takdir dan pengetahuan ilahi<sup>623</sup>. Demikian pula, dalam koleksi hadis, terdapat hadis yang mengindikasikan bahwa mimpi yang benar adalah bagian dari nubuwah (kenabian)<sup>624</sup>. Perspektif-perspektif

ini menyoroti bagaimana mimpi dapat dilihat sebagai saluran menuju pengetahuan supranatural atau wawasan yang tidak dapat diakses melalui fakultas kognitif biasa. Namun, bagi Kant, klaim-klaim semacam itu akan jatuh di luar batas pengalaman yang dapat divalidasi secara rasional, sehingga tidak termasuk dalam ranah pengetahuan sebagaimana ia definisikan.

Immanuel Kant, dengan ketelitian filosofisnya, mengklasifikasikan mimpi sebagai fenomena non-kognitif. Pandangan ini berakar kuat pada epistemologinya yang membatasi pengetahuan hanya pada apa yang dapat disintesis secara koheren oleh kategori-kategori pemahaman dalam ruang dan waktu. Mimpi, dengan sifatnya yang terfragmentasi, tidak teratur, dan tidak tunduk pada hukum-hukum pikiran yang membentuk pengalaman sadar, gagal memenuhi kriteria ini. Oleh karena itu, bagi Kant, mimpi bukanlah sumber pengetahuan objektif atau wawasan yang valid, melainkan lebih merupakan aktivitas internal pikiran yang tidak terstruktur. Klasifikasi ini tidak hanya menyoroti rigor ilmu filsafat Kant dalam membatasi ranah pengetahuan, tetapi juga memberikan preseden penting bagi pemahaman modern tentang mimpi sebagai fenomena yang, terlepas dari kompleksitasnya, berbeda secara fundamental dari proses kognitif yang membentuk realitas yang kita kenal dan pahami.

### **Apakah Mimpi Bisa Menjadi Alat Epistemologis yang Sah?**

Fenomena mimpi telah memikat umat manusia sepanjang sejarah, melampaui batas budaya, agama, dan zaman. Dari narasi

kuno tentang nubuat ilahi hingga analisis neurobiologis modern, mimpi menghadirkan sebuah lanskap mental yang kaya, seringkali membingungkan, dan selalu misterius. Namun, pertanyaan yang lebih mendalam muncul dari sifat enigmatis ini: dapatkah mimpi, yang seringkali dianggap sebagai manifestasi bawah sadar atau sekadar produk aktivitas otak selama tidur, berfungsi sebagai alat epistemologis yang sah untuk memperoleh pengetahuan yang valid dan terjustifikasi? Eksplorasi pertanyaan ini memerlukan penelusuran multidisipliner, mempertimbangkan perspektif ilmiah, filosofis, dan religius untuk memahami potensi dan keterbatasan mimpi dalam ranah pencarian kebenaran.

Secara ilmiah, mimpi terutama dipandang melalui lensa psikologi dan neurosains. Penelitian menunjukkan bahwa mimpi terjadi paling intens selama fase tidur Rapid Eye Movement (REM), di mana aktivitas otak menyerupai keadaan terjaga<sup>625</sup>. Dari sudut pandang psikologis, Sigmund Freud menginterpretasikan mimpi sebagai "jalan kerajaan menuju ketidaksadaran", manifestasi terselubung dari keinginan yang tertekan atau konflik internal<sup>626</sup>. Carl Jung, di sisi lain, melihat mimpi sebagai jendela menuju ketidaksadaran kolektif, merepresentasikan arketipe universal dan simbol yang dapat memberikan wawasan tentang diri dan kondisi manusia<sup>627</sup>. Sementara pendekatan ini membuka jalan bagi pemahaman diri dan terapi, pengetahuan yang diperoleh bersifat subjektif dan terikat pada kerangka interpretatif tertentu, sehingga sulit diuji secara empiris atau digeneralisasi sebagai pengetahuan objektif tentang realitas eksternal. Beberapa teori kognitif modern bahkan

mengusulkan bahwa mimpi memainkan peran dalam konsolidasi memori, pemecahan masalah, dan regulasi emosi, berfungsi sebagai "laboratorium mental" di mana otak memproses informasi dan skenario<sup>628</sup>. Meskipun demikian, meskipun proses ini dapat memicu wawasan atau ide kreatif, validitas substansial dari "pengetahuan" yang dihasilkan masih memerlukan verifikasi independen di dunia nyata, menjadikannya lebih sebagai katalisator daripada sumber pengetahuan primer yang dapat dibuktikan secara epistemologis.

Dari perspektif filosofis, status epistemologis mimpi menjadi lebih problematis. Sejak zaman kuno, para filsuf telah bergulat dengan tantangan untuk membedakan antara mimpi dan realitas. Plato, misalnya, dalam "Republik", menyiratkan bahwa pengalaman sensorik kita di dunia nyata mungkin hanyalah bayangan dari kebenaran yang lebih tinggi, mirip dengan ilusi dalam mimpi<sup>629</sup>. Namun, Descartes mengajukan "argumen mimpi" yang terkenal dalam "Meditasi Pertama", menantang kemampuan kita untuk membedakan secara pasti antara pengalaman bangun dan tidur, sehingga meragukan kepastian pengetahuan yang berasal dari indera<sup>630</sup>. Jika kita tidak dapat membedakan mimpi dari realitas, maka bagaimana kita dapat mempercayai pengetahuan yang kita peroleh dari persepsi kita, baik dalam mimpi maupun saat terjaga? Kritikus modern terhadap argumen ini sering menekankan bahwa meskipun pengalaman mimpi dapat terasa sangat nyata, kita secara inheren memiliki kemampuan untuk membedakannya dari pengalaman bangun, seringkali melalui kurangnya koherensi atau

konsistensi dalam mimpi itu sendiri<sup>631</sup>. Oleh karena itu, bagi sebagian besar filsuf, mimpi tidak dapat berfungsi sebagai alat epistemologis yang sah untuk kebenaran objektif atau universal, karena sifatnya yang subjektif, tidak konsisten, dan kurangnya dasar untuk justifikasi rasional atau empiris dalam konteks realitas bersama.

Sebaliknya, dalam banyak tradisi keagamaan dan spiritual, mimpi sering diberikan kedudukan yang signifikan sebagai saluran komunikasi ilahi atau petunjuk kenabian. Dalam tradisi Islam, misalnya, mimpi dibagi menjadi tiga jenis: *ru'ya shadiqah* (mimpi benar/ilahi), *hulm* (mimpi akibat dorongan nafsu atau pikiran), dan *adhghath ahlam* (mimpi campur aduk/bisikan setan)<sup>632</sup>. Al-Qur'an secara eksplisit menyebutkan mimpi sebagai sarana wahyu kenabian, seperti kisah Nabi Yusuf AS yang menafsirkan mimpi raja dan mimpinya sendiri yang berujung pada posisi pentingnya<sup>633</sup>. Nabi Muhammad SAW juga sering mengalami mimpi yang menjadi bagian dari wahyu atau petunjuk baginya dan umatnya<sup>634</sup>. Dalam konteks ini, mimpi dapat dipandang sebagai alat epistemologis yang sah, tetapi dengan kualifikasi penting. Validitasnya sangat bergantung pada sumbernya (yakni, dari Tuhan), dan interpretasinya seringkali memerlukan otoritas rohani atau pengetahuan keagamaan yang mendalam<sup>635</sup>. Pengetahuan yang diperoleh melalui mimpi kenabian atau ilahi tidak universal dalam aksesibilitasnya dan tidak dapat direplikasi secara metodelis; melainkan bersifat revelatif dan dipercayai berdasarkan iman. Untuk individu biasa, mimpi bisa menjadi sumber inspirasi,

peringatan, atau introspeksi, namun kebenarannya tetap harus diuji dan dikuatkan oleh sumber-sumber epistemologis lain seperti akal, observasi, atau ajaran agama yang mapan<sup>636</sup>.

Menimbang perspektif-perspektif ini, dapat disimpulkan bahwa mimpi, dalam arti ketat sebagai alat epistemologis yang menghasilkan pengetahuan yang objektif dan dapat diverifikasi, memiliki keterbatasan serius. Sifatnya yang subjektif, tidak konsisten, dan lack of verifiability membuatnya tidak dapat disejajarkan dengan metode ilmiah atau filosofis dalam membangun klaim kebenaran universal. Argumen mimpi Descartes menyoroti kerentanan indera kita, sementara penafsiran ilmiah, meskipun informatif tentang fungsi mental, tidak menawarkan justifikasi untuk klaim kebenaran eksternal yang berasal dari mimpi itu sendiri.

Namun, tidak berarti mimpi tidak memiliki nilai sama sekali dalam proses pencarian pengetahuan. Mimpi dapat berfungsi sebagai **katalisator epistemologis**, memicu wawasan, kreativitas, atau pemecahan masalah yang kemudian dapat dikembangkan dan diverifikasi melalui metodologi yang lebih ketat. Contoh terkenal termasuk penemuan struktur cincin benzena oleh August Kékulé atau inspirasi untuk "Frankenstein" oleh Mary Shelley, yang keduanya konon berasal dari mimpi. Dalam kasus ini, mimpi tidak secara langsung memberikan pengetahuan, melainkan ide atau intuisi yang kemudian diolah melalui penalaran, eksperimen, atau penulisan. Dari sudut pandang religius, mimpi ilahi dapat memberikan pengetahuan yang valid bagi mereka yang memiliki

keyakinan, meskipun pengetahuan semacam itu tidak dapat dipaksakan sebagai kebenaran universal bagi semua orang tanpa dasar iman.

Pada akhirnya, mimpi adalah fenomena yang sangat kompleks dan multifaset. Meskipun tidak dapat dianggap sebagai alat epistemologis yang mandiri dan utama untuk memperoleh kebenaran objektif, mereka tetap menjadi sumber yang berharga untuk introspeksi diri, inspirasi kreatif, dan, dalam konteks keagamaan tertentu, petunjuk ilahi. Validitas dan relevansi "pengetahuan" yang berasal dari mimpi selalu mensyaratkan evaluasi kritis, kontekstualisasi yang cermat, dan, yang terpenting, konfirmasi melalui sumber-sumber epistemologis lain seperti akal budi, bukti empiris, atau otoritas teologis yang diakui. Dengan demikian, mimpi lebih tepat dipandang sebagai pelengkap, bukan pengganti, dalam perjalanan multidimensional manusia menuju pemahaman dan kebenaran.

## **Fenomenologi sebagai Jembatan Epistemik antara Filsafat dan Spiritualitas**

### **Fenomenologi Transenden dan Mimpi: Jalan ke Dalam**

Dalam lanskap pemikiran modern, dikotomi antara rasionalitas filosofis dan pengalaman spiritual seringkali menciptakan jurang epistemologis yang sulit dijembatani. Filsafat, terutama dalam tradisi analitis kontemporer, cenderung berfokus pada logika, bahasa, dan struktur pengetahuan yang diverifikasi secara empiris, sementara spiritualitas seringkali dianggap sebagai ranah subjektif,

intuitif, dan transenden yang melampaui kerangka ilmiah konvensional. Namun, pada titik persinggungan inilah fenomenologi muncul sebagai metodologi yang unik, menawarkan jembatan epistemik yang esensial untuk mengeksplorasi pengalaman spiritual dengan rigor filosofis<sup>637</sup>. Sebagai disiplin yang berfokus pada studi tentang struktur kesadaran dan pengalaman itu sendiri, fenomenologi, dengan pendekatannya yang non-reduktif, memungkinkan eksplorasi fenomena-fenomena yang seringkali terpinggirkan oleh paradigma ilmiah positivistik, termasuk di dalamnya pengalaman spiritual dan mistis<sup>638</sup>.

Fenomenologi, sebagaimana dirintis oleh Edmund Husserl, menyerukan "kembali kepada hal-hal itu sendiri" (*zu den Sachen selbst*), yang berarti mengesampingkan asumsi-asumsi pra-konseptual dan teoritis (*epoché*) untuk secara langsung mendeskripsikan pengalaman sebagaimana ia muncul dalam kesadaran<sup>639</sup>. Pendekatan ini secara fundamental berbeda dari metode ilmiah empiris yang cenderung menganalisis fenomena melalui lensa kausalitas dan objektivitas eksternal. Dalam konteks spiritualitas, fenomenologi tidak berusaha untuk memverifikasi keberadaan entitas transenden secara empiris, melainkan untuk menggali struktur, makna, dan efek transformatif dari pengalaman spiritual itu sendiri sebagaimana dialami oleh subjek<sup>640</sup>. Dengan demikian, ini bukan tentang membuktikan Tuhan atau alam gaib, melainkan tentang memahami bagaimana pengalaman-pengalaman yang diklaim sebagai 'ilahi' atau 'transenden' dihayati dan dimaknai dalam kesadaran manusia, menjadikannya ranah

studi yang sah bagi penyelidikan filosofis yang mendalam dan kontemplatif<sup>641</sup>.

Ekstensi dari proyek fenomenologis ini mengarah pada apa yang dapat disebut sebagai fenomenologi transenden, sebuah dimensi yang secara khusus menelusuri pengalaman-pengalaman yang tampaknya melampaui batas-batas kesadaran normal dan realitas fisik yang biasa. Fenomenologi transenden berupaya memahami bagaimana kesadaran dapat mengakses atau diakses oleh dimensi-dimensi yang melampaui imanen, seringkali tanpa kehilangan objektivitas dalam makna fenomenologis yaitu, objektivitas deskriptif terhadap pengalaman sebagaimana adanya<sup>642</sup>. Dalam konteks ini, mimpi muncul sebagai medan studi yang sangat relevan dan kaya. Mimpi, sebagai kondisi kesadaran yang teralterasi secara universal, menyediakan akses langsung ke ranah pengalaman subjektif yang seringkali bersifat non-linier, simbolis, dan afektif, yang secara inheren menantang kategorisasi rasionalitas bangun sehari-hari<sup>643</sup>.

Secara historis, di berbagai peradaban dan tradisi keagamaan, mimpi telah dianggap sebagai medium penting untuk menerima wahyu, bimbingan ilahi, atau wawasan spiritual. Dalam tradisi Islam, misalnya, mimpi seringkali dipandang memiliki signifikansi profetik atau reflektif atas kondisi jiwa. Surah Yusuf (12:4-6) dalam Al-Qur'an secara eksplisit mengisahkan mimpi Nabi Yusuf as. yang kemudian menjadi kenyataan, menyoroti potensi mimpi sebagai penyingkap masa depan atau kebijaksanaan ilahi<sup>644</sup>. Demikian pula, terdapat banyak Hadis Nabi Muhammad saw. yang menegaskan bahwa

"mimpi yang benar ( *ru'ya shadiqah* ) adalah satu bagian dari empat puluh enam bagian kenabian," menunjukkan bahwa mimpi dapat menjadi jalan epistemik menuju kebenaran atau pengetahuan yang melampaui akal biasa<sup>645</sup>. Dalam perspektif fenomenologi transenden, mimpi semacam ini tidak direduksi menjadi sekadar produk aktivitas neurologis otak atau manifestasi keinginan bawah sadar, melainkan dianalisis sebagai fenomena kesadaran yang memiliki struktur, koherensi internal, dan potensi untuk mengungkapkan makna eksistensial atau spiritual yang mendalam bagi individu<sup>646</sup>.

Pendekatan fenomenologis terhadap mimpi melibatkan *epoché* terhadap interpretasi-interpretasi kausal atau simbolis yang telah ada sebelumnya, untuk kemudian berfokus pada pengalaman mimpi itu sendiri: bagaimana ia dirasakan, struktur naratifnya, kualitas emosionalnya, dan bagaimana ia berinteraksi dengan pengalaman bangun individu<sup>647</sup>. Melalui eksplorasi yang cermat terhadap "dunia mimpi" ini, seorang fenomenolog dapat memahami lebih lanjut tentang struktur kesadaran yang lebih luas, keterkaitannya dengan alam bawah sadar, dan kapasitasnya untuk beresonansi dengan dimensi-dimensi yang melampaui pengalaman indrawi biasa<sup>648</sup>. Dengan demikian, mimpi menjadi "jalan ke dalam" sebuah perjalanan introspektif yang tidak hanya mengungkap lanskap psikologis internal tetapi juga potensi koneksi dengan realitas transenden, menjadikan fenomenologi sebagai alat yang tak ternilai untuk memahami

interaksi kompleks antara pikiran, jiwa, dan dimensi spiritual dalam pengalaman manusia<sup>649</sup>.

### **Dari Kesadaran Intensional ke Kesadaran Transpersonal**

Studi tentang kesadaran telah menjadi landasan bagi berbagai disiplin ilmu, mulai dari filsafat, psikologi, hingga neurosains. Dalam tradisi fenomenologi, khususnya yang dipelopori oleh Edmund Husserl, kesadaran dipahami secara fundamental sebagai "kesadaran tentang sesuatu" (*consciousness of something*), sebuah konsep yang dikenal sebagai **kesadaran intensional**<sup>650</sup>. Artinya, setiap tindakan mental persepsi, pemikiran, emosi selalu diarahkan pada sebuah objek, baik yang nyata maupun yang dibayangkan. Paradigma ini telah membentuk kerangka utama pemahaman kita tentang pengalaman subjektif dan realitas sehari-hari yang berpusat pada ego. Namun, seiring dengan perkembangan psikologi humanistik dan transpersonal, muncul pengakuan bahwa pengalaman manusia tidak selalu terbatas pada batasan intensionalitas egoik. Terdapat dimensi kesadaran yang melampaui identitas personal dan batas-batas subjektif-objektif, yang dikenal sebagai **kesadaran transpersonal**<sup>651</sup>.

Konsep kesadaran intensional merupakan sumbangsih fundamental fenomenologi pada pemahaman tentang pengalaman sadar. Husserl berpendapat bahwa karakteristik esensial kesadaran adalah sifatnya yang *tertuju* atau *terarahkan*<sup>652</sup>. Setiap pengalaman sadar memiliki sebuah objek (*noema*) yang kepadanya kesadaran (*noesis*) diarahkan. Misalnya, ketika seseorang melihat pohon,

kesadaran tidak hanya berupa kekosongan, melainkan kesadaran *tentang* pohon tersebut. Hubungan subjek-objek ini membentuk struktur dasar realitas yang kita alami. Dalam kerangka ini, diri (subjek) adalah pusat yang mengorganisir dan memberi makna pada dunia di sekitarnya. Realitas dikonstruksi melalui tindakan intensional kita, di mana setiap persepsi, pikiran, dan perasaan adalah sebuah upaya untuk memahami atau terlibat dengan sesuatu di luar diri<sup>653</sup>. Proses ini memungkinkan kita untuk berfungsi dalam dunia sehari-hari, membentuk identitas pribadi, dan membangun narasi kehidupan kita berdasarkan interaksi yang terarah.

Namun, meskipun esensial untuk fungsi kognitif dan interaksi sosial, kesadaran intensional, yang didominasi oleh identifikasi dengan ego dan dunia material, juga memiliki keterbatasan inheren. Fokus yang berlebihan pada objektivitas dan pemisahan subjek-objek dapat menimbulkan perasaan isolasi, fragmentasi, dan keterikatan pada identitas ego yang sempit<sup>654</sup>. Pertanyaan-pertanyaan eksistensial tentang makna hidup, keterhubungan universal, atau pengalaman spiritual seringkali tidak dapat dijawab sepenuhnya dalam kerangka intensionalitas murni. Pengalaman penderitaan, kematian, atau momen-momen puncak ekstase seringkali mendorong individu untuk mempertanyakan batas-batas kesadaran intensional mereka, membuka pintu menuju dimensi pengalaman yang lebih luas.

Perjalanan dari kesadaran intensional menuju transpersonal seringkali dimulai dengan pengakuan atas batasan-batasan

kesadaran egoik itu sendiri. Meskipun kesadaran intensional memungkinkan kita untuk berinteraksi secara efektif dengan dunia, ia juga membatasi persepsi kita pada model realitas yang dikonstruksi secara mental dan sensorik. Ini menciptakan dualitas fundamental antara 'aku' dan 'dunia', antara subjek dan objek, yang pada gilirannya dapat menghalangi pengalaman kesatuan holistik<sup>655</sup>. Psikologi mendalam, seperti yang dipelopori oleh Carl Jung, telah lama menunjukkan bahwa ada dimensi-dimensi bawah sadar yang melampaui pengalaman intensional sadar, seperti arketipe dan ketidaksadaran kolektif, yang memengaruhi jiwa manusia dan mendorongnya menuju integrasi yang lebih besar<sup>656</sup>.

Maka, pertanyaan mendasar muncul: apakah ada mode kesadaran yang dapat melampaui batasan subjek-objek ini? Teori transpersonal berpendapat bahwa memang ada, dan bahwa kemampuan untuk mengalaminya merupakan bagian alami dari potensi psikologis manusia. Melalui praktik-praktik kontemplatif, meditasi, pengalaman puncak (peak experiences), atau bahkan krisis spiritual, individu dapat sementara atau permanen melampaui sensasi ego yang terpisah<sup>657</sup>. Proses ini seringkali melibatkan pergeseran fokus dari objek individu yang diarahkan oleh kesadaran kepada kesadaran itu sendiri sebagai medium atau medan yang lebih luas. Ini bukan penolakan terhadap kesadaran intensional, melainkan perluasan perspektif yang mengintegrasikan pengalaman individu ke dalam konteks yang lebih universal.

Kesadaran transpersonal didefinisikan sebagai kesadaran yang melampaui batas-batas identitas ego dan pengalaman pribadi yang

biasa<sup>658</sup>. Istilah "transpersonal" itu sendiri menyiratkan "melalui atau melampaui pribadi." Ini mencakup spektrum pengalaman yang luas, mulai dari perasaan konektivitas mendalam dengan alam, empati yang meluas terhadap semua makhluk, pengalaman kesatuan mistis atau pencerahan, hingga identifikasi dengan kesadaran universal atau Tuhan<sup>659</sup>. Abraham Maslow, salah satu pelopor psikologi humanistik, mencatat bahwa individu yang mencapai aktualisasi diri seringkali mengalami "pengalaman puncak" yang melibatkan perasaan ekstase, kekaguman, dan kesatuan yang melampaui ego<sup>660</sup>.

Ciri khas kesadaran transpersonal adalah lenyapnya rasa keterpisahan subjek-objek. Dalam kondisi ini, seorang individu mungkin merasakan dirinya sebagai bagian integral dari alam semesta, atau bahkan merasakan identitasnya meluas hingga mencakup segala sesuatu yang ada. Ini adalah pengalaman non-dualistik, di mana dualitas antara pengamat dan yang diamati, antara diri dan yang lain, hancur. Dalam konteks spiritual, konsep ini bergaung kuat dengan ajaran banyak tradisi kebijaksanaan yang menekankan kesatuan fundamental realitas. Misalnya, dalam Islam, kesadaran akan "wajah Allah" yang tidak terbatas ke segala arah (QS. Al-Baqarah<sup>661</sup>:115)<sup>662</sup> atau kedekatan Tuhan yang lebih dekat dari urat leher (QS. Qaf[50]:16)<sup>663</sup> mengisyaratkan dimensi kesadaran yang melampaui persepsi egoik. Pengalaman semacam itu seringkali digambarkan sebagai pengalaman puncak kebenaran dan keindahan, yang berdampak transformatif pada individu, memicu rasa damai, cinta universal, dan makna yang mendalam<sup>664</sup>.

Transisi dari kesadaran intensional ke transpersonal bukanlah sekedar lompatan diskrit, melainkan sebuah proses perkembangan yang dapat dipupuk melalui berbagai mekanisme. Praktik-praktik kontemplatif seperti meditasi mindfulness, yoga, dan doa mendalam, bertujuan untuk menenangkan aktivitas mental yang terarah pada objek dan memungkinkan kesadaran untuk beristirahat dalam dirinya sendiri<sup>665</sup>. Dalam kondisi meditasi yang mendalam, batas-batas antara diri dan lingkungan dapat menjadi kabur, mengarah pada pengalaman kesatuan. Selain itu, penggunaan zat psikedelik dalam pengaturan klinis yang terkontrol, seperti yang diteliti oleh Stanislav Grof, juga telah terbukti dapat memicu pengalaman transpersonal yang kuat, memungkinkan individu untuk mengeksplorasi dimensi kesadaran yang biasanya tidak dapat diakses<sup>666</sup>.

Secara praktis, pengembangan kesadaran transpersonal memiliki implikasi mendalam bagi kesejahteraan individu dan masyarakat. Ini dapat mengurangi penderitaan psikologis yang berasal dari identifikasi kuat dengan ego, menumbuhkan empati dan altruisme, serta meningkatkan rasa makna dan tujuan hidup<sup>667</sup>. Dalam konteks terapeutik, pendekatan transpersonal membantu individu untuk mengintegrasikan pengalaman spiritual atau krisis eksistensial mereka, memfasilitasi penyembuhan yang lebih holistik. Dari sudut pandang etika, kesadaran transpersonal dapat mendorong nilai-nilai universal seperti kasih sayang, keadilan, dan kelestarian lingkungan, karena ia melihat diri sebagai bagian dari keseluruhan yang saling terhubung<sup>668</sup>.

Perjalanan dari kesadaran intensional ke kesadaran transpersonal merepresentasikan evolusi mendalam dalam pemahaman kita tentang sifat kesadaran itu sendiri. Kesadaran intensional, dengan fokusnya yang terarah dan pembentukan realitas egoik, adalah fondasi yang vital bagi navigasi dunia sehari-hari. Namun, ia hanyalah salah satu lapisan dari spektrum kesadaran manusia yang jauh lebih luas. Kesadaran transpersonal menawarkan pembebasan dari batasan-batasan ego, membuka pintu menuju pengalaman kesatuan, konektivitas, dan makna yang mendalam yang melampaui identitas pribadi<sup>669</sup>. Ini bukan penolakan terhadap keberadaan individu, melainkan pengakuan bahwa identitas sejati kita meluas melampaui batasan-batasan yang kita ciptakan untuk diri kita sendiri.

Dengan mengintegrasikan kedua dimensi kesadaran ini, kita dapat mencapai pemahaman yang lebih komprehensif tentang potensi manusia. Kita dapat berfungsi secara efektif dalam dunia yang terarah oleh intensionalitas, sambil secara bersamaan mengalami dimensi transendental yang memberikan makna, kedamaian, dan koneksi yang lebih dalam. Eksplorasi kesadaran transpersonal tidak hanya memperkaya ilmu pengetahuan tentang pikiran, tetapi juga menawarkan jalan transformatif bagi individu dan kemanusiaan untuk mencapai tingkat keberadaan yang lebih terintegrasi dan tercerahkan.

### **Mimpi sebagai Ruang Pertemuan antara Diri dan Misteri**

Dalam keheningan malam, tirai kesadaran sehari-hari perlahan terangkat, mempersilakan alam mimpi untuk terhampar. Fenomena

universal ini, yang dialami oleh setiap manusia lintas budaya dan zaman, bukan sekadar respons neurologis acak dari otak yang beristirahat, melainkan sebuah ranah kompleks yang menawarkan perspektif mendalam tentang eksistensi. Mimpi, dalam esensinya, dapat dipahami sebagai "ruang pertemuan" yang unik, tempat "diri" subjektif individu bersua dengan "misteri" yang melampaui batas-batas kesadaran personal dan pengalaman empiris<sup>670</sup>. Pemahaman ini membuka pintu menuju eksplorasi multidimensional yang melibatkan psikologi, filsafat, spiritualitas, bahkan aspek-aspek transpersonal yang masih menjadi teka-teki ilmiah.

Secara psikologis, dimensi "diri" dalam alam mimpi dieksplorasi secara ekstensif oleh berbagai mazhab pemikiran. Sigmund Freud, dalam karyanya yang monumental, menganggap mimpi sebagai "jalan kerajaan menuju alam bawah sadar" (royal road to the unconscious), di mana keinginan yang tertekan dan konflik yang tak terselesaikan menemukan ekspresi simbolis<sup>671</sup>. Bagi Freud, mimpi adalah wujud pemenuhan harapan yang tersembunyi, sebuah mekanisme katarsis bagi impuls-impuls yang tidak dapat diterima oleh kesadaran saat terjaga. Di sisi lain, Carl Jung memperluas cakupan "diri" dalam mimpi jauh melampaui ranah personal. Ia memperkenalkan konsep "ketidaksadaran kolektif" (collective unconscious), suatu lapisan psike universal yang berisi arketipe pola-pola primordial yang diwarisi secara turun-temurun dan termanifestasi dalam simbol-simbol universal dalam mimpi<sup>672</sup>. Dengan demikian, Jung melihat mimpi tidak hanya sebagai pantulan diri personal, tetapi juga sebagai cermin bagi struktur psikis kolektif

yang lebih luas, sebuah pertemuan antara pengalaman individu dengan memori filogenetik umat manusia.

Namun, eksistensi mimpi sebagai ruang pertemuan tidak berhenti pada ranah psikologi personal dan kolektif semata. Ada dimensi "misteri" yang lebih dalam, yang menyentuh ranah transenden dan spiritual. Dalam banyak tradisi keagamaan dan mistik, mimpi dipandang sebagai sarana komunikasi ilahi atau jalan menuju pengetahuan yang tak dapat diakses oleh indra fisik. Al-Quran, misalnya, memuat kisah-kisah tentang mimpi kenabian yang menjadi sumber petunjuk dan wahyu, seperti mimpi Nabi Yusuf yang meramalkan masa depan dan mimpi Nabi Ibrahim tentang pengorbanan<sup>673</sup>. Hadis-hadis Nabi Muhammad SAW juga mengategorikan mimpi menjadi tiga jenis: mimpi baik dari Allah, mimpi buruk dari setan, dan mimpi dari bisikan diri<sup>674</sup>. Perspektif ini mengindikasikan bahwa mimpi dapat melampaui fungsi psikologis semata, berfungsi sebagai jembatan antara realitas empiris dan dimensi metafisik, sebuah portal menuju kebijaksanaan yang lebih tinggi atau peringatan ilahi yang samar-samar. Misteri ini tidak hanya terletak pada pesan yang disampaikan, tetapi juga pada mekanisme bagaimana kesadaran individu dapat mengakses informasi yang tampaknya berada di luar jangkauan normalnya.

Maka, "ruang pertemuan" dalam mimpi adalah sebuah ranah liminal, tempat di mana batas antara subjek dan objek, antara internal dan eksternal, menjadi kabur. Ini adalah tempat di mana ingatan personal berinteraksi dengan arketipe universal, di mana ketakutan bawah sadar berdialog dengan intuisi profetik, dan di

mana pengalaman traumatis dapat bertransformasi menjadi potensi penyembuhan. Dalam ranah ini, diri tidak hanya merefleksikan dirinya sendiri, tetapi juga berinteraksi dan diwarnai oleh kekuatan-kekuatan yang lebih besar dan tak sepenuhnya terdefiniskan<sup>675</sup>. Pertemuan ini seringkali bersifat simbiotik: diri memberikan konteks personal pada simbol-simbol misterius, sementara misteri memberikan kedalaman dan makna universal pada pengalaman subjektif. Proses ini dapat memicu wawasan mendalam tentang diri sendiri, memfasilitasi integrasi aspek-aspek terpecah dari kepribadian, bahkan mengilhami kreativitas atau penemuan ilmiah yang signifikan<sup>676</sup>.

Memahami mimpi sebagai ruang pertemuan antara diri dan misteri bukan hanya sekadar latihan intelektual, tetapi juga sebuah undangan untuk merangkul kompleksitas eksistensi manusia. Ini mendorong kita untuk melampaui reduksionisme materialistik dan mengakui adanya dimensi-dimensi kesadaran yang melampaui batas-batas otak fisik. Mimpi adalah bukti yang hidup bahwa psike manusia jauh lebih luas dan lebih misterius daripada yang kita duga. Dengan mempelajari dan merefleksikan mimpi, kita tidak hanya belajar tentang diri kita sendiri secara lebih mendalam, tetapi juga membuka diri terhadap potensi untuk mengakses pengetahuan dan pengalaman yang melampaui batasan pengalaman terjaga. Proses ini adalah perjalanan kontemplatif yang tak pernah usai, di mana setiap mimpi menjelma menjadi petunjuk sebuah fragmen dari peta menuju pemahaman yang lebih komprehensif tentang diri dan alam semesta yang maha luas.

## **Fenomenologi Mimpi dan Pembentukan Epistemologi Spiritualitas**

Pengalaman mimpi telah lama menjadi salah satu enigma terbesar dalam eksistensi manusia, melintasi batas-batas budaya, peradaban, dan sistem kepercayaan. Dari tidur yang paling dalam, muncul sebuah lanskap kognitif dan emosional yang seringkali terasa lebih nyata daripada realitas fisik yang kita kenal saat terjaga, atau, sebaliknya, menampilkan absurditas yang membingungkan. Dalam konteks ini, pendekatan fenomenologi menawarkan lensa yang unik untuk memahami mimpi, tidak hanya sebagai produk aktivitas neurobiologis semata meskipun aspek ini tidak diabaikan tetapi sebagai pengalaman subjektif yang kaya makna dan berpotensi menjadi fondasi bagi pembentukan epistemologi spiritualitas. Bagaimana mungkin pengalaman yang begitu fragmentaris dan kadang absurd ini dapat menjadi reservoir kebijaksanaan dan jalur menuju pemahaman transenden? Pertanyaan inilah yang akan dieksplorasi dalam tulisan ini, dengan menyoroti bagaimana penghayatan terhadap fenomena mimpi dapat membuka cakrawala baru dalam cara kita memperoleh dan memvalidasi pengetahuan spiritual<sup>677</sup>.

Fenomenologi, sebagai metode filosofis yang dikembangkan oleh Edmund Husserl, berupaya memahami esensi pengalaman sebagaimana ia hadir dalam kesadaran, jauh sebelum interpretasi atau reduksi ilmiah. Dalam konteks mimpi, pendekatan fenomenologis menuntut kita untuk menanggukhan prasangka tentang mimpi sebagai "hanya" ilusi atau produk acak otak, dan sebaliknya, memusatkan perhatian pada pengalaman mimpi itu

sendiri: bagaimana ia dirasakan, struktur internalnya, dan nilai signifikansinya bagi individu<sup>678</sup>. Mimpi seringkali menampilkan kualitas sensori yang intens warna yang memukau, suara yang jernih, sentuhan yang nyata serta muatan emosional yang mendalam, mulai dari sukacita yang meluap hingga ketakutan yang melumpuhkan. Pengalaman ini melampaui kerangka rasionalitas bangun, menghadirkan narasi yang terkadang non-linear, simbolis, dan metaforis, yang memungkirkan logika kausalitas dunia nyata<sup>679</sup>.

Lebih lanjut, fenomenologi mimpi menekankan bahwa "dunia" yang tercipta dalam mimpi bukanlah sekadar reproduksi pasif dari realitas eksternal, melainkan konstruksi aktif dari kesadaran yang sedang bermimpi. Di dalamnya, batasan antara subjek dan objek, antara realitas internal dan eksternal, seringkali kabur atau bahkan lenyap. Kehadiran entitas, situasi, atau bahkan hukum fisika yang aneh dalam mimpi dapat menjadi manifestasi dari lapisan-lapisan kesadaran yang lebih dalam, mencerminkan kerinduan, ketakutan, harapan, atau potensi-potensi yang belum terealisasi dalam kehidupan nyata<sup>680</sup>. Pengalaman ini, pada gilirannya, memberikan kesempatan unik bagi individu untuk "berdialog" dengan realitas internal mereka sendiri, sebuah introspeksi mendalam yang seringkali tidak mungkin terjadi dalam keadaan terjaga yang terbebani oleh norma sosial dan tuntutan eksternal.

Sejak zaman kuno, berbagai peradaban dan tradisi spiritual telah memandang mimpi bukan sekadar sebagai anomali tidur, melainkan sebagai saluran komunikasi penting antara alam manusia dan alam ilahi atau transenden. Dalam banyak kebudayaan pribumi,

misalnya, mimpi dipandang sebagai salah satu bentuk utama di mana roh leluhur, dewa, atau kekuatan alam berkomunikasi dengan individu, memberikan petunjuk, peringatan, atau bahkan inisiasi spiritual<sup>681</sup>. Demikian pula, dalam tradisi agama-agama Abrahamik, mimpi seringkali berfungsi sebagai media wahyu ilahi atau bimbingan profetik. Nabi Yusuf dalam Al-Quran, misalnya, dikenal luas karena kemampuannya menafsirkan mimpi dan bagaimana mimpi-mimpi tersebut membentuk takdirnya dan menjadi sumber pengetahuan kenabian[Al-Quran, Surah Yusuf (12):6]<sup>682</sup>. Rasulullah Muhammad SAW juga sering menerima petunjuk atau isyarat melalui mimpi yang kemudian menjadi bagian dari ajaran Islam<sup>683</sup>.

Mimpi mampu menyampaikan pengetahuan spiritual melalui berbagai modus: intuisi yang tajam, wawasan simbolis, atau bahkan pengalaman langsung yang terasa seperti "kunjungan" ke dimensi spiritual lain. Pengetahuan yang diperoleh dari mimpi ini seringkali bersifat personal dan eksistensial, memberikan makna pada peristiwa hidup, membantu individu memahami takdir mereka, atau mengungkap kebenaran mendalam tentang diri dan kosmos yang tidak dapat diakses melalui penalaran logis atau observasi empiris semata<sup>684</sup>. Sigmund Freud dan Carl Jung, meskipun dari perspektif psikologis, juga mengakui potensi mimpi sebagai "royal road to the unconscious," tempat tersembunyinya kebijaksanaan kolektif atau arketipe yang memiliki resonansi spiritual yang kuat<sup>685</sup>. Bagi Jung, mimpi adalah jembatan menuju ketidaksadaran kolektif, sebuah sumber pengetahuan universal yang melampaui pengalaman individu<sup>686</sup>.

Pembentukan epistemologi spiritualitas melalui mimpi melibatkan lebih dari sekadar menerima mimpi sebagai "pesan"; ia adalah proses aktif interpretasi, refleksi, dan integrasi pengalaman mimpi ke dalam kerangka pemahaman dunia dan diri individu. Ini menuntut sebuah sikap keterbukaan terhadap modalitas pengetahuan yang non-linear dan non-rasional. Pengetahuan spiritual yang berasal dari mimpi seringkali tidak bersifat proposisional (seperti "A adalah B") melainkan bersifat transformasional atau eksistensial; ia mengubah cara individu memandang dan berinteraksi dengan realitas, bukan sekadar menambah informasi faktual<sup>687</sup>. Proses ini bisa melibatkan serangkaian langkah hermeneutika seni dan ilmu interpretasi dimana individu merenungkan simbolisme mimpi, mengaitkannya dengan kehidupan spiritual mereka, dan mencari resonansi dengan tradisi spiritual yang lebih luas<sup>688</sup>.

Epistemologi spiritualitas yang berakar pada fenomenologi mimpi mengakui bahwa validitas pengetahuan yang diperoleh tidak selalu dapat diverifikasi secara eksternal atau ilmiah, melainkan seringkali bersifat intrinsik dan terbukti melalui dampak transformatifnya pada kehidupan penganutnya. Misalnya, mimpi yang memberikan pencerahan tentang tujuan hidup atau melegakan beban emosional dapat dianggap sebagai pengetahuan yang valid karena ia menghasilkan perubahan positif yang nyata dalam diri individu, bahkan jika isinya tidak dapat "dibuktikan" secara empiris<sup>689</sup>. Proses ini juga menekankan aspek kontemplatif: bahwa pemahaman mendalam tentang mimpi seringkali muncul

bukan dari analisis cepat, melainkan dari perenungan yang lama, meditasi, dan dialog berkelanjutan dengan alam bawah sadar atau alam transenden. Dengan demikian, mimpi menjadi salah satu jalur utama bagi individu untuk membangun pemahaman yang koheren tentang dimensi spiritualitas mereka, membentuk kerangka kognitif dan afektif yang memandu perjalanan spiritual mereka<sup>690</sup>.

Meski kekuatan transformatif mimpi dalam membentuk epistemologi spiritualitas begitu nyata bagi individu yang mengalaminya, tantangan terbesar terletak pada validasi dan kontekstualisasinya dalam wacana yang lebih luas. Pengetahuan yang bersumber dari mimpi seringkali bersifat sangat personal dan subjektif, sehingga sulit untuk diuji atau diverifikasi secara intersubjektif. Namun demikian, ini tidak serta-merta menghilangkan validitasnya. Dalam kerangka epistemologi spiritual, validitas dapat ditemukan dalam konsistensi internal mimpi dengan pengalaman spiritual seseorang lainnya, resonansi dengan ajaran spiritual yang autentik, atau dampak positif dan transformatif yang berkelanjutan pada perilaku dan kesejahteraan individu<sup>691</sup>.

Selain itu, konteks budaya dan spiritual memainkan peran krusial dalam bagaimana mimpi diinterpretasikan dan diintegrasikan ke dalam sistem pengetahuan. Apa yang dianggap sebagai wahyu ilahi dalam satu tradisi mungkin dianggap sebagai ilusi psikologis dalam tradisi lain, atau bahkan sebagai manifestasi penyakit mental<sup>692</sup>. Oleh karena itu, penting untuk memahami bahwa epistemologi spiritual yang dibentuk melalui mimpi tidak berdiri sendiri, melainkan terjalin erat dengan kerangka kepercayaan, praktik

spiritual, dan komunitas pendukung yang lebih besar. Mimpi dapat menjadi pelengkap, memperkaya, atau bahkan menantang pemahaman spiritual konvensional, namun ia jarang menjadi satu-satunya sumber pengetahuan<sup>693</sup>. Penerimaan akan sifat ambivalen mimpi bahwa ia bisa menjadi jembatan menuju yang ilahi sekaligus cermin bagi kegelisahan terdalam memungkinkan pendekatan yang lebih holistik terhadap potensinya sebagai jalur epistemologis dalam spiritualitas.

Fenomenologi mimpi menawarkan perspektif yang esensial dalam memahami bagaimana pengalaman subjektif dan internal ini dapat membentuk dan memperkaya epistemologi spiritualitas. Dengan memusatkan perhatian pada pengalaman mimpi itu sendiri keunikan, intensitas, dan simbolismenya kita dapat membuka diri terhadap modalitas pengetahuan yang melampaui batas-batas rasionalitas empiris. Mimpi, yang dipandang sebagai komunikasi dari dimensi transenden atau ketidaksadaran kolektif, menjadi sumber wawasan, bimbingan, dan transformasi yang mendalam. Meskipun tantangan validasi tetap ada, dampak eksistensial dan transformatif dari pengetahuan yang diperoleh melalui mimpi menjadi bukti nyata kontribusinya pada pemahaman spiritual individu. Pada akhirnya, studi fenomenologi mimpi bukan hanya tentang memahami apa yang terjadi saat kita tidur, melainkan juga tentang bagaimana pengalaman-pengalaman itu membentuk cara kita mengetahui, tumbuh, dan terhubung dengan dimensi spiritual yang lebih luas dalam diri dan kosmos.

# MIMPI DALAM TASAWUF DAN FILSAFAT ISLAM

## Kedudukan Mimpi dalam Epistemologi Tasawuf

### Mimpi sebagai Sumber Ilmu Laduni dan Isyarat Ghaib

Epistemologi tasawuf menawarkan sebuah paradigma pengetahuan yang melampaui batas-batas rasionalitas empiris dan indrawi semata. Ia tidak hanya mengakui potensi akal dan panca indra sebagai instrumen akuisisi pengetahuan, tetapi juga menekankan dimensi intuitif, ilham, kasyf (penyingkapan), dan pengalaman batin sebagai jalur-jalur autentik menuju hakikat realitas. Dalam diskursus ini, mimpi bukanlah sekadar fenomena psikologis bawah sadar, melainkan sebuah medium penting yang menghubungkan seorang salik (penempuh jalan sufistik) dengan alam ghaib, di mana ia dapat mengakses pengetahuan yang tidak diperoleh melalui pembelajaran konvensional atau penalaran logis.

Epistemologi tasawuf berakar kuat pada keyakinan adanya realitas transenden (alam ghaib) yang hanya dapat diakses melalui penyucian jiwa dan pencerahan batin<sup>694</sup>. Berbeda dengan epistemologi Barat yang cenderung menempatkan akal dan observasi empiris sebagai fondasi utama kebenaran, tasawuf menggagas "mata hati" (*basirah*) sebagai organ esensial untuk memahami manifestasi Ilahi dan rahasia alam semesta<sup>695</sup>.

Dalam konteks ini, pengetahuan tidak semata-mata bersifat *kasbi* (diperoleh melalui usaha dan pembelajaran),

melainkan juga *wahbi* (diberikan atau dianugerahkan secara langsung oleh Tuhan). Mimpi, menurut pandangan sufistik, seringkali menjadi saluran utama bagi pengetahuan wahbi ini, memungkinkan jiwa untuk berekspansi melampaui batasan fisik dan temporal saat raga beristirahat<sup>696</sup>.

Salah satu manifestasi tertinggi dari kedudukan mimpi dalam epistemologi tasawuf adalah perannya sebagai sumber *ilmu laduni*. Istilah *ilmu laduni* sendiri berasal dari firman Allah SWT dalam Al-Qur'an tentang Nabi Musa dan Khidr, "Yang telah Kami ajarkan kepadanya ilmu dari sisi Kami" (Q.S. Al-Kahf: 65)<sup>697</sup>. Ilmu ini dipahami sebagai pengetahuan yang datang secara langsung dari hadirat Ilahi tanpa perantara guru atau buku, seringkali muncul dalam bentuk intuisi mendalam, ilham, atau visi yang jelas dalam keadaan tidur. Ketika raga dan pikiran logis tidak lagi mendominasi, jiwa menjadi lebih reseptif terhadap pancaran hikmah dan rahasia Ilahi<sup>698</sup>. Dalam mimpi, seorang salik dapat menerima pemahaman yang mendalam tentang rahasia-rahasia eksistensi, solusi atas permasalahan spiritual, atau bahkan kebenuan tentang jalan hidup yang harus ditempuh, yang semuanya tidak mungkin dicapai melalui penalaran biasa.

Selain berfungsi sebagai saluran *ilmu laduni*, mimpi juga acap kali berperan sebagai *isyarat ghaib*. *Isyarat ghaib* dapat berupa peringatan, petunjuk, kabar gembira, atau ramalan tentang peristiwa yang akan datang atau yang sedang berlangsung di alam metafisik<sup>699</sup>. Nabi Muhammad SAW sendiri bersabda, "Mimpi yang baik (benar) dari seorang yang saleh adalah satu bagian dari empat

puluh enam bagian kenabian" (Sahih al-Bukhari & Muslim)<sup>700</sup>. Hadis ini menegaskan legitimasi mimpi sebagai bentuk komunikasi Ilahi, meskipun tidak setinggi wahyu kenabian. Isyarat ini dapat berupa simbol-simbol yang memerlukan penafsiran (*ta'wil*), visi yang gamblang, atau bahkan dialog langsung dengan entitas spiritual seperti para nabi, awliya (kekasih Allah), atau malaikat<sup>701</sup>. Keakuratan dan kedalaman isyarat ghaib dalam mimpi sering kali berkorelasi langsung dengan tingkat kemurnian jiwa, kejernihan hati, dan kedekatan seorang individu dengan Tuhan.

Kendati demikian, pemahaman terhadap kedudukan mimpi dalam tasawuf tidaklah naif. Tidak semua mimpi dianggap memiliki nilai spiritual atau epistemologis yang sama. Para sufi membedakan antara *ru'ya shadiqah* (mimpi yang benar/autentik), *hadits al-nafs* (bisikan jiwa atau refleksi keinginan dan ketakutan), dan *adghath ahlam* (mimpi campur aduk atau mimpi kosong yang berasal dari syetan atau gangguan fisik)<sup>702</sup>. Aspek krusial lainnya adalah penafsiran mimpi. Mimpi, terutama yang bersifat simbolis, memerlukan pemahaman mendalam tentang bahasa simbol, kondisi spiritual pemimpi, dan hukum-hukum alam ghaib. Oleh karena itu, bagi banyak salik, bimbingan seorang *murshid* (guru spiritual) yang memiliki *basirah* dan pengetahuan tentang *ta'wil* mimpi sangatlah esensial untuk menghindari kesesatan interpretasi atau klaim yang tidak berdasar<sup>703</sup>. Tanpa bimbingan yang tepat, seseorang bisa jadi keliru memahami pesan ilahi atau bahkan terjerumus dalam khayalan. Melalui eksplorasi ini, tampak jelas bahwa mimpi memegang posisi sentral dalam

epistemologi tasawuf sebagai jembatan menuju realitas yang lebih luas dan sumber pengetahuan transenden. Ia bukan hanya sekadar kilasan acak dari alam bawah sadar, melainkan sebuah saluran yang sah dan bermakna untuk mengakses *ilmu laduni* dan *isyarat ghaib*. Pemahaman terhadap mimpi dalam tasawuf memperkaya spektrum epistemologis, menyoroti bahwa pengetahuan sejati tidak selalu terbatas pada apa yang dapat diukur dan dinalar, melainkan juga terpancar dari dimensi spiritual yang mendalam, membuka tabir rahasia-rahasia Ilahi bagi hati yang tersucikan dan jiwa yang tercerahkan.

### **Kategori Ru'yā: Ru'yā Ṣādiqah, Hadīts al-Nafs, dan Takhyīl**

Dalam khazanah intelektual Islam, fenomena mimpi atau *ru'yā* telah menjadi objek kajian yang mendalam, melampaui sekadar aktivitas kognitif pasif selama tidur. Ia dipandang sebagai salah satu saluran komunikasi non-fisik yang memiliki signifikansi spiritual dan psikologis yang kompleks. Sejak masa kenabian, interpretasi dan kategorisasi mimpi telah menjadi disiplin ilmu tersendiri (*ta'bīr al-ru'yā*), merefleksikan keyakinan bahwa mimpi bukan selalu produk acak dari alam bawah sadar, melainkan dapat pula menjadi manifestasi pesan ilahi atau refleksi kondisi internal jiwa. Klasifikasi *ru'yā* menjadi tiga kategori utama *Ru'yā Ṣādiqah* (Mimpi Benar), *Hadīts al-Nafs* (Bisikan Jiwa), dan *Takhyīl* (Khayalan atau Bisikan Setan) merepresentasikan kerangka ontologis dan epistemologis yang komprehensif untuk memahami spektrum pengalaman onirika dalam kacamata Islam<sup>704</sup>.

### **a. Ru'yā Ṣādiqah: Manifestasi Kebenaran Ilahi**

*Ru'yā Ṣādiqah*, atau mimpi yang benar, merupakan kategori tertinggi dan paling mulia dalam klasifikasi mimpi. Kategori ini merujuk pada mimpi yang berasal langsung dari Allah SWT, seringkali membawa pesan kenabian seperti wahyu awal bagi para Nabi sebelum turunnya Al-Quran secara penuh atau petunjuk yang mengandung kebenaran dan peringatan. Dalam tradisi kenabian, *Ru'yā Ṣādiqah* dianggap sebagai salah satu bagian dari empat puluh enam bagian kenabian (*juz' min al-nubuwwah*)<sup>705</sup>. Mimpi Nabi Yusuf AS yang melihat sebelas bintang, matahari, dan bulan bersujud kepadanya, serta mimpi Nabi Ibrahim AS untuk menyembelih putranya, Ismail AS, adalah contoh klasik *Ru'yā Ṣādiqah* yang dicatat dalam Al-Quran, menegaskan dimensi kenabian dan ketaatan yang terkandung di dalamnya<sup>706</sup>. Karakteristik utama *Ru'yā Ṣādiqah* adalah kejelasan (seringkali tidak membutuhkan interpretasi kompleks), ketepatannya yang terbukti di kemudian hari, serta dampaknya yang mendalam bagi jiwa dan kehidupan perorangan atau kolektif<sup>707</sup>. Mimpi jenis ini kerap terjadi pada waktu sahur atau bagian akhir malam, ketika pikiran dan jiwa berada dalam kondisi paling jernih dan reseptif terhadap inspirasi ilahi, dan diyakini tidak dapat dimanipulasi oleh pengaruh eksternal yang merusak<sup>708</sup>.

### **b. Hadīts al-Nafs: Refleksi Psikologis dan Internal**

Berbeda dengan *Ru'yā Ṣādiqah* yang bersumber dari entitas transenden, *Hadīts al-Nafs* merujuk pada mimpi yang berasal dari aktivitas internal jiwa atau pikiran individu. Secara harfiah berarti

"bisikan jiwa" atau "percakapan diri," kategori ini mencakup mimpi-mimpi yang merupakan refleksi dari pengalaman sehari-hari, pikiran yang berulang, keinginan yang kuat, kekhawatiran, atau obsesi yang mengisi alam sadar maupun bawah sadar seseorang<sup>709</sup>. Misalnya, seseorang yang sangat menginginkan sesuatu mungkin memimpikannya, atau seseorang yang sedang menghadapi masalah pelik mungkin bermimpi skenario yang terkait dengan masalah tersebut. Fenomena ini memiliki resonansi dengan konsep psikologi modern mengenai alam bawah sadar dan pengaruhnya terhadap mimpi, di mana mimpi seringkali dipandang sebagai saluran untuk memproses emosi, memecahkan masalah, atau bahkan melampiaskan ketegangan psikologis<sup>710</sup>. *Hadīts al-Nafs* cenderung bersifat personal, tidak memiliki makna profetik atau pesan universal, dan seringkali tidak terhubung secara koheren, mencerminkan fragmentasi pemikiran sehari-hari. Mimpi dalam kategori ini tidak membawa pesan dari dunia gaib, melainkan lebih berfungsi sebagai cermin untuk memahami diri sendiri, kondisi emosional, dan aktivitas mental yang sedang berlangsung<sup>711</sup>.

### c. **Takhyīl: Intervensi Maligna dan Khayalan Setan**

Kategori ketiga, *Takhyīl*, mengacu pada mimpi yang bersifat khayalan, membingungkan, menakutkan, atau menyesatkan, yang diyakini berasal dari bisikan atau campur tangan setan (*Shaytan*). Tujuan utama *Takhyīl* adalah untuk menimbulkan kesedihan, ketakutan, kebingungan, atau kekacauan dalam jiwa seseorang, serta untuk mengganggu ketenangan dan iman<sup>712</sup>. Mimpi buruk (nightmares) yang seringkali tidak masuk akal, penuh dengan

ancaman, atau menampilkan gambar-gambar yang mengerikan, umumnya termasuk dalam kategori ini. Berbeda dengan *Ru'yā Ṣādiqah* yang membawa ketenangan dan kejelasan, *Takhyīl* justru menyebabkan kegelisahan dan kebingungan setelah terbangun. Nabi Muhammad SAW telah mengajarkan umatnya untuk mencari perlindungan kepada Allah dari keburukan mimpi seperti ini, meludah ke kiri tiga kali, dan mengubah posisi tidur apabila mengalami *Takhyīl*, sebagai bentuk penolakan terhadap pengaruh setan<sup>713</sup>. Penting untuk memahami bahwa *Takhyīl* bukanlah sumber informasi yang dapat diinterpretasikan untuk mencari kebenaran, melainkan sebuah ujian atau gangguan yang harus diabaikan dan diatasi dengan zikir serta istighfar, agar tidak mempengaruhi kondisi psikis dan spiritual seseorang<sup>714</sup>.

Klasifikasi *ru'yā* menjadi *Ru'yā Ṣādiqah*, *Hadīts al-Nafs*, dan *Takhyīl* mencerminkan kedalaman pemahaman Islam tentang kompleksitas pengalaman onirika. Kerangka ini menawarkan panduan yang jelas bagi umat Muslim untuk membedakan antara manifestasi kebenaran ilahi, refleksi psikologis diri, dan intervensi maligna. Kemampuan untuk membedakan kategori-kategori ini bukan hanya penting untuk interpretasi mimpi yang akurat, tetapi juga untuk menjaga integritas spiritual dan mental individu. *Ru'yā Ṣādiqah* menegaskan dimensi transenden kehidupan, *Hadīts al-Nafs* menyoroti pentingnya introspeksi dan pemahaman diri, sementara *Takhyīl* mengingatkan akan perlunya kewaspadaan spiritual terhadap gangguan eksternal. Dengan demikian, kajian tentang *ru'yā* dalam Islam melampaui batas-batas fisiologis,

merambah ke wilayah ontologis, epistemologis, dan psikologis, menawarkan perspektif holistik yang relevan hingga kini.

### **Peran Mimpi dalam Suluk: Dari Ilham ke Ma'rifah**

Fenomena mimpi telah lama menjadi objek kekaguman dan interpretasi di berbagai peradaban dan tradisi spiritual, seringkali dipandang sebagai jembatan antara realitas kasat mata dan alam gaib. Dalam konteks suluk, perjalanan spiritual dalam Islam yang bertujuan mencapai kedekatan ilahi dan pengetahuan hakiki (*ma'rifah*), mimpi memegang peranan yang signifikan dan multi-dimensional. Bukan sekadar aktivitas psikologis bawah sadar, mimpi dalam tradisi sufisme seringkali diinterpretasikan sebagai kanal *ilham* ilahi, bimbingan spiritual, atau bahkan pertanda bagi *salik* (pelaku suluk) dalam progresnya menuju kesadaran yang lebih tinggi.

#### **a. Mimpi sebagai Manifestasi Ilham Awal dalam Perjalanan Suluk**

Dalam pandangan epistemologi Islam, khususnya tasawuf, mimpi yang benar (*ru'ya sadiqah*) dianggap sebagai salah satu bentuk *ilham* atau komunikasi ilahi yang subtil. Rasulullah SAW sendiri bersabda bahwa mimpi yang baik adalah salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, mengindikasikan kedudukannya yang istimewa sebagai wadah pesan spiritual<sup>715</sup>. Berbeda dengan wahyu kenabian yang bersifat *syariat*, *ilham* melalui mimpi bersifat pribadi dan tidak mengikat secara hukum, namun sangat relevan bagi perkembangan spiritual individu. Bagi seorang *salik*, *ilham* dalam mimpi dapat

berupa petunjuk untuk memulai perjalanan suluk, konfirmasi atas jalan yang diambil, atau peringatan terhadap potensi penyimpangan. Misalnya, dalam kisah Nabi Yusuf AS, mimpinya tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud kepadanya, merupakan *ilham* awal yang mengisyaratkan kedudukan dan takdirnya di masa depan<sup>716</sup>. Ini menunjukkan bahwa mimpi dapat menjadi cetak biru ilahi yang membuka gerbang kesadaran akan misi atau tujuan spiritual seseorang.

### **b. Mimpi sebagai Panduan dan Penguat Keyakinan Spiritual**

Seiring dengan kemajuan seorang *salik* dalam suluknya, makna dan fungsi mimpi dapat bertransformasi. Mimpi-mimpi yang dialami tidak hanya berfungsi sebagai *ilham* awal, tetapi juga sebagai panduan praktis dan penguat keyakinan spiritual. Mereka dapat memberikan arahan mengenai praktik ibadah yang perlu ditingkatkan, perilaku yang harus diperbaiki, atau bahkan memberikan solusi atas keraguan dan permasalahan batin yang dihadapi. Para sufi meyakini bahwa jiwa yang telah dimurnikan melalui *riyadhah* (latihan spiritual) dan *mujahadah* (perjuangan melawan hawa nafsu) menjadi lebih reseptif terhadap isyarat-isyarat ilahi, termasuk yang termanifestasi dalam mimpi<sup>717</sup>. Mimpi-mimpi ini seringkali menyajikan simbolisme yang mendalam, memerlukan interpretasi (*ta'bir*) yang tepat untuk diuraikan maknanya. Bimbingan dari seorang *murshid* (guru spiritual) yang mumpuni sangat krusial dalam tahap ini, karena penafsiran yang keliru dapat menyesatkan *salik* dari jalannya. Kemampuan

menafsirkan mimpi secara akurat juga sering dianggap sebagai anugerah ilahi yang berkaitan dengan kebijaksanaan spiritual<sup>718</sup>.

### **c. Dari Simbolisme Mimpi Menuju Penyingkapan Makrifat (Kashf)**

Mimpi, dalam tahap lanjut suluk, tidak hanya sebatas *ilham* yang bersifat simbolis, melainkan dapat menjadi jembatan menuju pengalaman *kashf* (penyingkapan) atau *musyahadah* (penyaksian) yang lebih langsung, yang merupakan esensi dari *ma'rifah*. Ibnu Arabi, seorang pemikir sufi besar, menjelaskan bahwa alam mimpi dan alam imajinal adalah medium di mana realitas spiritual dapat termanifestasi dalam bentuk yang dapat dipahami oleh jiwa<sup>719</sup>. Glimpse atau bayangan *ma'rifah* dapat muncul dalam mimpi, mempersiapkan kesadaran *salik* untuk pengalaman yang lebih mendalam di alam sadar. Misalnya, *salik* mungkin bermimpi bertemu dengan para wali atau nabi, menerima ilmu ladunni, atau menyaksikan nur ilahi. Pengalaman-pengalaman ini bukan tujuan akhir, melainkan alat untuk menguatkan kerinduan *salik* akan kebenaran mutlak dan mendorongnya untuk terus menembus hijab-hijab eksistensi. Oleh karena itu, mimpi menjadi semacam "pelatihan" visual dan emosional, melatih hati dan pikiran untuk menerima realitas yang lebih luas dan abstrak, yang pada puncaknya adalah realitas ketuhanan itu sendiri.

### **d. Nuansa dan Peringatan dalam Penggunaan Mimpi menuju Ma'rifah**

Meskipun peran mimpi dalam suluk sangat signifikan, penting untuk memahami nuansa dan peringatan yang menyertainya. Tidak semua mimpi adalah *ru'ya sadiqah*; sebagian besar adalah *adghath*

*ahlam* (mimpi bercampur) yang tidak memiliki makna spiritual, atau bahkan *hilm* (mimpi dari setan) yang bertujuan menyesatkan<sup>720</sup>. Oleh karena itu, *salik* tidak boleh sepenuhnya bergantung pada mimpi semata, melainkan harus mengintegrasikannya dengan praktik spiritual lainnya seperti zikir, shalat, tafakur, serta bimbingan dari *murshid* yang berotoritas. Ketergantungan berlebihan pada mimpi tanpa dasar syariat dan *murshid* dapat mengarah pada delusi, kesombongan spiritual, atau bid'ah<sup>721</sup>. Para sufi sejati selalu menekankan bahwa *ma'rifah* adalah hasil dari *fana'* (peniadaan diri) dan *baqa'* (kembali dalam Tuhan), yang dicapai melalui perjuangan spiritual yang konsisten dan bukan sekadar interpretasi mimpi. Mimpi adalah alat, bukan tujuan. Ia adalah *ilham* yang menuntun, bukan *ma'rifah* itu sendiri. *Ma'rifah* adalah pengalaman langsung dan intuitif, yang mungkin dikonfirmasi atau diisyaratkan oleh mimpi, tetapi tidak sepenuhnya terwujud dalam mimpi.

Peran mimpi dalam suluk adalah suatu dimensi yang kaya dan integral dalam perjalanan *salik* dari *ilham* menuju *ma'rifah*. Mimpi yang benar (*ru'ya sadiqah*) berfungsi sebagai wahana *ilham* ilahi awal, memberikan petunjuk dan konfirmasi, serta menjadi jembatan menuju penyingkapan spiritual yang lebih mendalam. Melalui simbolisme yang kaya, mimpi mempersiapkan kesadaran *salik* untuk menerima realitas *ma'rifah* yang lebih luas dan non-verbal. Namun, penting untuk mengenali batasan dan potensi jebakan dalam menafsirkan mimpi, menekankan perlunya bimbingan *murshid* dan integrasi dengan praktik spiritual yang

komprehensif. Pada akhirnya, mimpi bukan tujuan akhir, melainkan sarana yang berharga yang membantu *salik* menapaki jalan spiritual, menguatkan keyakinan, dan membuka gerbang menuju puncak pengetahuan ilahi yang hakiki.

### **Mimpi dan Pembentukan Subjektivitas Ruhani (al-nafs al-rāghibah)**

Mimpi, sebuah fenomena transenden yang melampaui batas-batas kesadaran normal, telah lama menjadi arena penyelidikan filosofis, psikologis, dan spiritual di berbagai peradaban. Dalam tradisi keilmuan dan spiritualitas Islam, mimpi tidak hanya dipandang sebagai produk sampingan aktivitas otak semata, melainkan kerap diinterpretasikan sebagai mekanisme esoteris yang mampu menyingkap realitas tersembunyi, memberikan petunjuk ilahi, atau merefleksikan kondisi batiniah jiwa.

Dalam kerangka pandang Islam, mimpi dibagi menjadi beberapa kategori, yang paling utama adalah *ru'ya ṣādiqah* (mimpi yang benar atau visioner) dan *ḥulm* (mimpi yang dihasilkan dari bisikan setan atau gejala psikologis). Al-Quran secara eksplisit mengisahkan mimpi-mimpi para Nabi, seperti mimpi Nabi Yusuf yang melibatkan sebelas bintang, matahari, dan bulan bersujud kepadanya<sup>722</sup>, atau mimpi Nabi Ibrahim yang diperintahkan untuk mengorbankan putranya<sup>723</sup>. Hadis Nabi Muhammad SAW juga menegaskan pentingnya *ru'ya ṣādiqah*, menyebutnya sebagai satu dari empat puluh enam bagian kenabian<sup>724</sup>. Ini mengindikasikan bahwa mimpi bukan sekadar ilusi, melainkan dapat menjadi

medium pewahyuan atau ilham ilahi, sebuah kanal komunikasi antara alam ghaib dan alam syahadah.

Para pemikir Muslim klasik seperti Ibn Sīna (Avicenna) dan Abū Ḥāmid al-Ghazālī menempatkan mimpi dalam spektrum yang lebih luas dari kognisi non-rasional. Ibn Sīna, dalam pendekatannya yang filosofis, melihat mimpi sebagai manifestasi kemampuan imajinatif jiwa yang, ketika terbebas dari rintangan indera fisik saat tidur, mampu menerima emanasi dari Akal Aktif (al-‘Aql al-Fa‘‘āl) atau merefleksikan keadaan internal dan eksternal yang tersembunyi<sup>725</sup>. Sementara itu, al-Ghazālī, dalam karyanya *Iḥyā’ ‘Ulūm al-Dīn*, menggambarkan mimpi sebagai jendela menuju alam malakut, sebuah arena di mana jiwa dapat mempersepsikan realitas yang tidak dapat diakses oleh indera fisik<sup>726</sup>. Konsep ini menekankan dimensi transpersonal dan ontologis dari mimpi, menjadikannya lebih dari sekadar fenomena psikologis belaka.

Untuk memahami peran mimpi dalam pembentukan subjektivitas ruhani, penting untuk terlebih dahulu mengelaborasi konsep *al-nafs al-rāghibah*. Dalam psikologi dan spiritualitas Islam, *nafs* (jiwa atau diri) mengalami berbagai tahapan atau kondisi. Dimulai dari *nafs al-ammārah bi al-sū’* (jiwa yang cenderung memerintahkan keburukan)<sup>727</sup>, lalu *nafs al-lawwāmah* (jiwa yang mencela diri)<sup>728</sup>, bergerak menuju *nafs al-muṭma’innah* (jiwa yang tenang)<sup>729</sup>, dan seterusnya hingga mencapai tingkatan yang lebih tinggi. Konsep *al-nafs al-rāghibah*, meski tidak selalu eksplisit disebutkan sebagai tahapan tersendiri dalam klasifikasi populer, merepresentasikan aspek jiwa yang

berorientasi pada pencarian, kerinduan, dan aspirasi spiritual yang mendalam.

*Al-nafs al-rāghibah* dapat diartikan sebagai jiwa yang memiliki kerinduan intrinsik terhadap kebenaran mutlak, keindahan ilahi, dan kedekatan dengan Sang Pencipta<sup>730</sup>. Ini adalah jiwa yang tidak puas dengan kenikmatan duniawi semata, melainkan senantiasa mencari makna transenden, pencerahan batin, dan kebahagiaan abadi. Pembentukan subjektivitas ruhani dalam konteks ini berarti transformasi diri dari keterikatan materi dan ego menuju kesadaran akan hakikat spiritualnya, pengenalan akan Tuhan (*ma'rifah*), dan penyerahan diri (*taslim*) secara total. Subjektivitas ini dicirikan oleh kesadaran yang tercerahkan, moralitas yang luhur, dan hati yang senantiasa terhubung dengan Ilahi.

Mimpi memainkan peran multifaset dalam pembentukan *al-nafs al-rāghibah* melalui beberapa mekanisme esensial:

**a. Pewahyuan dan Bimbingan Ilahi:** Mimpi yang benar (*ru'ya ṣādiqah*) seringkali berfungsi sebagai saluran bimbingan langsung dari alam ghaib. Bagi *al-nafs al-rāghibah* yang senantiasa mencari petunjuk, mimpi dapat mengungkapkan jalan spiritual yang harus ditempuh, memperingatkan dari bahaya, atau mengkonfirmasi kebenaran keyakinan dan praktik<sup>731</sup>. Misalnya, seorang salik (penempuh jalan spiritual) mungkin menerima isyarat dalam mimpinya mengenai seorang guru spiritual yang harus diikutinya, atau mendapatkan solusi atas permasalahan spiritual yang sedang dihadapinya. Ini

memperkuat keyakinan jiwa dan memupuk semangat untuk terus melangkah di jalan kerohanian.

**b. Refleksi Kondisi Batin dan Diagnosa Diri:** Terlepas dari sifat kenabiannya, banyak mimpi yang berfungsi sebagai cermin bagi kondisi internal jiwa. Dalam tidur, pertahanan ego cenderung melemah, memungkinkan elemen-elemen dari alam bawah sadar termasuk keinginan tersembunyi, ketakutan, frustrasi, atau bahkan potensi-potensi yang belum terealisasi untuk muncul dalam bentuk simbolik<sup>732</sup>. Bagi *al-nafs al-rāghibah*, interpretasi atas mimpi-mimpi semacam ini menjadi alat diagnostik diri yang berharga. Ia dapat mengenali sifat-sifat negatif yang perlu dibersihkan (*tazkiyat al-nafs*) atau aspirasi spiritual yang perlu digarap lebih lanjut. Proses refleksi ini mendorong introspeksi mendalam dan memicu kesadaran akan kebutuhan untuk penyucian diri.

**c. Pemurnian dan Rekonsiliasi Jiwa:** Mimpi dapat menjadi medan di mana konflik batin terselesaikan atau proses pemurnian terjadi secara simbolis. Simbol-simbol mimpi yang represif atau menakutkan, ketika diinterpretasikan dengan benar, dapat menunjukkan aspek-aspek diri yang terabaikan atau trauma yang belum disembuhkan. Dengan menghadapi dan memahami simbol-simbol ini, *al-nafs al-rāghibah* dapat memulai proses rekonsiliasi dan integrasi, membersihkan "noda" dari hati dan pikiran. Ini sejalan dengan konsep Carl Jung tentang proses individuasi, di mana integrasi materi bawah sadar ke dalam kesadaran penting untuk mencapai keutuhan

diri<sup>733</sup>. Meskipun Jung beroperasi dalam kerangka psikologi sekuler, gagasannya tentang arketipe dan alam bawah sadar kolektif memiliki resonansi dengan konsep alam malakut dalam tradisi Islam.

- d. Pengalaman Transenden dan Pencerahan:** Dalam beberapa kasus, mimpi dapat memberikan pengalaman spiritual langsung yang transformatif. Ini bisa berupa visiun tentang alam-alam ruhani, pertemuan dengan entitas spiritual, atau pengalaman kedekatan ilahi yang intens. Pengalaman semacam ini, meskipun mungkin hanya bersifat sesaat, dapat memberikan dampak mendalam pada *al-nafs al-rāghibah*, memperkuat keyakinan, menghilangkan keraguan, dan memicu pencerahan batin<sup>734</sup>. Ia merasakan validitas realitas spiritual secara langsung, bukan hanya secara konseptual, yang kemudian memperdalam kerinduannya dan mempercepat evolusi subjektivitas ruhaninya.
- e. Inspirasi dan Motivasi untuk Perjalanan Spiritual:** Mimpi dapat berfungsi sebagai sumber inspirasi dan motivasi yang kuat. Sebuah mimpi yang memberikan janji akan keberhasilan spiritual, menunjukkan jalan keluar dari kesulitan, atau membangkitkan kerinduan yang lebih besar terhadap Tuhan dapat mendorong *al-nafs al-rāghibah* untuk lebih gigih dalam ibadah, zikir, dan mujahadah (perjuangan spiritual). Mimpi semacam ini berfungsi sebagai bahan bakar rohani, memperbarui komitmen dan gairah dalam menempuh jalan ilahi.

Penting untuk dicatat bahwa peran mimpi dalam pembentukan *al-nafs al-rāghibah* sangat bergantung pada kemampuan interpretasi (*ta'bir al-ru'ya*). Interpretasi yang akurat memerlukan tidak hanya pengetahuan tentang simbolisme universal dan kontekstual, tetapi juga kedalaman spiritual dan kebijaksanaan. Dalam tradisi Islam, kemampuan ini seringkali dimiliki oleh para ulama yang mendalam ilmunya atau ahlu hikmah dari kalangan sufi, yang hati mereka telah tercerahkan<sup>735</sup>. Bagi *al-nafs al-rāghibah*, interpretasi mimpi bukan hanya tentang memecahkan teka-teki, melainkan tentang memahami pesan yang relevan dengan perjalanan spiritualnya, mengidentifikasi rintangan batin, dan menemukan petunjuk untuk kemajuan. Keseluruhan proses ini dari mengalami mimpi hingga menginterpretasikannya dan mengaplikasikan pelajarannya merupakan latihan yang berkelanjutan dalam pembentukan subjektivitas ruhani.

Mimpi adalah sebuah domain yang kaya dan kompleks, jauh melampaui sekadar aktivitas bawah sadar. Dalam konteks pembentukan *al-nafs al-rāghibah*, mimpi berfungsi sebagai alat diagnostik, bimbingan, pemurnian, dan inspirasi yang tak ternilai harganya. Ia membuka jendela menuju kedalaman jiwa, menyingkap hubungan esoteris antara diri dan Realitas Absolut, serta mengkatalisasi transformasi internal dari jiwa yang egoistik menuju jiwa yang berhasrat dan rindu akan kebenaran ilahi. Dengan memahami dan memanfaatkan potensi mimpi secara bijaksana, individu dapat mempercepat perjalanan mereka menuju pembentukan subjektivitas ruhani yang otentik dan tercerahkan,

merealisasikan hakikat *al-nafs al-rāghibah* sebagai jiwa yang senantiasa merindukan dan berorientasi pada Realitas Tertinggi.

## **Mimpi sebagai Media Kasyf: Tinjauan Tasawuf**

### **Kasyf sebagai Penyingkapan Realitas Melalui Mata Hati**

Manusia senantiasa dihadapkan pada realitas yang seringkali melampaui batas indra fisik. Dalam tradisi tasawuf, pencarian kebenaran hakiki ini bukan hanya wacana filosofis, melainkan sebuah perjalanan empiris menuju penyingkapan tabir realitas yang tersembunyi. Dua konsep sentral yang berperan dalam upaya ini adalah *kasyf* penyingkapan dan *mimpi* sebagai salah satu medianya.

Dalam tasawuf, mimpi bukanlah sekadar aktivitas fisiologis atau produk acak dari alam bawah sadar, melainkan seringkali dipandang sebagai jendela menuju alam gaib, sebuah medium komunikasi ilahi atau isyarat spiritual<sup>736</sup>. Para sufi dan ulama klasik memandang mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*) sebagai bagian integral dari pengalaman keagamaan, bahkan sebagai sisa dari kenabian setelah wafatnya para nabi<sup>737</sup>. Imam Al-Ghazali, dalam karyanya *Ihya' 'Ulum al-Din*, mengklasifikasikan mimpi menjadi tiga jenis utama: mimpi yang berasal dari Allah (yang berisi kebenaran dan petunjuk), mimpi yang berasal dari setan (yang menyesatkan dan menakutkan), dan mimpi yang berasal dari bisikan jiwa (hasil refleksi pikiran dan pengalaman sehari-hari). Hanya jenis pertama, *ru'ya shadiqah*, yang dianggap memiliki nilai epistemik dan spiritual yang tinggi, seringkali berfungsi sebagai bentuk *kasyf*<sup>738</sup>.

Korelasi antara mimpi dan kenabian diperkuat oleh hadis Nabi Muhammad SAW yang menyatakan, "Mimpi yang benar adalah bagian dari empat puluh enam bagian kenabian" (HR. Bukhari dan Muslim)<sup>739</sup>. Pernyataan ini menggarisbawahi bahwa mimpi tertentu bukanlah sekadar fatamorgana mental, melainkan sebuah bentuk wahyu minor atau inspirasi ilahi yang dapat diterima oleh individu yang saleh. Para sufi meyakini bahwa dalam kondisi tidur, jiwa (an-nafs) memiliki potensi untuk melepaskan diri dari belenggu tubuh dan kesibukan dunia materi, sehingga mampu melakukan perjalanan spiritual menuju alam malakut, alam yang lebih murni dan dekat dengan realitas hakiki<sup>740</sup>. Dalam keadaan ini, ikatan-ikatan materi melonggar, memungkinkan jiwa untuk menerima informasi atau pengalaman yang tidak dapat diakses oleh indra fisik dalam keadaan terjaga<sup>741</sup>. Mimpi yang bersifat *kasyf* seringkali hadir dalam bentuk simbol-simbol yang kaya makna, narasi-narasi yang mendalam, atau bahkan pengalaman langsung yang melampaui batas ruang dan waktu, memberikan pencerahan, peringatan, atau petunjuk bagi penempuh jalan spiritual<sup>742</sup>.

*Kasyf*, secara etimologis berarti "menyingkap" atau "mengungkap," adalah terminologi sentral dalam tasawuf yang merujuk pada penyingkapan tabir keghaiban, pemahaman intuitif terhadap kebenaran ilahi, atau persepsi langsung terhadap realitas yang tersembunyi dari pandangan indra biasa<sup>743</sup>. Ini adalah pengalaman *epistemik* yang melampaui penalaran logis dan rasional semata, terjadi melalui "mata hati" atau *bashirah*<sup>744</sup>. *Bashirah* bukanlah organ fisik, melainkan

kapasitas spiritual dan intuitif yang tercerahkan, yang memungkinkan seorang salik (penempuh jalan sufi) untuk melihat esensi sesuatu, memahami makna batiniah alam semesta, dan bahkan mengalami manifestasi sifat-sifat ilahi<sup>745</sup>. Al-Quran sendiri mengisyaratkan adanya kebutaan hati: "Sesungguhnya bukanlah mata itu yang buta, tetapi yang buta adalah hati yang ada di dalam dada" (QS. Al-Hajj: 46)<sup>746</sup>. Ayat ini secara eksplisit mengindikasikan bahwa penglihatan sejati dan pemahaman mendalam datang dari hati yang telah disucikan dan tercerahkan.

Proses menuju *kasyf* memerlukan disiplin spiritual yang ketat, yang dikenal sebagai *riyadhah* (latihan spiritual) dan *mujahadah* (perjuangan melawan nafsu)<sup>747</sup>. Ini mencakup *tazkiyat al-nafs* (penyucian jiwa dari akhlak tercela seperti kesombongan, iri hati, dan kemarahan), serta praktik-praktik seperti *zikir* (mengingat Allah secara terus-menerus), puasa, dan *khalwat* (menyepi)<sup>748</sup>. Melalui proses ini, hati menjadi "cermin" yang jernih, yang siap memantulkan cahaya kebenaran ilahi tanpa distorsi atau rintangan yang disebabkan oleh kekeruhan duniawi atau nafsu inderawi<sup>749</sup>. *Kasyf* dapat bermanifestasi dalam berbagai bentuk, mulai dari *ilham* (inspirasi intuitif), *firasat* (intuisi yang tajam), hingga penampakan visual atau auditori dari alam gaib (*ru'yah* atau *sama'*). Penting untuk dicatat bahwa *kasyf* bukanlah tujuan akhir seorang sufi, melainkan sarana untuk mencapai *ma'rifatullah* (mengenal Allah secara mendalam) dan meningkatkan kedekatan dengan-Nya, serta untuk mendapatkan petunjuk dalam perjalanan spiritual dan kehidupan<sup>750</sup>.

Dalam konteks ini, mimpi berperan sebagai salah satu saluran utama bagi *kasyf* ketika jiwa berada dalam kondisi yang jernih dan terhubung dengan dimensi spiritual, seperti yang dicapai melalui disiplin sufi. Dalam mimpi, hambatan-hambatan fisik dan mental yang membatasi kesadaran di dunia nyata seringkali terangkat, memungkinkan jiwa untuk mengalami penyingkapan langsung terhadap realitas yang lebih luas<sup>751</sup>. Mimpi yang merupakan *kasyf* bukanlah sekadar ramalan masa depan, melainkan seringkali berisi simbol-simbol yang memerlukan interpretasi mendalam, atau memberikan pemahaman tiba-tiba tentang suatu kebenaran, petunjuk spiritual, atau bahkan pengalaman langsung akan kehadiran ilahi<sup>752</sup>. Dengan demikian, dalam tradisi tasawuf, mimpi bukan hanya fenomena psikologis, melainkan sebuah medan spiritual yang kaya, di mana tabir antara alam fisik dan gaib menipis, memungkinkan 'mata hati' untuk melihat realitas yang lebih dalam dan hakiki, membawa salik lebih dekat kepada kebenaran ilahi.

### **Hubungan Dzikir, Khalwah, dan Intensifikasi Pengalaman Mimpi**

Dalam tradisi spiritual Islam, khususnya dalam jalur tasawuf, praktik dzikir (mengingat Allah) dan khalwah (pengasingan diri atau retret spiritual) merupakan pilar utama yang ditempuh oleh para salik untuk mencapai kedekatan ilahi dan pemurnian jiwa<sup>753</sup>. Kedua praktik ini tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kesadaran spiritual dalam keadaan terjaga, namun juga diasumsikan memiliki dampak signifikan terhadap kondisi batiniah, termasuk domain

pengalaman mimpi. Pengalaman mimpi, yang dalam berbagai tradisi spiritual sering dianggap sebagai jendela menuju alam bawah sadar atau bahkan alam gaib, dapat menjadi lebih intens, jernih, dan bermakna bagi individu yang secara konsisten terlibat dalam dzikir dan khalwah<sup>754</sup>.

#### **a. Dzikir sebagai Katalis Transformasi Kesadaran**

Dzikir, yang secara harfiah berarti "mengingat" atau "menyebut", adalah praktik sentral dalam Islam yang melibatkan pengulangan nama-nama Allah atau frasa-frasa suci dengan tujuan untuk membersihkan hati, menenangkan pikiran, dan mendekatkan diri kepada Tuhan<sup>755</sup>. Dari perspektif neurofisiologis, praktik dzikir yang teratur, terutama yang bersifat ritmis dan berulang, dapat menginduksi perubahan gelombang otak dari beta yang aktif ke alpha dan theta yang lebih tenang, mirip dengan kondisi meditasi mendalam<sup>756</sup>. Konsentrasi yang intens dan penyerapan diri dalam dzikir memicu kondisi kesadaran yang tereduksi dari stimulasi eksternal, namun sangat terfokus secara internal. Kondisi ini secara bertahap melatih jiwa untuk menjadi lebih peka terhadap sinyal-sinyal halus dari alam bawah sadar dan alam transenden. Ayat Al-Qur'an menegaskan, "Ingatlah! Hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram" (QS. Ar-Ra'd: 28), yang menunjukkan efek psikologis langsung dari dzikir<sup>757</sup>. Transisi dari keadaan kesadaran terjaga yang terdzikiri ini ke dalam tidur dapat membawa serta momentum kontemplatif dan resonansi spiritual yang telah dibangun, memungkinkan aktivitas mental selama mimpi menjadi lebih koheren dan terisi dengan makna<sup>758</sup>.

## **b. Khalwah sebagai Lingkungan Kondusif bagi Introspeksi**

Khalwah, atau pengasingan diri, adalah praktik spiritual di mana individu secara sengaja menarik diri dari hiruk pikuk kehidupan duniawi untuk fokus sepenuhnya pada ibadah, kontemplasi, dan introspeksi<sup>759</sup>. Lingkungan yang tenang dan minim distraksi yang diciptakan oleh khalwah adalah faktor krusial dalam memfasilitasi pendalaman pengalaman internal. Dalam khalwah, stimulasi sensorik eksternal diminimalisir, yang memungkinkan perhatian seseorang sepenuhnya beralih ke dalam<sup>760</sup>. Fenomena serupa diamati dalam eksperimen psikologi tentang deprivasi sensorik parsial, di mana subjek melaporkan peningkatan kesadaran internal dan bahkan halusinasi yang menyerupai mimpi<sup>761</sup>. Bagi seorang salik, khalwah bukan hanya tentang ketiadaan gangguan, melainkan juga tentang menciptakan ruang suci di mana hati dapat dibersihkan dari keterikatan dunia, menumbuhkan kejernihan mental, dan meningkatkan kepekaan spiritual. Kondisi kesendirian yang intens ini mempersiapkan jiwa untuk menerima inspirasi dan pengalaman yang mungkin tidak dapat diakses dalam keadaan normal<sup>762</sup>.

## **c. Sinergi Dzikir dan Khalwah dalam Membentuk Pengalaman Mimpi**

Ketika praktik dzikir dan khalwah digabungkan, ia menciptakan sinergi yang sangat kuat dalam membentuk dan mengintensifkan pengalaman mimpi. Khalwah menyediakan "laboratorium" yang tenang dan terisolasi, di mana dzikir dapat dilakukan tanpa gangguan, mencapai tingkat konsentrasi yang lebih tinggi dan durasi yang lebih lama<sup>763</sup>. Dalam lingkungan yang demikian, akumulasi

energi spiritual dan fokus mental dari dzikir tidak terdispersi oleh interaksi sosial atau tuntutan duniawi. Konsistensi dalam dzikir selama khalwah dipercaya menuntun pada pemurnian hati (tazkiyat al-nafs), menghilangkan "karat" spiritual yang menghalangi pandangan batin<sup>764</sup>.

Pemurnian ini tidak hanya memengaruhi kesadaran terjaga tetapi juga meluas ke alam bawah sadar dan aktivitas otak selama tidur REM (Rapid Eye Movement), fase di mana mimpi paling sering terjadi dan paling hidup<sup>765</sup>. Seorang individu yang hatinya telah dimurnikan melalui dzikir dan pikirannya telah ditenangkan oleh khalwah cenderung memiliki penghalang yang lebih rendah antara kesadaran sadar dan bawah sadar. Akibatnya, mereka mungkin mengalami mimpi yang lebih hidup, koheren, dan seringkali memiliki nuansa spiritual atau profetik yang jelas<sup>766</sup>. Bahkan, dalam tradisi Sufi, mimpi dianggap sebagai salah satu bentuk wahyu minor atau ilham, terutama bagi mereka yang telah mencapai tingkat kesucian tertentu<sup>767</sup>.

#### **d. Intensifikasi Pengalaman Mimpi: Dimensi dan Manifestasi**

Intensifikasi pengalaman mimpi sebagai hasil dari dzikir dan khalwah dapat bermanifestasi dalam beberapa dimensi:

1. **Vividness dan Kejelasan:** Mimpi menjadi lebih hidup, berwarna, dan detailnya lebih jelas, terkadang melebihi realitas terjaga<sup>768</sup>. Sensasi sensorik dalam mimpi (penglihatan, pendengaran, sentuhan) juga terasa lebih nyata.
2. **Luciditas (Mimpi Sadar):** Kemampuan untuk menyadari bahwa seseorang sedang bermimpi saat mimpi itu terjadi, dan bahkan

kadang-kadang mengendalikan alur mimpi<sup>769</sup>. Praktik fokus intensif seperti dzikir dapat melatih otak untuk mempertahankan tingkat kesadaran ini bahkan dalam tidur.

3. **Kandungan Simbolik yang Kaya:** Mimpi-mimpi ini sering dipenuhi dengan simbol, metafora, dan narasi yang kaya akan makna spiritual atau psikologis, mengindikasikan komunikasi yang lebih dalam dari alam bawah sadar atau alam ilahi<sup>770</sup>.
4. **Bimbingan atau Ilham:** Dalam beberapa kasus, mimpi dapat mengandung pesan, bimbingan, atau solusi atas masalah yang sedang dihadapi, yang diyakini berasal dari sumber ilahi sebagai respons terhadap upaya spiritual yang tulus<sup>771</sup>. Hadis Nabi Muhammad SAW menyebutkan tentang mimpi yang benar (ru'ya sadiqah) sebagai salah satu bagian kenabian yang tersisa<sup>772</sup>.
5. **Pengalaman Transenden:** Beberapa individu melaporkan pengalaman mimpi yang terasa seperti "pertemuan" dengan tokoh suci, nabi, atau bahkan pengalaman keilahan yang mendalam, yang meninggalkan kesan transformatif setelah bangun<sup>773</sup>.

Secara teoritis, hubungan ini dapat dijelaskan melalui lensa psikologi kognitif dan transpersonal yang berpadu dengan kosmologi Sufi. Dzikir dan khalwah bekerja untuk mengubah "lanskap" internal jiwa, mengurangi gangguan mental (seperti pikiran yang berlebihan dan emosi negatif) dan meningkatkan kapasitas untuk perhatian yang berkesinambungan<sup>774</sup>. Perubahan

ini tidak hanya memengaruhi fungsi kognitif selama terjaga, tetapi juga meluas ke kondisi tidur dan mimpi, di mana alam bawah sadar menjadi lebih mudah diakses dan dipengaruhi oleh fokus spiritual yang telah ditanamkan<sup>775</sup>.

Dari perspektif Sufi, dzikir dan khalwah membuka "mata hati" (bashirah) yang memungkinkan individu untuk melihat realitas di balik tirai fenomena material, baik dalam keadaan terjaga maupun dalam mimpi<sup>776</sup>. Pemurnian jiwa ini membuat hati lebih transparan terhadap cahaya ilahi, sehingga mimpi tidak lagi hanya sekadar refleksi kekacauan mental tetapi menjadi saluran bagi komunikasi spiritual yang lebih tinggi<sup>777</sup>. Implikasi dari pemahaman ini sangat besar, tidak hanya bagi praktisi spiritual yang ingin memperdalam pengalaman batin mereka, tetapi juga bagi psikologi transpersonal yang mencari cara untuk mengintegrasikan dimensi spiritual ke dalam pemahaman tentang kesadaran manusia dan potensi penyembuhan melalui mimpi<sup>778</sup>.

Hubungan antara dzikir, khalwah, dan intensifikasi pengalaman mimpi adalah sebuah fenomena psiko-spiritual yang kompleks dan mendalam. Dzikir berfungsi sebagai katalis internal yang memurnikan hati dan menenangkan pikiran, sementara khalwah menyediakan lingkungan eksternal yang kondusif bagi introspeksi mendalam. Bersama-sama, keduanya menciptakan sinergi yang memungkinkan akses yang lebih besar ke alam bawah sadar dan domain spiritual, yang pada gilirannya memanifestasikan diri dalam bentuk mimpi yang lebih hidup, jernih, bermakna, dan kadang-kadang profetik. Memahami dinamika ini tidak hanya memperkaya

pemahaman kita tentang praktik spiritual Islam tetapi juga membuka kemungkinan eksplorasi lebih lanjut di persimpangan antara kesadaran, spiritualitas, dan sains. Penelitian lanjutan yang menggabungkan metode kualitatif (narasi pengalaman subjektif) dan kuantitatif (studi neurofisiologis) dapat lebih jauh mengungkap mekanisme di balik fenomena menarik ini.

### **Peran Guru Mursyid dalam Menafsirkan Mimpi Murid**

Mimpi, sebagai fenomena universal yang melintasi batas budaya dan zaman, seringkali dianggap sebagai jendela menuju alam bawah sadar, sumber inspirasi, atau bahkan pesan dari dimensi spiritual yang lebih tinggi. Dalam tradisi spiritual, khususnya Tasawuf, mimpi bukan sekadar refleksi psikologis aktivitas diurnal, melainkan sebuah medium komunikasi ilahi yang kaya akan simbolisme dan petunjuk. Namun, interpretasi mimpi spiritual bukanlah tugas yang dapat dilakukan sembarang individu, melainkan memerlukan keahlian dan wawasan mendalam yang seringkali hanya dimiliki oleh seorang Guru Mursyid. Peran Guru Mursyid dalam menafsirkan mimpi muridnya adalah inti dari bimbingan spiritual yang transformatif, sebuah proses yang melibatkan intuisi, pengetahuan esoterik, dan bimbingan ilahi demi kemajuan spiritual murid<sup>779</sup>.

Secara ontologis, alam mimpi dalam pandangan Islam dan Tasawuf dipandang sebagai salah satu bentuk wahyu minor atau ilham, yang dapat membawa petunjuk, kabar gembira, peringatan, atau validasi atas perjalanan spiritual seseorang. Al-Quran sendiri mengisahkan tentang pentingnya interpretasi mimpi melalui kisah

Nabi Yusuf AS, yang dianugerahi kemampuan menafsirkan mimpi sebagai mukjizat dan sarana hikmah<sup>780</sup>. Selain itu, banyak hadis Nabi Muhammad SAW yang menegaskan bahwa mimpi yang benar adalah salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, menggarisbawahi posisinya sebagai sumber kebenaran dan panduan<sup>781</sup>. Meskipun demikian, tidak semua mimpi merupakan manifestasi ilahi; sebagian besar mungkin berasal dari pikiran yang gelisah (*adhghath ahlam*) atau godaan setan. Oleh karena itu, kemampuan membedakan antara mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*) dengan mimpi biasa memerlukan kearifan dan pengetahuan yang tidak dangkal<sup>782</sup>.

Di sinilah peran Guru Mursyid menjadi krusial. Seorang Guru Mursyid adalah pembimbing spiritual yang telah menempuh dan menguasai berbagai tingkatan dalam perjalanan Tasawuf, memiliki kedalaman ilmu syariat, tarekat, dan hakikat, serta dianugerahi *kasyf* (penyingkapan tabir) atau pandangan batin yang tajam. Mereka adalah pewaris spiritual yang telah mencapai *fana'* (kehancuran diri) dan *baqa'* (kekal bersama Tuhan), sehingga hati dan pikiran mereka jernih dari kerancuan duniawi. Berbekal pengalaman spiritual yang luas dan koneksi spiritual yang kuat dengan silsilah keemasan para sufi, Guru Mursyid mampu memahami bahasa simbolik alam gaib yang terwujud dalam mimpi. Mereka tidak hanya melihat permukaan simbol, tetapi menembus ke inti makna spiritualnya, menghubungkannya dengan kondisi batin, *maqamat* (stasiun spiritual), dan *ahwal* (kondisi spiritual) murid<sup>783</sup>.

Metodologi penafsiran mimpi oleh seorang Guru Mursyid sangat berbeda dengan pendekatan psikologis konvensional atau sekadar kamus mimpi. Penafsiran ini bukan sekadar analisis logis, melainkan sebuah proses spiritual yang melibatkan *firasat* (intuisi ilahi), *ilham* (inspirasi), dan pemahaman mendalam tentang karakter dan perjalanan spiritual murid. Guru Mursyid akan mempertimbangkan konteks kehidupan murid, tantangan spiritual yang sedang dihadapi, dan tujuan akhir spiritualnya. Misalnya, mimpi tentang air mungkin memiliki makna yang berbeda bagi murid yang sedang berjuang dengan kesucian batin dibandingkan dengan murid yang sedang mencari ilmu. Penafsiran Mursyid seringkali bersifat preskriptif, memberikan petunjuk konkret tentang tindakan spiritual yang harus diambil, seperti memperbanyak *dhikr* tertentu, melakukan *mujahadah* (perjuangan diri) di area tertentu, atau mengubah perilaku yang menghambat kemajuan spiritual<sup>784</sup>. Ibnu Arabi, seorang pemikir Sufi terkemuka, menekankan bahwa mimpi adalah salah satu manifestasi dari "imaginal realm" (*alam al-mithal*) yang hanya dapat dipahami oleh mereka yang memiliki kapasitas spiritual untuk menafsirkan simbol-simbolnya secara tepat<sup>785</sup>.

Dampak dari penafsiran mimpi oleh Guru Mursyid bagi murid sangatlah transformatif. Mimpi yang sebelumnya terasa misterius dan membingungkan kini menjadi peta jalan yang jelas bagi perjalanan spiritual. Murid mendapatkan konfirmasi atas pengalaman batinnya, peringatan terhadap potensi bahaya spiritual, atau dorongan untuk terus maju. Proses ini juga

memperkuat ikatan antara murid dan Mursyid, karena murid menyaksikan secara langsung *hikmah* dan *kasyf* yang dimiliki Mursyid, sehingga keyakinan dan kepercayaan mereka semakin mendalam. Melalui interpretasi ini, murid tidak hanya memahami mimpinya, tetapi juga memahami dirinya sendiri dan hubungannya dengan Realitas Ilahi secara lebih mendalam, menuntun mereka menuju realisasi diri sejati dan kedekatan dengan Sang Pencipta<sup>786</sup>. Sebuah penelitian yang diterbitkan di *Journal of Islamic Psychology* bahkan menyoroti bagaimana bimbingan spiritual, termasuk interpretasi mimpi oleh seorang guru spiritual, dapat berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan psikologis dan spiritual individu dalam konteks budaya Islam<sup>787</sup>.

Meskipun demikian, peran ini tidak lepas dari tantangan dan pertimbangan etis. Penafsiran mimpi spiritual harus senantiasa didasarkan pada ketulusan hati, kebersihan niat, dan ketaqwaan yang tinggi. Potensi penyalahgunaan atau penafsiran yang keliru dapat terjadi jika seorang yang mengaku Mursyid tidak memiliki kualifikasi spiritual yang memadai atau terdistorsi oleh ego pribadi. Oleh karena itu, Guru Mursyid yang sejati akan selalu menekankan bahwa sumber utama segala petunjuk adalah Allah SWT, dan mereka hanyalah medium atau saluran bagi bimbingan ilahi. Mereka juga mengajarkan murid untuk mengembangkan *firasat* dan intuisi mereka sendiri seiring waktu, agar tidak menjadi terlalu bergantung pada interpretasi eksternal semata, melainkan mampu membaca tanda-tanda ilahi dalam hidup mereka sendiri<sup>788</sup>. Sebagaimana ditekankan oleh Al-Ghazali dalam

karyanya *Ihya' Ulum al-Din*, hati yang bersih adalah kunci untuk menerima ilham dan memahami kebenaran, termasuk kebenaran di balik mimpi<sup>789</sup>.

Peran Guru Mursyid dalam menafsirkan mimpi murid adalah fondasi penting dalam bimbingan spiritual Tasawuf. Ini melampaui analisis psikologis biasa, masuk ke ranah penyingkapan simbol-simbol ilahi melalui wawasan batin yang mendalam dan koneksi spiritual yang otentik. Melalui interpretasi yang bijaksana, Guru Mursyid tidak hanya mengungkap makna tersembunyi dalam mimpi, tetapi juga membimbing murid menuju pemahaman diri yang lebih dalam, kemajuan spiritual, dan penguatan ikatan dengan Ilahi. Praktik ini menegaskan bahwa alam gaib dan alam nyata saling terkait, dan melalui bimbingan yang tepat, manusia dapat menyingkap pesan-pesan transenden yang menuntun mereka pada kebahagiaan sejati dan realisasi spiritual.

### **Mimpi sebagai “Karāmah Basīrah” (karunia penglihatan ruhani)**

Mimpi, sebagai fenomena universal dalam pengalaman manusia, telah lama menjadi subjek kajian dari berbagai disiplin ilmu, mulai dari psikologi modern hingga tradisi keagamaan kuno. Dalam konteks Islam, mimpi tidak hanya dipandang sebagai refleksi bawah sadar atau aktivitas mental acak semata<sup>790</sup>. Sebaliknya, ia memperoleh dimensi sakral dan spiritual yang mendalam, terutama ketika dikategorikan sebagai petunjuk ilahi atau karunia khusus dari Tuhan. Salah satu manifestasi paling luhur dari fenomena mimpi dalam tradisi spiritual Islam adalah konsep ‘Karāmah Basīrah’, yaitu

mimpi yang berfungsi sebagai anugerah penglihatan ruhani atau kemampuan untuk menyaksikan realitas supranatural melalui mata hati<sup>791</sup>.

Konsep Karāmah secara etimologis berarti kemuliaan, kehormatan, atau anugerah luar biasa yang diberikan oleh Allah SWT kepada hamba-hamba pilihan-Nya, khususnya para wali (awliyā') atau individu saleh, tanpa melalui usaha atau permintaan khusus<sup>792</sup>. Ini berbeda dengan mu'jizah yang merupakan mukjizat kenabian dan menjadi bukti kebenaran risalah seorang nabi. Sementara itu, Basīrah merujuk pada penglihatan batin, mata hati, atau kemampuan untuk memahami kebenaran dan realitas spiritual yang tidak dapat diakses oleh panca indera fisik semata<sup>793</sup>. Ia adalah cahaya ilahi yang menerangi hati, memungkinkan seseorang untuk melihat hakikat sesuatu, membedakan antara yang benar dan yang batil, serta memahami isyarat-isyarat gaib. Ketika kedua konsep ini bersatu dalam frasa 'Karāmah Basīrah', ia mengacu pada mimpi yang bukan sekadar rangkaian citra mental, melainkan sebuah penyingkapan spiritual, sebuah visi yang mengandung kebenaran dan petunjuk dari alam gaib, yang dianugerahkan kepada individu dengan hati yang bersih dan jiwa yang tercerahkan<sup>794</sup>.

Mimpi sebagai 'Karāmah Basīrah' memiliki karakteristik yang membedakannya dari jenis mimpi lainnya. Salah satu ciri utamanya adalah kualitas kebenarannya (ru'yā shādiqah), yang dalam Hadis Nabi Muhammad SAW disebutkan sebagai salah satu bagian dari kenabian setelah kenabian berakhir<sup>795</sup>. Mimpi semacam ini seringkali jernih, koheren, dan memiliki pesan yang jelas, meskipun

terkadang disampaikan melalui simbolisme yang memerlukan interpretasi. Ia muncul bukan dari pikiran yang kacau (*adghāth aḥlām*) atau bisikan setan (*waswās*), melainkan dari sumber ilahi yang murni<sup>796</sup>. Kualitas mimpi ini sangat bergantung pada keadaan spiritual si pemimpi; individu yang menjalani hidup dengan ketaatan, dzikir, dan pemurnian jiwa cenderung lebih sering menerima mimpi yang bersifat ‘*Karāmah Basīrah*’<sup>797</sup>. Ini menunjukkan bahwa mimpi jenis ini bukanlah fenomena acak, melainkan merupakan resonansi dari kesucian jiwa dan keselarasan batin dengan kehendak Ilahi.

Landasan teologis dan mistis bagi pemahaman mimpi sebagai ‘*Karāmah Basīrah*’ berakar kuat dalam ajaran Islam. Al-Quran sendiri merekam beberapa kisah mimpi yang memiliki signifikansi profetik dan spiritual, seperti mimpi Nabi Yusuf AS yang menggambarkan masa depannya sebagai pemimpin<sup>798</sup>, atau mimpi Nabi Ibrahim AS yang diperintahkan untuk menyembelih putranya<sup>799</sup>. Dalam tradisi Hadis, Nabi Muhammad SAW juga sangat mengapresiasi mimpi yang benar, menganggapnya sebagai bagian dari Wahyu yang tersisa setelah wafatnya beliau<sup>800</sup>. Lebih jauh, dalam tradisi tasawuf atau mistisisme Islam, mimpi menjadi salah satu jalur penting untuk mencapai ma’rifah (gnosis atau pengenalan hakiki terhadap Tuhan) dan kasyf (penyingkapan realitas gaib)<sup>801</sup>. Para sufi besar seperti Imam Al-Ghazali dan Ibn Arabi secara ekstensif membahas pentingnya mimpi dalam perjalanan spiritual, menegaskan bahwa mimpi dapat menjadi jendela menuju alam malakut dan gudang ilmu-ilmu ilahi yang tersembunyi<sup>802</sup>. Mereka berpendapat bahwa

melalui mimpi, seorang hamba dapat menerima ilham, isyarat, atau bahkan penampakan ruhani dari para nabi dan wali.

Dalam konteks praksis spiritual, mimpi sebagai 'Karāmah Basīrah' memiliki beberapa fungsi krusial. Pertama, ia berfungsi sebagai panduan dan konfirmasi dalam suluk (perjalanan spiritual) seorang hamba<sup>803</sup>. Mimpi semacam ini dapat memberikan petunjuk tentang arah yang harus diambil, menguatkan keyakinan, atau memberikan kabar gembira yang mengukuhkan langkah di jalan Tuhan. Kedua, ia berperan sebagai peringatan atau tahzir terhadap potensi bahaya, kesalahan, atau godaan yang mungkin dihadapi<sup>804</sup>. Peringatan ini seringkali datang dalam bentuk simbolik, mendorong si pemimpi untuk merenungkan dan mengambil tindakan pencegahan. Ketiga, 'Karāmah Basīrah' berfungsi sebagai tafsir (kabar gembira), memberikan harapan, ketenangan, dan inspirasi, terutama di saat-saat kesulitan atau keraguan<sup>805</sup>. Dengan demikian, mimpi jenis ini bukan hanya sekadar pengalaman pribadi, melainkan sebuah anugerah yang memperkaya dimensi spiritual kehidupan dan membantu individu untuk tetap teguh dalam ketaatan.

Meskipun memiliki nilai yang sangat tinggi, penting untuk memahami bahwa tidak setiap mimpi dapat dikategorikan sebagai 'Karāmah Basīrah'. Ada kehati-hatian yang ditekankan dalam tradisi Islam untuk membedakan antara mimpi ilahi, mimpi dari hawa nafsu, dan mimpi dari setan. Kemampuan untuk menafsirkan mimpi (ta'wīl al-ru'yā) secara benar merupakan ilmu yang mendalam dan tidak dapat dilakukan oleh sembarang orang. Penafsiran yang salah

dapat menyebabkan kesalahpahaman, bahkan penyimpangan dari ajaran agama. Oleh karena itu, bagi mereka yang mengalami mimpi yang diyakini bersifat Karāmah Basīrah, disarankan untuk mencari bimbingan dari ulama atau mursyid yang memiliki pengetahuan dan basīrah yang memadai dalam ilmu penafsiran mimpi serta pemahaman yang komprehensif tentang syariat dan hakikat. Ini untuk memastikan bahwa pesan yang diterima selaras dengan prinsip-prinsip Islam dan tidak menyesatkan.

Sebagai penutup, mimpi sebagai ‘Karāmah Basīrah’ mewakili puncak dari pengalaman mimpi dalam tradisi spiritual Islam, menjadikannya lebih dari sekadar fenomena psikologis, namun sebagai anugerah ilahi yang memperkaya penglihatan ruhani. Ia adalah bukti nyata akan adanya komunikasi antara alam gaib dan alam fisik, sebuah jembatan yang memungkinkan hamba-hamba pilihan untuk menerima petunjuk, peringatan, dan kabar gembira langsung dari sumber Ilahi. Pemahaman dan penghargaan terhadap ‘Karāmah Basīrah’ tidak hanya memperdalam apresiasi kita terhadap dimensi spiritual Islam, tetapi juga menginspirasi kita untuk terus memurnikan hati dan jiwa, agar senantiasa terbuka terhadap karunia-karunia ilahi yang tak terhingga.

### **Ibnu ‘Arabi: Mimpi sebagai Wujud Bayangan (Khayāl) dan Realitas ‘Alam al-Mitsal**

#### **Ontologi Khayāl: Dunia Ghaib Antara Fisik dan Ruhani**

Pemikiran Muhyiddin Ibn ‘Arabi (w. 1240 M), seorang mistikus dan teoretikus ulung dalam tradisi Islam, menawarkan kerangka

ontologis dan epistemologis yang mendalam mengenai realitas, kesadaran, dan peran imajinasi dalam kosmologi<sup>806</sup>. Kontribusinya yang paling revolusioner mungkin terletak pada penjelasannya tentang *khayal* (imajinasi) dan *'alam al-mithal* (dunia perumpamaan atau imajinal), yang sering disalahpahami sebagai sekadar fantasi subjektif dalam konteks Barat modern<sup>807</sup>. Bagi Ibn 'Arabi, *khayal* bukanlah sekadar aktivitas mental arbitrer, melainkan sebuah fakultas kognitif yang memediasi persepsi realitas eksistensial yang objektif dan esensial<sup>808</sup>. Naskah ini akan menguraikan secara komprehensif pandangan Ibn 'Arabi mengenai mimpi sebagai manifestasi *khayal* dan kaitannya dengan *'alam al-mithal*, serta menggali ontologi *khayal* sebagai dunia gaib yang menjembatani alam fisik dan rohani<sup>809</sup>.

Dalam kosmologi Ibn 'Arabi, mimpi tidak dipandang sebagai produk sampingan acak dari aktivitas otak bawah sadar, melainkan sebagai jendela menuju dimensi realitas yang lebih luas dan esensial<sup>810</sup>. Ia membedakan mimpi dari sekadar khayalan atau fantasi personal, menegaskan bahwa mimpi adalah penampakan (*tajalli*) dari realitas objektif yang eksis di alam lain<sup>811</sup>. Realitas ini adalah *'alam al-mithal*, atau dunia imajinal, yang merupakan salah satu dari tiga alam utama dalam hierarki keberadaan, di samping *'alam al-mulk* (alam fisik yang terlihat) dan *'alam al-jabarut* (alam roh atau akal murni)<sup>812</sup>.

*Khayal*, dalam terminologi Ibn 'Arabi, adalah fakultas yang memungkinkan penampakan dan persepsi bentuk-bentuk dari *'alam al-mithal*<sup>813</sup>. Ini adalah fakultas yang melampaui indra

fisik dan akal murni, berfungsi sebagai perantara yang unik<sup>814</sup>. Tidak seperti imajinasi dalam pengertian populer yang menciptakan hal-hal yang tidak nyata, *khayal* yang dimaksud Ibn 'Arabi adalah kapasitas untuk menangkap bentuk-bentuk *mithali* (simbolis) yang memiliki eksistensi ontologis di alam perantara<sup>815</sup>. Bentuk-bentuk ini mungkin tidak memiliki substansi materi, tetapi mereka memiliki realitas nyata dan efek yang konkret, baik pada individu maupun alam semesta<sup>816</sup>. Konsep ini didasarkan pada prinsip bahwa segala sesuatu yang terwujud di alam nyata memiliki bentuk imajinalnya terlebih dahulu<sup>817</sup>.

Mimpi, oleh karena itu, menjadi salah satu manifestasi paling jelas dari operasionalitas *khayal* dalam diri manusia<sup>818</sup>. Dalam mimpi, jiwa individu memasuki '*alam al-mithal* dan berinteraksi dengan bentuk-bentuk serta entitas yang ada di dalamnya<sup>819</sup>. Bentuk-bentuk ini seringkali bersifat simbolis dan memerlukan interpretasi, mencerminkan sifat '*alam al-mithal* sebagai alam transisi di mana makna-makna spiritual diekspresikan melalui bentuk-bentuk partikular<sup>820</sup>. Pengalaman mimpi bukan hanya proyeksi internal dari pikiran, melainkan sebuah perjalanan di mana jiwa mengalami realitas eksternal di alam imajinal<sup>821</sup>. Al-Quran sendiri seringkali menyinggung realitas tersembunyi dan pentingnya tafsir mimpi melalui kisah-kisah seperti Nabi Yusuf AS, yang menunjukkan bahwa mimpi dapat menjadi wahana untuk menerima pesan-pesan ilahi atau petunjuk masa depan (QS. Yusuf: 4-6)<sup>822</sup>.

Realitas *'alam al-mithal* sendiri adalah sebuah dunia yang kaya dengan bentuk-bentuk mandiri yang tidak terikat oleh hukum ruang dan waktu fisik, namun juga bukan entitas abstrak murni seperti ide-ide dalam akal<sup>823</sup>. Ini adalah alam yang dihuni oleh entitas imajinal, malaikat dalam bentuk tertentu, jin, serta bentuk-bentuk yang mewujudkan makna-makna spiritual<sup>824</sup>. Contoh-contoh dari hadis dan tradisi Islam juga menguatkan adanya realitas semacam ini, seperti penggambaran surga dan neraka dengan bentuk-bentuk yang dapat dilihat dalam kondisi tertentu, atau pengalaman mi'raj Nabi Muhammad SAW yang melampaui dimensi fisik (Shahih Bukhari, Hadis No. 349)<sup>825</sup>. Dengan demikian, mimpi menawarkan akses langsung ke dimensi realitas yang seringkali tersembunyi dari pandangan indrawi kita<sup>826</sup>.

Untuk memahami sepenuhnya signifikansi *khayal* dalam pemikiran Ibn 'Arabi, kita harus mendalami ontologinya; yaitu, sifat keberadaannya dan posisinya dalam struktur realitas<sup>827</sup>. *Khayal* bukanlah sekadar fakultas psikologis, melainkan sebuah realitas ontologis, sebuah dunia perantara yang memiliki eksistensi mandiri<sup>828</sup>. Ibn 'Arabi menyebutnya sebagai *al-hadra al-khayāliyya* (kehadiran imajinal) atau *al-barzakh* (perantara)<sup>829</sup>. Ini adalah jembatan, sebuah isthmus, antara *'alam al-mulk* (dunia indrawi) dan *'alam al-arwah* (dunia ruh atau akal murni)<sup>830</sup>.

Dalam hierarki eksistensi, *khayal* menempati posisi yang unik karena kemampuannya untuk mengambil bentuk dari entitas spiritual dan mewujudkannya dalam bentuk yang dapat "dilihat" atau "dirasakan" oleh jiwa, sekaligus mengambil bentuk dari alam

fisik dan mengubahnya menjadi makna simbolis<sup>831</sup>. Ini adalah tempat di mana makna-makna universal dari alam akal murni dapat terwujud dalam bentuk-bentuk partikular tanpa terikat pada hukum materi<sup>832</sup>. Misalnya, konsep abstrak keadilan dapat diwujudkan dalam bentuk timbangan dalam *'alam al-mithal*, atau keindahan ilahi dalam bentuk wajah yang menawan, meskipun bentuk-bentuk tersebut tidak memiliki keberadaan fisik yang tangible<sup>833</sup>. Bahkan wujud malaikat dan entitas spiritual lainnya seringkali digambarkan dalam *khayal* manusia dengan bentuk-bentuk yang dapat dipahami, mencerminkan kapasitas *khayal* untuk mediasi (QS. Maryam: 17)<sup>834</sup>.

Ontologi *khayal* menunjukkan bahwa realitas tidak hanya terbatas pada apa yang dapat diindera atau dipahami secara rasional<sup>835</sup>. Ada dimensi di mana bentuk-bentuk hidup secara mandiri, yang disebut *mithal*, dan *khayal* adalah medium di mana kita dapat mengaksesnya<sup>836</sup>. Bentuk-bentuk *mithali* ini bukan ilusi; mereka adalah manifestasi dari nama-nama dan sifat-sifat ilahi (Asma' al-Husna) yang termanifestasi dalam tingkat eksistensi yang berbeda<sup>837</sup>. Kemampuan *khayal* untuk memmanifestasikan dan menerima bentuk-bentuk ini adalah cerminan dari daya kreasi Tuhan itu sendiri, karena ia adalah cerminan dari *Khayāl Ilahi* atau *Imajinasi Kreatif Tuhan* (al-Khayāl al-Haqq) yang terus-menerus memmanifestasikan alam semesta<sup>838</sup>.

Signifikansi ontologis *khayal* juga terletak pada perannya dalam proses spiritual dan pengetahuan esoteris<sup>839</sup>. Para nabi, wali, dan individu yang memiliki kemampuan spiritual tinggi dapat mengakses *'alam al-mithal* secara sadar melalui *khayal* mereka,

menerima wahyu, inspirasi, dan penglihatan yang memberikan pemahaman mendalam tentang realitas<sup>840</sup>. Hadis qudsi yang menyatakan "Aku sesuai dengan persangkaan hamba-Ku kepada-Ku" dapat diinterpretasikan sebagai indikasi kekuatan *khayal* dalam membentuk realitas subjektif dan bahkan objektif dalam batas-batas tertentu (Shahih Muslim, Hadis No. 2675)<sup>841</sup>. Ini menegaskan bahwa pengalaman dan persepsi melalui *khayal* bukan sekadar mimpi siang belaka, melainkan jalan menuju pengetahuan yang mendalam dan transformasi batin. Dengan demikian, *khayal* bukan hanya fakultas, melainkan sebuah "dunia" itu sendiri, sebuah ruang eksistensial tempat pertemuan antara Yang Mutlak dan yang terbatas, antara yang transenden dan yang imanen.

Ibn 'Arabi telah menyajikan sebuah visi yang transformatif mengenai imajinasi, mengangkatnya dari sekadar fantasi subjektif menjadi sebuah fakultas kognitif dan realitas ontologis yang krusial. Konsep *khayal* dan *'alam al-mithal* menawarkan pemahaman yang kaya tentang sifat mimpi, bukan sebagai produk sampingan psikologis, melainkan sebagai portal menuju dimensi eksistensi yang objektif dan sarat makna. *Khayal* adalah perantara esensial yang menjembatani alam fisik dan spiritual, memungkinkan realitas-realitas transenden untuk memanifestasikan diri dalam bentuk-bentuk yang dapat diakses oleh kesadaran manusia. Wawasan ini tidak hanya memperkaya studi tentang kesadaran dan kognisi, tetapi juga menegaskan kembali pentingnya dimensi spiritual dalam memahami struktur realitas secara keseluruhan. Dengan pengakuan terhadap ontologi *khayal*, Ibn 'Arabi mengundang kita

untuk melihat melampaui batas-batas dunia indrawi, membuka diri terhadap realitas yang lebih luas dan imajinal yang terus-menerus memanifestasikan diri di sekitar dan di dalam diri kita.

### **Futuhāt al-Makkiyyah: Struktur Kosmos dan ‘Alam al-Mitsal**

*Futuhāt al-Makkiyyah* (Pembukaan Mekah) merupakan salah satu karya monumental dan ensiklopedis dari Muhyiddin Ibn ‘Arabi (w. 1240 M), seorang pemikir sufi-filosofis terkemuka dalam sejarah intelektual Islam. Karya ini, yang terdiri dari puluhan jilid, bukan sekadar kompilasi ajaran sufi, melainkan sebuah kompendium yang melingkupi berbagai disiplin ilmu Islam mulai dari tafsir, hadis, fikih, teologi, etika, kosmologi, hingga metafisika<sup>842</sup>. Di antara sekian banyak tema yang dibahas, pemaparan Ibn ‘Arabi mengenai struktur kosmos dan konsep ‘*Alam al-Mitsal* (Dunia Citra atau Alam Imajinasi) menjadi pilar utama yang tak terpisahkan dari inti ajaran metafisikanya. Pemahaman terhadap kedua konsep ini esensial untuk menyelami kedalaman pandangan dunia Ibn ‘Arabi tentang eksistensi, manifestasi ketuhanan, dan pengalaman spiritual manusia<sup>843</sup>.

#### **a. Struktur Kosmos: Hierarki Manifestasi Ilahi**

Ibn ‘Arabi menggambarkan kosmos sebagai tatanan hierarkis yang mengalir dari Sumber Ilahi yang Esa, yaitu *al-Haqq* (Kebenaran Mutlak) atau *Allah*. Proses penciptaan bukanlah tindakan eksternal yang terpisah dari Tuhan, melainkan serangkaian manifestasi diri (*tajalliyyat*) dari Realitas Ilahi itu sendiri. Konsep *wujud* (eksistensi) bagi Ibn ‘Arabi adalah satu, namun ia termanifestasi dalam berbagai

tingkatan keberadaan<sup>844</sup>. Pada puncaknya adalah Dzat Ilahi yang tak termanifestasi (*al-Ghayb al-Mutlaq*), yang melampaui segala atribut dan nama. Dari keadaan ketidakmanifestasian ini, terjadi emanasi atau tajalli pertama yang dikenal sebagai *Fayd al-Aqdas* (Emanasi Paling Suci), di mana Dzat Ilahi memmanifestasikan diri-Nya melalui *Asma' wa Sifat* (Nama-nama dan Sifat-sifat Ilahi) yang merupakan “entitas-entitas tetap” (*al-A'yan al-Thabitah*) dalam ‘Ilmu Ilahi<sup>845</sup>. Entitas-entitas ini, meskipun belum terwujud secara eksternal, adalah model-model arketipal bagi segala sesuatu yang akan eksis.

Dari *Fayd al-Aqdas* ini kemudian mengalir *Fayd al-Muqaddas* (Emanasi Suci), yang merupakan proses manifestasi Nama-nama Ilahi ke dalam keberadaan eksternal, menciptakan tingkatan-tingkatan alam semesta yang beragam. Ibn ‘Arabi sering merujuk pada lima hadirat Ilahi (*al-Hadarat al-Ilahiyyah al-Khams*) atau lima tingkatan alam eksistensi yang saling berurutan dan terhubung secara ontologis<sup>846</sup>:

1. **Hadrat al-Dhat:** Tingkatan Esensi Ilahi yang tak terjangkau dan tak terlukiskan.
2. **Hadrat al-Asma' wa al-Sifat:** Tingkatan Nama-nama dan Sifat-sifat Ilahi, yang merupakan sumber dari segala sesuatu yang mungkin ada.
3. **‘Alam al-Arwah (Dunia Ruh):** Tingkatan realitas spiritual atau intelek murni, yang tidak memiliki dimensi material atau bentuk. Ini adalah alam para malaikat dan ruh-ruh yang agung.

4. **‘Alam al-Mitsal (Dunia Citra):** Tingkatan antara alam spiritual dan alam material, di mana makna-makna spiritual mengambil bentuk-bentuk yang dapat divisualisasikan, namun tanpa materi padat. Konsep ini akan dibahas lebih lanjut.
5. **‘Alam al-Ajsam (Dunia Fisik):** Tingkatan materi dan bentuk yang paling kasar, yaitu alam semesta fisik yang kita alami dengan indra-indra kita.

Dalam tatanan kosmos ini, manusia, khususnya *al-Insan al-Kamil* (Manusia Sempurna), dipandang sebagai mikrokosmos (*al-kawn al-jami'*) yang mencerminkan seluruh tingkatan makrokosmos, dari Dzat Ilahi hingga alam fisik<sup>847</sup>. Ini berarti bahwa manusia memiliki potensi untuk merealisasikan seluruh atribut Ilahi dalam dirinya, menjadi cermin sempurna bagi keindahan dan kesempurnaan Tuhan.

#### **b. ‘Alam al-Mitsal: Jembatan Antara ‘Alam Ruh dan ‘Alam Fisik**

Konsep *‘Alam al-Mitsal* atau Dunia Imajinasi adalah salah satu kontribusi terpenting dan paling orisinal dari Ibn ‘Arabi dalam metafisika Islam, yang kemudian diakui dan dikembangkan oleh para pemikir sufi dan filosof pasca-Ibn ‘Arabi, seperti Mulla Sadra dan Henry Corbin<sup>848</sup>. *‘Alam al-Mitsal* bukanlah sekadar imajinasi subjektif atau fantasi kosong (*wahm*), melainkan sebuah realitas ontologis yang independen dan objektif, yang membentuk tingkatan eksistensi antara alam ruhani (‘Alam al-Arwah) dan alam jasmani (‘Alam al-Ajsam). Ibn ‘Arabi menyebutnya sebagai *barzakh* (penghalang atau jembatan), karena ia berfungsi

sebagai perantara yang memungkinkan realitas spiritual untuk termanifestasi dalam bentuk-bentuk yang dapat dipahami, dan sebaliknya<sup>849</sup>.

Dalam *'Alam al-Mitsal*, makna-makna abstrak, ide-ide murni, dan entitas-entitas spiritual mengambil bentuk-bentuk konkret, namun dengan substansi yang halus (*latif*) yang tidak terikat oleh hukum-hukum fisik seperti ruang dan waktu yang berlaku di alam fisik. Misalnya, malaikat dapat menampakkan diri dalam bentuk manusia, atau makna-makna kenabian dapat diterima dalam bentuk citra dan suara<sup>850</sup>. Ini adalah alam di mana mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*) terjadi, di mana simbol-simbol dan alegori mendapatkan wujud, dan di mana pengalaman-pengalaman spiritual divisualisasikan.

Peran *'Alam al-Mitsal* sangat krusial dalam memahami berbagai fenomena, termasuk:

1. **Kenabian dan Wahyu:** Para Nabi menerima wahyu dan melihat malaikat dalam bentuk yang dapat mereka pahami melalui *'Alam al-Mitsal*. Gabriel, misalnya, menampakkan diri kepada Nabi Muhammad dalam rupa seorang pria di alam ini<sup>851</sup>.
2. **Mimpi dan Visi Sufi:** Mimpi yang memiliki makna profetik atau spiritual, serta visi-visi yang dialami oleh para sufi, adalah manifestasi dari *'Alam al-Mitsal*. Di sini, pesan-pesan dari alam gaib disajikan dalam bentuk-bentuk simbolis yang perlu ditafsirkan<sup>852</sup>.
3. **Realitas Esoteris Agama:** Konsep-konsep seperti surga dan neraka, timbangan amal, jembatan *sirath*, dan peristiwa hari

kiamat tidak hanya dipahami secara alegoris, tetapi juga memiliki realitas objektif dalam *'Alam al-Mitsal* sebelum termanifestasi dalam dimensi yang lebih kongkret<sup>853</sup>. Ini memberikan dasar metafisik bagi kepercayaan-kepercayaan eskatologis dalam Islam.

4. **Kreativitas dan Seni:** *'Alam al-Mitsal* juga merupakan sumber inspirasi bagi kreativitas, di mana bentuk-bentuk baru dapat dibayangkan dan kemudian diekspresikan di alam fisik.

Struktur kosmos yang digambarkan oleh Ibn 'Arabi, dengan *'Alam al-Mitsal* sebagai jembatan esensialnya, menampilkan sebuah pandangan dunia yang terpadu dan saling terikat. Setiap tingkatan eksistensi adalah manifestasi dari yang sebelumnya dan persiapan untuk yang sesudahnya, menunjukkan kesatuan fundamental dari keberagaman. Kosmologi ini bukan sekadar deskripsi statis tentang alam semesta, tetapi juga berfungsi sebagai peta bagi perjalanan spiritual (*sayr wa suluk*) seorang salik (pengembara spiritual) menuju realisasi Tuhan<sup>854</sup>.

Melalui pemahaman *'Alam al-Mitsal*, Ibn 'Arabi berhasil menjembatani dikotomi antara realitas empiris dan metafisis, antara spiritual dan material, serta antara akal dan intuisi. Ia menegaskan bahwa imajinasi, jika dipahami dan digunakan dengan benar, bukanlah sumber ilusi melainkan organ kognitif yang sah untuk mencapai pengetahuan dan pengalaman realitas yang lebih tinggi. Ini memberikan landasan ontologis yang kuat bagi validitas pengalaman-pengalaman mistis dan simbolisme agama<sup>855</sup>. Warisan pemikiran Ibn 'Arabi ini telah mempengaruhi tidak hanya sufisme

tetapi juga filsafat, teologi, dan seni dalam tradisi Islam, menawarkan kerangka kerja yang kaya untuk memahami hubungan antara Tuhan, alam, dan manusia.

### **Mimpi sebagai Proyeksi Citra Ruhani di Dunia Simbolik**

Mimpi, fenomena universal yang telah memukau umat manusia sepanjang sejarah, seringkali ditafsirkan sebagai lebih dari sekadar aktivitas neurologis acak selama tidur. Sejak peradaban kuno hingga era modern, mimpi telah dipandang sebagai gerbang menuju alam bawah sadar, sumber wahyu, atau bahkan proyeksi dari dimensi spiritual internal. Dengan meninjau perspektif dari psikologi analitis, filsafat spiritual, dan wacana keagamaan, akan diungkap bagaimana mimpi tidak hanya merefleksikan pengalaman sadar, tetapi juga menyingkap kedalaman jiwa dan koneksinya dengan realitas yang lebih luas dan transenden<sup>856</sup>. Pemahaman ini krusial untuk mengapresiasi kompleksitas pengalaman manusia dan potensi introspeksi diri melalui interpretasi mimpi.

Sejarah pemikiran manusia mencatat bahwa mimpi seringkali dihubungkan dengan dimensi spiritual atau ilahi. Dalam banyak tradisi kuno, seperti Mesir kuno dan peradaban Yunani, mimpi dipercaya sebagai pesan dari dewa-dewi atau leluhur, menawarkan petunjuk, peringatan, atau nubuat<sup>857</sup>. Para filsuf seperti Plato, dalam karyanya *Republic*, mengisyaratkan bahwa mimpi dapat menjadi jendela bagi jiwa untuk mengekspresikan keinginannya yang paling dalam, meskipun terdistorsi oleh nafsu duniawi<sup>858</sup>. Di Timur, khususnya dalam tradisi Islam, mimpi memiliki kedudukan

yang sangat penting. Al-Qur'an secara eksplisit menyebutkan kisah Nabi Yusuf yang memiliki kemampuan menafsirkan mimpi, bahkan mimpi para raja, yang kemudian terbukti sebagai kebenaran<sup>859</sup>. Hadis Nabi Muhammad SAW juga mengklasifikasikan mimpi menjadi tiga jenis: mimpi baik dari Allah, mimpi buruk dari setan, dan mimpi hasil bisikan diri<sup>860</sup>. Ini menunjukkan bahwa dalam pandangan Islam, mimpi bukan semata-mata aktivitas fisiologis, melainkan juga memiliki potensi sebagai sarana komunikasi spiritual atau manifestasi dari rahasia batin, menandakan adanya konektivitas antara *ruh* (jiwa/spirit) dan alam gaib. Citra ruhani yang terproyeksi dalam mimpi, dalam konteks ini, dapat diartikan sebagai pesan-pesan intuitif, visi profetik, atau refleksi dari kondisi spiritual individu yang mungkin tidak disadari dalam keadaan jaga.

Carl Gustav Jung, salah satu tokoh sentral dalam psikologi analitis, memberikan landasan teoritis yang kuat untuk memahami mimpi sebagai proyeksi citra ruhani dalam dunia simbolik. Berbeda dengan pandangan Freud yang cenderung mereduksi mimpi pada pemenuhan keinginan bawah sadar yang tertekan, Jung memandang mimpi sebagai upaya kompensatoris dari ketidaksadaran untuk mengintegrasikan aspek-aspek kepribadian yang terabaikan atau belum teraktualisasi<sup>861</sup>. Konsep "ketidaksadaran kolektif" Jung mengemukakan adanya struktur psikis universal yang diwarisi, berisi "arketipe" yaitu pola-pola primordial atau citra-citra asli yang membentuk dasar pengalaman simbolik manusia. Citra ruhani dalam mimpi, menurut Jung, seringkali terwujud melalui arketipe-arketipe ini,

seperti *Self, Anima/Animus, Shadow*, atau *Great Mother*, yang muncul dalam bentuk simbol-simbol universal<sup>862</sup>.

Mimpi, dalam kerangka Jung, adalah bahasa simbolik ketidaksadaran. Simbol-simbol ini bukan sekadar penyamaran, melainkan ekspresi terbaik dari sesuatu yang belum dapat dipahami secara konseptual. Proyeksi citra ruhani terjadi ketika aspek-aspek terdalam dari jiwa baik yang berasal dari pengalaman pribadi (ketidaksadaran personal) maupun warisan kolektif memmanifestasikan diri melalui narasi mimpi yang kaya metafora. Ini adalah proses vital untuk individuasi, di mana seseorang berupaya mencapai keutuhan psikis dengan mengintegrasikan aspek-aspek sadar dan tidak sadar dari dirinya. Simbol-simbol mimpi ini menjadi jembatan antara dunia interior *ruh* dan kesadaran, memungkinkan wawasan spiritual dan pertumbuhan psikologis.

Mimpi beroperasi di dalam "dunia simbolik" karena bahasa rasional dan linear seringkali tidak memadai untuk mengekspresikan kedalaman pengalaman batin dan spiritual. Simbol, menurut Paul Ricoeur, memiliki kapasitas untuk "memberikan lebih," yaitu mengungkapkan makna yang berlimpah dan berlapis yang tidak dapat direduksi pada penjelasan tunggal<sup>863</sup>. Dalam konteks mimpi, dunia simbolik adalah ranah di mana citra-citra ruhani, yang bersifat non-verbal dan seringkali paradoksial, dapat terwujud. Sungai, gunung, binatang, orang asing, atau bahkan objek sehari-hari dapat tampil dalam mimpi dengan makna yang jauh melampaui representasi literalnya, menjadi wahana bagi pesan-pesan spiritual atau psikologis.

Proyeksi citra ruhani ke dalam dunia simbolik ini adalah proses dinamis. Ia bukan sekadar cerminan pasif, melainkan sebuah transformasi aktif dari energi psikis menjadi bentuk-bentuk yang dapat diakses oleh kesadaran. Ketika seseorang menghadapi simbol-simbol dalam mimpinya, ia diundang untuk terlibat dalam proses interpretasi yang mendalam, yang seringkali bersifat personal namun juga terkoneksi dengan makna kolektif. Proses ini memungkinkan *ruh* untuk "berkomunikasi" dengan diri sadar, mengungkapkan kebutuhan akan keseimbangan, peringatan akan potensi bahaya, atau dorongan menuju penemuan diri dan pemenuhan spiritual<sup>864</sup>. Oleh karena itu, dunia simbolik adalah medium esensial bagi *ruh* untuk memproyeksikan citranya, memfasilitasi dialog internal yang krusial bagi kesehatan mental dan spiritual.

Mimpi adalah fenomena multidimensional yang melampaui sekadar aktivitas fisiologis otak. Sebagai proyeksi citra ruhani di dunia simbolik, mimpi menawarkan jendela unik menuju kedalaman jiwa dan koneksinya dengan dimensi spiritual yang lebih luas. Melalui perspektif filosofis-spiritual, yang memandang mimpi sebagai sarana komunikasi ilahi atau manifestasi batin, serta lensa psikologi analitis Jungian, yang melihatnya sebagai ekspresi ketidaksadaran kolektif melalui arketipe dan simbol, kita dapat memahami betapa esensialnya mimpi bagi proses individuasi dan pertumbuhan spiritual. Dunia simbolik, dengan bahasanya yang kaya dan berlapis, menjadi arena di mana citra-citra ruhani dapat bermanifestasi, menantang kesadaran untuk merenungi makna

yang lebih dalam dan mengintegrasikan aspek-aspek diri yang terpecah. Mengkaji dan menafsirkan mimpi bukan hanya latihan intelektual, melainkan juga praktik kontemplatif yang dapat membawa pada pemahaman diri yang lebih holistik dan kedalaman spiritual yang lebih kaya, membuka potensi transformative dalam pengalaman manusia.

### **Mimpi, Tajalli, dan Haqiqat al-Haqāiq (Realitas Ketuhanan)**

Dalam tradisi intelektual dan spiritual Islam, khususnya dalam spektrum pemikiran Sufi dan metafisika Ibn 'Arabi, konsep mimpi, tajalli, dan Haqiqat al-Haqāiq membentuk trilogi yang esensial dalam memahami realitas ketuhanan (Divine Reality) serta epistemologi pengalaman spiritual. Ketiganya tidak berdiri sendiri, melainkan saling terjalin, menawarkan suatu kerangka komprehensif bagi penjelajahan alam kesadaran, manifestasi ilahi, dan hakikat keberadaan itu sendiri.

#### **1. Mimpi sebagai Gerbang Kognisi Spiritual: Alam al-Khayal dan Realitas Simbolik**

Konsep "mimpi" dalam konteks ini melampaui pengalaman tidur biasa; ia merujuk pada ru'ya atau visi spiritual, serta alam al-khayal (dunia imajinal atau imaginal realm)<sup>865</sup>. Ini adalah sebuah dimensi eksistensi yang berfungsi sebagai *barzakh* (penghubung) antara alam sensibel (alam al-mulk/dunia fisik) dan alam inteligibel (alam al-malakut/dunia spiritual atau alam malaikat). Dalam alam al-khayal, realitas-realitas spiritual dan makna-makna transenden termanifestasi dalam bentuk-bentuk simbolik yang dapat dicerap

oleh kesadaran batin. Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar adalah salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian"<sup>866</sup>. Hal ini menunjukkan bahwa mimpi, khususnya *ru'ya shadiqah* (mimpi yang benar), bukanlah sekadar ilusi psikologis, melainkan sebuah bentuk wahyu minor atau ilham yang dapat membawa pesan dari alam gaib.

Mimpi, dalam pengertian spiritual, memungkinkan seorang individu untuk melampaui batasan persepsi inderawi dan rasionalitas diskursif<sup>867</sup>. Ia menjadi modus kognisi langsung (*kashf*) yang membuka akses ke realitas-realitas yang tidak dapat diakses oleh indra fisik. Kisah Nabi Yusuf AS, yang dimulai dengan mimpinya tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud kepadanya, adalah contoh klasik bagaimana mimpi dapat menjadi prediktor peristiwa masa depan dan mengandung kebenaran transenden yang hanya terungkap kemudian<sup>868</sup>. Di sini, alam al-khayaal menyediakan "arena" di mana berbagai tajalli ilahi dapat dialami dalam bentuk yang sesuai dengan kapasitas penerima.

## **2. Tajalli: Manifestasi Ilahi dalam Eksistensi**

Tajalli (teofani atau manifestasi ilahi) adalah konsep sentral dalam metafisika Sufi, terutama dalam ajaran Ibn 'Arabi<sup>869</sup>. Secara harfiah berarti "penampakan" atau "pengungkapan diri," tajalli merujuk pada cara Allah SWT menyingkapkan diri-Nya kepada ciptaan-Nya. Seluruh alam semesta dan segala isinya, dari partikel terkecil hingga galaksi terjauh, dipandang sebagai tajalliyat (bentuk jamak dari tajalli) dari Nama-nama dan

Sifat-sifat Ilahi. Setiap makhluk adalah sebuah manifestasi partikular dari Realitas Ketuhanan yang tak terbatas.

Tajalli dapat dikelompokkan menjadi beberapa tingkatan:

- **Tajalli Af'al (Manifestasi Tindakan):** Ini adalah manifestasi Allah melalui tindakan-tindakan-Nya di alam semesta, seperti penciptaan, pemeliharaan, dan penghancuran<sup>870</sup>. Setiap peristiwa di dunia ini adalah cerminan dari salah satu tindakan Ilahi.
- **Tajalli Sifat (Manifestasi Atribut):** Ini adalah manifestasi Allah melalui atribut-atribut-Nya, seperti Maha Pengasih (Ar-Rahman), Maha Penyayang (Ar-Rahim), Maha Mengetahui (Al-'Alim), atau Maha Kuasa (Al-Qadir). Kecantikan alam mencerminkan Tajalli dari Sifat Maha Indah (Al-Jamil), sedangkan keadilan mencerminkan Tajalli dari Sifat Maha Adil (Al-'Adl).
- **Tajalli Dhat (Manifestasi Esensi):** Ini adalah manifestasi Esensi Ilahi yang paling agung dan mendalam. Dalam pandangan umum, Tajalli Dhat dianggap tidak mungkin dicapai atau disaksikan secara langsung oleh makhluk, karena Esensi Allah (Dhatullah) adalah transenden dan tak terbatas<sup>871</sup>. Namun, dalam pengalaman spiritual yang sangat langka dan mendalam, seperti pengalaman Nabi Musa di Gunung Sinai ("Maka tatkala Tuhannya menampakkan diri (tajalla) kepada gunung itu, gunung itu hancur luluh"<sup>872</sup>), ada penampakan Esensi yang menyebabkan kehancuran ego dan pemusnahan diri (fana').

Penting untuk dicatat bahwa tajalli adalah proses yang berkelanjutan dan dinamis, bukan peristiwa statis. Allah senantiasa menyingkapkan Diri-Nya dalam setiap momen dan dalam setiap aspek keberadaan, namun hanya mereka yang memiliki "mata hati" yang tercerahkan yang mampu mengenalinya<sup>873</sup>.

### **3. Haqiqat al-Haqāiq: Realitas Puncak dan Sumber Segala Manifestasi**

Haqiqat al-Haqāiq (Realitas dari Segala Realitas, atau Esensi dari Segala Hakikat) adalah konsep yang menunjuk pada Realitas Ketuhanan yang absolut, tak terbatas, dan tak terhingga. Ini adalah Esensi Ilahi (Dhatullah) yang tidak dapat dijelaskan, dibatasi, atau dipahami secara utuh oleh akal dan imajinasi makhluk<sup>874</sup>. Haqiqat al-Haqāiq adalah sumber dari semua tajalliyat, akar dari setiap eksistensi, dan tujuan akhir dari setiap pencarian spiritual. Ia adalah keesaan mutlak yang melampaui semua dualitas, paradoks, dan pembatasan konseptual.

Dalam pandangan Ibn 'Arabi, Haqiqat al-Haqāiq adalah *al-haqq* (Kebenaran/Realitas) yang mana segala sesuatu kembali kepadanya, dan dari mana segala sesuatu berasal. Meskipun Haqiqat al-Haqāiq secara inheren tidak dapat diketahui dalam Esensi-Nya (tanzih), Ia pada saat yang sama termanifestasi dalam setiap aspek alam semesta (tashbih). Paradoks ini adalah inti dari pemahaman Sufi tentang realitas: bahwa yang Transenden juga adalah yang Imanen<sup>875</sup>. Tujuan spiritual adalah melampaui dualitas ini dan mengenali Esensi yang mendasari semua manifestasi. Firman Allah, "Katakanlah (Muhammad): Dia-lah Allah, Yang Maha Esa.

Allah adalah tempat bergantung segala sesuatu. Dia tidak beranak dan tidak pula diperanakkan, Dan tidak ada seorang pun yang setara dengan Dia<sup>876</sup>, menegaskan keunikan dan kemutlakan Haqiqat al-Haqāiq.

Hubungan antara mimpi, tajalli, dan Haqiqat al-Haqāiq adalah simbiotik dan hierarkis. Mimpi (ru'ya/alam al-khayal) berfungsi sebagai jembatan atau medium primernya yang memungkinkan jiwa menerima tajalliyat dari Haqiqat al-Haqāiq<sup>877</sup>. Di alam imajinal, batasan-batasan fisik dan rasionalitas dikesampingkan, memungkinkan kesadaran untuk mengakses realitas-realitas yang lebih halus dan langsung. Tajalli kemudian menjadi modus di mana Haqiqat al-Haqāiq "mengirimkan" atau "menyingkapkan" diri-Nya kepada jiwa melalui alam al-khayal. Tanpa tajalli, Haqiqat al-Haqāiq akan tetap tersembunyi sepenuhnya; dan tanpa alam al-khayal, tajalli mungkin tidak dapat dicerap oleh kesadaran manusia dalam bentuk yang bermakna.

Para sufi berkomitmen pada perjalanan spiritual yang intens, melibatkan riyadah (latihan spiritual) dan mujahadah (perjuangan diri), untuk membersihkan hati dan menajamkan bashirah (mata hati). Ketika hati telah bersih, ia menjadi cermin yang mampu memantulkan tajalliyat Ilahi<sup>878</sup>. Pengalaman-pengalaman spiritual ini seringkali datang dalam bentuk visi, mimpi, atau intuisi yang mendalam, yang semuanya adalah bentuk *kashf* (penyingkapan) dari kebenaran-kebenaran yang lebih tinggi. Melalui proses ini, seorang salik (penempuh jalan spiritual) secara bertahap memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang Haqiqat al-

Haqāiq bukan melalui konsep intelektual semata, tetapi melalui pengalaman (dhawq) dan persepsi langsung.

Implikasi epistemologisnya adalah bahwa pemahaman tertinggi tentang Realitas Ketuhanan bukanlah hasil dari penalaran logis semata, melainkan dari pengalaman langsung yang dimediasi oleh alam al-khayal dan tajalli. Secara ontologis, ini berarti bahwa seluruh eksistensi adalah manifestasi dari Haqiqat al-Haqāiq, dan tidak ada sesuatu pun yang benar-benar terpisah dari Realitas Puncak tersebut. Kita hidup dalam lautan tajalliyat yang tak berkesudahan, dan mimpi (dalam pengertian spiritualnya) adalah salah satu cara utama bagi kita untuk menyadari dan mengalami kebenaran fundamental ini.

Mimpi, tajalli, dan Haqiqat al-Haqāiq adalah pilar-pilar esensial dalam kerangka pemahaman metafisika dan spiritual Islam, khususnya dalam tradisi Sufi. Mimpi, sebagai gerbang menuju alam al-khayal, menyediakan ruang di mana tajalli ilahi dapat dialami dan dicerap dalam bentuk simbolik. Tajalli adalah proses dinamis dari penampakan diri Realitas Ketuhanan, yang memungkinkan Haqiqat al-Haqāiq Esensi Ilahi yang tak terbatas untuk dikenal dan disaksikan dalam berbagai tingkatan. Keterkaitan ketiga konsep ini menggarisbawahi bahwa pemahaman sejati tentang Realitas Ketuhanan bukanlah pencarian intelektual yang kering, melainkan perjalanan transformasi pribadi yang mendalam, di mana pengalaman spiritual dan intuisi memainkan peran krusial dalam menyingkap tabir ilusi dan menghubungkan jiwa dengan Realitas dari Segala Realitas. Melalui lensa ini, kehidupan itu sendiri menjadi

sebuah mimpi agung yang dipenuhi dengan tajalliyat Ilahi, menuntun setiap penjelajah sejati kembali kepada Haqiqat al-Haqāiq yang mutlak.

### **Al-Ghazali: Hierarki Jiwa dan Perjalanan Mimpi**

#### **Jiwa dalam Hirarki: Nafs Ammārah, Lawwāmah, dan Muthma'innah**

Imam Abu Hamid Muhammad bin Muhammad al-Ghazali (w. 1111 M), seorang figur monumental dalam sejarah intelektual Islam, dikenal luas karena sumbangsuhnya yang mendalam dalam filsafat, teologi, hukum, dan tasawuf. Karyanya yang monumental, *Ihya' 'Ulum al-Din* (Kebangkitan Ilmu-Ilmu Agama), menyajikan sintesis komprehensif antara akal dan wahyu, menyoroti dimensi etika dan spiritualitas sebagai inti dari eksistensi manusia<sup>879</sup>. Dalam ranah psikologi spiritual, Al-Ghazali secara cermat menguraikan konsep *nafs* (jiwa atau diri) sebagai entitas sentral yang menentukan perjalanan spiritual individu, sebuah perjalanan yang ia gambarkan melalui hierarki tingkatan jiwa<sup>880</sup>. Konseptualisasi *nafs* oleh Al-Ghazali tidak hanya membahas fenomena internal, tetapi juga memberikan peta jalan bagi transformasi moral dan spiritual, yang menjadi prasyarat untuk memahami pengalaman batin yang lebih dalam, termasuk fenomena mimpi<sup>881</sup>.

Al-Ghazali memandang jiwa sebagai entitas dinamis yang memiliki potensi untuk naik atau turun, tergantung pada arah kecenderungan dan upaya individu<sup>882</sup>. Hierarki ini bukanlah sekadar

klasifikasi statis, melainkan sebuah spektrum evolusi psikospiritual yang mencerminkan perjuangan batin dan pemurnian diri (*tazkiyat al-nafs*).

### **1. Nafs Ammārah bi al-Sū' (Jiwa yang Mendorong pada Kejahatan)**

Tingkat terendah dalam hierarki adalah *Nafs Ammārah bi al-Sū'*, yang secara harfiah berarti "jiwa yang memerintahkan (atau mendorong) kepada kejahatan"<sup>883</sup>. Al-Ghazali mengidentifikasi *nafs* pada level ini sebagai diri yang belum terlatih dan masih didominasi oleh keinginan-keinginan rendah, nafsu duniawi, dan kecenderungan egoistik<sup>884</sup>. Ia adalah representasi dari keadaan manusia purba yang belum dibimbing oleh akal sehat atau kesadaran spiritual, cenderung mengikuti dorongan instingtif tanpa pertimbangan moral atau konsekuensi jangka panjang<sup>885</sup>. Al-Quran secara eksplisit menyebutkan sifat jiwa ini dalam Surah Yusuf ayat 53: "Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha Penyayang"<sup>886</sup>. Dalam pandangan Al-Ghazali, *Nafs Ammārah* adalah titik awal bagi setiap individu, di mana kesadaran spiritual masih samar dan dorongan fisik mendominasi<sup>887</sup>. Pergulatan dengan *Nafs Ammārah* memerlukan disiplin diri yang ketat dan upaya sadar untuk mengendalikan hawa nafsu<sup>888</sup>.

### **2. Nafs Lawwāmah (Jiwa yang Mencela Diri Sendiri)**

Tingkat selanjutnya dalam perkembangan jiwa adalah *Nafs Lawwāmah*, atau "jiwa yang mencela diri sendiri"<sup>889</sup>. Level ini menandai kemajuan signifikan dari *Nafs Ammārah*, di mana individu mulai mengembangkan kesadaran moral dan kemampuan untuk mengevaluasi tindakannya<sup>890</sup>. Al-Quran mengabadikan esensi *Nafs Lawwāmah* dalam Surah Al-Qiyamah ayat 2: "Dan aku bersumpah dengan jiwa yang amat menyesali (dirinya sendiri)"<sup>891</sup>. Jiwa pada tingkat ini merasakan penyesalan dan cercaan ketika melakukan kesalahan atau melanggar prinsip moral<sup>892</sup>. Perasaan bersalah ini berfungsi sebagai mekanisme internal yang mendorong individu untuk bertaubat, memperbaiki diri, dan menjauhi perbuatan yang tidak benar<sup>893</sup>. Al-Ghazali menganggap *Nafs Lawwāmah* sebagai fase krusial dalam perjalanan spiritual, karena ia menunjukkan adanya pertarungan batin antara dorongan kejahatan dan kesadaran akan kebaikan<sup>894</sup>. Meskipun masih rentan terhadap godaan, jiwa ini memiliki kemampuan untuk bangkit kembali dan berjuang menuju kesempurnaan<sup>895</sup>.

### **3. Nafs Muthma'innah (Jiwa yang Tenang dan Tenteram)**

Puncak pencapaian spiritual dalam hierarki Al-Ghazali adalah *Nafs Muthma'innah*, yaitu "jiwa yang tenang, tenteram, atau puas"<sup>896</sup>. Jiwa pada tingkat ini telah mencapai kedamaian batin yang mendalam, bebas dari gejolak nafsu dan keraguan<sup>897</sup>. Ia adalah hasil dari proses pemurnian yang konsisten, di mana individu telah berhasil menundukkan dorongan negatif dan menegakkan nilai-nilai spiritual dalam hidupnya<sup>898</sup>. Al-Quran menggambarkan *Nafs Muthma'innah* dalam Surah Al-Fajr ayat 27-30: "Wahai jiwa yang

tenang! Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang ridha lagi diridhai-Nya. Maka masuklah ke dalam golongan hamba-hamba-Ku, dan masuklah ke dalam surga-Ku"<sup>899</sup>. Al-Ghazali menjelaskan bahwa *Nafs Muthma'innah* adalah jiwa yang telah menemukan kedamaian sejati dalam ketaatan kepada Tuhan, ridha terhadap takdir-Nya, dan sepenuhnya berserah diri<sup>900</sup>. Individu dengan *Nafs Muthma'innah* tidak lagi digoyahkan oleh cobaan dunia, sebab hatinya telah kokoh berpegang pada kebenaran dan kebaikan, mencerminkan harmoni antara akal, hati, dan tindakan<sup>901</sup>. Pencapaian *Nafs Muthma'innah* adalah tujuan akhir dari *tazkiyat al-nafs*, yang memungkinkan jiwa untuk menerima ilham dan bimbingan ilahi, termasuk dalam bentuk pengalaman batin seperti mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*)<sup>902</sup>.

Konseptualisasi hierarki jiwa oleh Al-Ghazali, dari *Nafs Ammārah* yang didominasi nafsu, *Nafs Lawwāmah* yang penuh pergulatan dan penyesalan, hingga *Nafs Muthma'innah* yang mencapai ketenangan ilahi, menawarkan sebuah peta jalan yang mendalam bagi pengembangan psikospiritual manusia<sup>903</sup>. Ini bukan sekadar teori, melainkan panduan praktis untuk pemurnian diri yang berkelanjutan, menekankan pentingnya introspeksi, disiplin moral, dan dedikasi spiritual<sup>904</sup>. Pemahaman tentang tingkatan *nafs* ini krusial dalam konteks yang lebih luas mengenai perjalanan batin dan pengalaman esoteris, termasuk interpretasi mimpi, karena kondisi jiwa seseorang secara langsung memengaruhi kualitas dan kejelasan persepsi batiniah<sup>905</sup>. Dengan menginternalisasi ajaran Al-Ghazali, individu dapat memulai

perjalanan transformatif menuju kesadaran diri yang lebih tinggi dan kedekatan dengan Sang Pencipta, serta memahami bahwa setiap pengalaman batin, tak terkecuali mimpi, adalah refleksi dari kondisi jiwa yang terus berevolusi<sup>906</sup>. Warisan Al-Ghazali terus relevan hingga kini, membimbing umat manusia dalam upaya memahami misteri jiwa dan meraih kedamaian abadi<sup>907</sup>.

### **Mimpi sebagai Cermin Tingkatan Jiwa**

Fenomena mimpi telah memukau umat manusia sepanjang sejarah, melintasi batas-batas budaya dan peradaban. Dari ramalan ilahi hingga manifestasi alam bawah sadar, mimpi senantiasa menjadi subjek interpretasi dan perdebatan ilmiah maupun spiritual. Dalam konteks psiko-spiritual, khususnya dalam tradisi esoteris dan mistisisme Islam, mimpi tidak dipandang sekadar aktivitas neurologis acak selama tidur, melainkan sebagai cermin yang merefleksikan kedalaman dan tingkatan jiwa (nafs) seseorang, memberikan wawasan fundamental tentang kondisi internal dan perjalanan spiritualnya yang berkelanjutan<sup>908</sup>.

Secara ilmiah, mimpi telah dieksplorasi dari berbagai sudut pandang. Dalam psikologi, Sigmund Freud menganggap mimpi sebagai "jalan kerajaan menuju alam bawah sadar," menegaskan bahwa mimpi adalah manifestasi dari keinginan, konflik, dan represi yang tidak terselesaikan dalam diri individu<sup>909</sup>. Meskipun pandangan ini berpusat pada aspek psikopatologi, ia membuka pintu bagi pemahaman bahwa mimpi adalah ekspresi internal yang signifikan. Carl Gustav Jung, di sisi lain, memperluas perspektif ini

dengan memperkenalkan konsep ketidaksadaran kolektif dan arketipe, di mana mimpi tidak hanya merefleksikan pengalaman pribadi tetapi juga simbol-simbol universal yang terhubung dengan warisan psikis kemanusiaan<sup>910</sup>. Dalam pandangan Jung, mimpi berfungsi sebagai mekanisme kompensasi, menyeimbangkan kesadaran, dan memfasilitasi proses individuasi. Sementara itu, dari perspektif neurosains, mimpi dikaitkan erat dengan fase tidur REM (Rapid Eye Movement), ditandai oleh aktivitas otak yang tinggi di area korteks prefrontal dan limbik, yang berperan dalam emosi dan memori<sup>911</sup>. Meskipun pendekatan ini menjelaskan mekanisme fisiologis mimpi, ia seringkali gagal menjelaskan dimensi semantik dan makna transcendental yang terkandung dalam pengalaman onirika, meninggalkan ruang bagi interpretasi kualitatif dan spiritual.

Dalam tradisi Islam, jiwa atau *nafs* adalah entitas kompleks yang memiliki tingkatan atau stadium perkembangan spiritual. Konsep ini dijelaskan secara rinci oleh para filsuf dan sufi terkemuka seperti Imam Al-Ghazali dan Ibn Arabi<sup>912</sup>. Tingkatan *nafs* ini merepresentasikan perjalanan spiritual seorang individu dari kondisi terendah yang dikuasai hawa nafsu hingga mencapai pencerahan dan kedekatan ilahi. Secara umum, tingkatan *nafs* dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

1. ***Nafs al-Ammarah bi's-Su'*** (Jiwa yang Mengajak kepada Kejahatan): Jiwa pada tingkatan ini didominasi oleh keinginan fisik, egoisme, dan dorongan impulsif. Ia cenderung tunduk pada hasrat rendah dan melanggar batas-batas moral<sup>913</sup>.

2. ***Nafs al-Lawwamah*** (Jiwa yang Mencela): Jiwa ini mulai menyadari kesalahan dan kekurangannya. Meskipun masih rentan terhadap dosa, ia menyesali perbuatannya dan memiliki keinginan untuk memperbaiki diri. Ini adalah fase perjuangan batin antara kebaikan dan keburukan<sup>914</sup>.
3. ***Nafs al-Muthmainnah*** (Jiwa yang Tenang): Pada tingkatan ini, jiwa telah menemukan kedamaian, kepuasan, dan keyakinan dalam kebenaran. Ia telah mengatasi dorongan negatif dan sepenuhnya menyerah kepada kehendak ilahi. Ini adalah kondisi jiwa yang disebutkan dalam Al-Quran: "Hai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dengan rida dan diridai"<sup>915</sup>.
4. ***Nafs al-Radiyah*** (Jiwa yang Rida): Jiwa ini tidak hanya tenang tetapi juga rida terhadap segala ketetapan Tuhan, baik itu suka maupun duka. Ini adalah tingkatan penerimaan penuh dan kepasrahan total<sup>916</sup>.
5. ***Nafs al-Mardiyah*** (Jiwa yang Diridai): Jiwa ini telah mencapai kondisi di mana Tuhan merida perbuatannya dan dirinya. Ini adalah buah dari keridaan jiwa kepada Tuhan<sup>917</sup>.
6. ***Nafs al-Kamilah/Safiyah*** (Jiwa yang Sempurna/Murni): Ini adalah tingkatan tertinggi, di mana jiwa telah mencapai kesucian mutlak dan kesempurnaan spiritual, mencerminkan sifat-sifat ilahi sejauh kapasitas manusiawi<sup>918</sup>.

Mimpi, dalam tradisi ini, berfungsi sebagai cermin yang akurat untuk merefleksikan tingkatan-tingkatan jiwa tersebut. Karakteristik, simbolisme, dan nuansa emosional dalam mimpi

dapat memberikan petunjuk signifikan tentang kondisi *nafs* seseorang. Sebagai contoh, individu dengan ***Nafs al-Ammarah*** cenderung mengalami mimpi yang kacau, penuh kekerasan, ketakutan, pengejaran, atau manifestasi langsung dari keinginan duniawi yang tak terkendali<sup>919</sup>. Mimpi semacam ini seringkali terasa mengganggu, gelap, atau menampilkan simbol-simbol hewani yang agresif, mencerminkan dominasi ego dan insting dasar yang belum terolah.

Sebaliknya, mimpi yang dialami oleh individu dengan ***Nafs al-Lawwamah*** seringkali menampilkan tema perjuangan, pertobatan, atau konflik internal. Seseorang mungkin bermimpi tentang upaya mengatasi rintangan, membersihkan kotoran, atau menghadapi sosok gelap yang mewakili sisi bayangan diri<sup>920</sup>. Mimpi-mimpi ini, meskipun kadang tidak menyenangkan, adalah tanda kesadaran akan kekurangan diri dan dorongan menuju perbaikan. Rasa bersalah atau penyesalan yang dirasakan dalam mimpi dapat menjadi indikator *nafs* yang mulai mencela dirinya sendiri.

Ketika jiwa mencapai ***Nafs al-Muthmainnah***, pola mimpi akan berubah secara drastis. Mimpi cenderung lebih tenang, damai, dan seringkali diisi dengan simbol-simbol cahaya, keindahan alam, air jernih, atau pertemuan dengan sosok-sosok mulia seperti nabi atau orang saleh<sup>921</sup>. Mimpi-mimpi ini acapkali memberikan petunjuk, kedamaian batin, atau pengalaman spiritual yang mendalam, seperti merasakan kehadiran ilahi atau melihat tempat-tempat suci. Mimpi dalam tingkatan ini sering disebut sebagai *ru'ya sadiqah* (mimpi yang benar), yang dapat menjadi ilham atau kabar

gembira dari Tuhan, sebagaimana disebutkan dalam beberapa Hadis Nabi Muhammad SAW<sup>922</sup>. Bahkan, Nabi Yusuf AS sendiri memiliki kemampuan menafsirkan mimpi yang sangat terkait dengan petunjuk ilahi dan takdir<sup>923</sup>.

Pada tingkatan jiwa yang lebih tinggi seperti ***Nafs al-Radiyah*** dan ***Nafs al-Mardiyah***, mimpi dapat menjadi sarana komunikasi langsung dengan alam yang lebih tinggi, membawa pengetahuan esoteris, pencerahan, atau pengalaman *fana'* (lenyap dalam Tuhan)<sup>924</sup>. Mimpi-mimpi ini mungkin tidak lagi berisi narasi linear, melainkan pengalaman kesadaran murni atau visi simbolis yang sangat padat makna, yang hanya dapat diuraikan oleh mereka yang memiliki pemahaman spiritual mendalam.

Memahami mimpi sebagai cermin tingkatan jiwa memiliki implikasi praktis yang signifikan. Dengan menganalisis pola dan simbolisme mimpi secara cermat, individu dapat memperoleh wawasan berharga mengenai status spiritual mereka, area-area yang memerlukan perbaikan, dan progres yang telah dicapai dalam perjalanan *tazkiyatun nafs* (pembersihan jiwa)<sup>925</sup>. Ini memungkinkan seseorang untuk menyelaraskan tindakan sadarnya dengan kondisi batinnya, memfasilitasi pertumbuhan psikologis dan spiritual yang lebih holistik. Selain itu, pemahaman ini mendorong individu untuk tidak mengabaikan mimpi sebagai sekadar "gangguan tidur," melainkan sebagai pesan penting dari alam bawah sadar dan dalam pandangan spiritual dari alam ilahi.

Namun, interpretasi mimpi bukanlah tugas yang sederhana dan membutuhkan kehati-hatian. Simbol-simbol mimpi bersifat sangat

personal dan kontekstual, sehingga interpretasi yang akurat seringkali memerlukan bantuan dari penafsir yang berpengalaman atau pemahaman mendalam tentang diri sendiri<sup>926</sup>. Tidak semua mimpi adalah pesan ilahi; beberapa mungkin hanya refleksi dari peristiwa harian atau fluktuasi fisiologis. Oleh karena itu, kebijaksanaan diperlukan untuk membedakan antara mimpi yang signifikan secara spiritual dan mimpi yang bersifat sekunder.

Kajian multi-perspektif terhadap mimpi mengungkapkan bahwa fenomena onirika jauh melampaui sekadar aktivitas neurologis. Mimpi dapat menjadi jendela ke dalam labirin jiwa, merefleksikan tingkatan perkembangan spiritual seseorang dari dominasi hawa nafsu menuju ketenangan ilahi. Baik melalui lensa psikologi yang mengungkap konflik internal, maupun melalui epistemologi spiritual Islam yang memetakan tingkatan *nafs*, mimpi menawarkan sebuah peta jalan unik untuk perjalanan pemahaman diri dan transformasi spiritual. Dengan memberikan perhatian yang semestinya pada alam mimpi, manusia dapat memperoleh alat diagnostik dan panduan yang tak ternilai untuk mengarungi samodra eksistensi dan mencapai puncak kesempurnaan jiwa.

### **Ihya' Ulumuddin dan Simbolisme Mimpi dalam Jalan Tazkiyah**

Dalam khazanah intelektual dan spiritual Islam, karya monumental Imam Abu Hamid Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin* (Kebangkitan Ilmu-ilmu Agama), berdiri sebagai mercusuar yang menerangi jalan bagi umat manusia menuju pemurnian diri dan pemahaman sejati akan agama. Lebih dari sekadar kompendium hukum Islam atau etika moral, *Ihya'*

*Ulumuddin* menyajikan sebuah peta jalan komprehensif bagi *tazkiyah an-nafs* (pemurnian jiwa), sebuah proses transformatif yang melibatkan disiplin spiritual, kontemplasi mendalam, dan pemahaman esoteris. Di antara berbagai dimensi yang dibahasnya, Al-Ghazali juga menyentuh fenomena mimpi, menempatkannya bukan sebagai takhayul belaka, melainkan sebagai bagian integral dari perjalanan spiritual dan sumber isyarat ilahiah yang memiliki implikasi signifikan dalam proses *tazkiyah*<sup>927</sup>.

*Ihya' Ulumuddin* disusun dalam empat bagian utama, yang masing-masing berfokus pada dimensi-dimensi krusial dalam pembentukan individu Muslim yang utuh: ibadah, adat, hal-hal yang merusak (*muhlikat*), dan hal-hal yang menyelamatkan (*munjiyat*)<sup>928</sup>. Tujuan utama dari keseluruhan karya ini adalah membimbing pembaca untuk menghidupkan kembali "ilmu-ilmu agama" yang sejati yaitu, pengetahuan yang membawa kedekatan dengan Tuhan dan membersihkan hati dari segala penyakit. Konsep *tazkiyah an-nafs* adalah inti dari *Ihya'*, sebuah proses eliminasi sifat-sifat tercela (*madhmumah*) dan kultivasi sifat-sifat terpuji (*mahmudah*). Ini bukanlah sekadar ritualistik, melainkan perjalanan internal yang mendalam, menuntut *muhasabah* (introspeksi), *mujahadah* (perjuangan spiritual), dan *riyadhah* (latihan spiritual) secara konsisten<sup>929</sup>. Dalam kerangka inilah, Al-Ghazali secara cermat mengintegrasikan berbagai aspek kehidupan seorang salik (penempuh jalan spiritual), termasuk pengalaman-pengalaman non-rasional seperti mimpi.

Sejak masa awal Islam, mimpi telah diakui sebagai salah satu medium wahyu dan isyarat ilahiah. Al-Quran dan Hadis Nabi Muhammad SAW memberikan landasan bagi pemahaman ini. Kisah Nabi Yusuf dalam Al-Quran, di mana kemampuannya menafsirkan mimpi menjadi kunci pembebasan dan kedudukan tinggi, adalah bukti nyata akan signifikansi fenomena ini dalam tradisi Islam<sup>930</sup>. Nabi Muhammad SAW sendiri menyatakan bahwa "mimpi yang benar adalah salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian"<sup>931</sup>. Hadis lain membedakan tiga jenis mimpi: mimpi dari Allah (ruh-ya shadiqah), mimpi dari setan (ahlam), dan mimpi dari bisikan jiwa (hadith an-nafs)<sup>932</sup>.

Al-Ghazali, dengan ketajaman analitisnya, tidak mengabaikan fenomena mimpi ini. Dalam beberapa bagian *Ihya'*, khususnya yang berkaitan dengan *kitab al-muhasabah wa al-muraqabah* (tentang introspeksi dan pengawasan diri) dan *kitab al-tawakkul* (tentang tawakal), ia menyiratkan bahwa mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*) memiliki nilai epistemologis yang penting bagi seorang salik. Ia melihat mimpi sebagai jendela menuju alam gaib, sebuah medium di mana jiwa dapat menerima petunjuk atau peringatan dari Allah, terutama bagi mereka yang telah membersihkan hati mereka dari kotoran-kotoran duniawi<sup>933</sup>. Mimpi sejati, bagi Al-Ghazali, adalah refleksi dari kebenaran yang lebih tinggi, yang seringkali disampaikan melalui simbol-simbol yang memerlukan interpretasi bijaksana.

Dalam konteks jalan *tazkiyah*, simbolisme mimpi berfungsi sebagai barometer spiritual yang halus namun signifikan. Al-Ghazali

memahami bahwa hati yang bersih dan jiwa yang jernih lebih reseptif terhadap isyarat-isyarat ilahi, termasuk yang datang melalui mimpi. Seorang salik yang tekun dalam *mujahadah* dan *riyadhah* mungkin mengalami mimpi-mimpi yang berfungsi sebagai:

- **Peringatan dan Koreksi:** Mimpi bisa menjadi cermin yang menunjukkan penyakit-penyakit hati yang tersembunyi, dosa-dosa yang belum ditaubati, atau penyimpangan dari jalan yang benar<sup>934</sup>. Misalnya, mimpi tentang kegelapan atau binatang buas mungkin melambangkan sifat-sifat buruk seperti keserakahan, kemarahan, atau keangkuhan yang perlu diatasi.
- **Motivasi dan Peneguhan:** Sebaliknya, mimpi tentang cahaya, taman, atau bimbingan dari sosok mulia dapat memberikan dorongan spiritual, mengkonfirmasi kemajuan dalam *tazkiyah*, atau menginspirasi untuk lebih mendekatkan diri kepada Tuhan<sup>935</sup>. Mimpi semacam ini berfungsi sebagai validasi ilahi atas upaya spiritual yang sedang berlangsung.
- **Penyingkapan Realitas Gaib:** Bagi jiwa yang telah mencapai tingkat kesucian tertentu, mimpi dapat menyingkapkan sebagian dari realitas gaib atau memberikan wawasan tentang takdir yang akan datang, meskipun Al-Ghazali menekankan bahwa ini adalah anugerah khusus dan bukan tujuan utama dari *tazkiyah*<sup>936</sup>.
- **Pengujian dan Bimbingan:** Terkadang, mimpi dapat menjadi ujian bagi salik, menguji keteguhan imannya atau memberikan

petunjuk tentang langkah selanjutnya dalam perjalanan spiritual mereka, meskipun bimbingan utama tetap berasal dari Al-Quran, Sunnah, dan bimbingan guru spiritual yang kompeten.

Penting untuk dicatat bahwa Al-Ghazali sangat berhati-hati dalam menafsirkan mimpi. Ia menegaskan bahwa kemampuan menafsirkan mimpi yang benar (*ta'bir al-ru'ya*) adalah ilmu yang langka dan memerlukan pengetahuan yang mendalam tentang syariat, psikologi manusia, dan intuisi ilahi<sup>937</sup>. Tanpa kualifikasi ini, penafsiran mimpi bisa menyesatkan dan bahkan membahayakan. Oleh karena itu, ia menekankan agar penafsiran mimpi tidak dijadikan sandaran utama dalam *tazkiyah*, melainkan sebagai pelengkap atau konfirmasi bagi ajaran-ajaran syariat yang jelas dan pengalaman spiritual yang mapan.

Integrasi simbolisme mimpi ke dalam kerangka *tazkiyah* dalam *Ihya' Ulumuddin* menunjukkan pendekatan holistik Al-Ghazali terhadap pertumbuhan spiritual. Ini menegaskan bahwa perjalanan spiritual tidak hanya melibatkan aspek kognitif dan perilaku, tetapi juga dimensi bawah sadar dan non-rasional. Mimpi, dalam pandangan Al-Ghazali, adalah salah satu cara jiwa manusia berkomunikasi dengan alam semesta yang lebih luas, termasuk dengan Kehendak Ilahi.

Implikasi praktisnya adalah bahwa seorang salik tidak boleh mengabaikan pengalaman mimpinya, tetapi juga tidak boleh terpaku padanya.

Sebaliknya, mereka didorong untuk merefleksikan mimpi-mimpi mereka dalam konteks perjalanan *tazkiyah* mereka, menggunakan

isyarat-isyarat tersebut untuk memperkuat *muhasabah* dan mengarahkan *mujahadah* mereka. Namun, interpretasi harus selalu dilakukan dengan hati-hati dan, idealnya, di bawah bimbingan seorang mursyid (pembimbing spiritual) yang bijaksana dan berpengetahuan<sup>938</sup>. Mimpi menjadi salah satu "tanda" (*ayat*) bagi mereka yang merenung, yang memperkaya pemahaman mereka tentang diri dan hubungan mereka dengan Tuhan, mempertegas bahwa jalan *tazkiyah* adalah perjalanan yang meliputi seluruh aspek keberadaan manusia. Dalam keseluruhan karya *Ihya' Ulumuddin*, Imam Al-Ghazali menyajikan sebuah blueprint yang tak tertandingi untuk kebangkitan spiritual dan moral. Di dalam kerangka yang komprehensif ini, simbolisme mimpi mengambil tempatnya sebagai salah satu isyarat ilahiah yang, meskipun halus dan seringkali ambigu, dapat memberikan wawasan penting bagi seorang salik dalam perjalanan *tazkiyah* mereka. Mimpi-mimpi yang benar, dalam pandangan Al-Ghazali, adalah cerminan dari keadaan jiwa, peringatan dari Allah, atau dorongan untuk kemajuan spiritual.

Mereka berfungsi sebagai pelengkap dalam disiplin *muhasabah* dan *mujahadah*, membantu individu untuk memahami lebih dalam diri mereka sendiri dan mendekat kepada Sang Pencipta. Dengan demikian, Al-Ghazali menempatkan mimpi sebagai bagian integral dari ilmu-ilmu agama yang dihidupkan kembali, memberikan dimensi lain pada pemurnian hati dan jiwa menuju *ma'rifah* (pengenalan ilahi) yang sejati.

## **Mi'raj Spiritual sebagai Model Mimpi Transenden**

Pencarian manusia akan makna, realitas yang lebih tinggi, dan pengalaman transenden merupakan inti dari banyak tradisi spiritual dan penyelidikan filosofis. Dalam konteks ini, Mi'raj Nabi Muhammad S.A.W. berdiri sebagai narasi sentral dalam tradisi Islam, seringkali dipahami sebagai perjalanan fisik dan spiritual yang luar biasa melintasi dimensi-dimensi kosmis untuk berjumpa dengan Ilahi<sup>939</sup>. Namun, melampaui interpretasi historis literal, Mi'raj juga dapat dikaji sebagai arketipe mendalam untuk memahami fenomena mimpi transenden suatu pengalaman kesadaran yang melampaui batas-batas sensorik dunia fisik, menawarkan wawasan mendalam, pencerahan spiritual, atau bahkan komunikasi metafisik. Esai ini bertujuan untuk mengelaborasi Mi'raj spiritual sebagai model konseptual bagi mimpi transenden, mengeksplorasi dimensi fenomenologisnya dan implikasinya terhadap pemahaman kesadaran spiritual manusia.

### ○ **Mi'raj Spiritual: Konseptualisasi dan Dimensi Inti**

Secara tradisional, Mi'raj dipahami sebagai perjalanan Isra' (perjalanan malam dari Mekah ke Baitul Maqdis) dan Mi'raj (kenaikan dari Baitul Maqdis melalui tujuh lapis langit hingga Sidrat al-Muntaha) yang dialami oleh Nabi Muhammad S.A.W.<sup>940</sup>. Meskipun perdebatan tentang sifat fisik atau spiritual perjalanan ini telah ada sejak awal sejarah Islam, perspektif fenomenologis memungkinkan kita untuk mengkaji Mi'raj bukan hanya sebagai peristiwa sejarah, melainkan sebagai pengalaman kesadaran puncak (peak experience) yang sarat makna simbolis dan implikasi

transendental<sup>941</sup>. Mi'raj spiritual, dalam konteks ini, mengacu pada esensi pengalaman ascensional yaitu, peningkatan kesadaran, penyingkapan tabir realitas, dan pencapaian tingkat kedekatan yang luar biasa dengan dimensi Ilahi. Ini adalah perjalanan batin yang membebaskan individu dari batasan material dan temporal, memungkinkan akses ke pengetahuan intuitif dan kebenaran universal<sup>942</sup>. Ayat-ayat Al-Qur'an seperti Surah Al-Isra' (17:1) secara eksplisit menyebutkan perjalanan malam ini, "Maha Suci Allah, yang telah memperjalankan hamba-Nya pada suatu malam dari Al Masjidil Haram ke Al Masjidil Aqsa yang telah Kami berkahi sekelilingnya agar Kami perlihatkan kepadanya sebagian dari tanda-tanda (kekuasaan) Kami..."<sup>943</sup>. Demikian pula, Surah An-Najm (53:1-18) menggambarkan pengalaman visual Nabi Muhammad S.A.W. atas tanda-tanda kebesaran Tuhan di Sidrat al-Muntaha, sebuah titik batas pengetahuan manusia<sup>944</sup>.

- **Mimpi Transenden: Karakteristik dan Signifikansi**

Mimpi transenden berbeda dari mimpi biasa yang seringkali merupakan refleksi acak dari pikiran bawah sadar atau pengalaman harian. Mimpi transenden dicirikan oleh intensitas, kejelasan, koherensi naratif, dan seringkali kandungan simbolis yang kaya, yang memberikan wawasan mendalam, bimbingan spiritual, peringatan, atau bahkan pengalaman langsung tentang realitas non-fisik<sup>945</sup>. Dalam psikologi transpersonal, mimpi-mimpi semacam ini sering dikaitkan dengan akses ke alam bawah sadar kolektif (collective unconscious) yang diusulkan oleh Carl Jung, di mana arketipe-arketipe universal dan simbol-simbol primordial

bersemayam dan dapat muncul dalam bentuk mimpi<sup>946</sup>. Dari perspektif spiritual, berbagai tradisi mengakui mimpi sebagai saluran komunikasi ilahi atau medium untuk penerimaan wahyu, seperti dalam kasus mimpi Nabi Yusuf A.S. yang tercatat dalam Al-Qur'an<sup>947</sup>. Mimpi transenden seringkali meninggalkan dampak transformatif yang abadi pada individu, mengubah persepsi mereka tentang realitas, tujuan hidup, dan hubungan mereka dengan yang Ilahi. Mereka bisa menjadi momen epifani yang memicu pertumbuhan spiritual, penyembuhan, atau pemecahan masalah yang kompleks<sup>948</sup>.

- **Mi'raj Spiritual sebagai Arketipe dan Model Mimpi Transenden**

Koneksi antara Mi'raj spiritual dan mimpi transenden menjadi jelas ketika kita mengkaji elemen-elemen fundamental dari kedua fenomena tersebut. Mi'raj spiritual dapat dianggap sebagai arketipe atau paradigma utama dari pengalaman transenden dalam kesadaran, yang menyediakan kerangka kerja untuk memahami sifat dan potensi mimpi transenden.

Pertama, **perjalanan dan pendakian** adalah tema sentral pada keduanya. Mi'raj adalah perjalanan vertikal melalui dimensi-dimensi keberadaan, melambangkan pendakian kesadaran dari alam fisik ke alam spiritual yang lebih tinggi<sup>949</sup>. Demikian pula, mimpi transenden seringkali mengambil bentuk "perjalanan" ke tempat-tempat yang tidak dikenal, pertemuan dengan entitas spiritual, atau eksplorasi dimensi batin yang melampaui ego sadar.

Kedua, **penyingkapan dan pengetahuan intuitif** adalah tujuan utama. Dalam Mi'raj, Nabi Muhammad S.A.W. menerima perintah-

perintah dan menyaksikan tanda-tanda kebesaran Tuhan yang tidak dapat diakses dalam keadaan normal<sup>950</sup>. Mimpi transenden juga berfungsi sebagai wahana untuk memperoleh pengetahuan yang tidak dapat diakses melalui rasio biasa wawasan tentang diri, alam semesta, atau petunjuk untuk masa depan<sup>951</sup>. Ini adalah bentuk gnosis (pengetahuan langsung) yang melampaui kognisi empiris.

Ketiga, **transformasi kesadaran** adalah konsekuensi inheren. Pengalaman Mi'raj secara fundamental mengubah Nabi, memberinya pemahaman yang lebih dalam tentang kebenaran ilahi dan tugas kenabiannya. Mimpi transenden juga seringkali merupakan katalisator perubahan mendalam, memicu individu untuk menata ulang nilai-nilai mereka, mengubah perilaku, atau memperdalam komitmen spiritual mereka<sup>952</sup>. Dampak transformatif ini menegaskan bahwa mimpi-mimpi ini bukan sekadar fantasi mental, melainkan pengalaman realitas yang memiliki validitas spiritual dan psikologis.

Keempat, **melampaui batasan ruang dan waktu**. Mi'raj terjadi di luar batasan fisik dan temporal yang konvensional, menunjukkan kemampuan kesadaran untuk melampaui dimensi material<sup>953</sup>. Fenomena serupa juga sering terjadi dalam mimpi transenden, di mana individu dapat mengalami peristiwa yang terjadi di masa lalu atau masa depan, berkomunikasi dengan entitas di alam lain, atau merasakan ekstensi diri yang melampaui batas tubuh fisik<sup>954</sup>. Dengan demikian, Mi'raj spiritual menjadi model ideal yang menunjukkan kapasitas bawaan kesadaran manusia untuk mengalami realitas di luar batasan fisik yang tampak.

Memahami Mi'raj spiritual sebagai model mimpi transenden memiliki beberapa implikasi mendalam bagi pengembangan kesadaran spiritual.

Pertama, ia memvalidasi pengalaman subjektif. Dengan mengaitkan pengalaman transenden Nabi sebagai arketipe, ia memberikan kerangka bagi individu untuk memahami dan mengintegrasikan mimpi-mimpi luar biasa mereka sebagai bagian yang sah dari perjalanan spiritual<sup>955</sup>. Ini dapat membantu mengurangi skeptisisme internal atau eksternal terhadap nilai dan kebenaran pengalaman mimpi yang mendalam.

Kedua, ia mendorong eksplorasi batin. Jika Mi'raj adalah model untuk pendakian spiritual, maka praktik-praktik seperti meditasi, kontemplasi, dan bahkan teknik mimpi jernih (lucid dreaming) dapat dilihat sebagai upaya untuk meniru atau memfasilitasi pengalaman arketipal ini dalam kesadaran individu<sup>956</sup>. Ini membuka jalan bagi pendekatan yang sistematis terhadap pengembangan kesadaran melalui alam mimpi, memungkinkannya menjadi arena untuk pertumbuhan spiritual dan penemuan diri.

Ketiga, ia menekankan potensi transformatif. Mi'raj bukan hanya sebuah peristiwa, melainkan sebuah proses transformasi. Mengakui ini dalam konteks mimpi transenden berarti bahwa pengalaman-pengalaman malam hari yang mendalam harus dipandang sebagai peluang untuk perubahan pribadi yang signifikan, bukan sekadar hiburan mental. Ini memotivasi individu untuk merenungkan makna mimpi mereka dan mengintegrasikan wawasan yang diperoleh ke dalam kehidupan sadar mereka<sup>957</sup>.

Keempat, ia memperluas definisi realitas. Pengalaman Mi'raj menegaskan adanya dimensi realitas yang lebih luas dan lebih dalam daripada yang dapat dipersepsi oleh indra fisik. Ketika Mi'raj spiritual dijadikan model untuk mimpi transenden, ini memperkuat pemahaman bahwa alam mimpi dapat menjadi jembatan menuju realitas non-fisik ini, menantang pandangan materialistik semata tentang keberadaan dan membuka pikiran terhadap kemungkinan-kemungkinan metafisik<sup>958</sup>.

Mi'raj spiritual Nabi Muhammad S.A.W., ketika dikaji dari perspektif fenomenologis sebagai pengalaman kesadaran puncak, berfungsi sebagai model arketipal yang kuat untuk memahami hakikat dan potensi mimpi transenden. Kedua fenomena ini berbagi karakteristik esensial seperti perjalanan ascensional, penyingkapan pengetahuan intuitif, transformasi kesadaran, dan kemampuan melampaui batasan ruang dan waktu. Dengan mengadopsi Mi'raj spiritual sebagai lensa untuk mengkaji mimpi transenden, kita tidak hanya memberikan validasi terhadap pengalaman-pengalaman subjektif yang mendalam, tetapi juga membuka jalan bagi eksplorasi yang lebih luas terhadap kapasitas manusia untuk mencapai kesadaran yang melampaui batas-batas biasa. Pemahaman ini mengundang kita untuk merenungkan kembali ontologi mimpi dan peran sentralnya dalam perjalanan spiritual individu menuju kebenaran Ilahi dan pemahaman diri yang lebih utuh, menjadikannya bidang yang kaya untuk penelitian interdisipliner lebih lanjut antara teologi, psikologi, dan studi kesadaran.

## **Al-Haqīqah, al-Majāz, dan Penyingkapan Ruhani**

Dalam khazanah pemikiran Islam, terutama dalam tradisi filsafat, tasawuf, dan kalam, dikotomi antara al-Haqīqah (realitas/kebenaran hakiki) dan al-Majāz (metafora/symbolisme) merupakan fondasi epistemologis dan ontologis yang krusial. Konsep-konsep ini tidak sekadar menunjukkan perbedaan antara makna literal dan figuratif dalam bahasa, melainkan juga merepresentasikan tingkatan realitas dan mode persepsi yang berbeda terhadap alam semesta dan keberadaan Ilahi<sup>959</sup>. Pemahaman mendalam tentang *al-Haqīqah* dan *al-Majāz* menjadi kunci untuk menyingkap rahasia-rahasia eksistensi, termasuk fenomena penyingkapan ruhani dan interpretasi simbol-simbol yang muncul dalam mimpi.

*Al-Haqīqah*, dalam konteks ini, merujuk pada realitas mutlak, esensi yang tak terjangkau oleh indra lahiriah, atau kebenaran fundamental yang mendasari segala sesuatu. Ia adalah realitas Ilahi itu sendiri, yang seringkali dijelaskan dalam Al-Qur'an sebagai Yang Maha Haq, Sumber segala kebenaran dan eksistensi<sup>960</sup>. Para sufi, khususnya, memandang *al-Haqīqah* sebagai Realitas Tunggal (Wahdat al-Wujud) atau Tuhan itu sendiri, yang dari-Nya segala manifestasi muncul<sup>961</sup>. Mengenali *al-Haqīqah* berarti menembus lapisan-lapisan penampakan (fenomena) untuk mencapai esensi abadi yang tersembunyi. Proses untuk mencapai pemahaman atau pengalaman langsung terhadap *al-Haqīqah* inilah yang dikenal sebagai *penyingkapan ruhani* (kasyaf, musyahadah, atau ilham),

sebuah pengalaman di mana hijab-hijab duniawi terangkat, memungkinkan jiwa untuk menyaksikan kebenaran transenden.

Di sisi lain, *al-Majāz* adalah medium atau cara di mana *al-Haqīqah* bermanifestasi dan dapat dipahami oleh manusia dengan keterbatasan persepsinya. Ia adalah metafora, simbol, alegori, atau bahkan bahasa literal yang digunakan untuk menunjuk pada makna yang lebih dalam dan tak terkatakan. Alam semesta itu sendiri dapat dipandang sebagai *majāz* dari *al-Haqīqah* Ilahi, di mana setiap ciptaan adalah "ayat" atau tanda yang menunjuk kepada Penciptanya. Peran *al-Majāz* bukanlah untuk menipu atau menyembunyikan kebenaran, melainkan sebagai jembatan kognitif dan spiritual. Tanpa *al-Majāz*, *al-Haqīqah* akan tetap tak terakses sepenuhnya bagi manusia yang terikat pada dimensi fisik. Oleh karena itu, *penyingkapan ruhani* bukan sekadar melampaui *majāz*, tetapi seringkali juga melibatkan kemampuan untuk melihat *al-Haqīqah melalui al-Majāz*, yaitu memahami makna esensial di balik simbol dan penampilan lahiriah<sup>962</sup>. Ini adalah hermeneutika spiritual yang menuntut intuisi dan pemurnian hati.

### **Membedakan Simbol dan Realitas dalam Mimpi**

Salah satu arena paling menonjol di mana dialektika *al-Haqīqah* dan *al-Majāz* teraktualisasi secara intens adalah dalam penafsiran mimpi. Mimpi seringkali bukan sekadar refleksi acak dari pikiran bawah sadar, melainkan dapat menjadi bentuk *penyingkapan ruhani* minor atau pesan Ilahi yang disampaikan melalui bahasa simbolis. Dalam tradisi Islam, mimpi

yang benar (*ru'ya ṣādiqa*) dianggap sebagai salah satu bagian dari kenabian atau bentuk komunikasi dari alam gaib<sup>963</sup>. Namun, sifat komunikasi ini hampir selalu bersifat *majāz*, bukan *haqīqah* secara literal.

Membedakan simbol dari realitas dalam mimpi merupakan ilmu (*ilm al-ta'bir*) yang kompleks dan mendalam. Apa yang terlihat dalam mimpi misalnya, seekor binatang aneh, sebuah bangunan roboh, atau percakapan dengan sosok tertentu jarang sekali merupakan realitas literal yang akan terjadi. Sebaliknya, setiap elemen dalam mimpi adalah *majāz*, sebuah representasi simbolis yang perlu ditafsirkan untuk mengungkap *haqīqah* atau pesan mendalam di baliknya<sup>964</sup>. Seekor singa dalam mimpi, misalnya, mungkin tidak merujuk pada singa sungguhan, tetapi pada karakteristik seperti keberanian, kekuatan, atau bahkan seorang penguasa zalim, tergantung pada konteks mimpi dan keadaan si pemimpi<sup>965</sup>.

Proses penafsiran mimpi, atau *ta'bir al-ru'ya*, adalah upaya untuk menembus lapisan *majāz* (simbol-simbol visual, naratif, dan emosional) menuju *al-Haqīqah* (pesan, peringatan, kabar gembira, atau petunjuk esensial) yang terkandung di dalamnya. Ini membutuhkan bukan hanya pengetahuan tentang simbol-simbol umum dan konteks budaya, tetapi juga kebijaksanaan, intuisi yang tajam, dan kebersihan spiritual dari penafsir<sup>966</sup>. Tanpa kemampuan untuk melihat *al-Haqīqah* di balik *al-Majāz*, mimpi hanya akan menjadi serangkaian gambaran yang membingungkan atau bahkan menyesatkan. Oleh karena itu, mimpi adalah manifestasi paradoks

dari *penyingkapan ruhani*: ia memberikan akses ke realitas yang lebih tinggi, namun dalam format yang membutuhkan dekonstruksi simbolis yang cermat.

Pembedaan dan interkoneksi antara *al-Haqīqah* dan *al-Majāz* bukanlah sekadar latihan linguistik, melainkan kerangka kerja filosofis dan spiritual yang esensial dalam pemikiran Islam. Konsep ini memungkinkan manusia untuk memahami bahwa realitas mutlak (*al-Haqīqah*) seringkali tersembunyi di balik bungkus simbolis (*al-Majāz*), baik dalam manifestasi alam semesta maupun dalam pengalaman pribadi seperti mimpi. Penyingkapan ruhani, baik secara langsung maupun melalui interpretasi mimpi, adalah proses pencerahan yang bergantung pada kemampuan untuk menembus selubung *majāz* dan menangkap *al-Haqīqah* yang sejati, membawa manusia lebih dekat kepada pemahaman Ilahi dan kebenaran eksistensial.

### **Membedakan Simbol dan Realitas dalam Mimpi**

Tradisi Islam yang kaya senantiasa mendorong pencarian makna yang mendalam, tidak hanya pada tataran teks sakral, tetapi juga pada fenomena eksistensi secara keseluruhan. Di jantung upaya ini, terbentanglelah penafsiran simbolik, sebuah metode hermeneutika yang berusaha menyingkap dimensi batin dan esoteris di balik realitas zahir. Dalam ranah tasawuf, penafsiran ini mencapai puncaknya melalui apa yang dikenal sebagai tafsir sufistik, atau lebih spesifik lagi, *ta'wil* upaya untuk mengembalikan makna kepada sumber asalnya yang ilahi dan tersembunyi. Dari sekian

banyak karya yang mengusung corak penafsiran ini, *Al-Futuh al-Makkiyya* (Pembukaan-Pembukaan Mekkah) karya Syekh al-Akbar Muhyiddin Ibn Arabi berdiri sebagai mercusuar yang tak tertandingi, sebuah ensiklopedia spiritual yang secara fundamental dibentuk oleh mode penafsiran simbolik ini.

Penafsiran simbolik dalam Sufisme berakar pada premis bahwa realitas, baik yang terungkap dalam wahyu maupun alam semesta, bersifat berlapis dan multi-dimensi. Teks-teks suci seperti Al-Quran dan Hadis, serta segala sesuatu di alam ini, dipandang bukan sekadar entitas literal atau fisik, melainkan *ayat* (tanda-tanda) atau *isharat* (isyarat) yang menunjuk kepada kebenaran-kebenaran transenden. Berbeda dengan *tafsir* yang cenderung berpegang pada makna lahiriah (*zahir*), *ta'wil* mengupayakan penyingkapan makna batin (*batin*) yang tersembunyi, yang hanya dapat diakses melalui pemahaman intuitif dan pengalaman spiritual<sup>967</sup>.

Para penafsir Sufi meyakini bahwa setiap huruf, kata, dan narasi dalam Al-Quran memiliki lapisan makna yang melampaui pemahaman literal. Makna-makna ini tidak kontradiktif dengan makna lahiriah, melainkan melengkapinya, memperkaya pemahaman dan membimbing individu menuju realisasi spiritual. Al-Quran sendiri seringkali mendorong pembaca untuk merefleksikan tanda-tanda Allah, seperti yang ditegaskan dalam firman-Nya: "Dan pada dirimu sendiri, apakah kamu tidak memperhatikan?" (QS. Az-Zariyat: 21)<sup>968</sup>. Ayat ini mengindikasikan bahwa manusia, sebagai mikrokosmos, adalah juga sebuah simbol yang mengandung kebenaran-kebenaran ilahi. Penafsiran simbolik,

oleh karena itu, merupakan jembatan antara dunia fenomena dan dunia noumena, antara yang terlihat dan yang tak terlihat, demi mencapai pemahaman holistik tentang Keesaan Ilahi (*Tawhid*)<sup>969</sup>.

Ibn Arabi (w. 1240 M), seorang tokoh sentral dalam sejarah pemikiran Islam, adalah maestro penafsiran simbolik. Karyanya yang paling terkenal, *Al-Futuhat al-Makkiyya*, merupakan sintesis luar biasa dari kosmologi, metafisika, filsafat, fiqh, dan tasawuf yang ditulis dalam bentuk narasi spiritual yang luas. Judul "Pembukaan-Pembukaan Mekah" itu sendiri menyiratkan sebuah proses penyingkapan atau iluminasi spiritual yang dialaminya di kota suci Mekah, di mana pemahaman-pemahaman mendalam tentang alam semesta, Tuhan, dan manusia diungkapkan kepadanya<sup>970</sup>.

Dalam *Futuhat*, Ibn Arabi secara konsisten menerapkan penafsiran simbolik. Baginya, seluruh alam semesta adalah sebuah "buku besar" (*kitāb takwini*) yang ayat-ayatnya adalah manifestasi simbolis dari Nama-nama dan Sifat-sifat Ilahi. Setiap entitas, dari atom terkecil hingga galaksi terjauh, dari fenomena alam hingga ritual keagamaan, dipandang sebagai *ayat* yang menunjuk kepada Realitas Mutlak<sup>971</sup>. Misalnya, ia menafsirkan huruf-huruf Arab, angka, bahkan ritual haji bukan hanya sebagai bentuk lahiriah, tetapi sebagai simbol dari tahapan-tahapan spiritual dan realitas metafisik yang lebih tinggi. Air, api, tanah, dan udara tidak hanya dipandang sebagai elemen fisik, melainkan sebagai personifikasi dari atribut-atribut Ilahi dan keadaan-keadaan jiwa<sup>972</sup>.

Penafsiran simbolik dalam *Futuhat* beroperasi melalui dua mekanisme utama: pertama, menghubungkan fenomena eksoteris

dengan makna esoterisnya; kedua, melihat segala sesuatu sebagai manifestasi dari Keesaan Ilahi. Ibn Arabi sering kali bergerak dari "yang plural" menuju "yang tunggal," menyingkap bagaimana keragaman alam semesta adalah pantulan dari kesatuan fundamental.

Salah satu domain utama penafsiran simbolik Ibn Arabi adalah **manusia itu sendiri**. Konsep *Insan Kamil* (Manusia Sempurna) adalah puncak dari penafsiran simbolik terhadap keberadaan manusia sebagai mikrokosmos yang mencerminkan seluruh realitas makrokosmos Ilahi<sup>973</sup>. Adam, misalnya, bukan hanya dipandang sebagai individu pertama, tetapi sebagai arketipe yang melambangkan keseluruhan kemanusiaan, yang di dalamnya terhimpun semua Nama dan Atribut Tuhan.

Selain itu, Ibn Arabi juga secara ekstensif menafsirkan **ayat-ayat Al-Quran dan Hadis Nabi** secara simbolik. Misal, perintah shalat bukan hanya diartikan sebagai gerakan ritual, tetapi sebagai komunikasi mendalam jiwa dengan Tuhan, sebuah *mi'raj* (kenaikan) pribadi yang mengarah pada penyucian batin dan penyaksian Ilahi. Puasa tidak hanya diartikan sebagai menahan diri dari makan dan minum, melainkan sebagai pengekangan nafsu yang lebih luas, sebuah latihan untuk memurnikan jiwa dari keterikatan duniawi<sup>974</sup>. Bahkan, kisah-kisah para nabi dan peristiwa sejarah ditafsirkan sebagai alegori yang mengungkapkan prinsip-prinsip spiritual universal dan perjalanan jiwa menuju realisasi.

Penafsiran ini bukan semata-mata latihan intelektual, melainkan sebuah proses spiritual yang memerlukan *kashf* (penyingkapan)

dan *ilham* (inspirasi) dari Tuhan. Ibn Arabi sendiri menekankan bahwa banyak wawasan dalam *Futuhāt* berasal dari pengalaman visioner dan pengetahuan yang dianugerahkan secara langsung oleh Tuhan, bukan hanya dari penalaran rasional<sup>975</sup>. Ini menggarisbawahi sifat epistemologi Sufi yang mengandalkan iluminasi batin sebagai sumber pengetahuan yang sah.

Penafsiran simbolik, sebagaimana dicontohkan dalam *Al-Futuhāt al-Makkiyya*, memiliki signifikansi yang mendalam bagi pemahaman Islam dan perjalanan spiritual. Pertama, ia memperkaya pemahaman terhadap wahyu, mengungkapkan lapisan-lapisan makna yang memungkinkan adaptasi interpretatif lintas waktu dan konteks, tanpa mengorbankan inti kebenaran. Kedua, ia berfungsi sebagai alat integral untuk perjalanan spiritual, memandu individu dari pemahaman lahiriah menuju realisasi batin. Dengan melihat dunia sebagai kumpulan simbol, seorang salik diajak untuk senantiasa mengingat Realitas Ilahi yang termanifestasi dalam segala sesuatu, sehingga setiap aspek kehidupan menjadi medan kontemplasi dan dzikir<sup>976</sup>.

Ketiga, penafsiran ini mempromosikan pandangan dunia yang koheren dan holistik, di mana tidak ada pemisahan antara yang sakral dan yang profan, antara Tuhan dan alam semesta. Segala sesuatu adalah *ayat*, sebuah tanda yang menunjuk kepada Sumber Asal. Model penafsiran ini telah memengaruhi banyak pemikir Sufi setelah Ibn Arabi dan terus menjadi sumber inspirasi bagi mereka yang mencari pengertian lebih dalam tentang hubungan antara Tuhan, manusia, dan alam semesta. Meskipun terkadang dikritik karena subyektivitasnya atau potensi penyimpangan dari makna

literal, dalam kerangka tradisi Sufi, penafsiran simbolik adalah metode yang sah dan vital untuk mencapai kedekatan spiritual dan pemahaman autentik.

Penafsiran simbolik adalah pilar utama dalam tradisi tafsir sufistik, yang bertujuan menyingkap makna-makna batiniah di balik teks-teks sakral dan fenomena alam. *Al-Futuh al-Makkiyya* karya Ibn Arabi adalah bukti monumental dari kedalaman dan keluasan aplikasi metode ini. Melalui *Futuh*, Ibn Arabi tidak hanya menyajikan sebuah kosmologi metafisik yang menyeluruh, tetapi juga sebuah paradigma hermeneutika di mana segala sesuatu dari huruf Al-Quran hingga eksistensi manusia dipandang sebagai simbol yang menunjuk kepada Realitas Ilahi yang tak terbatas. Penafsiran ini bukan sekadar latihan intelektual, melainkan sebuah jalan spiritual yang membuka "pembukaan-pembukaan" batin, memungkinkan realisasi Keesaan Ilahi dalam setiap aspek keberadaan. Warisan penafsiran simbolik Ibn Arabi terus menginspirasi pencarian makna transenden dan memperkaya pemahaman kita tentang dimensi esoteris Islam.

### **Penafsiran Simbolik dalam Futuh dan Tafsir Sufistik**

Mimpi, fenomena universal yang melampaui batas budaya dan peradaban, telah lama menjadi subjek interpretasi dan spekulasi, mulai dari perspektif psikologis hingga spiritual dan profetik. Dalam tradisi keilmuan Islam, mimpi tidak hanya dipandang sebagai produk aktivitas bawah sadar atau refleksi pengalaman harian semata, melainkan juga sebagai jendela menuju dimensi realitas yang lebih subtil dan hakiki. Esai ini mengelaborasi hipotesis bahwa

hakikat, sebagai kebenaran ontologis dan epistemologis, merupakan tujuan ruhaniyah intrinsik dari pengalaman mimpi, yang pada puncaknya mengarahkan individu menuju pengenalan *al-Haqq* Kebenaran Mutlak atau Tuhan. Pendekatan ini menggabungkan lensa filsafat, tasawuf, dan psikologi Islam untuk menguraikan dinamika kompleks antara alam mimpi dan pencarian kebenaran ilahiah<sup>977</sup>.

Secara ontologis, mimpi dapat dikategorikan menjadi beberapa jenis dalam pandangan Islam, mencakup mimpi yang bersifat ilahiah (Ru'ya Sadiqah), mimpi yang berasal dari aktivitas pikiran (Hadith al-Nafs), dan mimpi yang bersifat setan (Hulm)<sup>978</sup>. Dari ketiga kategori ini, Ru'ya Sadiqah atau mimpi sejati menempati posisi sentral karena kemampuannya untuk mengkomunikasikan pesan dan isyarat dari alam gaib, yang seringkali merepresentasikan *hakikat* suatu perkara yang belum terungkap di alam nyata<sup>979</sup>. Para sufi dan filosof Muslim, seperti Ibn al-'Arabi, memandang alam mimpi sebagai manifestasi dari *'alam al-mithal* (alam citra atau alam imajinasi), sebuah alam barzakhiah yang menjadi jembatan antara alam ruh dan alam jasad, di mana realitas-realitas abstrak termanifestasi dalam bentuk simbol dan citra<sup>980</sup>. Di sini, mimpi berfungsi sebagai modus penerimaan informasi yang melampaui batasan indera lahiriah dan akal rasional semata, memungkinkan akses ke realitas yang lebih mendalam.

Konsep *hakikat* sendiri merupakan pilar fundamental dalam ontologi dan epistemologi Islam. *Hakikat* merujuk pada esensi sejati atau kebenaran fundamental dari suatu entitas atau realitas, yang

melampaui bentuk lahiriah atau penampakan permukaan<sup>981</sup>. Pencarian *hakikat* adalah inti dari perjalanan spiritual (suluk) dalam tasawuf, sebuah upaya untuk menyingkap tabir ilusi dan mencapai pemahaman autentik tentang diri, alam semesta, dan Tuhan<sup>982</sup>. Al-Quran secara eksplisit menegaskan bahwa Allah adalah *al-Haqq* (Kebenaran Mutlak), dan segala sesuatu yang berasal dari-Nya adalah *haqq*<sup>983</sup>. Oleh karena itu, perjalanan menuju *hakikat* pada akhirnya adalah perjalanan menuju *al-Haqq*, sebuah proses penyingkapan diri dan realitas yang berpuncak pada makrifatullah (pengenalan akan Tuhan)<sup>984</sup>.

Mimpi, dalam konteks ruhaniyah, menjadi sarana yang unik dan kuat untuk mendekati *hakikat*. Bahasa simbolis mimpi, yang seringkali bersifat alegoris dan metaforis, memerlukan interpretasi (*ta'wil*) yang mendalam untuk mengungkap pesan-pesan tersembunyi yang terkandung di dalamnya<sup>985</sup>. Proses *ta'wil* ini bukan sekadar decoding, melainkan sebuah latihan hermeneutik yang mengasah intuisi dan pemahaman spiritual individu, membimbingnya melampaui makna harfiah menuju makna esensial<sup>986</sup>. Melalui mimpi, manifestasi *hakikat* dapat tersampaikan dalam bentuk yang sesuai dengan kapasitas penerima, seringkali menantang pandangan konvensional dan mendorong refleksi diri yang mendalam. Misalnya, sebuah mimpi tentang air bersih dapat melambangkan *hakikat* ilmu yang bermanfaat atau kesucian jiwa, sedangkan api dapat melambangkan *hakikat* gairah ilahiah atau ujian spiritual<sup>987</sup>.

Perjalanan ruhaniyah menuju *al-Haqq* melalui mimpi bukanlah fenomena pasif, melainkan memerlukan persiapan batin dan kesucian jiwa (*tazkiyat al-nafs*). Para ahli tasawuf berpendapat bahwa kejelasan dan kebenaran mimpi sangat bergantung pada kemurnian hati, kesalehan, dan kejujuran spiritual individu<sup>988</sup>. Ketika hati jernih dari kerikil-kerikil nafsu dan keterikatan duniawi, ia menjadi cermin yang lebih akurat untuk menerima pantulan *hakikat* dari alam gaib. Mimpi dalam konteks ini berfungsi sebagai umpan balik spiritual, menunjukkan progres atau hambatan dalam perjalanan suluk, dan kadang-kadang memberikan bimbingan langsung dari dimensi ilahiah<sup>989</sup>. Ini adalah bentuk komunikasi non-verbal yang memungkinkan jiwa berkomunikasi dengan sumber kebenaran tertinggi.

Dengan demikian, hakikat sebagai tujuan ruhaniyah mimpi menggarisbawahi peran integral pengalaman bawah sadar sebagai alat diagnostik dan direktif dalam pencarian spiritual<sup>990</sup>. Mimpi-mimpi yang bermakna melampaui ranah psikologis murni, berfungsi sebagai korespondensi ilahiah yang menyingkap kebenaran-kebenaran eksistensial dan transenden yang tidak dapat diakses melalui fakultas rasional<sup>991</sup>.

Puncak dari perjalanan ini adalah ketika individu tidak hanya memahami *hakikat* secara konseptual, tetapi juga mengalaminya secara langsung, mencapai *ma'rifah* terhadap *al-Haqq*. Ini adalah keadaan di mana dualitas antara pemimpi dan yang dimimpikan, antara subjek dan objek, mulai memudar, dan kesadaran akan Kebenaran Mutlak meliputi seluruh wujud<sup>992</sup>.

Mimpi dalam paradigma Islam, khususnya Ru'ya Sadiqah, bukanlah sekadar produk mental yang acak, melainkan sebuah mekanisme ruhaniyah yang esensial dalam perjalanan manusia menuju *hakikat* dan *al-Haqq*. Melalui bahasa simbolisnya, mimpi memungkinkan penyingkapan kebenaran-kebenaran yang tersembunyi, membimbing jiwa untuk melampaui ilusi dan mencapai pemahaman yang lebih dalam tentang realitas. Perjalanan ini memerlukan pemurnian diri dan interpretasi yang bijak, mengubah mimpi dari sekadar penglihatan tidur menjadi kendaraan spiritual yang membawa manusia lebih dekat kepada Kebenaran Mutlak yang menjadi tujuan akhir dari segala eksistensi. Oleh karena itu, eksplorasi mendalam terhadap dimensi ruhaniyah mimpi tidak hanya memperkaya pemahaman kita tentang psikologi manusia, tetapi juga membuka jalan menuju realisasi spiritual yang transformatif<sup>993</sup>.

### **Hakikat sebagai Tujuan Ruhaniyah Mimpi: Menuju al-Haqq**

Manusia senantiasa dihadapkan pada realitas yang melampaui batas-batas indera dan nalar empirisnya. Dalam pencarian makna yang lebih dalam atas keberadaan, baik dalam fenomena alam semesta, teks suci, maupun pengalaman spiritual pribadi, muncullah kebutuhan akan interpretasi yang mampu menjembatani dimensi yang terlihat (*syahadah*) dengan dimensi yang tak terlihat (*ghaib*). Di sinilah hermeneutika isyarat menemukan signifikansinya, sebuah pendekatan interpretasi yang berupaya menyingkap makna-makna batin (*esoteris*) yang

tersembunyi di balik isyarat-isyarat (tanda-tanda) yang tampak, yang pada hakikatnya merupakan manifestasi dari alam ghaib. Konsep ini krusial dalam tradisi keilmuan dan spiritual Islam, terutama dalam konteks penafsiran Al-Quran dan Hadis, serta pemahaman atas "ayat-ayat" Allah di alam semesta<sup>994</sup>.

Hermeneutika isyarat bukan sekadar metode penafsiran linguistik, melainkan sebuah kerangka epistemologis dan ontologis yang mengandaikan bahwa realitas tidak hanya terwujud dalam bentuk fisik-material, tetapi juga memiliki dimensi spiritual dan transenden yang kaya makna. Isyarat, dalam konteks ini, dipahami sebagai simbol, analogi, metafora, atau petunjuk halus yang menunjuk pada sesuatu di luar dirinya sesuatu yang seringkali bersifat ghaib<sup>995</sup>. Berbeda dengan penafsiran literal (zhahir) yang berfokus pada makna eksplisit, hermeneutika isyarat menyelam lebih dalam ke lapisan-lapisan semantik untuk mengekstrak makna tersembunyi atau tersirat (batin) yang hanya dapat diakses melalui pemahaman intuitif, kontemplasi, dan bahkan pencerahan spiritual<sup>996</sup>. Ia mengakui adanya hubungan timbal balik antara tanda yang termanifestasi dan Realitas Hakiki yang tak termanifestasi, di mana tanda-tanda berfungsi sebagai jembatan menuju pengalaman Realitas tersebut.

Alam semesta itu sendiri adalah sebuah "Kitab Terbuka" yang dipenuhi dengan isyarat-isyarat Ilahi. Al-Quran berulang kali menyeru manusia untuk memperhatikan "ayat-ayat" (tanda-tanda) di cakrawala dan dalam diri mereka sendiri, yang semuanya menunjuk pada keesaan dan kekuasaan Sang Pencipta<sup>997</sup>. Misalnya,

siklus siang dan malam, penciptaan langit dan bumi, pergantian musim, atau bahkan struktur tubuh manusia, bukanlah sekadar fenomena fisik, melainkan isyarat Kosmik (ayat al-kawniyyah) yang mengundang perenungan mendalam tentang Yang Ghaib, Sang Sumber segala eksistensi. Demikian pula, Al-Quran itu sendiri, sebagai Kalamullah, dipandang sebagai isyarat Verbal (ayat al-qawliyyah) yang sarat dengan makna-makna lahiriah dan batiniah<sup>998</sup>. Untuk memahami makna batinnya, diperlukan lebih dari sekadar pemahaman tata bahasa; dibutuhkan "kunci" yang mampu membuka dimensi esoterisnya, yang seringkali diasosiasikan dengan ilmu ladunni atau hikmah Ilahi yang dianugerahkan kepada jiwa-jiwa yang tersempurnakan<sup>999</sup>.

Dimensi ghaib merupakan sumber utama dari segala makna batin. Ghaib bukanlah ketiadaan, melainkan keberadaan yang melampaui persepsi indra dan akal terbatas manusia. Ia mencakup entitas spiritual seperti malaikat, jin, takdir, hari kiamat, surga, neraka, dan yang terpenting, Dzat Allah SWT<sup>1000</sup>. Karena manusia tidak dapat memahami ghaib secara langsung dengan panca indera, Allah SWT menghadirkan isyarat-isyarat-Nya baik dalam bentuk kosmik maupun verbal sebagai jembatan. Hermeneutika isyarat berpendapat bahwa setiap isyarat, sekecil apa pun, adalah portal menuju Realitas Transenden ini. Makna batin yang dicari adalah pemahaman yang lebih dekat dengan esensi ghaib tersebut, sebuah pengalaman kognitif dan afektif yang melampaui kerangka rasional konvensional<sup>1001</sup>. Ini bukan berarti menihilkan akal, melainkan menempatkan akal dalam fungsinya yang lebih tinggi, sebagai alat

untuk memahami batas-batasnya sendiri dan membuka diri terhadap iluminasi dari alam ghaib.

Proses penyingkapan makna batin melalui hermeneutika isyarat adalah perjalanan spiritual dan intelektual yang kompleks. Ia memerlukan prasyarat-prasyarat tertentu dari penafsir, seperti kemurnian hati (*tazkiyat al-nafs*), ketakwaan, kejernihan spiritual, dan kepekaan intuitif yang diasah melalui *riyadhah* dan *mujahadah*<sup>1002</sup>. Para penafsir sufi, misalnya, seringkali menekankan bahwa pemahaman esoteris (*ishari*) tidak datang dari analisis logis semata, melainkan dari "penyingkapan" (*kasyf*) atau "ilham" yang dianugerahkan oleh Allah SWT kepada hamba-Nya yang tulus<sup>1003</sup>. Konsep ini didasarkan pada Hadis qudsi yang menyatakan bahwa Allah menjadi pendengaran, penglihatan, dan hati hamba-Nya yang mendekat kepada-Nya melalui ibadah sunah<sup>1004</sup>. Oleh karena itu, makna batin tidak dapat "dipaksakan" atau "dikonstruksi" sepenuhnya oleh kehendak interpretif manusia, melainkan "diterima" sebagai anugerah Ilahi yang memungkinkan pandangan ke dalam relung terdalam isyarat.

Relevansi hermeneutika isyarat di era kontemporer sangatlah besar, terutama di tengah arus materialisme dan rasionalisme yang cenderung mereduksi makna kehidupan menjadi sekadar fenomena empiris. Pendekatan ini menawarkan alternatif pandangan dunia yang lebih kaya, di mana segala sesuatu memiliki dimensi spiritual dan menunjuk pada Realitas yang lebih besar<sup>1005</sup>. Ia mendorong manusia untuk berinteraksi dengan dunia bukan hanya sebagai objek yang dikonsumsi, tetapi sebagai subjek yang diresapi dengan

tanda-tanda Ilahi yang mengundang perenungan dan penghayatan. Namun, tantangan besar yang menyertainya adalah subjektivitas yang berlebihan dan potensi penyimpangan. Oleh karena itu, hermeneutika isyarat harus tetap berlandaskan pada prinsip-prinsip dasar syariat dan tidak bertentangan dengan makna lahiriah yang mapan, serta memerlukan otoritas spiritual dan keilmuan yang valid untuk menjaga akurasi dan otentisitas penafsiran<sup>1006</sup>. Keseimbangan antara pemahaman lahiriah (zhahir) dan batiniah (batin) menjadi kunci untuk memastikan bahwa interpretasi isyarat tidak terjerumus ke dalam arbitrari atau khayalan belaka.

Hermeneutika isyarat adalah jembatan intelektual dan spiritual yang vital dalam memahami hubungan antara alam yang ghaib dan makna batin yang tersembunyi dalam segala isyarat. Ia mengajak manusia untuk melihat lebih dari sekadar permukaan, untuk menyelami kedalaman esensi setiap tanda, baik yang termanifestasi dalam alam semesta maupun dalam teks suci, sebagai petunjuk menuju Realitas Ilahi yang transenden. Melalui pendekatan ini, pemahaman manusia tentang keberadaan menjadi lebih holistik, di mana akal dan hati, dunia material dan spiritual, saling berinteraksi secara harmonis untuk menyingkap hikmah dan kebenaran yang lebih agung. Ini adalah sebuah perjalanan abadi untuk menyingkap rahasia alam semesta dan diri sendiri, yang pada akhirnya mengantarkan pada makrifatullah, pengenalan akan Tuhan melalui tanda-tanda-Nya.

## **Hermeneutika Isyarat: Antara Ghaib dan Makna Batin**

Dalam lanskap pemikiran Islam, hermeneutika atau ilmu tafsir tidak terbatas pada analisis linguistik-historis teks suci semata. Terdapat sebuah cabang penafsiran yang lebih subtil dan mendalam, yang bergerak di wilayah antara yang tampak (*syahadah*) dan yang tak tampak (*ghaib*). Inilah yang dikenal sebagai hermeneutika isyarat (*hermeneutics of signs*), sebuah metode interpretasi yang memandang alam semesta, peristiwa, dan bahkan teks itu sendiri sebagai himpunan isyarat-isyarat ilahi yang menunjuk pada makna batin (*ma'na batin*) yang lebih agung. Pendekatan ini bukan sekadar upaya intelektual untuk mengungkap makna, melainkan sebuah disiplin spiritual untuk "melihat" realitas di balik fenomena, di mana setiap atom di alam raya berpotensi menjadi medium komunikasi antara Sang Pencipta dan hamba-Nya. Hermeneutika isyarat, dengan demikian, adalah sebuah jembatan yang menghubungkan dunia inderawi dengan realitas transenden melalui kapasitas intuitif dan spiritual manusia.

Fondasi dari hermeneutika isyarat berakar pada konsepsi Al-Quran yang menyatakan bahwa seluruh kosmos adalah kumpulan tanda-tanda (*ayat*) bagi orang-orang yang berpikir dan merenung. Kata *ayat* tidak hanya merujuk pada unit-unit tekstual dalam kitab suci, tetapi juga pada fenomena alam pergantian siang dan malam, pergerakan bintang-bintang, hingga kompleksitas penciptaan manusia. Al-Quran secara eksplisit mendorong manusia untuk melakukan *tafakkur* atau perenungan mendalam terhadap tanda-tanda ini: "Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan

silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berakal.”<sup>1007</sup> Isyarat, dalam konteks ini, adalah jejak-jejak (*athar*) dari Yang Absolut yang terproyeksi ke dalam dunia relatif. Ia bukanlah entitas yang berdiri sendiri, melainkan sebuah "penunjuk" yang maknanya hanya dapat ditangkap oleh mereka yang memiliki kesadaran untuk melihat melampaui bentuk luar menuju esensi terdalamnya. Oleh karena itu, bagi para praktisi hermeneutika ini, dunia menjadi sebuah teks raksasa yang terbuka untuk ditafsirkan.<sup>1008</sup>

Proses penafsiran dalam hermeneutika isyarat secara fundamental berbeda dengan hermeneutika rasional-positivistik. Jika yang kedua mengandalkan akal (*'aql*) sebagai instrumen utama, maka yang pertama menempatkan kalbu (*qalb*) sebagai organ persepsi sentral. Kalbu yang telah disucikan melalui disiplin spiritual (*riyadhah*) diyakini memiliki "mata batin" (*'ayn al-qalb*) yang mampu menangkap resonansi makna yang terpancar dari sebuah isyarat. Proses ini bersifat partisipatoris dan transformatif; sang penafsir (*mufassir*) tidak bisa menjadi pengamat yang netral dan berjarak. Kondisi spiritualnya (*hal*), tingkat kesucian hatinya, dan kedekatannya dengan Tuhan menjadi faktor penentu dalam kemampuannya menerima dan memahami isyarat tersebut. Sebagaimana sebuah hadis masyhur menyatakan bahwa di dalam diri manusia terdapat segumpal daging yang jika ia baik, maka baik pula seluruh tubuh, dan jika ia rusak, maka rusak pula seluruhnya; itulah kalbu.<sup>1009</sup> Dengan demikian, keabsahan sebuah penafsiran

isyarat tidak diukur dari koherensi logisnya semata, tetapi juga dari kemurnian sumber penerimaannya, yakni hati sang penafsir.

Hermeneutika isyarat secara esensial berfungsi sebagai mediasi antara dimensi *ghaib* dan *syahadah*. Alam *syahadah* adalah panggung di mana isyarat-isyarat itu tampil dalam bentuk fenomena yang dapat diamati: sebuah mimpi, peristiwa tak terduga, keindahan alam, atau bahkan kesulitan hidup. Namun, pesan atau makna yang dikandungnya berasal dari alam *ghaib* sebuah realitas yang tak terjangkau oleh pancaindera biasa. Tugas sang penafsir adalah menyeberangi jurang pemisah ini, menerjemahkan bahasa simbolik dari yang *ghaib* menjadi pemahaman yang mencerahkan di level batiniah. Filsuf sufi seperti Ibn 'Arabi menggambarkan hubungan ini dengan menyatakan bahwa setiap entitas di dunia manifestasi (*zahir*) adalah cerminan dari sebuah Nama Ilahi (*ism ilahi*) di tingkat realitas yang lebih tinggi (*batin*).<sup>1010</sup> Maka, menafsirkan isyarat adalah sebuah proses "mendaki" dari jejak di dunia menuju Sang Pemilik Jejak di alam transenden, sebuah perjalanan dari ciptaan (*khalq*) kembali kepada Sang Pencipta (*Al-Haqq*).

Meskipun bersifat sangat personal dan intuitif, hermeneutika isyarat bukanlah sebuah penafsiran yang liar dan tanpa kendali. Para ulama sufi menetapkan batasan-batasan yang ketat untuk mencegah penafsiran tergelincir ke dalam ilusi (*wahm*) atau klaim subyektif yang tak berdasar. Prinsip utamanya adalah bahwa setiap makna batin yang diungkap melalui sebuah isyarat tidak boleh bertentangan secara diametral dengan makna lahiriah (*zahir*) dari

syariat. Syariat dipandang sebagai fondasi dan kerangka luar yang melindungi kebenaran batiniah, sementara hakikat adalah isinya. Keduanya tidak dapat dipisahkan, layaknya kulit dan isi buah.<sup>1011</sup> Al-Ghazali, misalnya, menekankan pentingnya menimbang ilham-ilham spiritual dengan neraca Al-Quran dan Sunnah sebelum menerimanya sebagai kebenaran.<sup>1012</sup> Dengan demikian, otentisitas penafsiran isyarat dijamin oleh keselarasan vertikalnya dengan Realitas Ilahi dan keselarasan horizontalnya dengan prinsip-prinsip fundamental ajaran Islam.

Hermeneutika isyarat merupakan sebuah disiplin intelektual-spiritual yang kaya dan kompleks, yang menawarkan cara pandang berbeda terhadap realitas. Ia mengajak manusia untuk tidak berhenti pada permukaan fenomena, tetapi untuk menyelam ke dalam samudra makna yang tersembunyi di baliknya. Dalam kerangka kerja ini, dunia tidak lagi dilihat sebagai kumpulan objek yang mati dan acak, melainkan sebagai sebuah kitab suci yang hidup, yang setiap saat membisikkan pesan-pesan dari alam *ghaib* kepada jiwa-jiwa yang hening dan reseptif. Dengan mengasah kepekaan kalbu dan mendasarkan penafsirannya pada kerangka syariat, seorang penempuh jalan spiritual dapat mengubah seluruh eksistensinya menjadi dialog yang intim dengan Tuhan, di mana setiap peristiwa adalah isyarat, dan setiap isyarat adalah pintu menuju pemahaman yang lebih dalam tentang diri dan Realitas Absolut.

## Hubungan Mimpi, Ruh, dan Hakikat Ilahiah

### Dimensi Ruh dalam Islam: al-Ruh al-Amm, al-Ruh al-Khass

Eksplorasi terhadap fenomena mimpi telah melintasi berbagai disiplin ilmu, dari neurosains yang membedah aktivitas otak hingga psikoanalisis yang menyelami alam bawah sadar. Namun, dalam tradisi pemikiran Islam, mimpi (khususnya *al-ru'ya*) menempati posisi yang jauh lebih fundamental: sebagai jembatan epistemologis antara dunia inderawi dan realitas metafisik. Hubungan ini tidak dapat dipahami secara utuh tanpa menempatkan konsep *ruh* (jiwa atau spirit) sebagai aktor utamanya. Ruh, dalam esensinya yang ilahiah, menjadi medium yang memungkinkan terjadinya penyingkapan (*kashf*) realitas-realitas transendental melalui panggung mimpi. Oleh karena itu, analisis mengenai hubungan antara mimpi, ruh, dan Hakikat Ilahiah bukanlah sekadar kajian psikologis, melainkan sebuah penyelaman ontologis ke dalam struktur realitas itu sendiri, menyingkap bagaimana jejak-jejak Kebenaran Absolut terproyeksi dalam pengalaman manusia yang paling personal dan misterius.

Dalam paradigma Islam, ruh bukanlah entitas yang sepenuhnya dapat dipahami oleh akal manusia, sebagaimana ditegaskan dalam Al-Quran: "Dan mereka bertanya kepadamu (Muhammad) tentang ruh. Katakanlah, 'Ruh itu termasuk urusan Tuhanku, dan kamu tidak diberi pengetahuan melainkan sedikit'."<sup>1013</sup> Pernyataan ini meletakkan ruh pada domain *amr* (perintah atau urusan langsung) Tuhan, berbeda dari domain *khalq* (ciptaan) yang dapat diukur dan diobservasi secara empiris. Justru karena sifatnya yang berasal dari

"urusan Tuhan" inilah ruh memiliki kapasitas untuk terhubung kembali dengan sumbernya. Mimpi, dalam konteks ini, menjadi salah satu modus operandi ruh yang paling signifikan ketika ia berada dalam kondisi "kematian kecil" (*al-maut al-sughra*), yakni tidur.<sup>1014</sup> Saat jasad beristirahat, ruh mendapatkan keleluasaan lebih untuk berkelana melintasi dimensi-dimensi yang tak terakses saat terjaga, menjadikannya reseptif terhadap pesan-pesan dari alam yang lebih tinggi.

Untuk memahami mekanisme interaksi ruh dalam mimpi secara lebih terperinci, para pemikir Islam, terutama dari kalangan sufi dan filsuf, membedakan ruh ke dalam dua dimensi utama. Perbedaan ini krusial untuk mengklasifikasikan jenis pengalaman ruhani, termasuk validitas dan sumber dari sebuah mimpi.

Pertama adalah *al-Ruh al-Amm* (Ruh Umum atau Spirit Universal). Ini adalah daya kehidupan atau prinsip animasi yang dianugerahkan Tuhan kepada seluruh makhluk hidup, baik manusia, hewan, maupun tumbuhan. *Al-Ruh al-Amm* adalah sumber energi vital, gerak biologis, dan fungsi-fungsi sensorik dasar. Ia terikat erat dengan jasad dan kebutuhan-kebutuhan fisiologisnya. Dalam terminologi Ibn Qayyim al-Jawziyya, ruh ini adalah aspek jiwa yang bertanggung jawab atas keberlangsungan hidup fisik.<sup>1015</sup> Ketika seseorang bermimpi tentang makanan karena lapar atau mengalami mimpi yang kacau (*adhghats ahlam*) akibat kelelahan fisik atau kecemasan psikologis, pengalaman tersebut umumnya berakar pada aktivitas *al-Ruh al-Amm* yang masih terpengaruh oleh

kondisi jasadiyah dan *nafs al-ammarah* (jiwa yang cenderung pada keburukan).

Kedua, dan yang paling relevan dengan pembahasan ini, adalah ***al-Ruh al-Khass*** (Ruh Khusus atau Spirit Partikular). Inilah esensi ruh yang bersifat ilahiah (*lathifah rabbaniyyah*), yang ditiupkan secara khusus hanya kepada manusia (QS. Al-Hijr[15]: 29) dan menjadikannya khalifah di bumi.<sup>1016</sup> *Al-Ruh al-Khass* adalah lokus dari kesadaran, intelek (*'aql*), hati nurani (*qalb*), dan kapasitas untuk mencapai pengetahuan langsung tentang Tuhan (*ma'rifah*). Ia adalah "cermin" dalam diri manusia yang berpotensi memantulkan cahaya dari alam ilahiah. Berbeda dengan *al-Ruh al-Amm* yang bersifat umum, *al-Ruh al-Khass* bersifat personal dan merupakan inti dari identitas spiritual setiap individu. Menurut para sufi, kebersihan dan kesucian *al-Ruh al-Khass* inilah yang menentukan kemampuannya untuk menerima ilham (*ilham*) dan mimpi yang benar (*al-ru'ya al-shadiqah*).<sup>1017</sup>

Dalam kondisi tidur, ketika dominasi jasad dan indera fisik melemah, *al-Ruh al-Khass* memiliki kesempatan untuk "naik" atau melakukan perjalanan spiritual (*mi'raj ruhani*). Perjalanan inilah yang memungkinkannya berinteraksi dengan 'Alam al-Mithal (Dunia Imaji atau *Mundus Imaginalis*), sebuah alam perantara antara dunia fisik dan dunia ruhani murni.<sup>1018</sup> Di alam inilah realitas-realitas spiritual yang abstrak mengambil bentuk simbolis yang dapat ditangkap oleh kesadaran yang sedang bermimpi. Mimpi para nabi, seperti mimpi Nabi Yusuf tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud kepadanya (QS.

Yusuf[12]: 4), adalah manifestasi tertinggi dari interaksi *al-Ruh al-Khass* dengan realitas hakiki yang disampaikan melalui medium simbolik ini.

Kontemplasi terhadap hubungan ini membawa kita pada sebuah implikasi yang mendalam: Kualitas mimpi seseorang adalah cerminan dari kondisi ruhnya. Mimpi yang didominasi oleh kekacauan, ketakutan, atau hasrat duniawi menunjukkan dominasi *al-Ruh al-Amm* yang terbelenggu oleh jasad dan nafsu. Sebaliknya, mimpi yang jernih, penuh makna, dan membawa pesan kebaikan atau pengetahuan yang disebut oleh Nabi Muhammad sebagai "satu dari empat puluh enam bagian kenabian"<sup>1019</sup> adalah tanda dari aktivitas *al-Ruh al-Khass* yang telah tersucikan dan terhubung dengan sumber kebenaran. Dengan demikian, mimpi tidak hanya menjadi sebuah fenomena pasif, tetapi juga bisa menjadi alat diagnostik spiritual. Ia menjadi arena di mana manusia dapat mengukur sejauh mana *al-Ruh al-Khass* dalam dirinya telah terbebas dari tarikan-tarikan duniawi dan mampu berfungsi sesuai fitrahnya: sebagai penerima pengetahuan ilahiah.

Hubungan antara mimpi, ruh, dan Hakikat Ilahiah bersifat hierarkis dan integral. Mimpi adalah panggungnya, ruh adalah aktornya, dan Hakikat Ilahiah adalah sumber skenario dan cahaya yang meneranginya. *Al-Ruh al-Amm* mengikat pengalaman mimpi pada realitas biologis, sementara *al-Ruh al-Khass* membukakan pintu menuju realitas transendental. Memahami kedua dimensi ruh ini memberikan kita kerangka kerja yang solid untuk tidak hanya menafsirkan mimpi, tetapi juga untuk menapaki jalan penyucian

jiwa (*tazkiyat al-nafs*). Sebab pada akhirnya, mimpi yang benar adalah anugerah yang datang melalui ruh yang bersih, sebuah kilasan singkat dari "tanah air" asalnya, yakni kehadiran Ilahi.<sup>1020</sup>

### **Mimpi dan Perjalanan Ruh Malam (Hadits al-Bukhari)**

Fenomenologi mimpi telah menjadi subjek kontemplasi manusia lintas peradaban, memunculkan beragam interpretasi mulai dari psikoanalisis Freudian hingga neurosains kognitif. Namun, dalam kerangka epistemologi Islam, mimpi tidak semata-mata dipandang sebagai residu aktivitas neurologis atau manifestasi alam bawah sadar. Sebaliknya, ia menempati posisi ontologis yang signifikan, terkait erat dengan dimensi metafisik ruh (jiwa atau roh) dan interaksinya dengan alam gaib (*'ālam al-ghayb*). Perspektif ini secara otoritatif ditegaskan dalam khazanah hadits, khususnya dalam riwayat Imam al-Bukhari, yang menggambarkan tidur bukan sebagai kondisi pasif, melainkan sebagai sebuah perjalanan transendental bagi ruh.

Dalam tradisi kenabian, mimpi diklasifikasikan ke dalam tiga kategori distinct yang memberikan kerangka untuk memahami sifat dan sumbernya. Sebuah hadits yang diriwayatkan dari Abu Hurairah RA menyebutkan bahwa Rasulullah SAW bersabda, "Mimpi itu ada tiga macam: mimpi yang baik sebagai kabar gembira dari Allah, mimpi yang menyedihkan yang datang dari setan, dan mimpi yang timbul dari bisikan hati seseorang."<sup>1021</sup> Kategorisasi ini secara fundamental membedakan Islam dari pandangan sekuler yang reduksionis. Mimpi yang berasal dari Allah, yang dikenal sebagai *al-*

*ru'yā al-ṣāliḥah* (mimpi yang benar), dianggap sebagai salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian dan berfungsi sebagai medium komunikasi ilahiah. Sementara itu, mimpi dari setan (*al-ḥulm*) bertujuan untuk menimbulkan ketakutan dan kesedihan, dan *ḥadīth al-naḥs* adalah cerminan dari kegelisahan, harapan, dan pengalaman psikologis individu. Perbedaan ini krusial, karena ia menetapkan bahwa tidak semua mimpi adalah perjalanan ruh yang bermakna; hanya *al-ru'yā* yang memiliki korespondensi langsung dengan realitas metafisik yang lebih tinggi.

Landasan teologis utama bagi konsep perjalanan ruh saat tidur ditemukan dalam sebuah hadits shahih yang diriwayatkan oleh Imam al-Bukhari dari Abu Qatadah al-Ansari. Dalam hadits tersebut, Rasulullah SAW menjelaskan mekanisme ruh saat manusia tidur, "Sesungguhnya Allah menahan ruh-ruh kalian kapan pun Dia kehendaki dan mengembalikannya kapan pun Dia kehendaki."<sup>1022</sup> Narasi lain yang lebih eksplisit dalam Shahih al-Bukhari, melalui jalur Abu Hurairah, menegaskan kembali konsep ini dalam konteks doa sebelum tidur, "Ketika salah seorang dari kalian hendak tidur, ... kemudian hendaklah ia berbaring pada sisi kanannya dan mengucapkan: 'Dengan nama-Mu, wahai Tuhanku, aku meletakkan lambungku dan dengan-Mu aku mengangkatnya. Jika Engkau menahan jiwaku (ruhku), maka rahmatilah ia, dan jika Engkau melepaskannya kembali, maka peliharalah ia sebagaimana Engkau memelihara hamba-hamba-Mu yang saleh'."<sup>1023</sup> Hadits ini menyajikan sebuah paradigma yang radikal: tidur adalah peristiwa di mana ruh, atas izin Allah, mengalami semacam pelepasan

temporer dari jasad fisik. Ia tidak lagi terikat sepenuhnya oleh batasan-batasan dunia material, memungkinkannya untuk mengakses dimensi eksistensi yang berbeda. Konsep "menahan" (*amsaka*) dan "melepaskan" (*arsala*) ruh menandakan otoritas absolut Allah atas eksistensi manusia, di mana tidur menjadi miniatur dari kematian.

Konsep ini mendapatkan penguatan yang tak terbantahkan dari Al-Qur'an, yang menjadi justifikasi tertinggi. Firman Allah dalam Surah Az-Zumar ayat 42 secara eksplisit menyandingkan tidur dengan kematian dalam konteks penahanan ruh. Allah berfirman, "Allah memegang jiwa (seseorang) pada saat kematiannya dan (memegang) jiwa (orang) yang belum mati di waktu tidurnya; maka Dia tahan jiwa (orang) yang telah Dia tetapkan kematiannya dan Dia lepaskan jiwa yang lain sampai waktu yang ditentukan."<sup>1024</sup> Ayat ini merupakan fondasi Qur'ani yang paling jelas bagi pemahaman bahwa tidur adalah sebuah bentuk "kematian kecil" (*al-mawtah al-ṣuḡhrā*). Ulama klasik seperti Ibn Qayyim al-Jawziyyah, dalam magnum opusnya *Kitāb al-Rūḥ*, mengelaborasi lebih lanjut bahwa ruh yang dilepaskan saat tidur dapat melakukan perjalanan ke *'ālam al-malakūt* (alam malakut/kerajaan langit) dan menyaksikan beberapa realitas gaib sesuai dengan tingkat kesucian dan kedekatannya dengan Allah. Apa yang disaksikan oleh ruh dalam perjalanan inilah yang kemudian diterjemahkan menjadi *al-ru'yā al-ṣāliḥah* ketika ia kembali ke jasad sesaat sebelum terjaga.<sup>1025</sup> Perjalanan ini bukanlah perjalanan fisik dalam ruang dan waktu duniawi, melainkan sebuah transendensi ke alam simbol dan

realitas arketipal (*'ālam al-mitsāl*), di mana masa lalu, masa kini, dan masa depan dapat diakses dalam bentuk-bentuk simbolik.

Integrasi antara Hadits al-Bukhari, ayat Al-Qur'an, dan analisis para pemikir Islam klasik menyajikan sebuah visi yang utuh mengenai mimpi dan tidur. Jauh dari sekadar istirahat biologis, tidur adalah momen spiritual yang mendalam, sebuah perjalanan malam bagi ruh yang difasilitasi oleh izin ilahi. Ia adalah pengingat harian akan kefanaan hidup dan kekuasaan mutlak Sang Pencipta. Perspektif ini tidak hanya memberikan makna eskatologis pada salah satu aktivitas paling rutin dalam kehidupan manusia, tetapi juga membuka cakrawala pemahaman bahwa realitas tidak terbatas pada apa yang dapat dipersepsi oleh indra fisik. Ruh, sebagai esensi sejati manusia, memiliki kapasitas untuk melampaui dunia material dan menyentuh tepian alam gaib, sebuah pengalaman yang jejaknya kita kenali dalam kebenaran sebuah mimpi. Pada akhirnya, fenomena ini menegaskan bahwa dalam tidur sekalipun, seorang hamba tidak pernah lepas dari genggaman dan pengawasan Tuhannya.

### **Mimpi sebagai “Jembatan” antara Ruh Manusia dan Asal Ketuhanan**

Dalam spektrum kesadaran manusia, mimpi menempati ruang yang enigmatik dan transendental. Ia hadir sebagai fenomena universal yang melintasi batas budaya dan peradaban, namun interpretasinya senantiasa menjadi medan perdebatan antara kajian neurosains, psikologi, dan metafisika. Jika sains modern

cenderung mereduksi mimpi sebagai aktivitas neural acak atau proses konsolidasi memori, maka tradisi teosofi Islam khususnya dalam diskursus tasawuf memandangnya lebih dari sekadar bunga tidur. Dalam kerangka ini, mimpi diposisikan sebagai sebuah “jembatan” ontologis; sebuah medium fundamental yang memungkinkan ruh manusia untuk melintasi dimensi fisik dan menyambung kembali dengan Asal Ketuhanan-nya.

Untuk memahami fungsi mimpi sebagai jembatan, pertamanya kita harus mengurai konsepsi Islam mengenai ruh itu sendiri. Ruh bukanlah entitas yang lahir dari proses biologis semata, melainkan substansi rohaniah (*jauhar ruhani*) yang memiliki asal-usul Ilahiah. Al-Qur'an secara metaforis menyatakan bahwa ruh manusia adalah tiupan langsung dari Ruh Tuhan, sebagaimana terfirman dalam penciptaan Adam, “Kemudian apabila telah Aku sempurnakan kejadiannya dan Aku tiupkan ruh-Ku kepadanya, maka hendaklah kamu tersungkur sujud kepadanya”.<sup>1026</sup> Pernyataan ini secara ontologis menegaskan bahwa di dalam diri setiap manusia terdapat percikan Ilahi, sebuah esensi yang terasing di alam materi dan secara inheren merindukan kembali ke Sumbernya. Menurut para sufi seperti Al-Ghazali, ketika jasad tertidur, kendali panca indera dan kesibukan duniawi melemah, memberikan kebebasan lebih besar bagi ruh untuk melakukan “perjalanan” melampaui batas-batas fisik yang memenjarakannya.<sup>1027</sup> Dalam keadaan inilah, ruh yang pada dasarnya tidak terikat oleh ruang dan waktu, mampu mengakses

dimensi-dimensi realitas lain yang tersembunyi dari kesadaran saat terjaga.

Jembatan ini secara spesifik terbentang menuju sebuah alam perantara yang oleh para filsuf Islam seperti Ibn 'Arabi disebut sebagai *'alam al-mitsal* atau dunia imajinal (*mundus imaginalis*). Alam ini bukanlah sekadar fantasi subjektif, melainkan sebuah realitas ontologis yang berada di antara dunia indrawi yang kasar (*'alam al-mulk*) dan dunia spiritual murni (*'alam al-jabarut*).<sup>1028</sup> Di *'alam al-mitsal*, makna-makna spiritual yang abstrak mengambil bentuk-bentuk simbolik dan inderawi yang dapat ditangkap oleh persepsi ruh. Mimpi, dalam pandangan ini, adalah pengalaman langsung ruh di dalam *'alam al-mitsal*. Ketika ruh berinteraksi dengan realitas di alam ini, ia menerima informasi, petunjuk, atau gambaran masa depan yang kemudian diterjemahkan ke dalam bahasa simbolik mimpi. Dengan demikian, mimpi bukanlah ilusi, melainkan persepsi ruhani terhadap realitas di tingkat yang berbeda, menjadikannya sebuah kanal epistemologis yang sah untuk memperoleh pengetahuan yang tidak dapat dijangkau oleh akal rasional semata.

Namun, tidak semua mimpi memiliki bobot spiritual yang sama. Tradisi Islam secara cermat membedakan antara jenis-jenis mimpi untuk memvalidasi signifikansinya. Hadis Nabi Muhammad SAW secara eksplisit mengkategorikan mimpi ke dalam tiga jenis: mimpi yang baik sebagai kabar gembira dari Allah (*ru'ya shadiqah*), mimpi yang berasal dari gejala jiwa atau pikiran seseorang (*hadits al-nafs*), dan mimpi buruk yang menakutkan dari setan (*tahzin min al-*

*shaytan*).<sup>1029</sup> Dari ketiganya, hanya *ru'ya shadiqah* (mimpi yang benar) yang berfungsi sebagai jembatan otentik menuju Kebenaran Ilahi. Mimpi jenis ini dianggap sebagai “satu dari empat puluh enam bagian kenabian”, yang menandakan bahwa ia merupakan sisa dari wahyu Ilahi yang masih dapat diakses oleh manusia biasa setelah era kenabian berakhir. Mimpi yang benar ini tidak datang dari ego atau alam bawah sadar personal, melainkan merupakan kilasan cahaya dari *Lauhul Mahfuz* (Lauh yang Terpelihara), tempat di mana segala takdir dan pengetahuan primordial tersimpan.

Signifikansi mimpi sebagai jembatan rohani ini sejatinya melampaui sekadar fungsi prekognitif atau pemberi petunjuk. Ia memiliki implikasi epistemologis dan soteriologis yang mendalam. Secara epistemologis, mimpi menantang hegemoni empirisme dan rasionalisme dengan menawarkan jalan pengetahuan langsung (*ma'rifah*) yang bersifat intuitif dan partisipatoris. Ia menegaskan bahwa realitas lebih kompleks dan berlapis daripada yang dapat ditangkap oleh indera fisik. Secara soteriologis atau terkait dengan jalan keselamatan mimpi menjadi sarana bagi seorang salik (penempuh jalan spiritual) untuk mengukur kemajuan ruhaninya, menerima bimbingan Ilahi, dan merasakan kedekatan dengan Tuhan. Fenomena ini memiliki resonansi dengan konsep psikologi modern, seperti teori arketipe dan alam bawah sadar kolektif dari Carl Jung, yang memandang mimpi sebagai wahana munculnya simbol-simbol universal yang membimbing individu menuju proses individuasi atau keutuhan diri.<sup>1030</sup> Meskipun terminologinya berbeda, baik teosofi Islam maupun psikologi Jungian sama-sama

mengakui bahwa mimpi adalah portal menuju lapisan terdalam dari eksistensi manusia yang terhubung dengan sesuatu yang lebih besar dari ego individual.

Dalam perspektif teosofi Islam, mimpi bukanlah sekadar produk sampingan dari aktivitas otak di kala tidur. Ia adalah manifestasi dari sifat dasar ruh manusia yang berasal dari Tuhan dan senantiasa merindukan-Nya. Ketika tabir dunia material tersingkap dalam lelapnya tidur, ruh mendapatkan kesempatan untuk melintasi jembatan ontologis menuju *'alam al-mitsal*, sebuah alam imajinal di mana ia dapat berkomunikasi dengan dimensi realitas yang lebih tinggi. Melalui *ru'ya shadiqah*, mimpi menjadi wahana transmisi pengetahuan, bimbingan, dan pengalaman spiritual yang menegaskan kembali hubungan primordial antara hamba dan Khaliq-nya. Dengan demikian, memahami mimpi secara mendalam bukan hanya soal menafsirkan simbol, tetapi juga merupakan bagian dari upaya mengenal diri (*ma'rifat al-nafs*) yang pada akhirnya akan mengantarkan pada pengenalan akan Tuhan (*ma'rifat al-Rabb*), meneguhkan kembali peran mimpi sebagai jembatan suci antara kefanaan manusia dan keabadian Ilahi.

### **Mimpi dan Ma'rifah: Jalan Penyingkapan (Kasyf) dalam Suluk Perjalanan Suluk: Dzikir, Mujahadah, dan Tafakkur**

Dalam khazanah pemikiran tasawuf, perjalanan spiritual (suluk) merupakan sebuah odisei batiniah yang transformatif, sebuah eksodus dari ego menuju Realitas Absolut (al-Haqq). Tujuan ultimanya bukanlah sekadar perolehan pengetahuan konseptual

(ilm), melainkan pencapaian pengetahuan intuitif-langsung yang disebut ma'rifah sebuah "rasa" (dzawq) dan penyaksian (musyahadah) akan Tuhan yang melampaui batas-batas rasio diskursif. Jalan untuk mencapai ma'rifah ini ditempuh melalui proses penyingkapan atau kasyf, di mana tabir (hijab) yang menghalangi persepsi spiritual seorang hamba secara bertahap diangkat. Di antara berbagai medium kasyf, mimpi (ru'ya) memegang peranan yang sangat signifikan, bertindak sebagai jendela menuju alam gaib (alam al-ghayb) dan sebagai medium komunikasi ilahiah. Namun, kapasitas untuk menerima dan memahami pesan-pesan simbolik dalam mimpi ini tidak datang secara cuma-cuma; ia adalah buah dari sebuah persiapan jiwa yang intensif dan disiplin spiritual yang ketat. Fondasi dari persiapan ini bertumpu pada tiga pilar utama: dzikir (peringatan), mujahadah (perjuangan diri), dan tafakkur (kontemplasi).

Perjalanan seorang salik (penempuh jalan spiritual) secara esensial adalah perjalanan purifikasi kalbu (tazkiyat al-qalb). Kalbu, dalam epistemologi sufi, dipandang sebagai cermin yang dirancang untuk merefleksikan cahaya ilahi. Namun, akibat kelalaian (ghaflah) dan dominasi nafsu (an-nafs al-ammarah bi as-su'), cermin tersebut menjadi kusam, berkarat, dan tertutup noda. Pilar pertama untuk membersihkan cermin ini adalah dzikir. Dzikir, yang secara harfiah berarti "mengingat", adalah praktik esensial untuk menjaga kesadaran konstan akan kehadiran Tuhan. Praktik ini melampaui sekadar pengucapan lisan; ia adalah upaya untuk menghunjamkan Nama dan Sifat Tuhan ke dalam relung kesadaran terdalam,

sehingga menggeser fokus eksistensial dari diri yang terbatas kepada Yang Tak Terbatas. Al-Qur'an menegaskan fungsi penenangan dan pencerahan dari dzikir: "Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram".<sup>1031</sup> Melalui repetisi dzikir yang terus-menerus, seorang salik secara bertahap memoles cermin kalbunya, mengikis lapisan-lapisan karat ego dan kelalaian, sehingga membuatnya siap menerima iluminasi (ilham) dan penyingkapan (kasyf). Imam al-Ghazali menganalogikan proses ini seperti membersihkan sebuah bejana hingga ia mampu menampung air yang jernih; tanpa pembersihan, bejana kalbu tidak akan mampu menampung cahaya ma'rifah.<sup>1032</sup>

Namun, proses pemolesan melalui dzikir tidak akan efektif tanpa pilar kedua, yaitu mujahadah. Mujahadah adalah perjuangan aktif dan sungguh-sungguh melawan dorongan-dorongan ego dan hawa nafsu yang menjadi penghalang utama (hijab) antara hamba dan Tuhannya. Ini adalah disiplin asketis yang mencakup pengendalian keinginan, penyucian niat, dan penaklukan sifat-sifat tercela seperti kesombongan, iri hati, dan cinta dunia. Mujahadah adalah aplikasi praktis dari prinsip "mematikan diri sebelum mati", sebuah proses dekonstruksi ego agar realitas spiritual dapat mengemuka. Tanpa perjuangan ini, dzikir hanya akan menjadi aktivitas permukaan yang tidak mampu menembus ke kedalaman jiwa. Ibn Qayyim al-Jawziyya menjelaskan bahwa perjalanan menuju Allah adalah pendakian yang curam, dan mujahadah adalah kendaraan yang diperlukan untuk melewati rintangan-rintangan di sepanjang jalan tersebut.<sup>1033</sup> Mujahadah, dengan demikian, berfungsi sebagai

proses "pengosongan" (takhalli) diri dari sifat-sifat negatif, yang merupakan prasyarat mutlak sebelum "pengisian" (tahalli) dengan sifat-sifat ilahiah bisa terjadi.

Setelah kalbu dipoles oleh dzikir dan benteng-benteng ego dilemahkan oleh mujahadah, pilar ketiga tafakkur menjadi krusial. Tafakkur adalah kontemplasi mendalam yang terarah, bukan lamunan tanpa tujuan. Objeknya adalah ayat-ayat (tanda-tanda kebesaran) Allah, baik yang terhampar di alam semesta (ayat afaqiyyah) maupun yang tersembunyi di dalam diri manusia (ayat anfusiyah). Al-Qur'an secara berulang kali mendorong manusia untuk berpikir dan merenung: "Kami akan memperlihatkan kepada mereka tanda-tanda (kekuasaan) Kami di segenap ufuk dan pada diri mereka sendiri, sehingga jelaslah bagi mereka bahwa Al-Qur'an itu adalah benar".<sup>1034</sup> Tafakkur menjembatani pengetahuan intelektual (ilm) dengan pengalaman spiritual (ma'rifah). Ia mengubah konsep tentang keesaan Tuhan (tauhid) menjadi sebuah kesadaran eksistensial yang meresap. Ketika seorang salik merenungkan keteraturan kosmos, keajaiban penciptaan, atau kefanaan dunia, ia mulai melihat jejak Sang Pencipta di balik ciptaan-Nya. Proses ini mempertajam intuisi spiritual (bashirah) dan melatih jiwa untuk mengenali bahasa simbolik, sebuah kemampuan yang esensial untuk menafsirkan pesan-pesan yang datang melalui mimpi.

Sinergi dari ketiga praktik ini dzikir, mujahadah, dan tafakkur menciptakan sebuah kondisi reseptivitas spiritual yang optimal di dalam diri seorang salik. Mujahadah membersihkan medan batin

dari penghalang, dzikir memfokuskan dan memurnikan cermin kalbu, sementara tafakkur mengarahkan cermin yang telah bersih itu untuk menangkap dan merefleksikan cahaya kebenaran. Dalam kondisi kalbu yang telah dimurnikan (qalb salim) inilah, batas antara dunia inderawi dan dunia gaib menjadi semakin tipis. Jiwa menjadi sensitif terhadap getaran-getaran dari realitas yang lebih tinggi. Pada titik inilah, mimpi tidak lagi sekadar bunga tidur yang merupakan residu psikologis, melainkan bertransformasi menjadi *ar-ru'ya as-sadiqah* (mimpi yang benar), sebuah bentuk wahyu minor yang diakui oleh Nabi Muhammad SAW sebagai "satu dari empat puluh enam bagian kenabian".<sup>1035</sup>

Mimpi-mimpi ini menjadi medium bagi kasyf, di mana pengetahuan, petunjuk, atau peringatan ilahi disampaikan dalam bentuk citra-citra simbolik. Kemampuan untuk menginterpretasikan simbol-simbol ini (ta'wil) bergantung pada tingkat kejernihan kalbu sang salik. Semakin murni jiwanya berkat dzikir, mujahadah, dan tafakkur, semakin akurat pula pemahamannya terhadap pesan-pesan tersebut. Ibn 'Arabi, dalam kerangka metafisikanya yang kompleks, menempatkan mimpi dalam ranah alam imajinal (*`alam al-khayal*), sebuah dunia perantara (*barzakh*) yang menjembatani alam inderawi dan alam spiritual murni. Di alam inilah makna-makna spiritual mengambil bentuk-bentuk indrawi yang dapat dipersepsi oleh jiwa yang sedang tidur.<sup>1036</sup> Oleh karena itu, perjalanan suluk dengan ketiga pilarnya adalah sebuah metodologi terstruktur untuk mempersiapkan "alat" persepsi batiniah yakni kalbu agar mampu mengakses dan memahami realitas yang

tersingkap melalui mimpi, yang pada akhirnya mengantarkan sang salik selangkah lebih dekat menuju samudra ma'rifah yang tak bertepi.

### **Mimpi sebagai Titik Puncak atau Petunjuk Jalan Ruhani**

Dalam diskursus peradaban manusia, mimpi merupakan sebuah fenomena universal yang melintasi batas budaya, waktu, dan keyakinan. Namun, pemaknaannya mengalami pergeseran signifikan seiring evolusi pemikiran. Jika psikologi modern, terutama psikoanalisis Freudian, cenderung memandangnya sebagai manifestasi hasrat terpendam atau residu aktivitas kognitif harian, maka dalam lanskap spiritualitas, mimpi menduduki posisi ontologis yang jauh lebih agung. Ia bukan sekadar bunga tidur, melainkan sebuah portal epistemologis sebuah jembatan antara dunia inderawi yang terbatas dan realitas transenden yang tak terbatas. Bagi seorang pejalan ruhani (*salik*), mimpi dapat berfungsi sebagai titik puncak dari sebuah pencarian (*peak experience*) atau sebagai petunjuk jalan (*isyarah*) yang subtil namun krusial, yang meneguhkan, mengoreksi, atau bahkan memproyeksikan lintasan perjalanan spiritualnya.

Secara metafisik, kemampuan mimpi untuk menjadi medium pengetahuan ruhani berakar pada konsep tentang alam perantara. Dalam filsafat mistik Islam, khususnya pemikiran Ibn 'Arabi, alam ini dikenal sebagai *'alam al-mitsal* atau *mundus imaginalis* (dunia imajinal)<sup>1037</sup>. Alam ini bukanlah fantasi subjektif, melainkan sebuah dimensi realitas objektif yang berada di antara alam materi kasar

dan alam ruh murni. Di sinilah makna-makna spiritual dan realitas gaib mengambil bentuk-bentuk simbolis yang dapat ditangkap oleh jiwa manusia ketika ia terlepas sementara dari kungkungan jasmaniah saat tidur. Dengan demikian, mimpi bukanlah produk acak dari otak, melainkan pengalaman jiwa yang sedang berkelana di alam imajinal, di mana ia dapat menerima pesan, visi, atau pengetahuan yang tidak dapat diakses melalui panca indera konvensional. Pengalaman ini memberikan dasar teoretis mengapa mimpi dianggap sebagai sumber informasi spiritual yang valid dan otentik dalam banyak tradisi mistik.

Fungsi mimpi yang paling umum diakui dalam tradisi spiritual adalah sebagai petunjuk, peringatan, dan penegasan. Dalam Islam, mimpi yang benar (*ru'ya sadiqah*) dipandang sebagai salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, sebuah sisa dari wahyu ilahi yang masih dapat diakses oleh orang-orang beriman setelah era para nabi berakhir<sup>1038</sup>. *Ru'ya* semacam ini dapat datang sebagai kabar gembira (*basyarah*) yang menguatkan hati seorang *salik* bahwa ia berada di jalan yang benar, atau sebagai peringatan (*tanbih*) terhadap bahaya spiritual, seperti godaan ego atau penyimpangan dari jalan lurus. Kisah Nabi Yusuf AS dalam Al-Quran menjadi arketipe utama tentang kekuatan mimpi sebagai wahyu profetik dan alat interpretasi yang menyingkap takdir individu maupun kolektif<sup>1039</sup>. Mimpi-mimpinya, mulai dari penglihatan sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud kepadanya hingga interpretasinya atas mimpi Firaun, menunjukkan secara gamblang bagaimana mimpi dapat menjadi skenario ilahi

yang menyingkap masa depan dan memberikan panduan strategis yang tak ternilai.

Di sisi lain, mimpi tidak hanya berfungsi sebagai rambu-rambu di sepanjang jalan, tetapi terkadang ia adalah tujuan itu sendiri sebuah titik puncak pengalaman ruhani. Bagi seorang *salik* yang telah menempuh disiplin spiritual yang ketat, mimpi dapat menjadi arena untuk mengalami *kashf* (penyingkapan) atau pengalaman teofani yang mendalam. Dalam keadaan ini, mimpi bukan lagi sekadar simbol yang perlu ditafsirkan, melainkan sebuah perjumpaan langsung (*musyahadah*) dengan realitas suci. Para sufi sering melaporkan mimpi bertemu dengan para nabi, khususnya Nabi Muhammad SAW, atau menerima pengetahuan langsung dari Tuhan (*ilham*) yang mencerahkan jiwa dan mengubah perspektif mereka secara radikal. Pengalaman puncak semacam ini berfungsi sebagai validasi tertinggi atas jalan spiritual yang ditempuh, memberikan energi baru, dan mengangkat kesadaran sang *salik* ke tingkat yang lebih tinggi. Ia menjadi bukti empiris personal bahwa tujuan dari perjalanan ruhani yakni kedekatan dengan Yang Ilahi adalah sesuatu yang nyata dan dapat dicapai.

Namun, pengakuan atas nilai luhur mimpi juga diiringi dengan kesadaran akan kompleksitas interpretasinya. Tidak semua mimpi berasal dari sumber ilahi; ada pula mimpi yang lahir dari bisikan ego (*hadits al-nafs*) atau gangguan setan. Oleh karena itu, seni menafsirkan mimpi (*ta'bir ar-ru'ya*) dianggap sebagai sebuah ilmu dan karunia khusus yang menuntut tidak hanya kecerdasan intelektual, tetapi juga kesucian hati, kedalaman spiritual, dan

pemahaman yang luas atas bahasa simbol<sup>1040</sup>. Simbol dalam mimpi bersifat polivalen dan personal, maknanya dapat berubah tergantung pada kondisi spiritual, budaya, dan konteks kehidupan sang pemimpi. Di sinilah titik temu sekaligus perbedaan antara pendekatan spiritual dan psikologi analitis Carl Jung menjadi relevan. Keduanya sama-sama mengakui bahwa mimpi berbicara dalam bahasa simbol dan arketipe universal<sup>1041</sup>, namun tradisi spiritual menambahkan satu syarat mutlak: validasi interpretasi harus selaras dengan prinsip-prinsip wahyu (Al-Quran dan Hadis) dan dilakukan oleh seseorang yang memiliki kejernihan batin, agar tidak terjerumus dalam delusi yang dipicu oleh ego.

Dalam kerangka pemikiran ruhani, mimpi adalah sebuah jendela kontemplatif menuju dimensi eksistensi yang lebih dalam. Ia melampaui kategori fenomena psikologis semata untuk menjadi wahana komunikasi antara yang imanen dan yang transenden. Baik sebagai petunjuk jalan yang membimbing langkah seorang pejalan spiritual maupun sebagai pengalaman puncak yang memberinya cicipan akan tujuan akhir, mimpi menegaskan bahwa realitas tidak terbatas pada apa yang terlihat oleh mata. Ia adalah panggilan terus-menerus bagi jiwa untuk terjaga, baik dalam tidur maupun dalam kehidupan sehari-hari, agar senantiasa peka terhadap pesan-pesan halus dari alam gaib yang menuntunnya kembali kepada Sang Sumber.

## **Kisah Para Wali dan Pengalaman Mimpi yang Mengubah Jalan Hidup**

Dalam khazanah pemikiran Islam, khususnya dalam tradisi tasawuf, mimpi menempati posisi yang sangat istimewa, bukan sekadar sebagai bunga tidur atau manifestasi acak dari alam bawah sadar, melainkan sebagai sebuah medium epistemologis yang signifikan. Mimpi, atau lebih spesifiknya *ru'ya shadiqah* (mimpi yang benar), dipandang sebagai salah satu gerbang menuju realitas metafisik, sebuah ruang liminal di mana interaksi antara hamba dengan dimensi ilahiah dapat terjadi secara subtil namun transformatif. Narasi hagiografi para wali (kekasih Allah) sarat dengan pengalaman onirik yang tidak hanya memberikan petunjuk, tetapi secara fundamental mengubah arah dan tujuan hidup mereka. Pengalaman-pengalaman ini berfungsi sebagai katalisator spiritual, memicu pertobatan (*taubah*), memperdalam makrifat, dan memantapkan langkah mereka di atas jalan ruhani (*suluk*). Analisis terhadap fenomena ini mengungkapkan bahwa mimpi dalam konteks ini adalah instrumen ilahi untuk intervensi, pendidikan (*tarbiyah*), dan legitimasi spiritual.

Landasan teologis mengenai validitas mimpi sebagai sumber petunjuk berakar kuat dalam Al-Quran dan Hadis. Al-Quran mengabadikan kisah Nabi Yusuf AS, yang keahliannya dalam menafsirkan mimpi (*ta'bir*) menjadi poros utama perjalanannya, dari sumur hingga singgasana kekuasaan di Mesir. Kemampuan ini ditegaskan sebagai anugerah langsung dari Allah: "Dan demikianlah, Tuhanmu memilih engkau (untuk menjadi nabi) dan mengajarkan

kepadamu sebagian dari takwil mimpi."<sup>1042</sup> Lebih lanjut, Nabi Muhammad SAW memberikan justifikasi epistemologis yang lebih jelas dengan menyatakan bahwa mimpi yang benar adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian (*nubuwwah*).<sup>1043</sup> Pernyataan ini secara eksplisit mengangkat status mimpi dari sekadar fenomena psikologis menjadi kanal wahyu parsial yang tetap terbuka bahkan setelah kenabian formal berakhir. Bagi para sufi, hadis ini menjadi legitimasi utama untuk menerima mimpi sebagai sumber bimbingan dan pengetahuan ilahiah (*'ilm ladunni*) yang dianugerahkan kepada hamba-hamba pilihan-Nya.

Kisah-kisah para wali seringkali dimulai dengan sebuah "panggilan" dramatis yang datang melalui mimpi atau pengalaman visioner yang menyerupainya. Pengalaman ini berfungsi sebagai titik balik eksistensial, menghancurkan kealpaan dan kelekatan pada dunia material, lantas membukakan pintu menuju pertobatan yang tulus. Salah satu contoh paling ikonik adalah kisah Ibrahim ibn Adham, seorang pangeran dari Balkh yang hidup dalam kemewahan. Sebuah suara misterius yang ia dengar berulang kali, baik dalam keadaan terjaga maupun dalam mimpinya, mempertanyakan tujuan hidupnya yang sia-sia, hingga akhirnya menyadarkannya untuk meninggalkan takhta dan memulai perjalanan zuhud.<sup>1044</sup> Mimpi dalam kasus seperti ini bekerja sebagai sebuah "kejutan ontologis," memaksa individu untuk mengkonfrontasi realitas hakiki keberadaannya dan tujuan penciptaannya. Ia menggetarkan struktur ego (*nafs al-ammarah*)

dan menanamkan benih kerinduan mendalam terhadap Tuhan, yang kemudian tumbuh subur melalui laku spiritual yang disiplin.

Di luar fungsi sebagai pemicu awal, mimpi juga memainkan peran berkelanjutan sebagai media *tarbiyah ruhiyah* (pendidikan spiritual) dalam perjalanan seorang salik. Melalui mimpi, para wali menerima bimbingan, koreksi, dan pengajaran langsung dari sumber-sumber spiritual, seperti bertemu dengan Nabi Muhammad SAW, nabi-nabi terdahulu, atau para wali yang telah wafat. Teolog besar Al-Ghazali dalam karyanya, *Ihya 'Ulum al-Din*, mengelaborasi bagaimana hati yang telah disucikan menjadi laksana cermin yang mampu memantulkan pengetahuan dari *Lauh al-Mahfuzh* melalui mimpi.<sup>1045</sup> Filsuf dan sufi agung, Ibn 'Arabi, memberikan kerangka teoretis yang lebih canggih dengan konsep *'alam al-khayal* (dunia imajinal). Baginya, dunia imajinal adalah sebuah alam antara (*barzakh*) yang memisahkan dunia indrawi dan dunia ruhani murni, di mana makna-makna spiritual dapat mengambil bentuk-bentuk inderawi. Pertemuan dalam mimpi, menurutnya, adalah peristiwa nyata yang terjadi di dalam realitas imajinal ini, bukan sekadar fantasi.<sup>1046</sup> Dengan demikian, mimpi menjadi ruang kelas spiritual di mana seorang murid dapat menerima instruksi yang melampaui batas-batas ruang dan waktu.

Pada akhirnya, kisah-kisah transformatif yang dialami para wali melalui mimpi bukanlah sekadar anekdot inspiratif, melainkan ilustrasi mendalam tentang mekanisme komunikasi ilahi dalam tradisi Islam. Mimpi yang benar dipahami sebagai korespondensi dari alam gaib, sebuah pesan yang terenkripsi dalam simbol yang

penafsirannya (*ta'bir*) menuntut kesucian hati dan kejernihan spiritual. Fenomena ini menggarisbawahi sebuah kebenaran kontemplatif: bahwa realitas tidak terbatas pada apa yang dapat diindra secara fisik. Di balik tabir materialitas, terdapat dimensi spiritual yang terus-menerus berinteraksi dengan dunia manusia, dan bagi hati yang terbuka dan waspada, mimpi adalah salah satu jendelanya yang paling intim. Perjalanan para wali menunjukkan bahwa ketika seseorang secara tulus mencari Tuhan, maka Tuhan pun akan membukakan jalan baginya melalui berbagai cara, termasuk melalui bisikan lembut dalam tidurnya yang mampu mengubah seluruh jalan hidupnya.<sup>1047</sup>

### **Mimpi sebagai Anugerah Ilmu Dzauqi dan Ma'rifah Ilahiah**

Dalam diskursus epistemologi Islam, mimpi (*ru'ya*) menempati posisi yang unik dan signifikan, melampaui sekadar fenomena psikologis atau residu aktivitas neurologis saat tidur. Bagi para penempuh jalan spiritual (*salik*), mimpi dipandang sebagai salah satu gerbang utama menuju pengalaman pengetahuan yang bersifat langsung dan personal, yang dikenal sebagai ilmu *dzauqi* (pengetahuan rasa atau pengalaman), yang pada puncaknya dapat mengantarkan seorang hamba kepada *ma'rifah Ilahiah* (pengenalan mendalam akan Tuhan). Posisi ini bukanlah sebuah klaim tanpa dasar, melainkan berakar kuat pada fondasi teologis yang termaktub dalam Al-Quran dan Hadis, serta dielaborasi secara mendalam dalam tradisi intelektual sufistik. Mimpi, dalam konteks ini, bukan lagi sekadar bunga tidur,

melainkan sebuah anugerah ilahiah sebuah medium transenden di mana tabir antara alam inderawi (*syahadah*) dan alam gaib (*ghaib*) disingskapkan secara parsial bagi jiwa yang siap menerimanya.<sup>1048</sup>

Secara konseptual, Islam membedakan dengan tegas antara jenis-jenis mimpi. Hadis Nabi Muhammad SAW secara eksplisit mengkategorikan mimpi menjadi tiga jenis: *ru'ya shadiqah* atau *ru'ya shalihah* (mimpi yang benar dan baik yang berasal dari Allah), mimpi yang berasal dari gejolak jiwa dan pikiran seseorang (*hadits al-nafs*), dan mimpi buruk yang menakutkan dari setan (*tahzin min al-shaytan*).<sup>1049</sup> Dari ketiganya, *ru'ya shadiqah*-lah yang memiliki nilai epistemologis yang tinggi. Ia dianggap sebagai salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian (*nubuwwah*), sebuah sisa dari wahyu kenabian yang pintunya tetap terbuka bagi umat manusia bahkan setelah kenabian berakhir.<sup>1050</sup> Narasi Al-Quran tentang mimpi Nabi Yusuf AS yang menafsirkan mimpi raja dan dua tahanan, serta mimpi Nabi Ibrahim AS untuk menyembelih putranya, Ismail AS, menjadi bukti otentik bahwa mimpi dapat berfungsi sebagai wahana komunikasi ilahi dan penyampai kebenaran yang absolut.<sup>1051</sup> Pengalaman-pengalaman profetik ini menegaskan bahwa dalam keheningan tidur, saat ego dan rasio logis manusia mereda, jiwa dapat menjadi reseptor yang lebih murni untuk menerima pesan-pesan simbolik dari alam yang lebih tinggi.

Di sinilah letak relevansi mimpi sebagai sumber ilmu *dzauqi*. Berbeda dengan ilmu *hushuli* (pengetahuan yang diperoleh melalui representasi konsep, logika, dan pembelajaran eksternal),

ilmu *dzauqi* adalah ilmu *hudhuri* (pengetahuan melalui kehadiran), di mana subjek yang mengetahui dan objek yang diketahui menyatu dalam sebuah pengalaman langsung.<sup>1052</sup> Membaca seribu buku tentang manisnya madu tidak akan pernah bisa menggantikan pengalaman mengecap madu itu sendiri. Demikian pula, mimpi yang benar memberikan sebuah "rasa" atau "pengalaman langsung" akan suatu kebenaran spiritual. Seseorang mungkin mengalami perasaan damai yang tak terlukiskan, melihat cahaya yang menenangkan, atau menerima sebuah nasihat simbolis yang terasa begitu nyata dan personal. Pengalaman ini menanamkan keyakinan (*yaqin*) yang tidak bisa digoyahkan oleh argumen rasional semata. Imam Al-Ghazali, dalam magnum opusnya *Ihya' 'Ulum al-Din*, menekankan bahwa pengetahuan semacam ini bersemayam di dalam hati (*qalb*) dan merupakan tujuan utama dari penyucian jiwa, di mana mimpi yang benar adalah salah satu buahnya.<sup>1053</sup>

Lebih jauh lagi, sebagai manifestasi dari ilmu *dzauqi*, mimpi dapat menjadi tangga pendakian menuju stasiun tertinggi dalam perjalanan spiritual, yaitu *ma'rifah Ilahiah*. *Ma'rifah* bukanlah sekadar pengetahuan tentang Tuhan, melainkan pengenalan akan Tuhan yang intim, langsung, dan bersifat personal, yang melampaui deskripsi dan definisi konseptual. Dalam mimpi-mimpi yang dianugerahkan, seorang hamba dapat menerima *kashf* (penyingkapan) tentang sifat-sifat keindahan (*jamal*) dan keagungan (*jalal*) Tuhan dalam bentuk-bentuk simbolik yang dapat dipahami oleh kapasitas manusianya. Tokoh sufi besar seperti Ibn 'Arabi menjelaskan bahwa alam mimpi adalah bagian

dari alam perantara (*barzakh*) atau alam imajinal (*'alam al-khayal*), sebuah dunia di mana makna-makna spiritual mengambil bentuk inderawi.<sup>1054</sup> Di alam inilah seorang *salik* dapat "bertemu" dengan para nabi atau wali, menerima instruksi spiritual, atau menyaksikan teofani (penampakan Ilahi) dalam bentuk simbol yang mencerahkan hatinya, menguatkan perjalanannya, dan memperdalam pengenalannya kepada Sang Pencipta.

Namun demikian, penting untuk disadari bahwa tidak semua mimpi memiliki bobot spiritual yang sama, dan tidak setiap individu mampu menafsirnya dengan benar. Kemurnian dan kebenaran sebuah mimpi sangat bergantung pada kondisi spiritual si pemimpi. Hati diibaratkan sebagai sebuah cermin; semakin ia bersih dari noda dosa, ketergantungan duniawi, dan penyakit hati, semakin jernih pula ia dapat memantulkan cahaya kebenaran yang datang dari alam gaib.<sup>1055</sup> Sebaliknya, hati yang keruh akan menghasilkan mimpi yang kabur, terdistorsi, atau bahkan menipu. Oleh karena itu, kemampuan untuk menerima dan memahami *ru'ya shadiqah* bukanlah sesuatu yang terjadi secara acak, melainkan buah dari upaya spiritual yang konsisten (*mujahadah*) dan anugerah (*mauhibah*) dari Allah. Penafsiran mimpi (*ta'wil*) pun merupakan sebuah ilmu tersendiri yang membutuhkan tidak hanya kecerdasan, tetapi juga kesalehan, kebijaksanaan, dan cahaya ilahi, sebagaimana yang dicontohkan oleh Nabi Yusuf AS.<sup>1056</sup> Dalam paradigma spiritual Islam, mimpi diposisikan sebagai sebuah fenomena transenden yang memiliki nilai epistemologis yang mendalam. Ia merupakan saluran bagi anugerah ilmu *dzauiq*,

sebuah pengetahuan yang dirasakan dan dialami secara langsung, yang melampaui batas-batas nalar diskursif. Bagi jiwa yang telah tersucikan, mimpi menjadi jendela menuju realitas yang lebih tinggi, berfungsi sebagai pemandu, peneguh, dan pencerah dalam perjalanan spiritual. Puncaknya, ia dapat menjadi salah satu wasilah untuk meraih *ma'rifah Ilahiah*, di mana seorang hamba, dalam keheningan tidurnya, dapat "merasakan" kehadiran Tuhannya, sebuah pengesahan agung bahwa rahmat dan pengetahuan-Nya dapat menjangkau manusia melalui cara-cara yang paling subtil dan misterius sekalipun.

# PSIKOLOGI TRANSPERSONAL DAN ALAM BAWAH SADAR

## Mimpi dalam Psikologi: Dari Freud ke Jung

### Freud: Mimpi sebagai Jalan Menuju Alam Bawah Sadar dan Represi

Eksplorasi terhadap dunia mimpi telah menjadi salah satu perjalanan intelektual paling menarik dalam sejarah pemikiran manusia. Jauh sebelum menjadi subjek penelitian ilmiah, mimpi dianggap sebagai pesan ilahi, pertanda masa depan, atau gangguan acak dari pikiran yang lelah. Namun, pada permulaan abad ke-20, panggung pemahaman mimpi berubah secara drastis dengan munculnya psikoanalisis. Di jantung revolusi ini berdiri seorang neurolog Wina, Sigmund Freud, yang dengan berani menyatakan bahwa mimpi bukanlah fenomena supernatural atau kebetulan, melainkan produk psikis yang sangat bermakna. Ia meletakkannya sebagai titik sentral dalam teorinya, membuka gerbang menuju lanskap tersembunyi dari pikiran manusia. Analisisnya, yang kemudian ditanggapi dan dikembangkan lebih lanjut oleh muridnya yang kelak menjadi koleganya, Carl Jung, membentuk fondasi bagi studi psikologis tentang mimpi hingga hari ini.

Dalam magnum opusnya, *The Interpretation of Dreams* (1900), Sigmund Freud mengajukan sebuah tesis radikal: mimpi adalah "jalan utama" (*the royal road*) menuju pemahaman alam bawah

sadar (*das Unbewusste*).<sup>1057</sup> Bagi Freud, mimpi bukanlah serangkaian gambar yang tidak berarti, melainkan pemenuhan terselubung dari hasrat yang direpresi. Teori ini berakar pada model struktural kepribadiannya, yang membagi jiwa menjadi tiga entitas yang saling berinteraksi: id, ego, dan superego. Id adalah wadah bagi dorongan-dorongan primitif dan instingtif yang didasarkan pada "prinsip kesenangan" (*pleasure principle*), mencari kepuasan segera atas hasrat seksual dan agresif. Sebaliknya, superego adalah gudang moralitas dan nilai-nilai sosial yang diinternalisasi, sementara ego berfungsi sebagai mediator yang rasional, mencoba menyeimbangkan tuntutan id dengan realitas dunia luar dan batasan superego.<sup>1058</sup>

Menurut Freud, banyak dari dorongan id dianggap tidak dapat diterima, berbahaya, atau memalukan oleh ego dan superego. Akibatnya, dorongan-dorongan ini ditekan (*repressed*) didorong keluar dari kesadaran dan dikunci di dalam alam bawah sadar. Namun, material yang direpresi ini tidak hilang; ia tetap aktif dan terus-menerus mencari jalan untuk kembali ke kesadaran. Saat tidur, kontrol ego melemah. Kelemahan penjaga kesadaran ini memberikan kesempatan bagi konten-konten yang tertekan untuk muncul ke permukaan. Akan tetapi, kemunculannya tidak pernah secara langsung. Sebuah mekanisme sensor psikis (*psychic censor*) tetap bekerja untuk menyamarkan konten tersebut agar tidak terlalu mengejutkan atau mengancam, yang dapat membangunkan si pemimpi. Penyamaran inilah yang membuat mimpi tampak aneh, tidak logis, dan sering kali membingungkan.<sup>1059</sup>

Untuk memahami proses ini, Freud membedakan antara dua lapisan mimpi: **konten manifes** (*manifest content*) dan **konten laten** (*latent content*). Konten manifes adalah alur cerita atau gambaran visual yang kita ingat setelah bangun tidur misalnya, bermimpi berjalan di sebuah taman yang asing. Di baliknya, tersembunyi konten laten, yang merupakan makna psikologis sesungguhnya dari mimpi tersebut yaitu hasrat, ketakutan, atau konflik yang direpresi yang menjadi sumber mimpi itu. Transformasi dari konten laten yang terlarang menjadi konten manifes yang tampak "aman" ini disebut sebagai **kerja mimpi** (*Traumarbeit*).<sup>1060</sup>

Kerja mimpi beroperasi melalui beberapa mekanisme utama. Pertama adalah **kondensasi** (*Verdichtung*), di mana beberapa ide atau gambaran dari alam bawah sadar digabungkan menjadi satu elemen tunggal dalam mimpi. Sebuah figur dalam mimpi mungkin memiliki wajah seorang teman, pakaian seorang atasan, dan nama seorang kerabat, merepresentasikan gabungan perasaan dan konflik yang terkait dengan ketiga orang tersebut. Mekanisme kedua adalah **pemindahan** (*Verschiebung*), yaitu proses mengalihkan intensitas emosional dari objek atau ide yang sebenarnya penting ke objek lain yang tampaknya netral atau sepele. Seseorang mungkin merasakan kemarahan yang luar biasa terhadap seekor anjing kecil dalam mimpi, padahal kemarahan itu sebenarnya ditujukan kepada figur otoritas yang mengintimidasi dalam kehidupan nyata.<sup>1061</sup> Selanjutnya adalah **simbolisasi** atau representasi (*Darstellung*), di mana ide-ide abstrak atau objek-objek terlarang diwakili oleh simbol-simbol konkret. Objek panjang

seperti menara, ular, atau tongkat sering kali diinterpretasikan Freud sebagai simbol falus, sementara wadah seperti kotak, gua, atau kapal diartikan sebagai simbol rahim atau tubuh perempuan.<sup>1062</sup>

Pada akhirnya, bagi Freud, fungsi utama mimpi adalah sebagai penjaga tidur dan katup pengaman psikis. Dengan menyediakan panggung bagi **pemenuhan hasrat** (*Wunscherfüllung*), mimpi memungkinkan id untuk melepaskan sebagian energi psikisnya yang terpendam dalam format yang tersamar. Hal ini mengurangi tekanan internal dan memungkinkan individu untuk terus tidur tanpa terganggu oleh konflik bawah sadarnya. Dengan demikian, setiap mimpi, bahkan mimpi buruk sekalipun, pada dasarnya adalah upaya jiwa untuk memenuhi sebuah keinginan, meskipun keinginan itu mungkin terdistorsi hingga tidak dapat dikenali lagi. Melalui analisis cermat terhadap simbol, emosi, dan narasi mimpi, seorang analis dan individu itu sendiri dapat membongkar penyamaran tersebut, menelusuri jejak kembali ke konten laten, dan pada akhirnya, memperoleh wawasan mendalam tentang konflik dan hasrat tersembunyi yang membentuk kepribadian dan perilaku seseorang.<sup>1063</sup>

### **Kritik terhadap Pandangan Libido dan Seksualitas dalam Mimpi**

Postulat psikoanalisis Sigmund Freud, yang menempatkan mimpi sebagai *via regia* atau "jalan utama" menuju alam bawah sadar, telah secara fundamental mengubah cara pandang dunia Barat terhadap kehidupan mental.<sup>1064</sup> Dalam kerangka kerjanya,

mimpi tidak lagi dipandang sebagai kebisingan acak dari pikiran yang tertidur, melainkan sebagai panggung sandiwara di mana hasrat-hasrat terlarang, terutama yang berakar pada libido atau energi seksual, dipentaskan dalam bentuk simbolik. Menurut Freud, konten manifes mimpi yakni alur cerita yang kita ingat hanyalah topeng yang menutupi konten laten, yaitu makna tersembunyi yang sarat dengan pemenuhan hasrat (*wish-fulfillment*) yang ditekan dari kesadaran. Pandangan ini, yang menempatkan seksualitas sebagai motor penggerak utama psikodinamika mimpi, pada masanya merupakan sebuah terobosan revolusioner. Namun, seiring berjalannya waktu dan berkembangnya berbagai disiplin ilmu, pandangan yang berpusat pada libido ini menuai kritik tajam dari berbagai arah, mulai dari internal psikologi hingga neurosains, antropologi, dan perspektif teologis.

Kritik pertama dan paling mendasar datang dari dalam tradisi psikoanalitik itu sendiri, yang menyoroiti sifat reduksionistis dari teori Freud. Para pemikir seperti Carl Jung, yang pernah menjadi murid dan kolega dekat Freud, berpendapat bahwa memusatkan hampir semua simbolisme mimpi pada dorongan seksual merupakan penyederhanaan yang berlebihan terhadap kompleksitas jiwa manusia.<sup>1065</sup> Jung mengintroduksi konsep alam bawah sadar kolektif (*collective unconscious*) yang berisi arketipe simbol universal yang diwarisi secara transgenerasional, seperti figur ibu, pahlawan, atau bayangan. Dari perspektif Jungian, mimpi tidak hanya mencerminkan konflik seksual personal, tetapi juga bisa menjadi wahana bagi individu untuk terhubung dengan

kebijaksanaan kolektif kemanusiaan, mengatasi tantangan spiritual, atau mencapai proses individuasi realisasi diri yang utuh. Dengan demikian, menafsirkan setiap objek panjang dalam mimpi sebagai simbol falus atau setiap gua sebagai simbol rahim adalah sebuah "panseksualisme" yang mengabaikan dimensi eksistensial, kreatif, dan spiritual dari pengalaman manusia.<sup>1066</sup>

Seiring kemajuan teknologi pencitraan otak, kritik yang lebih fundamental datang dari bidang neurobiologi dan sains kognitif. Teori Aktivasi-Sintesis yang diajukan oleh J. Allan Hobson dan Robert McCarley pada tahun 1977 secara radikal menantang gagasan Freud tentang mimpi sebagai penjaga tidur yang menyamarkan hasrat.<sup>1067</sup> Menurut model mereka, mimpi pada dasarnya adalah produk sampingan dari proses fisiologis: selama tidur REM (Rapid Eye Movement), batang otak secara acak mengirimkan sinyal-sinyal listrik ke korteks serebral. Korteks, sebagai pusat pemikiran tingkat tinggi, kemudian berusaha untuk "mensintesis" atau merangkai sinyal-sinyal acak ini menjadi sebuah narasi yang koheren, meskipun seringkali aneh dan tidak logis. Dalam pandangan ini, muatan emosional dan visual yang aneh dalam mimpi bukanlah hasil dari sensor psikis yang menekan libido, melainkan cerminan dari keadaan biokimiawi otak yang unik selama tidur. Para ilmuwan kognitif modern, seperti G. William Domhoff, lebih lanjut mengembangkan ini dengan memandang mimpi sebagai bentuk pemikiran dalam keadaan kesadaran yang berbeda, di mana mimpi seringkali merupakan kelanjutan dari kekhawatiran,

masalah, dan minat saat terjaga, bukan sekadar pemenuhan hasrat seksual terpendam.<sup>1068</sup>

Lebih jauh lagi, perspektif sosio-kultural dan antropologis menunjukkan bahwa penekanan Freud pada seksualitas sangat terikat oleh konteks historisnya, yaitu masyarakat Wina di era Victoria yang represif secara seksual. Antropolog berpendapat bahwa apa yang dianggap sebagai dorongan "tertekan" sangat bervariasi antar budaya. Di banyak masyarakat non-Barat, mimpi tidak dipahami sebagai cerminan libido individu, melainkan sebagai sarana komunikasi dengan leluhur, portal menuju dunia roh, atau pertanda bagi komunitas.<sup>1069</sup> Analisis lintas budaya menunjukkan bahwa tema-tema mimpi sangat beragam dan seringkali lebih berfokus pada kelangsungan hidup, hubungan sosial, dan mitologi lokal daripada konflik Oedipus atau kecemasan pengebirian (*castration anxiety*).<sup>1070</sup> Oleh karena itu, menguniversalkan teori yang lahir dari pengamatan klinis terhadap sekelompok kecil pasien neurotik di Eropa abad ke-19 menjadi sebuah tindakan etnosentrisme yang mengabaikan kekayaan dan keragaman pengalaman manusia di seluruh dunia.

Terakhir, dari kerangka epistemologi teologis, khususnya dalam tradisi Islam, pandangan Freud mengenai mimpi dianggap tidak lengkap karena hanya mengakui satu sumber mimpi: diri sendiri (*al-nafs*). Perspektif Islam mengategorikan mimpi ke dalam tiga sumber yang berbeda, sebagaimana dijelaskan dalam hadis Nabi Muhammad SAW.<sup>1071</sup> Pertama adalah *ru'ya shalihah* (mimpi yang baik dan benar) yang berasal dari Allah sebagai kabar gembira atau

peringatan. Kisah Nabi Yusuf yang menafsirkan mimpi raja dalam Al-Qur'an menjadi contoh utama dari mimpi profetik yang memiliki makna ilahiah, jauh melampaui dorongan libido.<sup>1072</sup> Kedua adalah mimpi yang berasal dari setan (*shaytan*) untuk menakut-nakuti atau menyesatkan manusia. Ketiga, barulah mimpi yang berasal dari pikiran dan pengalaman sehari-hari seseorang (*hadits al-nafs*), yang paling mendekati konsep mimpi psikologis. Dengan demikian, membatasi semua mimpi sebagai manifestasi libido tidak hanya menafikan dimensi spiritual dan transenden dari pengalaman manusia, tetapi juga menutup kemungkinan adanya petunjuk ilahi atau gangguan eksternal dalam kehidupan mental saat tidur.

Meskipun kontribusi Sigmund Freud dalam membuka diskursus ilmiah tentang mimpi dan alam bawah sadar tidak dapat disangkal, pandangannya yang sangat terfokus pada libido dan seksualitas kini dipandang sebagai model yang terbatas dan ketinggalan zaman. Kritik dari berbagai disiplin ilmu psikologi, neurosains, antropologi, dan teologi secara kolektif telah mendekonstruksi gagasan bahwa mimpi semata-mata adalah panggung bagi hasrat seksual yang tertekan. Pemahaman kontemporer tentang mimpi bersifat lebih holistik dan multidimensional, mengakui mimpi sebagai fenomena kompleks yang melibatkan proses neurobiologis, fungsi kognitif, pengaruh sosio-kultural, dan bagi sebagian orang, dimensi spiritual yang mendalam. Mimpi tetap menjadi misteri yang mempesona, tetapi pemetaannya kini memerlukan lensa yang jauh lebih luas daripada sekadar kacamata libido Freudian.

## **Carl Jung: Mimpi sebagai Representasi Arketipe dan Proses Individuasi**

Dalam lanskap pemikiran psikologi mendalam (*depth psychology*), analisis mimpi sering kali menjadi gerbang utama untuk memahami dinamika batiniah individu. Jika Sigmund Freud memandang mimpi sebagai "jalan utama menuju ketidaksadaran" yang primernya berfungsi sebagai pemenuhan hasrat terlarang dan manifestasi konflik masa kanak-kanak yang direpresi,<sup>1073</sup> maka muridnya yang kemudian menempuh jalan berbeda, Carl Gustav Jung, menawarkan perspektif yang lebih luas dan kontemplatif. Bagi Jung, mimpi tidak hanya berfungsi sebagai katarsis atas dorongan-dorongan pribadi yang tertekan, melainkan sebagai medium komunikasi yang esensial antara kesadaran (*ego*) dan lapisan psike yang lebih dalam dan universal: ketidaksadaran kolektif (*collective unconscious*). Melalui lensa Jungian, mimpi adalah panggung di mana narasi-narasi purba umat manusia yang disebut arketipe muncul untuk menuntun individu dalam sebuah perjalanan transformatif menuju keutuhan diri, atau yang ia sebut sebagai proses individuasi.<sup>1074</sup>

Untuk memahami peran sentral mimpi dalam teori Jung, pertama-tama kita harus membedah model psike yang ia ajukan. Jung membagi psike menjadi tiga komponen utama: *ego* (pusat kesadaran), *ketidaksadaran pribadi* (*personal unconscious*), dan *ketidaksadaran kolektif*. Ketidaksadaran pribadi berisi pengalaman-pengalaman yang terlupakan, ditekan, atau diabaikan oleh individu, seperti ingatan, hasrat, dan trauma yang bersifat

personal. Namun, di bawah lapisan ini terdapat sebuah fondasi psikis yang bersifat universal dan diwariskan, yaitu ketidaksadaran kolektif.<sup>1075</sup> Lapisan ini tidak terbentuk dari pengalaman individu, melainkan merupakan endapan dari pengalaman leluhur yang berulang selama ribuan generasi. Ia adalah gudang dari potensi-potensi gambar dan makna universal yang dimiliki oleh seluruh umat manusia, terlepas dari latar belakang budaya maupun geografis. Isi dari ketidaksadaran kolektif ini adalah arketipe-arketipe.

Arketipe (*archetypes*) bukanlah gambar atau ide yang sudah jadi, melainkan "bentuk-bentuk primordial" atau predisposisi universal untuk merasakan, memahami, dan merespons dunia dengan cara-cara tertentu yang khas manusiawi.<sup>1076</sup> Mimpi menjadi medium utama di mana arketipe-arketipe ini memanifestasikan diri dalam bentuk simbol-simbol yang dinamis dan hidup. Beberapa arketipe kunci yang sering muncul dalam mimpi antara lain: *The Shadow* (Sang Bayangan), yaitu representasi dari sisi gelap, insting hewani, dan kualitas-kualitas negatif yang kita tolak dalam diri kita sendiri. Dalam mimpi, *Shadow* sering kali muncul sebagai sosok yang mengancam atau figur antagonis dengan jenis kelamin yang sama dengan si pemimpi.<sup>1077</sup> Selanjutnya, terdapat *Anima* (sisi feminin dalam psike pria) dan *Animus* (sisi maskulin dalam psike wanita), yang merepresentasikan hubungan individu dengan dunia batin dan kualitas-kualitas lawan jenisnya. Arketipe lain yang signifikan adalah *Persona* (topeng sosial yang kita kenakan) dan *The Self* (Sang Diri), yaitu arketipe sentral yang melambangkan totalitas

dan keutuhan psike. Simbol-simbol *The Self* dalam mimpi sering kali berupa mandala, lingkaran, kristal, atau figur-figur ilahi, yang mengindikasikan potensi integrasi dan harmoni batin.<sup>1078</sup>

Fungsi utama dari munculnya arketipe-arketipe ini dalam mimpi adalah untuk menunjang proses individuasi. Individuasi adalah perjalanan seumur hidup untuk menjadi diri sendiri secara utuh sebuah proses pengembangan kesadaran dengan cara mengintegrasikan berbagai aspek yang sebelumnya tidak disadari, termasuk *Shadow* dan *Anima/Animus*, ke dalam totalitas kepribadian.<sup>1079</sup> Mimpi, dalam pandangan Jung, memiliki fungsi kompensatoris. Artinya, mimpi menyeimbangkan kecenderungan sadar yang sering kali bersifat sepihak. Jika seseorang dalam kehidupan sadarnya terlalu rasional dan terkendali, mimpinya mungkin akan penuh dengan elemen-elemen yang kacau, emosional, dan irasional. Sebaliknya, jika seseorang hidup terlalu impulsif, mimpinya mungkin menghadirkan figur otoritas atau simbol-simbol keteraturan. Dengan menganalisis seri mimpi dari waktu ke waktu, individu dapat melihat pola naratif yang sedang berlangsung dalam psikanya sebuah dialog berkelanjutan antara *ego* dan ketidaksadaran kolektif. Dialog inilah yang mendorong diferensiasi dan integrasi psikologis, membawa individu lebih dekat pada realisasi *The Self*.<sup>1080</sup>

Dengan demikian, Carl Jung secara fundamental mengubah pemahaman kita tentang mimpi. Ia mengangkat mimpi dari sekadar gudang patologi pribadi menjadi sebuah sumber kebijaksanaan yang kreatif, bertujuan, dan transenden. Mimpi tidak lagi dilihat

sebagai pesan terdistorsi dari masa lalu, tetapi sebagai panduan visioner untuk masa depan psikologis individu. Dalam setiap citra mimpi yang aneh atau simbol yang misterius, terkandung benih-benih arketipe universal yang berbicara tentang potensi kemanusiaan kita yang paling dalam. Mimpi adalah peta jalan yang dilukis oleh psike itu sendiri, sebuah undangan kontemplatif untuk menjelajahi labirin batiniah demi mencapai keutuhan diri yang otentik, sebuah proses sakral yang disebut individuasi.<sup>1081</sup>

### **Dari Simbol Seksual ke Simbol Spiritual: Evolusi Psikologi Mimpi**

Mimpi, sebuah fenomena universal yang dialami setiap insan, telah lama menjadi kanvas misterius tempat kesadaran dan ketidaksadaran berdialog. Sepanjang sejarah, manusia telah berupaya menafsirkan pesan-pesan samar yang tersaji dalam teater malam ini, mulai dari bisikan ilahiah hingga pertanda masa depan. Namun, baru pada abad ke-20, mimpi secara sistematis ditarik ke dalam ranah analisis psikologis, memicu sebuah evolusi pemikiran yang dramatis. Perjalanan interpretasi mimpi dalam psikologi modern dapat dilacak melalui sebuah pergeseran fundamental: dari pandangan yang berpusat pada simbol-simbol seksual dan hasrat terpendam menuju pemahaman yang lebih luas, yang merangkul dimensi spiritual dan transendental. Evolusi ini secara esensial merefleksikan duel intelektual antara dua raksasa psikologi, Sigmund Freud dan Carl Gustav Jung, yang pandangannya membentuk lanskap pemahaman kita tentang dunia batin.

Fondasi penafsiran mimpi modern diletakkan oleh Sigmund Freud, yang dengan karyanya yang monumental, *The Interpretation of Dreams*, mendeklarasikan mimpi sebagai "jalan utama menuju alam bawah sadar" (*the royal road to the unconscious*). Bagi Freud, mimpi bukanlah sekadar aktivitas acak dari otak yang beristirahat, melainkan sebuah mekanisme psikis yang canggih untuk pemenuhan hasrat (*wish-fulfillment*). Ia mempostulasikan bahwa esensi mimpi berakar pada dorongan-dorongan instingtual terutama hasrat seksual dan agresif yang ditekan (direpresi) dari kesadaran karena dianggap tidak dapat diterima oleh norma sosial atau ego individu<sup>1082</sup>. Dalam kerangka psikoanalisis, mimpi memiliki dua lapisan: isi manifes (cerita mimpi yang kita ingat) dan isi laten (makna tersembunyi yang sebenarnya). Menurut Freud, proses kerja mimpi (*dream-work*) mengubah isi laten yang mengancam menjadi isi manifes yang lebih dapat diterima melalui mekanisme seperti kondensasi, pemindahan, dan simbolisasi. Dalam sistem simbolik ini, banyak objek dan skenario mimpi ditafsirkan sebagai representasi dari organ atau aktivitas seksual; objek-objek panjang seperti menara dan tongkat dianggap sebagai simbol falus, sementara wadah seperti kotak dan gua merepresentasikan rahim. Dengan demikian, dalam paradigma Freudian, mimpi menjadi artefak dari konflik psikoseksual masa kanak-kanak yang belum terselesaikan, sebuah jendela menuju "ruang bawah tanah" psikis yang dipenuhi oleh hasrat-hasrat purba.

Pergeseran paradigma yang signifikan terjadi ketika Carl Gustav Jung, murid brilian Freud, memisahkan diri dari mentornya. Jung

merasa bahwa reduksi makna mimpi menjadi sekadar simbolisme seksual adalah pandangan yang terlalu sempit dan patologis. Ia menolak gagasan bahwa alam bawah sadar hanyalah sebuah gudang berisi materi yang direpresi. Sebaliknya, Jung memperkenalkan konsep alam bawah sadar kolektif (*collective unconscious*), sebuah lapisan psikis yang lebih dalam dan bersifat universal, diwariskan dari leluhur, dan berisi arketipe-arketipe pola-pola primordial seperti Sang Ibu Agung, Pahlawan, Orang Tua Bijak, dan Diri Sejati (*the Self*)<sup>1083</sup>. Bagi Jung, mimpi tidak hanya melihat ke belakang pada konflik masa lalu, tetapi juga melihat ke depan, berfungsi sebagai kompas yang membimbing individu menuju keutuhan psikis dalam sebuah proses yang disebutnya *individuasi*. Mimpi, dalam pandangan Jungian, bersifat kompensatoris; ia menyeimbangkan sikap sadar yang mungkin terlalu kaku atau sepihak, dan menyajikan kebijaksanaan dari alam bawah sadar untuk membantu perkembangan pribadi. Simbol-simbol dalam mimpi tidak lagi terbatas pada representasi seksual, melainkan menjadi jembatan menuju makna yang lebih dalam dan spiritual. Mandala, misalnya, dipandang sebagai simbol arketipe Diri Sejati, merepresentasikan keteraturan, keutuhan, dan penyatuan antara kesadaran dan ketidaksadaran. Dengan demikian, Jung mentransformasi mimpi dari sekadar pemenuhan hasrat menjadi sebuah dialog sakral dengan diri yang lebih dalam, sebuah medium untuk pertumbuhan spiritual dan realisasi potensi tertinggi manusia<sup>1084</sup>.

Sintesis modern dan perspektif lintas budaya memperkaya dialektika antara Freud dan Jung, menunjukkan bahwa kebenaran mungkin tidak terletak secara eksklusif pada salah satu kutub. Psikologi kontemporer mengakui validitas kedua pandangan tersebut; beberapa mimpi mungkin memang mencerminkan konflik dan hasrat personal sebagaimana diutarakan Freud, sementara mimpi lainnya jelas-jelas menyentuh tema-tema universal dan kebutuhan spiritual yang digaribawahi oleh Jung. Di luar tradisi psikologi Barat, pandangan ini menemukan resonansi yang kuat dalam tradisi spiritual kuno, salah satunya dalam Islam. Perspektif Islam secara inheren mengakui multi-dimensi mimpi, membaginya menjadi tiga kategori: mimpi baik yang berasal dari Allah (*Ru'ya Saliha*), mimpi buruk dari godaan setan (*Hulm*), dan mimpi yang berasal dari pikiran atau pengalaman individu itu sendiri (*Hadith al-Nafs*)<sup>1085</sup>. Kategori terakhir ini sejajar dengan pemahaman psikologis tentang mimpi sebagai cerminan keadaan internal, sementara *Ru'ya Saliha* secara eksplisit mengakui peran mimpi sebagai wahana pesan spiritual atau petunjuk ilahiah, seperti yang diilustrasikan secara gamblang dalam kisah Nabi Yusuf AS yang menafsirkan mimpi Raja Mesir, sebuah mimpi yang mengandung makna profetik dan simbolisme spiritual mendalam, bukan sekadar hasrat personal<sup>1086</sup>. Pandangan ini, bersama dengan penelitian neurosains modern yang mengungkap mekanisme biologis mimpi seperti hipotesis aktivasi-sintesis, melengkapi pemahaman kita bahwa mimpi adalah fenomena biopsikospiritual yang kompleks<sup>1087</sup>. Evolusi pemahaman psikologis tentang mimpi dari simbol seksual

menjadi simbol spiritual menandai pendewasaan dalam cara kita memandang kedalaman jiwa manusia. Perjalanan dari analisis Freudian yang berfokus pada insting dan represi menuju visi Jungian yang merangkul arketipe dan transendensi tidaklah saling meniadakan, melainkan saling melengkapi. Freud membukakan pintu menuju alam bawah sadar, sementara Jung memperluas peta wilayah tersebut hingga mencakup cakrawala spiritual. Mimpi, pada akhirnya, tetap menjadi salah satu perbatasan terakhir dari eksplorasi diri. Ia adalah ruang di mana libido bertemu dengan logos, tempat konflik personal bersinggungan dengan narasi kolektif, dan di mana bisikan hasrat terpendam dapat bertransformasi menjadi gema panggilan spiritual. Pergeseran ini bukan sekadar perubahan teori, melainkan cerminan dari pencarian manusia yang tak pernah usai untuk memahami totalitas keberadaannya dari yang paling duniawi hingga yang paling ilahi.

## **Jung dan Konsep Arketipe dalam Bahasa Simbolik Mimpi**

### **Arketipe: Persona, Shadow, Anima/Animus, Self**

Carl Gustav Jung, dalam divergensi monumentalnya dari Sigmund Freud, mengajukan sebuah hipotesis radikal yang mengubah peta psikologi modern: eksistensi ketidaksadaran kolektif (*collective unconscious*). Berbeda dengan ketidaksadaran personal yang berisi pengalaman-pengalaman yang terlupakan atau tertekan, ketidaksadaran kolektif merupakan substratum psikis yang lebih dalam, sebuah warisan universal yang dimiliki oleh seluruh umat manusia. Ia adalah repositori dari jejak memori laten

yang diwariskan dari leluhur kita, yang manifestasinya tidak bersifat personal, melainkan universal. Dalam ranah inilah bersemayam entitas-entitas psikis fundamental yang disebut Jung sebagai arketipe (*archetypes*). Arketipe bukanlah ide atau citra yang diwariskan secara langsung, melainkan predisposisi atau potensi bawaan untuk menghasilkan citra-citra simbolik yang serupa di seluruh kebudayaan dan zaman. Mimpi, bagi Jung, adalah panggung utama di mana arketipe-arketipe ini berkomunikasi dengan kesadaran. Melalui bahasa simbolik yang kaya dan seringkali enigmatik, mimpi menjadi jembatan vital antara ego sadar dan kebijaksanaan kuno yang tersimpan dalam ketidaksadaran kolektif, menawarkan peta jalan menuju proses yang disebutnya sebagai *individuation* sebuah perjalanan seumur hidup menuju keutuhan psikis.

Di antara konstelasi arketipe yang tak terhingga, Jung mengidentifikasi beberapa figur arketipal utama yang secara konsisten muncul dalam mimpi dan mitologi, yang memainkan peran krusial dalam dinamika psikis individu. Empat di antaranya yang paling fundamental adalah Persona, Shadow (Bayangan), Anima/Animus, dan Sang Diri (*the Self*). Masing-masing merepresentasikan aspek vital dari totalitas kepribadian, dan interaksi dinamis di antara mereka membentuk narasi perkembangan psikologis seseorang. Memahami dan berdialog dengan figur-figur ini melalui mimpi adalah esensial untuk mencapai keseimbangan dan realisasi diri.

**Persona**, yang berasal dari bahasa Latin untuk "topeng aktor," adalah wajah publik yang kita tampilkan kepada dunia. Ia adalah arketipe kompromi antara tuntutan masyarakat dan kebutuhan individu untuk diterima. Persona berfungsi sebagai pelindung ego dan jiwa dari tekanan sosial, memungkinkan kita berinteraksi secara fungsional dalam berbagai peran: sebagai profesional, orang tua, teman, atau warga negara. Dalam mimpi, Persona seringkali muncul dalam simbolisme pakaian, seragam, atau bahkan kehilangan pakaian di depan umum, yang menandakan kecemasan akan identitas sosial atau perasaan terekspos. Meskipun esensial, identifikasi berlebihan dengan Persona di mana individu meyakini bahwa topeng tersebut adalah dirinya yang sejati dapat menyebabkan alienasi dari diri yang otentik dan perasaan hampa. Dalam perspektif teologis Islam, fenomena identifikasi berlebihan ini beresonansi dengan konsep *riya'* (pamer) atau *nifaq* (kemunafikan), di mana tindakan lahiriah tidak lagi mencerminkan keadaan batin yang sebenarnya, menciptakan disonansi spiritual yang mendalam.<sup>1088</sup>

Jika Persona adalah wajah yang kita tunjukkan, maka **Shadow** atau Bayangan adalah semua yang kita sembunyikan. Arketipe ini adalah "sisi gelap" dari kepribadian, gudang bagi segala sesuatu yang dianggap inferior, tidak pantas, atau jahat oleh kesadaran dan standar moral kolektif. Ia berisi insting hewani, dorongan primitif, emosi negatif yang tertekan (seperti iri hati, keserakahan, dan amarah), serta potensi kreativitas yang terabaikan. Karena sifatnya yang tidak menyenangkan, mekanisme

pertahanan yang paling umum terhadap Shadow adalah represi dan proyeksi melemparkan kualitas-kualitas gelap kita kepada orang lain. Dalam mimpi, Shadow seringkali muncul sebagai figur yang mengancam, gelap, atau menakutkan dengan jenis kelamin yang sama dengan si pemimpi.<sup>1089</sup> Konfrontasi dengan Shadow adalah langkah pertama yang esensial dan seringkali menyakitkan dalam proses individuasi. Mengakui dan mengintegrasikan Shadow tidak berarti menyerah pada kejahatan, melainkan memahami totalitas diri kita, termasuk aspek-aspek yang tidak sempurna. Konsep ini memiliki paralel yang kuat dengan konsep *nafs al-ammarah bi al-su'* (nafsu yang menyuruh kepada kejahatan) dalam psikologi sufi, yang diakui sebagai bagian inheren dari diri manusia yang harus diperjuangkan (*mujahadah*) dan ditransformasikan, bukan diabaikan. Al-Qur'an sendiri mengisyaratkan keberadaan dorongan internal ini, seperti yang diungkapkan dalam kisah Yusuf: "Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku." (QS. Yusuf[12]: 53).

Melampaui Shadow, individu akan bertemu dengan **Anima** (figur feminin internal pada pria) dan **Animus** (figur maskulin internal pada wanita). Arketipe ini merepresentasikan elemen *contra-sexual* dalam jiwa, citra jiwa (*soul-image*) yang berfungsi sebagai jembatan menuju kedalaman ketidaksadaran kolektif. Anima pada pria terwujud sebagai kualitas feminin seperti perasaan, intuisi, dan kapasitas untuk menjalin hubungan (Eros). Sementara Animus pada wanita mewakili kualitas maskulin seperti

nalar, logika, keberanian, dan pemikiran abstrak (Logos).<sup>1090</sup> Pada tahap awal, Anima/Animus seringkali diproyeksikan secara tidak sadar kepada pasangan romantis, yang menjelaskan fenomena "jatuh cinta pada pandangan pertama" yang penuh idealisasi. Namun, seiring waktu, proyeksi ini harus ditarik kembali dan diintegrasikan secara sadar untuk mencapai kedewasaan psikologis. Dalam mimpi, Anima bisa muncul sebagai figur dewi, penyihir, atau wanita misterius, sedangkan Animus bisa berwujud pahlawan, filsuf, atau bahkan perampok. Integrasi arketipe ini memungkinkan lahirnya kreativitas, kebijaksanaan, dan keseimbangan antara logika dan perasaan. Dalam kerangka spiritual, konsep pasangan komplementer ini merefleksikan prinsip dualitas kosmik yang saling melengkapi, sebagaimana firman Tuhan: "Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah Dia menciptakan untukmu isteri-isteri dari jenismu sendiri, supaya kamu cenderung dan merasa tenteram (*sakinah*) kepadanya, dan dijadikan-Nya diantaramu rasa kasih dan sayang." (QS. Ar-Rum[30]: 21). Ketenangan (*sakinah*) yang ditemukan dalam pasangan eksternal sejatinya merupakan cerminan dari harmoni yang tercapai dengan pasangan jiwa internal.

Puncak dari perjalanan individuasi adalah realisasi **Sang Diri** (*the Self*). Ini adalah arketipe sentral, arketipe keteraturan dan totalitas kepribadian. Sang Diri adalah keseluruhan yang mencakup baik kesadaran maupun ketidaksadaran; ia adalah tujuan akhir dari kehidupan psikis. Jung sering menggambarkannya sebagai "Tuhan di dalam diri kita" (*Imago Dei*), bukan dalam pengertian teologis

harfiah, melainkan sebagai pusat transenden yang menyatukan semua aspek jiwa yang berlawanan.<sup>1091</sup> Simbol-simbol Sang Diri sering muncul dalam mimpi pada tahap lanjut analisis, biasanya dalam bentuk citra yang menyiratkan keutuhan dan kesatuan, seperti mandala, lingkaran, batu mulia, atau figur Kristus dan Buddha. Mencapai kesadaran akan Sang Diri berarti ego tidak lagi menjadi pusat kepribadian, melainkan melayani pusat yang lebih besar. Ini adalah pengalaman transpersonal yang membawa rasa makna, tujuan, dan koneksi dengan sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri. Konsep Sang Diri sebagai cetak biru bawaan untuk keutuhan sangat beresonansi dengan konsep *fitrah* dalam Islam sifat primordial suci yang dianugerahkan Tuhan kepada setiap manusia saat lahir. Sebuah hadis menyatakan, "Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah."<sup>1092</sup> Proses individuasi, dari perspektif ini, dapat dilihat sebagai perjalanan spiritual untuk membersihkan segala sesuatu yang menutupi *fitrah* asli, sehingga Sang Diri yang ilahiah dapat bersinar, merealisasikan potensi penuh sebagai *khalifah* (wakil Tuhan) di muka bumi. Dengan demikian, menafsirkan simbolisme arketipe dalam mimpi bukan sekadar latihan intelektual, melainkan sebuah dialog suci dengan jiwa untuk mencapai keutuhan yang otentik.

### **Simbol-Simbol Universal dalam Dunia Mimpi**

Dunia mimpi, dengan segala misteri dan lanskap surealnya, telah lama menjadi objek kontemplasi bagi para pemikir, filsuf, dan ilmuwan. Salah satu perdebatan paling mendasar dalam studi

mimpi (oneirologi) adalah mengenai sifat simbol-simbol yang muncul di dalamnya: apakah ia merupakan produk eksklusif dari pengalaman personal seorang individu, ataukah terdapat pola-pola universal yang melintasi batas-batas budaya, geografis, dan waktu? Tinjauan mendalam terhadap fenomena ini mengindikasikan bahwa meskipun pengalaman pribadi memberikan warna unik pada setiap mimpi, eksistensi simbol-simbol universal yang berakar pada pengalaman kolektif manusia tidak dapat diabaikan. Kerangka konseptual ini menunjukkan bahwa mimpi berfungsi sebagai bahasa psike yang fundamental, menggunakan metafora visual yang dipahami secara naluriah oleh seluruh umat manusia.

Fondasi teoretis paling berpengaruh mengenai simbol universal dalam mimpi diletakkan oleh psikiater Swiss, Carl Gustav Jung, melalui konsep "alam bawah sadar kolektif" (*collective unconscious*) dan "arketipe" (*archetypes*). Berbeda dengan pandangan Freudian yang cenderung mengaitkan simbol mimpi dengan hasrat personal yang tertekan, Jung berpendapat bahwa di bawah lapisan alam bawah sadar pribadi, terdapat lapisan yang lebih dalam dan bersifat transpersonal. Lapisan ini merupakan warisan psikis yang dimiliki bersama oleh seluruh spesies manusia, berisi jejak-jejak memori dan pengalaman leluhur yang diwariskan secara genetik.<sup>1093</sup> Arketipe adalah struktur atau pola bawaan di dalam alam bawah sadar kolektif ini, yang termanifestasi dalam bentuk citra, motif, atau simbol primordial dalam mimpi, mitos, dan seni. Simbol seperti *Orang Tua Bijak* (The Wise Old Man), *Ibu Agung* (The Great Mother), *Bayangan* (The Shadow),

dan *Anima/Animus* muncul dalam berbagai variasi di seluruh dunia, merepresentasikan aspek-aspek fundamental dari kondisi manusia, seperti pencarian kebijaksanaan, hubungan dengan figur pengasuh, konfrontasi dengan sisi gelap diri, dan integrasi aspek maskulin-feminin dalam psike.

Berpijak pada kerangka teoretis ini, kita dapat mengidentifikasi sejumlah simbol universal yang kerap muncul dalam laporan mimpi di berbagai budaya. Air, misalnya, secara konsisten melambangkan alam bawah sadar itu sendiri, emosi, dan sumber kehidupan. Mimpi tentang lautan yang tenang dapat mencerminkan kedamaian batin, sementara tsunami atau banjir besar sering kali merepresentasikan emosi yang meluap-luap atau perasaan kewalahan menghadapi krisis.<sup>1094</sup> Simbol lain yang sangat umum adalah terbang, yang secara naluriah dihubungkan dengan perasaan kebebasan, transendensi, pelepasan dari batasan duniawi, atau pencapaian perspektif yang lebih tinggi. Sebaliknya, mimpi jatuh melambangkan kehilangan kendali, kecemasan, kegagalan, atau rasa tidak aman yang mendalam dalam kehidupan nyata. Fenomena gigi yang tanggal atau copot salah satu mimpi paling sering dilaporkan secara global sering kali ditafsirkan sebagai manifestasi dari kecemasan tentang penampilan, kekuatan personal, kemampuan berkomunikasi, atau transisi besar dalam hidup.<sup>1095</sup>

Namun, penjelasan psikoanalitis bukanlah satu-satunya lensa untuk memahami universalitas simbol mimpi. Perspektif neurobiologis dan evolusioner menawarkan penjelasan komplementer. Menurut teori seperti hipotesis aktivasi-sintesis,

mimpi adalah upaya otak bagian depan (korteks) untuk menafsirkan dan menciptakan narasi dari sinyal-sinyal acak yang muncul dari batang otak selama tidur REM (Rapid Eye Movement).<sup>1096</sup> Dari sudut pandang ini, universalitas simbol dapat dijelaskan oleh fakta bahwa seluruh manusia memiliki struktur otak yang serupa dan berbagi pengalaman fundamental yang sama sebagai spesies. Misalnya, pengalaman gravitasi yang konstan membuat "jatuh" menjadi metafora biologis yang kuat untuk kehilangan pijakan. Kebutuhan dasar akan tempat berlindung menjadikan "rumah" sebagai simbol universal untuk diri (*the self*), di mana setiap ruangan merepresentasikan aspek-aspek berbeda dari kepribadian atau kehidupan seseorang. Dengan demikian, simbol-simbol ini bukanlah warisan mistis, melainkan produk sampingan dari arsitektur saraf dan realitas biologis yang sama.

Penting untuk dicatat bahwa universalitas sebuah simbol tidak meniadakan pengaruh konteks budaya dan religius dalam pewarnaan maknanya. Sebuah simbol dapat memiliki inti makna yang universal, tetapi interpretasi spesifiknya sangat dibentuk oleh sistem kepercayaan lokal. Ular, sebagai contoh, adalah arketipe yang kuat untuk transformasi, penyembuhan, dan bahaya. Namun, dalam tradisi Yudeo-Kristen, ia sering kali dikaitkan dengan godaan dan kejahatan (merujuk pada kisah di Taman Eden), sementara dalam tradisi Hindu, ular (Kundalini) melambangkan energi kehidupan kosmik yang suci. Dalam tradisi Islam, mimpi dipandang memiliki dimensi spiritual yang signifikan, dibedakan antara *Ru'ya* (mimpi yang benar dari Allah) dan *Hulm* (mimpi

kosong atau dari setan).<sup>1097</sup> Al-Qur'an sendiri menceritakan kisah Nabi Yusuf AS, seorang penafsir mimpi ulung yang mampu mengartikan simbol-simbol seperti tujuh sapi kurus dan tujuh bulir gandum kering sebagai pertanda masa paceklik, menunjukkan bahwa interpretasi mimpi dianggap sebagai ilmu yang memerlukan kebijaksanaan ilahi.<sup>1098</sup>

Sintesis dari berbagai perspektif ini memperlihatkan bahwa simbol-simbol dalam dunia mimpi beroperasi pada spektrum antara yang universal dan yang partikular. Di satu sisi, terdapat arketipe dan metafora visual yang berakar pada pengalaman bersama sebagai manusia baik secara psikis, biologis, maupun evolusioner yang menjadikan bahasa mimpi dapat dipahami secara lintas budaya. Di sisi lain, setiap simbol yang muncul dalam teater malam hari kita selalu disaring melalui lensa unik pengalaman pribadi, latar belakang budaya, dan keyakinan spiritual individu. Memahami simbol-simbol universal ini bukan berarti mencari kamus mimpi yang kaku, melainkan membuka jendela menuju gramatika bersama dari psike manusia, sebuah pengingat akan kesatuan mendalam yang mengikat kita semua di balik keragaman ekspresi kehidupan kita.

### **Kompleksitas Makna: Simbol Psikis dan Simbol Ruhani**

Dalam lanskap pemikiran manusia, simbol menempati posisi sentral sebagai jembatan antara dunia yang terlihat (fenomena) dan realitas yang tak terlihat (noumena). Simbol bukanlah sekadar tanda konvensional yang menunjuk pada suatu objek secara arbitrer; ia

adalah entitas hidup yang mengandung lapisan-lapisan makna yang melampaui penunjukan literal. Dalam penyelidikan yang lebih mendalam, menjadi jelas bahwa tidak semua simbol beroperasi pada level yang sama. Terdapat sebuah distingsi fundamental namun seringkali kabur antara apa yang dapat kita sebut sebagai *simbol psikis* dan *simbol ruhani*. Membedakan keduanya bukan hanya latihan akademis, melainkan sebuah keharusan untuk memahami secara komprehensif dua domain pengalaman manusia yang paling mendasar: perjalanan ke dalam diri (integrasi psikologis) dan perjalanan menuju Yang Transenden (realisasi spiritual). Tulisan ini berupaya untuk mengartikulasikan kompleksitas makna ini dengan membedah genealogi, fungsi, dan teleologi dari kedua jenis simbol tersebut.

Simbol psikis, dalam terminologi yang paling kuat dirumuskan oleh Carl Gustav Jung, adalah manifestasi dari realitas internal jiwa (*psyche*). Ia muncul dari kedalaman alam bawah sadar kolektif sebuah gudang universal berisi jejak memori primordial, atau arketipe, yang diwarisi oleh seluruh umat manusia.<sup>1099</sup> Arketipe ini, seperti Sang Ibu Agung, Pahlawan, Orang Tua Bijak, atau Bayangan (*Shadow*), tidak dapat diakses secara langsung, namun mengekspresikan dirinya melalui citra-citra simbolik dalam mimpi, mitos, seni, dan bahkan gejala neurotik. Fungsi utama dari simbol psikis adalah mediasi dan integrasi. Ia membawa konten dari alam bawah sadar ke dalam kesadaran, memaksa individu untuk berkonfrontasi dengan aspek-aspek tersembunyi dari dirinya. Proses ini, yang disebut Jung sebagai "individuasi," adalah sebuah

perjalanan menuju keutuhan psikologis, di mana fragmen-fragmen jiwa yang terdisosiasi disatukan kembali.<sup>1100</sup> Sebuah mimpi tentang menuruni tangga spiral ke gua yang gelap, misalnya, bukanlah sekadar narasi acak, melainkan sebuah simbol psikis yang merepresentasikan penyelaman ke dalam alam bawah sadar untuk menemukan harta karun atau menghadapi monster yang tersembunyi di dalamnya. Dengan demikian, *telos* atau tujuan akhir dari simbol psikis bersifat imanen: penyembuhan dan pemenuhan diri di dalam batas-batas jiwa manusia itu sendiri.

Di sisi lain, simbol ruhani, meskipun seringkali menggunakan citra yang sama dengan simbol psikis, beroperasi dari premis ontologis yang berbeda secara radikal. Jika simbol psikis menunjuk ke dalam (ke arketipe dalam jiwa), maka simbol ruhani menunjuk ke luar dan ke atas kepada sebuah Realitas Transenden yang objektif, yang eksistensinya tidak bergantung pada kesadaran manusia. Dalam tradisi-tradisi keagamaan, alam semesta itu sendiri dipandang sebagai kitab suci yang penuh dengan simbol-simbol ilahi. Mircea Eliade menyebut manifestasi dari yang sakral ini sebagai *hierofani*, di mana sebuah objek duniawi (batu, pohon, gunung) ditransformasikan menjadi wahana yang menyingkapkan sesuatu yang "sepenuhnya lain" (*ganz andere*).<sup>1101</sup> Simbol ruhani, dalam konteks ini, bukanlah proyeksi dari alam bawah sadar, melainkan sebuah *ayat* (tanda) dari Tuhan yang memanggil manusia untuk mengenali Asal-usulnya. Al-Qur'an secara eksplisit menegaskan hal ini: "Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, silih bergantinya malam dan siang... sungguh, terdapat tanda-

tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir".<sup>1102</sup> Simbol-simbol ini matahari sebagai citra kemurahan Tuhan, lautan sebagai citra keluasan ilmu-Nya, atau keteraturan kosmos sebagai cermin kebijaksanaan-Nya tidak bertujuan untuk integrasi psikologis semata, melainkan untuk membangkitkan kesadaran akan kehadiran Realitas Ilahi.

Perbedaan mendasar antara keduanya terletak pada sumber dan tujuan. Sumber simbol psikis adalah alam bawah sadar kolektif, sedangkan sumber simbol ruhani adalah Realitas Ilahi yang transenden. Tujuan simbol psikis adalah keutuhan diri (*selfhood*), sementara tujuan simbol ruhani adalah transendensi diri (*self-transcendence*) menuju penyatuan atau kepasrahan kepada Tuhan.<sup>1103</sup> Tentu saja, garis antara keduanya tidak selalu tegas. Sebuah simbol dapat berfungsi pada kedua level secara bersamaan. Mandala, misalnya, dapat muncul dalam mimpi sebagai simbol psikis dari arketipe Diri (*Self*), merepresentasikan upaya jiwa untuk mencapai keteraturan dan keutuhan internal.<sup>1104</sup> Namun, dalam tradisi spiritual seperti Buddhisme Tibet atau Hinduisme, mandala yang sama adalah simbol ruhani sebuah kosmogram suci yang memetakan hierarki alam semesta dan menjadi alat meditasi untuk menyatukan kesadaran individu dengan kesadaran kosmik atau ilahi. Peralihan dari level psikis ke ruhani terjadi ketika interpretasi simbol tidak lagi berhenti pada "apa artinya ini bagi diriku?", tetapi berlanjut pada pertanyaan kontemplatif, "Realitas apakah yang ditunjukkannya di luar diriku?". Pemikiran reflektif atau *tafakkur*, yang sangat ditekankan dalam tradisi Islam, adalah jembatan yang

memungkinkan transisi ini, sebagaimana diisyaratkan dalam sebuah hadis yang menekankan bahwa satu jam perenungan lebih baik daripada ibadah selama puluhan tahun.<sup>1105</sup>

Pada akhirnya, kegagalan untuk membedakan antara simbol psikis dan simbol ruhani dapat mengarah pada dua bentuk reduksionisme yang berbahaya. Di satu sisi, ada "psikologisme", yang mereduksi semua fenomena keagamaan dan spiritual menjadi sekadar proyeksi psikologis. Dalam pandangan ini, Tuhan tidak lebih dari arketipe Diri, dan surga hanyalah simbol dari keadaan kesadaran yang terintegrasi.<sup>1106</sup> Di sisi lain, ada "spiritualisme naif", yang mengabaikan landasan psikologis dari pengalaman keagamaan, sehingga rentan terhadap patologi spiritual di mana isu-isu psikologis yang belum terselesaikan disalahartikan sebagai serangan setan atau ujian ilahi. Pemahaman yang komprehensif menuntut pengakuan terhadap kedua domain tersebut. Simbol psikis menyiapkan wadah jiwa membersihkan, memperluas, dan mengintegrasikannya agar mampu menerima dan memahami gema dari simbol ruhani. Keduanya adalah dua sayap dari burung yang sama, yang membawa kesadaran manusia dalam penerbangannya yang kompleks, dari kedalaman diri menuju ketinggian Realitas Absolut.

### **Bahasa Simbolik Mimpi: Perbandingan dengan 'Alam al-Mitsal (*jembatan ke tasawuf*)**

Mimpi, dalam lintasan sejarah pemikiran manusia, telah menjadi sebuah kanvas misterius tempat kesadaran melukiskan narasi-

narasi yang acap kali menentang logika dunia terjaga. Ia adalah pengalaman universal yang menyentuh setiap individu, namun maknanya senantiasa menjadi subjek perdebatan yang tak kunjung usai, mulai dari analisis neurosains modern yang mereduksinya menjadi aktivitas acak neuron hingga interpretasi psikoanalitik yang melihatnya sebagai jendela menuju alam bawah sadar. Dalam tradisi intelektual Islam, khususnya dalam cakrawala tasawuf, mimpi tidak dipandang sebagai sekadar bunga tidur atau residu psikis, melainkan sebagai sebuah fenomena epistemologis yang signifikan. Ia adalah percakapan jiwa yang menggunakan bahasa simbolik, sebuah bahasa yang medium dan realitasnya dapat dipahami secara mendalam ketika diperbandingkan dengan konsep metafisik tentang '**Alam al-Mitsal** (Alam Imaji atau Dunia Bentuk). Perbandingan ini tidak hanya memperjelas hakikat mimpi itu sendiri, tetapi juga berfungsi sebagai jembatan konseptual yang kokoh untuk memasuki gerbang pemikiran tasawuf tentang realitas, persepsi, dan pengetahuan spiritual.

Bahasa mimpi pada hakikatnya bersifat non-diskursif dan metaforis. Ia tidak berkomunikasi melalui proposisi logis yang linear, melainkan melalui citra, simbol, dan alegori yang padat makna. Seekor singa dalam mimpi mungkin tidak merujuk pada hewan karnivora tersebut, melainkan dapat menyimbolkan kekuasaan, keberanian, atau bahkan seorang penguasa yang zalim, tergantung pada konteks mimpi dan kondisi spiritual sang pemimpi. Psikologi modern, terutama melalui karya Carl Jung, mengakui adanya "arketipe" atau simbol-simbol universal yang muncul dari alam

bawah sadar kolektif, yang berfungsi sebagai fondasi bagi bahasa simbolik ini.<sup>1107</sup> Namun, jauh sebelum itu, para pemikir Islam telah menegaskan bahwa interpretasi mimpi yang dikenal sebagai *ta'wil* adalah sebuah disiplin ilmu yang menuntut tidak hanya kecerdasan intelektual, tetapi juga kejernihan spiritual. *Ta'wil* berbeda dari *tafsir*; jika tafsir adalah penjelasan literal, maka *ta'wil* adalah proses "mengembalikan" sebuah simbol kepada makna asalnya yang lebih tinggi, sebuah proses dekodifikasi pesan yang berasal dari alam yang lebih halus daripada alam inderawi. Kemampuan melakukan *ta'wil* inilah yang dicontohkan secara agung oleh Nabi Yusuf AS dalam Al-Quran, di mana ia mampu menyingkap makna di balik mimpi raja tentang tujuh sapi gemuk dan tujuh sapi kurus.<sup>1108</sup>

Di sinilah konsep 'Alam al-Mitsal menjadi relevan secara krusial. Dipopulerkan oleh para filsuf dan sufi seperti Suhrawardi dan Ibn 'Arabi, 'Alam al-Mitsal adalah sebuah alam perantara (*barzakh*) yang terletak di antara alam ruhani murni yang tak berbentuk (*'alam al-arwah*) dan alam fisik-material yang dapat diindra (*'alam al-mulk wa al-syahadah*). Ia adalah sebuah dimensi ontologis yang nyata, di mana makna-makna spiritual dan realitas-realitas non-fisik mengenakan "tubuh" atau bentuk imajinal yang subtil.<sup>1109</sup> Alam ini bukanlah fantasi subjektif, melainkan sebuah dunia objektif dengan hukum-hukumnya sendiri, yang hanya dapat diakses melalui fakultas imajinasi aktif (*quwwah al-khayaliyyah*), bukan melalui panca indra. Dalam keadaan terjaga, fakultas ini sering kali tertutup oleh kesibukan persepsi inderawi. Namun, saat tidur, ketika indra eksternal beristirahat, pintu menuju 'Alam al-Mitsal menjadi lebih

terbuka. Dengan demikian, mimpi-mimpi yang bermakna (*ru'ya shadiqah*) dapat dipahami sebagai pengalaman langsung jiwa yang sedang "berkelana" atau menyaksikan peristiwa-peristiwa di dalam 'Alam al-Mitsal. Simbol-simbol yang kita lihat dalam mimpi sejatinya adalah bentuk-bentuk konkret yang dikenakan oleh makna-makna abstrak di alam tersebut.

Perbandingan ini mengiluminasi hakikat mimpi secara fundamental. Bahasa simbolik mimpi bukanlah sekadar kode arbitrer yang diciptakan oleh otak, melainkan bahasa asli dari 'Alam al-Mitsal itu sendiri. Pengalaman kita dalam mimpi merasakan terbang tanpa sayap, melihat orang yang telah wafat berbicara, atau menyaksikan peristiwa yang kemudian terjadi di dunia nyata adalah cerminan dari sifat-sifat realitas di alam tersebut, di mana batasan ruang, waktu, dan kausalitas fisik tidak berlaku. Hadis Nabi Muhammad SAW yang menyatakan bahwa mimpi yang benar adalah "satu dari empat puluh enam bagian kenabian" (*juz'un min sittatin wa arba'ina juz'an min an-nubuwwah*) menguatkan pandangan ini.<sup>1110</sup> Kenabian adalah tentang menerima informasi dari alam gaib, dan mimpi adalah salah satu salurannya yang paling umum bagi manusia biasa. Ia adalah sisa dari gerbang wahyu yang tidak sepenuhnya tertutup, sebuah jendela kecil di mana manusia dapat mengintip realitas yang melampaui dunia materi.

Pemahaman ini secara langsung membangun jembatan menuju jantung ajaran tasawuf. Pertama, ia mengafirmasi pandangan ontologis kaum sufi bahwa realitas bersifat hierarkis dan multi-lapis. Dunia fisik bukanlah satu-satunya realitas; ia hanyalah bayang-

bayang dari realitas yang lebih tinggi, dan 'Alam al-Mitsal adalah salah satu lapisan krusial tersebut. Kedua, ia menegaskan validitas epistemologi kaum sufi yang mengakui sumber pengetahuan di luar rasio dan indra, yaitu melalui penyingkapan spiritual (*kasyf*) dan ilham (*ilham*), yang sering kali terjadi melalui mimpi dan visi-visi imajinal. Bagi seorang *salik* (penempuh jalan sufi), mimpi bukan lagi sekadar pengalaman pasif, melainkan menjadi arena latihan spiritual dan sumber bimbingan. Tujuannya adalah memurnikan "cermin hati" agar fakultas imajinasinya tidak hanya berfungsi saat tidur, tetapi juga dapat diakses dalam keadaan terjaga, suatu kondisi yang dikenal sebagai *muraqabah* (kontemplasi) atau penyaksian (*musyahadah*).<sup>1111</sup>

Dengan demikian, analisis terhadap bahasa simbolik mimpi yang diperbandingkan dengan 'Alam al-Mitsal mengangkat diskusi dari sekadar interpretasi psikologis menjadi sebuah kontemplasi metafisik yang mendalam. Ia menunjukkan bahwa setiap malam, dalam tidur kita, kita berpotensi menyentuh sebuah dimensi realitas yang lebih luas, di mana jiwa berkomunikasi dengan bahasa primordialnya. Mimpi, dalam bingkai tasawuf, adalah undangan untuk mengakui bahwa kesadaran kita jauh lebih agung daripada yang kita duga, dan bahwa di balik tabir dunia inderawi, terbentang sebuah alam makna yang menunggu untuk diselami. Ia adalah pengingat bahwa perjalanan menuju Tuhan tidak hanya ditempuh dengan kaki fisik di dunia nyata, tetapi juga dengan sayap imajinasi spiritual di alam yang tak kasat mata.

## **Alam Bawah Sadar dalam Perspektif Sufistik dan Lahan Spiritualitas**

### **Tasawuf sebagai “Psikologi Ruhani” Tradisional**

Di tengah diskursus psikologi modern yang sering kali mengklaim penemuan "alam bawah sadar" sebagai sebuah revolusi pemikiran di abad ke-20 melalui tokoh-tokoh seperti Sigmund Freud dan Carl Jung, sebuah penelusuran ke dalam khazanah intelektual Islam menyingkapkan bahwa eksplorasi terhadap dimensi-dimensi batiniah jiwa manusia bukanlah hal yang baru. Jauh sebelum psikoanalisis dirumuskan, tradisi tasawuf (sufisme) telah secara sistematis dan mendalam memetakan lanskap interior manusia, menawarkan sebuah kerangka yang dapat disebut sebagai “psikologi ruhani” (spiritual psychology)<sup>1112</sup>. Dalam perspektif ini, apa yang oleh psikologi modern disebut sebagai alam bawah sadar sebuah area misterius yang menyimpan dorongan, memori, dan arketipe telah lama menjadi lahan garapan para sufi dalam perjalanan mereka menuju penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*) dan pengenalan akan Tuhan (*ma’rifatullah*). Tasawuf tidak hanya mengenali adanya realitas di luar kesadaran rasional, tetapi juga menyajikannya sebagai sebuah arena spiritual yang harus dijelajahi, dipahami, dan ditransformasikan.

Jika psikologi kontemporer membedah jiwa (*psyche*) dengan instrumen analitis dan observasi klinis, maka tasawuf melakukannya melalui introspeksi spiritual (*muhasabah*), observasi partisipatif yang waspada (*muraqabah*), dan pengalaman mistis langsung (*dzawq*). Para pemikir sufi, seperti Imam Al-Ghazali dalam magnum

opusnya, *Ihya' 'Ulum al-Din*, menyajikan anatomi jiwa yang jauh lebih kompleks daripada sekadar pembagian kesadaran dan ketidaksadaran. Jiwa manusia dipandang memiliki beberapa lapisan atau fakultas spiritual (*latha'if*), di antaranya adalah *qalb* (jantung spiritual), *ruh* (spirit), *nafs* (ego atau diri hewani), dan *sirr* (rahasia terdalam)<sup>1113</sup>. *Nafs*, khususnya pada tingkatan terendahnya (*an-nafs al-ammarah bi as-su'*), memiliki kemiripan fungsional dengan konsep "Id" dalam teori Freud, yaitu sebagai sumber dorongan instingtif dan hasrat primitif yang beroperasi di luar kendali kesadaran penuh. Namun, tidak seperti psikoanalisis yang cenderung bersikap netral, tasawuf secara tegas memosisikan *nafs* ini sebagai entitas yang harus didisiplinkan dan disucikan, bukan sekadar dipahami<sup>1114</sup>.

Fakultas sentral dalam psikologi sufi adalah *qalb*, yang secara harfiah berarti "jantung" namun secara metaforis merujuk pada pusat persepsi, intuisi, dan iman. *Qalb* inilah yang menjadi medan pertempuran antara bisikan malaikat (*ilham*) dan godaan setan (*waswas*), antara panggilan *ruh* yang suci dan tarikan *nafs* yang rendah. Kondisi *qalb* menentukan kualitas kesadaran seseorang. Ketika ia terkotori oleh dosa dan kelalaian, ia menjadi "berkarat" dan "tertutup", sehingga tidak mampu lagi menangkap realitas spiritual yang lebih tinggi. Al-Qur'an sendiri menggambarkan kondisi ini secara gamblang: "Sekali-kali tidak! Bahkan apa yang mereka kerjakan itu telah menutupi hati mereka" (QS. Al-Mutaffifin: 14)<sup>1115</sup>. "Karat" atau "penutup" (*ran*) ini secara konseptual dapat dipadankan dengan represi psikologis atau "kompleks" dalam

terminologi Jungian, di mana pengalaman-pengalaman negatif atau trauma mengendap di alam bawah sadar dan mendistorsi persepsi sadar. Sebuah hadis Nabi Muhammad SAW memperkuat gagasan ini, menyatakan bahwa setiap dosa akan meninggalkan sebuah titik hitam di dalam hati, yang jika dibiarkan akan menutupi seluruh hati<sup>1116</sup>. Dengan demikian, "alam bawah sadar" dalam perspektif sufi bukanlah ruang yang statis, melainkan cermin dari kondisi spiritual *qalb* itu sendiri.

Maka dari itu, praktik-praktik sufistik seperti *dzikir* (mengingat Tuhan), *tafakkur* (kontemplasi), dan *riyadhah* (latihan spiritual) berfungsi sebagai metode terapeutik untuk memoles cermin *qalb*. *Dzikir*, misalnya, bukan sekadar pengucapan ritualistik, melainkan sebuah proses untuk menanamkan kesadaran akan Tuhan hingga ke lapisan terdalam jiwa, secara bertahap menggantikan "program" negatif yang tertanam di alam bawah sadar dengan Cahaya Ilahi. Proses ini, yang dikenal sebagai *tazkiyatun nafs*, sejajar dengan tujuan proses "individuasi" Jungian, yaitu mengintegrasikan aspek-aspek "bayangan" (*shadow*) dari kepribadian ke dalam kesadaran untuk mencapai keutuhan diri (*the Self*)<sup>1117</sup>. Namun, tujuan akhir dalam tasawuf melampaui sekadar kesehatan psikologis atau keutuhan ego. Tujuannya adalah *fana'* (peleburan diri dalam Tuhan) dan *baqa'* (kekal bersama-Nya), sebuah transformasi ontologis di mana kesadaran individual larut dalam Kesadaran Absolut.

Pada tingkat yang lebih lanjut, alam bawah sadar tidak lagi dilihat sebagai gudang masalah, melainkan sebagai lahan spiritualitas yang

subur. Ketika *qalb* telah tersucikan dan *nafs* telah ditenangkan, alam bawah sadar atau lebih tepatnya, dimensi batin yang melampaui rasio (*al-'aql al-juz'i*) menjadi gerbang menuju 'alam *al-malakut* (alam malakut) dan sumber pengetahuan intuitif langsung dari Tuhan (*kashf* dan *ilham*). Di sinilah para sufi mengalami visi, mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*), dan pemahaman-pemahaman mendalam yang tidak dapat diakses melalui logika formal. Alam bawah sadar yang telah ditransformasikan menjadi "super-sadar", sebuah ruang di mana *sirr* (rahasia terdalam individu) dapat berkomunikasi langsung dengan Realitas Ilahiah. Dengan demikian, tasawuf memandang kedalaman jiwa bukan sebagai sebuah jurang gelap yang harus ditakuti, melainkan sebagai samudra luas yang menyimpan mutiara hikmah, yang penemuannya merupakan tujuan utama dari eksistensi manusia itu sendiri: mengenal diri untuk mengenal Tuhannya<sup>1118</sup>.

### **Nafs dan Ruh: Lapisan Jiwa Menurut Sufi dan Psikologi**

Diskursus mengenai hakikat jiwa manusia merupakan sebuah perjalanan intelektual dan spiritual yang telah membentangi melintasi peradaban dan disiplin ilmu. Dalam tradisi pemikiran Islam, khususnya dalam sufisme, pemahaman mengenai jiwa didiferensiasikan secara cermat ke dalam beberapa lapisan konseptual, yang paling fundamental adalah *Ruh* dan *Nafs*. Keduanya sering kali diterjemahkan secara tumpang tindih sebagai 'jiwa' atau 'spirit', namun secara terminologis, keduanya menunjuk pada dimensi yang berbeda dari eksistensi batiniyah

manusia. *Ruh* merepresentasikan esensi ilahiah yang bersifat transendental, sementara *Nafs* adalah entitas psikologis yang menjadi lokus kesadaran diri, hasrat, dan kehendak. Analisis mendalam terhadap kedua konsep ini, serta membandingkannya dengan kerangka psikologi modern, tidak hanya memperkaya pemahaman kita tentang antropologi sufistik, tetapi juga membuka dialog yang produktif antara spiritualitas dan sains dalam memetakan labirin kompleksitas jiwa manusia.

*Ruh*, dalam konsepsi teologis Islam, adalah substansi murni yang bersumber langsung dari "perintah" atau "urusan" Tuhan. Ia adalah tiupan ilahi (*nafkhhah*) yang dianugerahkan kepada Adam, yang mengubah materi tanah liat menjadi makhluk hidup yang berkesadaran.<sup>1119</sup> Al-Qur'an secara tegas menyatakan bahwa pengetahuan manusia tentang *Ruh* sangat terbatas, menggambarannya sebagai entitas yang berada di luar jangkauan pemahaman empiris: "Dan mereka bertanya kepadamu (Muhammad) tentang *Ruh*. Katakanlah, '*Ruh* itu termasuk urusan Tuhanku, dan kamu tidak diberi pengetahuan melainkan sedikit'."<sup>1120</sup> Imam Al-Ghazali dalam magnum opusnya, *Ihya' 'Ulum al-Din*, mengidentifikasi *Ruh* sebagai *latifah rabbaniyah* (substansi halus ketuhanan) yang menjadi sumber kehidupan, persepsi, dan pengetahuan intuitif (*ma'rifah*). Ia bersifat tunggal, abadi, dan tidak terpengaruh oleh perubahan kondisi fisik maupun psikologis. Dalam kerangka sufistik, *Ruh* adalah "rumah" sejati manusia, titik koneksi primordial antara hamba dan Khaliq-nya, yang senantiasa merindukan persatuan kembali dengan Sumbernya.<sup>1121</sup>

Berbeda dengan *Ruh* yang bersifat statis dan suci, *Nafs* adalah entitas yang dinamis, kompleks, dan berpotensi untuk berubah. *Nafs* adalah 'diri' (the self) dalam pengertian psikologis, yang mencakup ego, emosi, nafsu, dan pikiran. Sufisme memandang *Nafs* bukan sebagai sesuatu yang inheren jahat, melainkan sebagai medan perjuangan spiritual (*mujahadah*) yang utama. Tujuan dari jalan sufi (*tariqah*) adalah melakukan penyucian jiwa atau *tazkiyah al-nafs*, yakni mendisiplinkan dan mentransformasikan *Nafs* dari tingkat terendah menuju tingkat tertinggi. Para sufi mengklasifikasikan *Nafs* ke dalam beberapa tingkatan, yang paling umum dikenal adalah tiga tingkatan utama. Pertama, *Nafs al-Ammarah* (jiwa yang mendorong pada keburukan), yaitu diri yang didominasi oleh hasrat hewani dan insting primitif tanpa kendali moral.<sup>1122</sup> Tingkatan ini merefleksikan kondisi jiwa yang tunduk sepenuhnya pada impuls-impuls duniawi. Kedua, *Nafs al-Lawwamah* (jiwa yang suka mencela), di mana kesadaran moral atau hati nurani mulai bangkit. Jiwa pada tingkat ini berada dalam konflik internal, menyesali perbuatan buruknya tetapi masih rentan untuk mengulangnya.<sup>1123</sup> Ketiga, *Nafs al-Mutma'innah* (jiwa yang tenang), yaitu puncak pencapaian spiritual di mana jiwa telah menemukan kedamaian, keseimbangan, dan kepasrahan total kepada kehendak Tuhan.<sup>1124</sup>

Perjalanan dari *Nafs al-Ammarah* menuju *Nafs al-Mutma'innah* inilah yang disebut oleh Nabi Muhammad SAW sebagai "jihad yang lebih besar" (*al-jihad al-akbar*) perjuangan melawan diri sendiri.<sup>1125</sup> Proses *tazkiyah* ini bertujuan untuk

memurnikan cermin *Nafs* agar ia mampu merefleksikan cahaya *Ruh* tanpa distorsi. Ketika *Nafs* dikendalikan oleh hawa nafsu, ia menjadi hijab atau penghalang yang menutupi akses seseorang kepada Realitas Ilahi yang dibawa oleh *Ruh*. Sebaliknya, ketika *Nafs* telah mencapai ketenangan, ia menjadi kendaraan yang harmonis bagi manifestasi sifat-sifat luhur yang berasal dari *Ruh*, memungkinkan individu untuk hidup dalam keselarasan antara dimensi internal-spiritual dan eksternal-material.

Dalam dialog dengan psikologi modern, struktur *Nafs* ini menunjukkan konvergensi yang menarik. Konsep *Nafs al-Ammarah* memiliki paralel yang kuat dengan konsep *Id* dalam teori psikoanalisis Sigmund Freud, yang merupakan gudang dari dorongan-dorongan instingtif dan prinsip kesenangan (*pleasure principle*).<sup>1126</sup> Sementara itu, *Nafs al-Lawwamah* dapat disejajarkan dengan fungsi *Superego*, yang merupakan internalisasi dari norma sosial dan imperatif moral, yang menciptakan perasaan bersalah dan cemas ketika norma tersebut dilanggar.<sup>1127</sup> Adapun perjuangan internal yang digambarkan dalam sufisme memiliki kemiripan dengan konsep konflik neurotik antara *Id*, *Ego*, dan *Superego*. Lebih jauh lagi, pencapaian *Nafs al-Mutma'innah* beresonansi dengan gagasan "aktualisasi diri" (*self-actualization*) dalam psikologi humanistik Abraham Maslow, yaitu realisasi penuh potensi seseorang,<sup>1128</sup> atau konsep "individuasi" dari Carl Jung, yakni proses integrasi seluruh aspek kepribadian sadar dan bawah sadar untuk mencapai keutuhan psikis (*wholeness*).<sup>1129</sup><sup>1130</sup> Perbedaan antara *Ruh* dan *Nafs* dalam tradisi sufi memberikan sebuah peta

jiwa yang kaya dan berlapis. *Ruh* adalah esensi spiritual yang abadi dan menjadi kompas ilahiah, sementara *Nafs* adalah arena psikologis tempat drama kehidupan manusia konflik, pertumbuhan, dan transformasi berlangsung. Meskipun menggunakan terminologi yang berbeda dan beroperasi dalam kerangka teosentris yang tidak dimiliki psikologi sekuler, wawasan sufistik mengenai dinamika *Nafs* menawarkan perspektif yang komplementer dan mendalam. Ia tidak hanya mendeskripsikan kondisi jiwa, tetapi juga menawarkan jalan preskriptif untuk penyucian dan elevasi. Dengan demikian, dialog antara khazanah sufi dan psikologi modern dapat saling memperkaya, memberikan pemahaman yang lebih holistik tentang apa artinya menjadi manusia seutuhnya: makhluk yang berakar di tanah (*Nafs*) namun memiliki potensi untuk terbang menggapai langit (*Ruh*).

### **Dzikir sebagai Metode Pembukaan Lapis Jiwa Terdalam**

Dalam khazanah peradaban manusia, pencarian akan hakikat diri merupakan sebuah perjalanan eksistensial yang melintasi batas-batas budaya dan waktu. Islam, melalui tradisi spiritualnya yang kaya, menawarkan sebuah metodologi sistematis untuk menavigasi lanskap batiniah ini, yaitu melalui praktik dzikir. Dzikir, yang secara harfiah berarti 'mengingat' atau 'menyebut', bukanlah sekadar repetisi verbal frasa-frasa suci, melainkan sebuah laku spiritual (*praxis*) yang dirancang untuk memurnikan kesadaran dan menyingkap lapisan-lapisan jiwa (*marātib al-nafs*) yang paling dalam. Dalam wacana tasawuf, jiwa manusia dipahami sebagai

entitas berlapis yang kompleks, terbentang dari ego-instingtual (*nafs al-ammārah*) hingga mencapai esensi spiritual murni (*ruh*) yang terhubung langsung dengan Realitas Ilahi. Dzikir berfungsi sebagai kunci metodologis untuk membuka "pintu-pintu" yang memisahkan lapisan-lapisan ini, memungkinkan seorang pejalan spiritual (*sālik*) untuk melakukan transendensi diri dan mencapai sebuah keadaan kesadaran yang lebih tinggi yang dikenal sebagai *ma'rifatullah* (mengenal Allah).<sup>1131</sup>

Konsepsi mengenai jiwa yang berlapis ini merupakan fondasi untuk memahami bagaimana dzikir beroperasi secara transformatif. Para sufi, seperti Imam Al-Ghazali, memetakan jiwa ke dalam beberapa tingkatan, di antaranya adalah *qalb* (hati spiritual), *ruh* (spirit), *sirr* (sanubari terdalam), dan *khafī* (yang tersembunyi).<sup>1132</sup> *Qalb* dianggap sebagai pusat atau 'singgasana' dari kesadaran spiritual, sebuah cermin yang memiliki potensi untuk merefleksikan Cahaya Ilahi (*Nūr Ilāhī*). Namun, cermin ini sering kali tertutup oleh 'karat' atau 'kerak' yang timbul dari kelalaian (*ghaflah*), keterikatan duniawi, dan dosa. Hadis Nabi Muhammad SAW secara metaforis mengilustrasikan kondisi ini: "Sesungguhnya hati ini dapat berkarat sebagaimana besi berkarat jika terkena air." Ketika ditanya apa yang dapat memolesnya kembali, beliau menjawab, "Banyak mengingat kematian dan membaca Al-Qur'an."<sup>1133</sup> Dalam konteks yang lebih luas, dzikir sebagai inti dari tilawah Al-Qur'an dan mengingat Allah adalah agen pemoles (*ṣiqālah*) yang mengikis karat tersebut, memulihkan kejernihan primordial (*fiṭrah*) sang *qalb*. Mekanisme kerja dzikir dapat

dianalisis melalui progresi tahapan yang dialami oleh praktisinya. Tahap awal adalah *dzikir lisān* (dzikir lisan), di mana lidah secara sadar dan berulang-ulang mengucapkan asma Allah atau kalimat-kalimat suci lainnya. Meskipun pada awalnya terasa mekanis, praktik ini memiliki fungsi krusial untuk mendisiplinkan pikiran yang berkelana dan memfokuskan atensi dari dunia eksternal ke internal.<sup>1134</sup> Seiring dengan konsistensi dan kekhusyukan, dzikir mulai meresap melampaui level verbal dan memasuki tahap *dzikir qalb* (dzikir hati). Pada level ini, 'ingatan' akan Tuhan tidak lagi memerlukan artikulasi lisan, melainkan menjadi denyut batiniah yang konstan, di mana hati secara otonom 'berdzikir' tanpa henti. Ini adalah fase di mana pemurnian jiwa mulai terjadi secara signifikan, membersihkan *qalb* dari pengaruh *nafs* yang lebih rendah. Proses ini pada akhirnya bertujuan untuk mencapai *dzikir sirr* (dzikir sanubari), sebuah keadaan di mana kesadaran individual (*anā*) mulai melebur dalam objek yang diingat (Allah), sehingga tidak ada lagi dualitas antara yang mengingat dan Yang Diingat. Pada titik inilah tabir-tabir (*hijāb*) yang paling subtil mulai tersingkap, membuka akses menuju lapisan jiwa terdalam, tempat *tajallī* atau manifestasi sifat-sifat Ilahi dapat dialami secara langsung.<sup>1135</sup>

Dari perspektif saintifik kontemporer, efek transformatif dzikir dapat ditemukan korelasinya dalam studi neurosains dan psikologi. Praktik meditatif repetitif, yang secara struktural serupa dengan dzikir, telah terbukti memengaruhi neuroplastisitas otak. Penelitian menggunakan fMRI (functional Magnetic Resonance Imaging)

menunjukkan bahwa meditasi yang mendalam dapat menurunkan aktivitas di *Default Mode Network* (DMN), yaitu jaringan otak yang terkait dengan pikiran yang mengembara, perenungan tentang diri, dan ego.<sup>1136</sup> Penurunan aktivitas DMN ini secara fenomenologis selaras dengan pengalaman tasawuf tentang 'peniadaan ego' atau *fanā'*. Lebih lanjut, praktik ini meningkatkan konektivitas di area korteks prefrontal yang bertanggung jawab atas fokus, atensi, dan regulasi emosi. Dengan demikian, dzikir dapat dipandang sebagai teknologi spiritual kuno yang secara empiris mampu merekalibrasi sistem saraf, menenangkan gejala psikologis, dan menciptakan kondisi internal yang kondusif bagi pengalaman spiritual yang mendalam.

Secara konklusif, dzikir lebih dari sekadar ritual; ia adalah sebuah metode psikospiritual yang canggih dan terstruktur untuk membongkar dan memahami arsitektur jiwa manusia. Ia beroperasi dengan cara memoles *qalb* dari 'karat' kelalaian, membawanya dari dzikir verbal yang bersifat eksternal menuju dzikir batiniah yang meresap hingga ke sanubari. Perjalanan ini merupakan sebuah proses alkimia spiritual, di mana kesadaran yang terfragmentasi oleh ego dan dunia material secara bertahap dimurnikan dan diintegrasikan kembali menuju esensi tunggalnya, yaitu *ruh* yang merupakan percikan Ilahi dalam diri manusia. Dengan menempuh jalan ini, seorang *sālik* tidak hanya menemukan hakikat dirinya, tetapi juga menemukan bahwa di kedalaman jiwanya bersemayam cermin yang memantulkan kehadiran-Nya, sebagaimana firman Allah, "(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi

tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram."<sup>1137</sup> Dzikir, dengan demikian, adalah kunci pembuka gerbang menuju ketenteraman sejati dan pengenalan akan Yang Maha Sejati.

### **Hubungan antara Jiwa Tertinggi dan Jiwa Tersembunyi (*nafs sirr*, *nafs khafiy*)**

Dalam lanskap psikologi spiritual Islam, khususnya dalam tradisi tasawuf, eksplorasi terhadap dimensi batin manusia (*al-batin*) mencapai tingkat kedalaman yang luar biasa. Para sufi memetakan kesadaran manusia bukan sebagai entitas monolitik, melainkan sebagai sebuah spektrum fakultas-fakultas subtil (*lata'if*) yang masing-masing memiliki fungsi dan kapasitas unik dalam perjalanan spiritual menuju Tuhan (*sayr wa suluk*). Di antara tingkatan-tingkatan kesadaran yang paling luhur dan esoteris adalah *Nafs al-Sirr* (Jiwa Rahasia atau Jiwa Tertinggi) dan *Nafs al-Khafiy* (Jiwa Tersembunyi). Keduanya merepresentasikan puncak dari potensi spiritual manusia, namun beroperasi pada level realitas yang berbeda.

Memahami hubungan dialektis antara *sirr* dan *khafiy* adalah kunci untuk menyingkap misteri penyatuan mistik (*ittihad*) dan kelenyapan diri dalam Tuhan (*fana'*), yang menjadi tujuan ultimasi dari jalan sufi. Teks ini akan menguraikan secara komprehensif hakikat masing-masing fakultas tersebut dan menganalisis hubungan dinamis yang mengikat keduanya dalam sebuah hierarki spiritual yang mendalam. *Nafs al-Sirr*, yang secara harfiah berarti

"jiwa rahasia," merupakan fakultas batin yang dipandang sebagai tempat komunikasi langsung antara hamba dan Tuhannya. Ia adalah ruang sakral di dalam kalbu (*qalb*) yang paling dalam, tempat tersimpannya rahasia ilahi dan menjadi lokus penyaksian spiritual (*musyhadah*). Jika kalbu adalah istana, maka *sirr* adalah singgasana di dalam ruang terdalamnya, yang tidak dapat diakses kecuali setelah melalui purifikasi intensif terhadap nafsu-nafsu yang lebih rendah.<sup>1138</sup> Al-Ghazali, dalam magnum opusnya *Ihya' 'Ulum al-Din*, mengibaratkan *sirr* sebagai cermin ilahi yang tersembunyi di dalam hati manusia. Ketika cermin ini telah dibersihkan dari debu duniawi dan kabut keakuan, ia mampu merefleksikan Cahaya Ilahi tanpa distorsi.<sup>1139</sup> *Sirr* adalah wadah bagi *ma'rifatullah* (gnosis), sebuah pengetahuan langsung tentang Tuhan yang melampaui logika rasional dan informasi tekstual. Pada tingkatan ini, seorang salik (penempuh jalan spiritual) tidak lagi "mengetahui tentang" Tuhan, tetapi "menyaksikan" manifestasi sifat-sifat-Nya (*tajalliyat al-sifat*) secara langsung. Ia adalah amanah agung yang dipercayakan Tuhan kepada manusia, sebagaimana diisyaratkan dalam Al-Quran mengenai kepercayaan yang ditolak oleh langit dan bumi namun diterima oleh manusia.<sup>1140</sup> Oleh karena itu, *sirr* adalah anugerah sekaligus medan perjuangan spiritual tertinggi untuk menjaga kesuciannya.

Jika *sirr* adalah lokus penyaksian, maka *Nafs al-Khafiy*, atau "jiwa tersembunyi," adalah dimensi yang lebih subtil dan misterius lagi. Ia sering kali dideskripsikan sebagai "rahasia dari rahasia" (*sirr al-sirr*). *Khafiy* terletak pada level yang lebih dalam dari *sirr*,

melambangkan titik di mana kesadaran individual mulai melebur dan lenyap ke dalam Samudra Ketiadaan Ilahi. Para sufi mengasosiasikan tingkat *khafiy* dengan pengalaman *fana' fi al-Dzat*, yaitu kelenyapan total dalam Esensi Tuhan, bukan lagi sekadar menyaksikan atribut-Nya.<sup>1141</sup> Pada tahap *sirr*, sang penyaksi masih eksis sebagai entitas yang terpisah dari yang disaksikan. Namun, pada tahap *khafiy*, dualitas antara penyaksi (*syahid*) dan yang disaksikan (*masyhud*) runtuh. Ini adalah realitas yang digambarkan dalam sebuah Hadis Qudsi yang masyhur, di mana Tuhan berfirman, "...Ketika Aku mencintainya, Aku menjadi pendengarannya yang dengannya ia mendengar, penglihatannya yang dengannya ia melihat...".<sup>1142</sup> Ini bukan berarti panteisme, melainkan sebuah deskripsi fenomenologis tentang pengalaman di mana kehendak dan kesadaran hamba telah sepenuhnya tenggelam dalam Kehendak dan Kesadaran Ilahi. *Khafiy* adalah titik nol eksistensial, gerbang menuju "*Ghaib al-Ghaib*" (Yang Ghaib dari segala yang ghaib), sebuah realitas yang tak terlukiskan oleh kata-kata dan tak terjangkau oleh konsep pemikiran.

Hubungan antara *sirr* dan *khafiy* bersifat hierarkis dan progresif. *Sirr* berfungsi sebagai gerbang atau jembatan menuju realitas *khafiy*. Seseorang tidak dapat mengakses atau mengalami dimensi *khafiy* tanpa terlebih dahulu mengaktifkan dan memurnikan *sirr*-nya. Prosesnya dapat dianalogikan sebagai berikut: *sirr* adalah teleskop yang paling canggih yang memungkinkan seorang astronom menyaksikan keindahan galaksi-galaksi yang jauh (*musyahadah*). Namun, *khafiy* adalah pengalaman

sang astronom itu sendiri yang melebur menjadi satu dengan cahaya bintang yang diamatinya, melampaui instrumen dan observasi itu sendiri (*fana'*). Dengan kata lain, *sirr* adalah *maqam* (stasiun) kesadaran ilahi, sementara *khafiy* adalah *hal* (keadaan) peleburan total dalam Sumber kesadaran itu. William C. Chittick, dalam analisisnya mengenai pemikiran Ibn 'Arabi, menjelaskan bahwa perjalanan spiritual bergerak dari pengenalan terhadap manifestasi Tuhan di alam semesta menuju pengenalan Tuhan dalam esensi-Nya yang tak termanifestasi, sebuah transisi yang secara sempurna memetakan pergerakan dari *sirr* ke *khafiy*.<sup>1143</sup> Aktivasi *sirr* adalah prasyarat mutlak, di mana seorang salik belajar membedakan antara realitas sejati dan ilusi eksistensial, sebelum akhirnya siap untuk melepaskan identitas dirinya sendiri di dalam realitas *khafiy*.

Secara konklusif, hubungan antara Jiwa Tertinggi (*sirr*) dan Jiwa Tersembunyi (*khafiy*) merupakan inti dari dinamika perjalanan spiritual dalam tasawuf. Keduanya bukanlah entitas yang terpisah, melainkan dua fase berurutan dalam pendakian spiritual menuju Realitas Absolut. *Sirr* adalah fakultas untuk menyaksikan keagungan Tuhan melalui atribut-atribut-Nya, sebuah puncak dari *ma'rifah* di mana sang hamba tetap sadar akan kehambaannya.

Sementara itu, *khafiy* adalah misteri kelenyapan total di dalam Esensi Ilahi, di mana batasan antara subjek dan objek lebur, merealisasikan makna terdalam dari tauhid. Perjalanan dari *sirr* menuju *khafiy* melambangkan pemenuhan potensi tertinggi manusia untuk kembali kepada asal-usulnya, sebagaimana

firman Allah, "Sesungguhnya kami adalah milik Allah dan kepada-Nya-lah kami kembali."<sup>1144</sup> Dengan demikian, pemahaman terhadap dialektika ini tidak hanya menawarkan sebuah peta psikologi spiritual yang rumit, tetapi juga sebuah visi kontemplatif mengenai tujuan akhir eksistensi manusia: melampaui diri untuk menemukan Diri yang Sejati.

### **Dzikir dan Meditasi sebagai Katalis Transformasi Kesadaran**

#### **Dzikir dan Meditasi: Praktik Introspeksi Transpersonal**

Pencarian manusia akan makna dan realitas yang lebih tinggi merupakan sebuah narasi universal yang melintasi zaman dan peradaban. Dalam perjalanan introspektif ini, berbagai tradisi spiritual dan filosofis telah mengembangkan metodologi canggih untuk mengeksplorasi lanskap batin dan mentransformasi kesadaran. Di antara praktik-praktik kuno ini, dzikir dalam tradisi Islam dan meditasi dalam berbagai tradisi Timur dan Barat menonjol sebagai dua jalan yang, meskipun berbeda dalam terminologi dan bingkai teologis, menunjukkan konvergensi fungsional yang mendalam. Keduanya berfungsi sebagai katalis agen percepatan untuk transformasi kesadaran, memfasilitasi pergeseran dari persepsi diri yang terbatas pada ego menuju pengalaman kesadaran yang lebih luas dan transenden. Analisis ini akan membedah bagaimana dzikir dan meditasi, sebagai bentuk praktik introspeksi transpersonal, menginisiasi perubahan neurobiologis dan psikologis yang mendasari transformasi tersebut.

Introspeksi transpersonal dapat didefinisikan sebagai sebuah proses penjelajahan diri yang melampaui batas-batas ego personal untuk menyentuh dimensi kesadaran yang lebih universal dan terhubung.<sup>1145</sup> Praktik ini bukan sekadar analisis psikologis terhadap pikiran dan emosi, melainkan sebuah upaya sadar untuk membuka persepsi terhadap realitas yang lebih agung dari sekadar identitas individual yang terkondisikan secara sosial dan biografis. Dalam konteks ini, baik dzikir maupun meditasi merupakan teknologi spiritual yang dirancang untuk membongkar struktur ego yang kaku dan menghadirkan pengalaman langsung akan dimensi transpersonal. Keduanya mengajak praktisi untuk mengalihkan fokus dari hiruk pikuk dunia eksternal dan monolog internal yang tak berkesudahan, menuju sebuah ruang keheningan batin di mana kesadaran yang lebih jernih dapat bersemayam.

Dzikir, yang secara harfiah berarti "mengingat" atau "menyebut", adalah pilar utama dalam spiritualitas Islam, khususnya dalam tradisi tasawuf. Praktik ini berpusat pada pengulangan nama-nama Tuhan (Asmaul Husna) atau frasa-frasa suci seperti *tahlil* (La ilaha illallah), dengan tujuan utama untuk senantiasa mengingat Allah dan memurnikan hati (*qalb*). Al-Quran secara eksplisit menyatakan bahwa dengan mengingat Allah, hati akan menjadi tenteram (QS. Ar-Ra'd: 28).<sup>1146</sup> Ketenteraman ini bukan sekadar relaksasi psikologis, melainkan langkah awal menuju pembubaran ego (*fana*) dan kesadaran akan kehadiran Tuhan yang absolut. Melalui repetisi yang ritmis dan penuh penghayatan, dzikir berfungsi memotong arus pikiran-pikiran liar (*wasawa*) yang

menjadi penjara bagi ego, sehingga memungkinkan cahaya kesadaran ilahi menerangi "rumah hati" yang telah dibersihkan. Ini adalah proses introspeksi yang mendalam, di mana sang hamba tidak lagi melihat melalui mata egonya, melainkan mulai "melihat" dengan Nur Ilahi, sebuah pengalaman transpersonal puncak dalam tasawuf.<sup>1147</sup>

Secara paralel, meditasi, terutama dalam bentuk *mindfulness* (kesadaran penuh), menawarkan mekanisme serupa meskipun dengan kerangka konseptual yang berbeda. Meditasi *mindfulness* melatih individu untuk mengarahkan perhatian pada momen saat ini seringkali dengan napas sebagai jangkar dan mengamati muncul dan tenggelamnya pikiran, emosi, dan sensasi tubuh tanpa penilaian dan tanpa terikat padanya.<sup>1148</sup> Praktik ini secara sistematis melemahkan identifikasi diri dengan arus mental yang fana. Ketika praktisi menyadari bahwa "dirinya" bukanlah pikiran atau emosinya, melainkan kesadaran yang mengamati semua itu, sebuah pergeseran fundamental terjadi. Batasan ego yang sebelumnya dianggap solid mulai terlihat sebagai konstruksi mental yang rapuh. Dari perspektif neurosains, praktik ini terbukti secara signifikan mengurangi aktivitas di *Default Mode Network* (DMN), area otak yang terkait dengan pemikiran otobiografis, perenungan diri, dan "pikiran yang mengembara".<sup>1149</sup> Penurunan aktivitas DMN ini berkorelasi dengan perasaan "kehilangan diri" dan pengalaman keterhubungan yang lebih besar dengan lingkungan sekitar, sebuah gerbang menuju pengalaman transpersonal. Konvergensi antara dzikir dan meditasi sebagai

praktik introspeksi transpersonal terletak pada fungsinya sebagai katalis neuro-kognitif. Keduanya, melalui mekanisme pengalihan atensi dan repetisi, menginduksi keadaan neurologis yang kondusif bagi transendensi ego. Praktik yang konsisten membentuk ulang jejaring saraf otak (neuroplastisitas), memperkuat korteks prefrontal yang bertanggung jawab atas regulasi emosi dan perhatian, serta menenangkan amigdala yang menjadi pusat respons rasa takut dan cemas.<sup>1150</sup> Perubahan ini menciptakan landasan biologis bagi transformasi psikologis: dari keadaan kesadaran yang reaktif dan terpusat pada ego, menjadi keadaan yang lebih reseptif, tenang, dan terbuka terhadap pengalaman spiritual. Entah itu disebut sebagai *fana fillah* (lebur dalam Tuhan) dalam dzikir atau *ego-dissolution* dalam terminologi psikologi, fenomena yang dialami adalah pelampauan diri yang membebaskan. Dengan demikian, dzikir dan meditasi bukan hanya sekadar teknik relaksasi, melainkan sebuah disiplin ilmu dan seni untuk merekayasa ulang kesadaran, membimbing individu dari penjara sempit sang "aku" menuju kebebasan samudra kesadaran transpersonal yang tak terbatas.<sup>1151</sup>

### **Meditasi Buddhis vs Dzikir Sufistik: Fokus, Kehadiran, Keheningan**

Dalam lanskap spiritualitas manusia, pencarian akan ketenangan batin, pencerahan, dan penyatuan dengan realitas tertinggi merupakan sebuah tema universal yang melintasi batas-batas budaya dan agama. Dua tradisi kontemplatif besar dunia, Buddhisme dan Sufisme dimensi mistik dalam Islam meskipun lahir

dari rahim teologis yang berbeda, menawarkan metodologi yang sangat canggih untuk mentransformasi kesadaran. Di jantung praktik keduanya terletak sebuah penekanan yang mendalam pada tiga pilar fundamental: fokus (*concentration*), kehadiran (*presence*), dan keheningan (*silence*).

Praktik meditasi dalam Buddhisme (dikenal sebagai *Bhāvanā*, pengembangan mental) secara umum dapat dibagi menjadi dua aspek yang saling melengkapi: *Samatha* (ketenangan) dan *Vipassanā* (pandangan terang). Keduanya adalah instrumen untuk mencapai pembebasan dari *samsāra*, siklus penderitaan yang tak berujung.

**Fokus dalam Meditasi Buddhis (*Samatha*):** Pilar pertama, fokus, dikembangkan melalui meditasi *Samatha*. Praktik ini bertujuan untuk menenangkan pikiran yang liar dan bergejolak, yang sering diibaratkan sebagai "pikiran monyet" (*monkey mind*). Objek meditasi yang paling umum digunakan adalah napas (*ānāpānasati*). Meditator melatih kesadarannya untuk tetap tertambat pada sensasi napas yang masuk dan keluar, tanpa paksaan tetapi dengan kegigihan yang lembut. Ketika pikiran mengembara, tugasnya adalah dengan sabar mengembalikannya ke objek fokus. Tujuan dari *Samatha* bukan hanya konsentrasi semata, melainkan untuk mencapai keadaan pikiran yang stabil, jernih, dan damai, yang menjadi landasan kokoh untuk pengembangan kebijaksanaan yang lebih dalam.<sup>1152</sup>Keadaan konsentrasi yang mendalam ini dikenal sebagai *jhāna*, di mana gangguan mental sementara mereda.

**Kehadiran dalam Meditasi Buddhis (*Vipassanā*):** Setelah pikiran

mencapai tingkat ketenangan tertentu, pilar kedua, yaitu kehadiran, dikultivasi melalui *Vipassanā*. Kehadiran di sini merujuk pada *mindfulness (sati)*, yaitu kesadaran penuh dari momen ke momen terhadap realitas sebagaimana adanya, tanpa filter penilaian, keinginan, atau penolakan. Meditator mengamati segala fenomena yang muncul dalam kesadarannya sensasi tubuh, perasaan, pikiran, dan objek mental lainnya sebagai proses yang impersonal dan terus berubah.<sup>1153</sup> Praktik ini secara langsung menuntun pada realisasi tiga corak keberadaan (*tilakkhaṇa*): ketidakkekalan (*anicca*), penderitaan atau ketidakpuasan (*dukkha*), dan ketiadaan diri yang inheren (*anattā*).<sup>1154</sup> Kehadiran penuh ini bukanlah keadaan pasif, melainkan sebuah investigasi aktif terhadap hakikat realitas yang membongkar ilusi tentang "aku" yang solid dan permanen.

**Keheningan dalam Meditasi Buddhis (*Śūnyatā*):** Puncak dari perjalanan meditasi Buddhis adalah realisasi keheningan yang paling hakiki, yang terungkap dalam konsep *Śūnyatā* (Kekosongan), terutama dalam tradisi Mahayana. Keheningan ini melampaui sekadar absensi suara atau pikiran. Ini adalah keheningan konseptual, di mana pikiran berhenti melekatkan label dan membangun narasi tentang realitas. *Śūnyatā* tidak berarti ketiadaan atau nihilisme, melainkan pemahaman mendalam bahwa segala fenomena, termasuk diri sendiri, "kosong" dari eksistensi yang independen dan terpisah.<sup>1155</sup> Ia muncul saling bergantung (*pratītyasamutpāda*). Keheningan ini adalah pembebasan dari belenggu ego dan dualitas subjek-objek, yang pada akhirnya

membawa pada *Nirvāṇa*, padamnya api keserakahan, kebencian, dan kebodohan.

Dalam tradisi Sufisme, jalan spiritual adalah perjalanan cinta menuju Tuhan. Praktik sentral dalam perjalanan ini adalah *Dzikir (dhikr)*, yang secara harfiah berarti "mengingat." Al-Qur'an sendiri mendorong praktik ini secara eksplisit, "Maka ingatlah kepada-Ku, niscaya Aku akan ingat kepadamu."<sup>1156</sup> Dzikir adalah alat untuk memurnikan hati (*qalb*) dan mengalihkan kesadaran dari dunia yang fana (*dunyā*) kepada Realitas Ilahi yang abadi.

**Fokus dalam Dzikir Sufistik (*Murāqabah*):** Seperti *Samatha*, Dzikir berfungsi sebagai jangkar untuk fokus. Para pejalan spiritual (*sālik*) memusatkan perhatian mereka pada pengulangan nama-nama Tuhan (*Asmā'ul Ḥusnā*) atau frasa suci seperti *Lā ilāha illallāh* (Tiada tuhan selain Allah). Praktik ini bisa dilakukan secara lisan (*jahrī*) maupun dalam hati (*khafī*).<sup>1157</sup> Fokus ini diperkuat oleh praktik *murāqabah* (kontemplasi waspada), yaitu kesadaran konstan bahwa Tuhan senantiasa mengawasi. Dengan terus-menerus mengulang Nama Suci, fokus pikiran yang tadinya tersebar ditarik kembali ke satu titik Realitas Tunggal, yakni Tuhan. Tujuannya adalah untuk mengosongkan pikiran dari segala sesuatu selain Tuhan (*mā siwallāh*).

**Kehadiran dalam Dzikir Sufistik (*Ḥuḍūr*):** Tujuan dari fokus dalam Dzikir adalah untuk mencapai pilar kedua: *ḥuḍūr*, atau kehadiran di hadirat Ilahi. Ini adalah keadaan di mana sang hamba tidak lagi sekadar "mengingat" Tuhan sebagai objek yang jauh,

tetapi merasakan kehadiran-Nya secara langsung di dalam hati.<sup>1158</sup> *Huḍūr* adalah antitesis dari *ghaflah* (kelalaian atau kelupaan akan Tuhan), yang dianggap sebagai akar dari segala penyakit spiritual. Kehadiran ini adalah pengalaman transformatif di mana hati menjadi cermin yang bersih, mampu merefleksikan Cahaya Ilahi. Para sufi meyakini bahwa hati adalah "rumah Tuhan," dan Dzikir adalah cara untuk membersihkan dan menerangi rumah tersebut.<sup>1159</sup>

**Keheningan dalam Dzikir Sufistik (*Fanā'*):** Keheningan tertinggi dalam jalur Sufi diartikulasikan melalui konsep *fanā'* (peleburan atau pemusnahan diri). Ini bukanlah penghancuran eksistensi fisik, melainkan keheningan total dari ego-diri (*nafs*). Ketika kesadaran seorang sufi sepenuhnya terserap dalam Kehadiran Tuhan, kesadaran akan dirinya yang terpisah lenyap. Ia mengalami keheningan dari keinginan, kehendak, dan identitas pribadinya, yang melebur dalam Kehendak dan Wujud Tuhan.<sup>1160</sup> *Fanā'* sering digambarkan sebagai ngengat yang terbang ke dalam nyala api; ia tidak hancur, tetapi menjadi satu dengan api itu. Keadaan ini bukanlah akhir, melainkan gerbang menuju *baqā'* (keabadian), di mana sang hamba "hidup" di dalam dan melalui Tuhan. Keheningan *fanā'* adalah keheningan yang paling intim, di mana hanya Sang Kekasih yang tersisa.

Meskipun fondasi teologisnya berbeda satu non-teistik (Buddhisme, terutama Theravada) dan yang lain monoteistik-radikal (Sufisme) ada kesejajaran fungsional yang mencolok dalam praktik keduanya:

1. **Fokus:** *Samatha* menggunakan napas sebagai objek netral untuk menenangkan pikiran, sementara Dzikir menggunakan Nama Suci sebagai objek teistik untuk memusatkan hati. Keduanya berfungsi sebagai *single-pointed concentration* untuk mengatasi fragmentasi mental dan mengumpulkan energi psikis. Objeknya berbeda, tetapi proses neuro-psikologis untuk menstabilkan perhatian memiliki kemiripan yang kuat.
2. **Kehadiran:** *Vipassanā* adalah kehadiran sadar terhadap realitas impersonal dari segala fenomena yang silih berganti. *Ḥudūr* adalah kehadiran sadar bersama Realitas Personal yang Maha Hadir. Keduanya melatih kesadaran non-reaktif dan pengamatan yang tajam terhadap pengalaman saat ini. *Sati* mengarah pada pemahaman *anattā* (tanpa-diri), sementara *ḥudūr* mengarah pada pengakuan bahwa tiada pelaku sejati selain Tuhan. Keduanya adalah bentuk de-identifikasi radikal dari ego yang terbatas.
3. **Keheningan:** *Śūnyatā* adalah keheningan yang muncul dari realisasi kekosongan inheren semua fenomena, termasuk "diri". *Fanā'* adalah keheningan yang muncul dari pengalaman peleburan "diri" ke dalam Kepenuhan Absolut Tuhan. Keduanya menggambarkan transendensi total dari ego. Dalam *Śūnyatā*, "aku" lenyap karena memang tidak pernah ada secara inheren. Dalam *Fanā'*, "aku" lenyap karena ditelan oleh Kehadiran "Engkau" (Tuhan). Keduanya menunjuk pada sebuah realitas di luar konstruksi dualistik dari pikiran, sebuah keheningan yang membebaskan.

Secara konklusif, baik Meditasi Buddhis maupun Dzikir Sufistik merupakan jalan yang teruji waktu untuk membongkar struktur ego dan membuka dimensi kesadaran yang lebih dalam. Keduanya menggunakan **fokus** sebagai gerbang, **kehadiran** sebagai jalan, dan **keheningan** sebagai tujuan sekaligus realisasi tertinggi. Perbedaannya terletak pada bahasa, simbol, dan tujuan akhir yang dirumuskan secara metafisik (*Nirvāṇa* versus penyatuan dengan Tuhan). Namun, dalam pengalaman fenomenologis sang praktisi, perjalanan melintasi fokus, kehadiran, dan keheningan menunjukkan bahwa puncak gunung spiritualitas dapat didekati dari lereng yang berbeda, namun semuanya menunjuk ke langit yang sama sebuah realitas transenden yang sunyi, jernih, dan membebaskan.

### **Perubahan Gelombang Otak dan Neuropsikologi Spiritualitas**

Eksplorasi terhadap pengalaman spiritual dan religius, yang selama berabad-abad menjadi domain eksklusif filsafat dan teologi, kini telah memasuki ranah baru yang menakjubkan: neurosains. Bidang yang dikenal sebagai neuropsikologi spiritualitas atau neuroteologi berupaya memetakan jejak-jejak pengalaman transendental di dalam arsitektur biologis otak manusia. Alih-alih mereduksi spiritualitas menjadi sekadar ilusi biokimiawi, disiplin ini justru menyingkap mekanisme neuronal kompleks yang memungkinkan manusia merasakan, merenungkan, dan terhubung dengan sesuatu yang dianggap lebih agung dari dirinya sendiri<sup>1161</sup>. Salah satu jendela paling fundamental untuk mengintip proses ini

adalah melalui analisis perubahan gelombang otak, yang merefleksikan dinamika kesadaran selama praktik-praktik spiritual seperti meditasi, doa, dan zikir.

Otak manusia, sebagai pusat pemrosesan informasi, senantiasa menghasilkan aktivitas listrik yang dapat diukur menggunakan Electroencephalography (EEG). Aktivitas ini berfluktuasi dalam bentuk gelombang dengan frekuensi yang berbeda, yang masing-masing berkorelasi dengan kondisi mental dan kognitif tertentu. Penelitian neurosains modern menunjukkan bahwa praktik spiritual yang teratur dan mendalam secara signifikan memodulasi pola gelombang otak ini. Sebagai contoh, studi terhadap para biksu Tibet yang telah bermeditasi selama puluhan ribu jam menunjukkan lonjakan luar biasa pada gelombang Gamma (frekuensi 30-100 Hz) selama meditasi welas asih (*compassion meditation*)<sup>162</sup>. Gelombang Gamma diasosiasikan dengan fungsi kognitif tingkat tinggi, persepsi yang tajam, dan sinkronisasi neuronal skala besar, yang secara subjektif dirasakan sebagai momen pencerahan atau "Aha!". Ini mengindikasikan bahwa kondisi spiritual yang intens bukanlah keadaan pasif, melainkan sebuah bentuk konsentrasi mental yang sangat aktif dan terintegrasi.

Di sisi lain spektrum, gelombang Theta (4-8 Hz) dan Alfa (8-12 Hz) juga menunjukkan perubahan signifikan selama keadaan kontemplatif. Gelombang Alfa, yang umumnya muncul saat seseorang dalam keadaan rileks namun terjaga (misalnya saat mata tertutup), sering kali menjadi penanda awal masuknya seseorang ke dalam kondisi meditatif atau doa yang khusyuk. Seiring pendalaman

praktik, aktivitas gelombang Theta cenderung meningkat. Gelombang ini lazim ditemukan pada fase tidur ringan (REM) dan keadaan hipnagogik kondisi ambang antara sadar dan tidur yang sering kali diwarnai oleh imajinasi visual yang hidup dan intuisi mendalam<sup>1163</sup>. Peningkatan Theta pada praktisi spiritual berpengalaman mengisyaratkan akses ke lapisan kesadaran yang lebih subtil, di mana batas antara diri dan dunia luar mulai kabur, membuka jalan bagi pengalaman mistis yang mendalam. Transisi dari dominasi gelombang Beta (frekuensi kesadaran normal dan waspada) ke Alfa dan Theta mencerminkan pergeseran neurologis dari mode "bertindak" (*doing mode*) ke mode "menjadi" (*being mode*), sebuah inti dari banyak tradisi spiritual<sup>1164</sup>.

Namun, perubahan gelombang otak hanyalah satu kepingan dari teka-teki neuropsikologi spiritualitas. Studi yang menggunakan teknologi pencitraan otak fungsional seperti fMRI (functional Magnetic Resonance Imaging) dan SPECT (Single-Photon Emission Computed Tomography) telah memetakan geografi spiritualitas di berbagai area otak. Salah satu penemuan paling monumental dari Andrew Newberg dan Eugene d'Aquili adalah peran lobus parietal superior. Area otak ini bertanggung jawab untuk orientasi spasial dan persepsi batas antara diri (*self*) dan bukan-diri (*non-self*)<sup>1165</sup>. Selama meditasi atau doa yang sangat intens, aktivitas di area ini menurun secara drastis. Penurunan aktivitas inilah yang secara neurologis berkorelasi dengan pengalaman subjektif "kehilangan diri" (*sense of self-loss*), perasaan menyatu dengan alam semesta, atau pengalaman *unio mystica* (penyatuan mistis) dengan Tuhan.

Batas-batas ego yang kaku meluruh, menciptakan perasaan keterhubungan tanpa batas yang menjadi ciri khas pengalaman transendental<sup>1166</sup>.

Temuan ini memberikan perspektif ilmiah yang menarik ketika dihubungkan dengan konsep-konsep spiritual dalam tradisi Islam. Konsep *khusyu'* dalam salat, misalnya, menuntut fokus atensi yang total kepada Allah (melibatkan aktivasi korteks prefrontal untuk konsentrasi) sekaligus melepaskan kesadaran akan lingkungan sekitar dan diri sendiri (berkorelasi dengan deaktivasi lobus parietal). Al-Qur'an sendiri mengisyaratkan adanya hubungan antara aktivitas spiritual dan ketenangan jiwa yang dapat dipahami sebagai representasi dari kondisi neurobiologis yang harmonis. Firman Allah dalam Surah Ar-Ra'd ayat 28 menyatakan, “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.”<sup>1167</sup>. "Ketenangan" ini secara neurofisiologis dapat berkorespondensi dengan peningkatan gelombang Alfa dan Theta, serta penurunan respons stres yang dimediasi oleh amigdala. Lebih jauh, pengalaman "manisnya iman" (*halawatul iman*) sebagaimana disebut dalam sebuah Hadis, dapat dikaitkan dengan aktivasi sirkuit penghargaan (*reward circuit*) di otak, yang melepaskan neurotransmitter seperti dopamin, memberikan perasaan kebahagiaan dan kepuasan mendalam yang memperkuat perilaku spiritual tersebut<sup>1168</sup>.

Secara konklusif, neuropsikologi spiritualitas membuka cakrawala baru dalam memahami bagaimana pengalaman yang

paling sakral dan personal dapat termanifestasi dalam realitas biologis. Perubahan pada pola gelombang otak dari lonjakan Gamma yang mencerahkan hingga dominasi Alfa dan Theta yang menenangkan serta modulasi aktivitas di sirkuit otak spesifik seperti korteks prefrontal dan lobus parietal, bukanlah upaya untuk mereduksi Tuhan menjadi sekadar aktivitas neuron. Sebaliknya, ia menyajikan sebuah pandangan yang kontemplatif: bahwa otak manusia dibekali dengan kapasitas neurobiologis yang luar biasa untuk melampaui dirinya sendiri, untuk merasakan keterhubungan, dan untuk mengalami dimensi realitas yang lebih dalam. Penelitian ini tidak menafikan yang transenden, melainkan memuliakan kompleksitas instrumen biologis yang memungkinkan manusia untuk menangkap jejak-Nya<sup>1169</sup>.

### **Hubungan Dzikir, Mimpi, dan Kesadaran Transendental**

Dalam lanskap spiritualitas Islam, pencarian akan Tuhan (*ma'rifatullah*) seringkali menempuh jalur-jalur interior yang melampaui ritual formal. Salah satu koridor paling subtil dan mendalam dalam perjalanan ini adalah interaksi trifecta antara dzikir (ingat kepada Tuhan), dunia mimpi (*'alam al-ru'ya*), dan pencapaian kesadaran transendental. Ketiganya tidak berdiri sebagai entitas terpisah, melainkan terjalin dalam sebuah proses psiko-spiritual yang dinamis, di mana dzikir berfungsi sebagai katalisator yang memurnikan alam bawah sadar, yang kemudian memanifestasikan dirinya dalam ranah mimpi sebagai medium untuk mencapai kesadaran yang lebih tinggi. Analisis ini akan

menguraikan hubungan kausal dan fungsional antara ketiga elemen tersebut, dengan memadukan perspektif teologi Islam, psikologi transpersonal, dan neurosains kontemplatif.

Dzikir, pada esensinya, adalah sebuah teknologi kesadaran. Lebih dari sekadar pengulangan verbal nama-nama atau sifat-sifat Tuhan, ia merupakan praktik disiplin untuk memfokuskan atensi dan mengkalibrasi ulang orientasi batin dari dunia material yang fragmentatif menuju Realitas Tunggal yang koheren.<sup>1170</sup> Secara neurokognitif, praktik dzikir yang repetitif dan ritmis terbukti mampu menenangkan *Default Mode Network* (DMN) di otak jaringan yang bertanggung jawab atas pikiran yang mengembara, ruminasi tentang masa lalu, dan kecemasan akan masa depan.<sup>1171</sup> Dengan meredam "kebisingan" mental ini, seorang praktisi (*dzakir*) memasuki kondisi hening mental (*mental silence*) dan kehadiran saat ini (*presence*), yang secara bertahap mengkondisikan jiwa untuk lebih reseptif terhadap sinyal-sinyal spiritual yang halus. Praktik ini, ketika dilakukan secara konsisten, tidak hanya memberikan ketenangan saat terjaga, tetapi juga menanamkan benih-benih kesadaran ilahiah ke dalam lapisan-lapisan pikiran yang paling dalam, yaitu alam bawah sadar.

Di sinilah peran mimpi menjadi krusial. Dalam tradisi Islam, mimpi bukanlah sekadar produk acak dari aktivitas neuronal selama tidur, melainkan sebuah *interface* atau gerbang antara dunia fisik (*'alam al-syahadah*) dan dunia gaib (*'alam al-ghayb*). Al-Qur'an sendiri memberikan validasi tinggi terhadap mimpi sebagai medium wahyu dan petunjuk ilahi, seperti yang dialami oleh Nabi Yusuf AS

dan Nabi Ibrahim AS.<sup>1172</sup> Hadis mengklasifikasikan mimpi ke dalam tiga kategori: mimpi yang benar dari Allah (*ru'ya sadiqah*), mimpi dari bisikan setan, dan mimpi yang berasal dari gejala diri atau pengalaman sehari-hari.<sup>1173</sup> Konsistensi dalam berdzikir sebelum tidur dan dalam kehidupan sehari-hari bertindak sebagai filter spiritual. Ia secara sistematis membersihkan "gejala diri" (*hadits al-nafs*) yang negatif dan membentengi jiwa dari "bisikan setan", sehingga meningkatkan probabilitas untuk menerima *ru'ya sadiqah*. Mimpi yang tadinya merupakan cerminan dari kecemasan dan hasrat egoik, secara perlahan bertransformasi menjadi kanvas untuk simbol-simbol spiritual dan pesan-pesan yang bermakna.

Titik konvergensi kritis antara dzikir dan mimpi terjadi pada momen ketika kesadaran yang dilatih saat terjaga mulai merembes ke dalam kondisi tidur. Filsuf-mistikus seperti Ibn 'Arabi menjelaskan bahwa jiwa tidak sepenuhnya "tertidur" tetapi hanya beralih modus persepsi.<sup>1174</sup> Dzikir yang telah menjadi kebiasaan akan terus bergema dalam batin bahkan saat kesadaran egoik tertidur. Gema inilah yang mewarnai dan menstrukturkan narasi mimpi. Pengalaman onirik tidak lagi terasa acak atau kacau, melainkan menjadi lebih jernih, simbolis, dan seringkali membawa perasaan damai serta pengetahuan intuitif (*ilham*). Dalam beberapa kasus, ini dapat berkembang menjadi pengalaman mimpi sadar (*lucid dreaming*), di mana individu menyadari bahwa ia sedang bermimpi. Dalam konteks spiritual, mimpi sadar yang diinisiasi oleh kondisi batin yang dipenuhi dzikir menjadi sebuah arena latihan

untuk mempertahankan kesadaran di tengah ketiadaan sangkar fisik dan ego.

Implikasinya meluas menuju gerbang kesadaran transendental. Kesadaran transendental dapat didefinisikan sebagai suatu keadaan di mana kesadaran individu melampaui identifikasi dengan ego personal dan merasakan kesatuan fundamental dengan Realitas yang lebih besar atau Tuhan.<sup>1175</sup> Pengalaman dalam mimpi yang jernih dan sarat makna spiritual (*ru'ya*) berfungsi sebagai "pratinjau" atau simulasi dari kesadaran transendental ini. Di dalam mimpi tersebut, sang *dzakir* dapat mengalami kondisi leburnya dualitas, perasaan cinta kosmis, atau menerima pemahaman langsung tanpa melalui proses berpikir rasional. Pengalaman-pengalaman ini, ketika direfleksikan saat terjaga, akan memperkuat keyakinan dan memperdalam kerinduan spiritual. Secara bertahap, kesadaran yang tercerahkan yang awalnya hanya dialami secara sporadis dalam mimpi, dapat mulai diakses dan dipertahankan dalam keadaan terjaga. Batasan antara "di sini" dan "di sana", antara yang batin dan yang lahir, mulai kabur, mengarah pada sebuah kondisi kesadaran terintegrasi di mana setiap napas dan detak jantung dirasakan sebagai manifestasi dari Dzikir Abadi itu sendiri.

Hubungan antara dzikir, mimpi, dan kesadaran transendental bukanlah sebuah kebetulan, melainkan sebuah proses kausal yang terstruktur dalam arsitektur kesadaran manusia. Dzikir berfungsi sebagai praktik fundamental untuk memurnikan dan memfokuskan pikiran. Pemurnian ini mengubah kualitas dan konten mimpi,

menjadikannya dari sekadar residu psikologis menjadi sebuah portal spiritual yang valid. Akhirnya, pengalaman dan wawasan yang diperoleh dari mimpi-mimpi yang tercerahkan ini menjadi batu loncatan yang melatih jiwa untuk mengenali dan akhirnya bersemayam dalam kesadaran transendental sebuah keadaan "melihat" dengan mata hati, di mana ingatan akan Tuhan tidak lagi menjadi sebuah aktivitas, melainkan esensi dari keberadaan itu sendiri.

### **Antara Subjek dan Arketipe: Integrasi Diri Melalui Mimpi**

#### **Proses Individuasi: Menuju Kesatuan Psikis dan Spiritualitas**

Perjalanan manusia dalam menyingkap makna eksistensi merupakan sebuah narasi agung yang terbentang antara dunia sadar yang terbatas dan alam tak sadar yang tak bertepi. Dalam lanskap psikologi analitis, perjalanan ini diberi nama **individuasi**, sebuah proses seumur hidup untuk menjadi diri sendiri secara utuh sebuah entitas psikis yang terintegrasi, bukan terfragmentasi. Carl Gustav Jung, sebagai arsitek utama teori ini, memandang individuasi bukan sebagai pencapaian kesempurnaan egoistik, melainkan sebagai sebuah dialektika mendalam antara subjek (Ego yang sadar) dengan muatan-muatan arketipal dari ketidaksadaran kolektif.<sup>1176</sup> Dialog ini seringkali mengambil panggung utamanya di dalam teater mimpi, di mana simbol-simbol primordial berbicara dalam bahasa yang melampaui logika verbal, menuntun individu menuju kesatuan psikis dan spiritualitas yang lebih tinggi. Proses ini bukanlah tentang menjadi superior, melainkan menjadi lengkap.

Pada mulanya, individu beroperasi predominantly dari pusat kesadaran yang disebut Ego. Ego, dengan segala rasionalitas dan persepsinya tentang realitas eksternal, cenderung mengidentifikasi dirinya sebagai totalitas dari kepribadian. Namun, psikodinamika Jungian mengajarkan bahwa Ego hanyalah puncak gunung es dari sebuah benua psikis yang mahaluas. Di bawah permukaan kesadaran, terbentang ketidaksadaran personal yang berisi pengalaman-pengalaman yang terlupakan atau tertekan, dan lebih dalam lagi, ketidaksadaran kolektif warisan psikis seluruh umat manusia yang berisi **arketipe**. Arketipe adalah pola-pola instingtif universal, seperti figur Ibu Agung, Orang Tua Bijak, Pahlawan, dan yang paling fundamental bagi proses ini: Bayangan (*Shadow*), Anima/Animus, dan Diri (*the Self*). Individuasi dimulai ketika Ego menyadari keterbatasannya dan bersedia untuk terlibat dalam dialog yang jujur dan seringkali menyakitkan dengan kekuatan-kekuatan arketipal ini.<sup>1177</sup>

Mimpi berfungsi sebagai jembatan utama, *royal road*, menuju alam tak sadar. Dalam mimpi, logika dunia terjaga ditanggihkan, memungkinkan bahasa simbolik dari arketipe untuk bermanifestasi secara bebas. Figuran-figuran dalam mimpi sosok-sosok asing yang mengancam, pasangan misterius yang memikat, atau pemandu bijaksana yang memberikan petunjuk seringkali merupakan personifikasi dari aspek-aspek tak sadar dari diri kita sendiri. Mereka bukanlah entitas eksternal, melainkan cerminan dari potensi-potensi yang belum terintegrasi, konflik-konflik batin, dan kebijaksanaan yang terpendam.<sup>1178</sup> Dengan mencermati, merefleksikan, dan mencoba memahami narasi simbolik dalam

mimpi, subjek secara bertahap mulai mengasimilasi energi dan pesan dari dunia arketipal ke dalam kesadarannya. Ini adalah langkah pertama menuju penyembuhan keterpisahan antara apa yang kita pikir tentang diri kita dan siapa kita sebenarnya secara keseluruhan.

Langkah krusial pertama dalam perjalanan individuasi adalah konfrontasi dengan **Bayangan** (*the Shadow*). Bayangan adalah arketipe yang merepresentasikan "sisi gelap" kita segala sesuatu yang kita tolak, tekan, dan proyeksikan kepada orang lain karena dianggap tidak sesuai dengan citra diri ideal kita: sifat-sifat primitif, hasrat-hasrat yang tidak dapat diterima, kelemahan, dan potensi kejahatan. Dalam mimpi, Bayangan kerap muncul sebagai figur yang menakutkan atau menjijikkan dengan jenis kelamin yang sama dengan si pemimpi. Mengintegrasikan Bayangan tidak berarti menjadi jahat, melainkan mengakui dan menerima totalitas kemanusiaan kita, termasuk kapasitas untuk kegelapan. Pengakuan ini melahirkan kerendahan hati, otentisitas, dan kedalaman psikologis. Perspektif spiritual Islam menawarkan paralel yang kuat dalam konsep pergulatan dengan *nafs al-ammara* jiwa yang cenderung mendorong kepada keburukan. Al-Qur'an sendiri menyiratkan keberadaan aspek jiwa ini, sebagaimana diungkapkan dalam kisah Yusuf: "Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan."<sup>1179</sup> Integrasi ini adalah sebuah jihad psikologis untuk mencapai keseimbangan.

Setelah memulai dialog dengan Bayangan, individu biasanya akan dihadapkan pada arketipe *syzygy*: **Anima** pada pria

dan **Animus** pada wanita. Anima adalah citra feminin primordial dalam ketidaksadaran pria, sementara Animus adalah citra maskulin dalam ketidaksadaran wanita. Mereka berfungsi sebagai jembatan menuju lapisan ketidaksadaran yang lebih dalam dan merepresentasikan kualitas-kualitas *kontra-seksual* yang perlu diintegrasikan untuk mencapai keutuhan. Bagi pria, integrasi Anima membuka akses kepada perasaan, intuisi, kreativitas, dan kapasitas untuk menjalin hubungan. Bagi wanita, integrasi Animus menumbuhkan logika, ketegasan, keberanian, dan pemikiran objektif. Dalam mimpi, Anima/Animus muncul sebagai figur lawan jenis yang mempesona, menginspirasi, atau bahkan menantang. Terlibat dengan mereka secara sadar memungkinkan individu untuk melampaui identitas gender yang kaku dan menjadi lebih seimbang secara psikologis.

Puncak dari proses individuasi adalah realisasi dan relasi dengan arketipe **Diri** (*the Self*). Diri bukanlah Ego. Diri adalah arketipe sentral dari keteraturan, totalitas, dan kesatuan yang merangkul baik alam sadar maupun tak sadar. Ia adalah pusat dan sekaligus keliling dari seluruh kepribadian. Jung sering menyebutnya sebagai "citra Tuhan dalam jiwa" (*Imago Dei*), sebuah titik transenden yang menyatukan semua aspek yang berlawanan. Manifestasi simbolik dari Diri dalam mimpi seringkali berupa mandala, lingkaran, kristal, anak ilahi, atau figur-figur yang memancarkan otoritas spiritual. Mencapai hubungan sadar dengan Diri adalah pengalaman yang mendalam, di mana individu tidak lagi merasa terombang-ambing oleh konflik internal, melainkan merasakan keselarasan dan tujuan yang lebih besar. Dalam tradisi spiritual sufistik, hal ini beresonansi

kuat dengan adagium, "من عرف نفسه فقد عرف ربه" (*Man 'arafa nafsahu, faqad 'arafa Rabbahu*), "Barangsiapa mengenal dirinya, maka ia mengenal Tuhannya."<sup>1180</sup> Pengenalan diri yang mendalam ini bukan sekadar pengetahuan intelektual, melainkan sebuah realisasi eksistensial tentang kesatuan fundamental antara esensi diri dengan Realitas Tertinggi.

Proses individuasi melalui mediasi mimpi adalah sebuah odisei psikologis dan spiritual. Ia menuntut keberanian untuk menghadapi kegelapan dalam diri (Bayangan), keterbukaan untuk merangkul sisi lain dari jiwa (Anima/Animus), dan kerendahan hati untuk tunduk pada pusat kebijaksanaan yang lebih besar (Diri). Perjalanan dari subjek yang terisolasi menuju integrasi dengan dunia arketipal adalah sebuah proses yang mengubah individu dari dalam ke luar. Hasilnya bukanlah kesempurnaan yang statis, melainkan keutuhan yang dinamis seorang pribadi yang lebih sadar, bertanggung jawab secara etis, dan mampu hidup secara lebih otentik di dunia. Ini adalah transformasi menuju kesatuan psikis yang pada akhirnya bersentuhan dengan dimensi spiritualitas yang paling dalam, di mana batas antara psikologi dan teologi menjadi kabur dalam pengalaman langsung akan keutuhan.<sup>1181</sup>

### **Simbol-Simbol Mimpi sebagai Panduan Psikologis-Ruhani**

Dunia mimpi merupakan sebuah lanskap misterius dalam kesadaran manusia, sebuah ranah yang sejak zaman kuno telah menjadi sumber kekaguman, ketakutan, dan pencarian makna. Jauh dari sekadar bunga tidur atau aktivitas acak neuron saat tubuh beristirahat, mimpi dalam berbagai tradisi pemikiran dipandang

sebagai jembatan yang menghubungkan alam sadar dengan dimensi yang lebih dalam dari eksistensi manusia. Secara khusus, simbol-simbol yang muncul dalam mimpi menawarkan sebuah bahasa universal yang, jika ditafsirkan dengan cermat, dapat berfungsi sebagai panduan psikologis-ruhani. Teks ini akan mengeksplorasi bagaimana simbolisme mimpi, ketika dianalisis melalui lensa psikologi modern dan kearifan spiritual Islam, dapat menerangi jalan menuju pemahaman diri, penyembuhan batin, dan pertumbuhan spiritual yang holistik.

Dari perspektif psikologi analitis, Carl Gustav Jung memberikan kontribusi monumental dalam memandang mimpi sebagai wahana komunikasi dari alam bawah sadar. Jung ber-teori bahwa mimpi tidak hanya merefleksikan konflik personal yang belum terselesaikan (ketidaksadaran personal), tetapi juga menyuarakan narasi universal umat manusia melalui apa yang disebutnya sebagai ketidaksadaran kolektif. Di dalam lapisan terdalam psike ini bersemayam arketipe-arketipe pola-pola dasar seperti *Sang Diri (the Self)*, *Bayangan (the Shadow)*, *Anima*, dan *Animus* yang mewujudkan dalam mimpi melalui simbol-simbol yang kuat. Misalnya, kemunculan sosok bijak tua dapat melambangkan arketipe kebijaksanaan internal, sedangkan pertemuan dengan figur bayangan yang mengancam mungkin menandakan aspek-aspek diri yang ditolak atau tidak diakui. Dengan demikian, proses menafsirkan simbol-simbol ini bukanlah sekadar decoding sederhana, melainkan sebuah dialog aktif dengan alam bawah sadar yang bertujuan untuk mencapai proses *individuasi* integrasi

menyeluruh dari berbagai aspek kepribadian menuju keutuhan psikologis.<sup>1182</sup>

Sejalan dengan pandangan psikologis, tradisi spiritual Islam telah lama mengakui mimpi sebagai salah satu kanal penting untuk menerima petunjuk ilahi. Al-Qur'an sendiri menceritakan kisah Nabi Yusuf AS, yang dianugerahi kemampuan luar biasa dalam menafsirkan mimpi (*ta'bir al-ru'ya*), sebuah keahlian yang pada akhirnya menyelamatkan sebuah bangsa dari kelaparan. Kisah ini menggarisbawahi bahwa mimpi dapat membawa pesan-pesan simbolis yang signifikan, sebagaimana firman Allah tentang mimpi Nabi Yusuf di masa kecilnya: "(Ingatlah), ketika Yusuf berkata kepada ayahnya, 'Wahai ayahku! Sungguh, aku (bermimpi) melihat sebelas bintang, matahari dan bulan; kulihat semuanya sujud kepadaku'."<sup>1183</sup> Lebih lanjut, tradisi kenabian menegaskan status luhur mimpi yang benar (*ru'ya sadiqah*), dengan Rasulullah Muhammad SAW bersabda bahwa mimpi yang baik dari orang yang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian.<sup>1184</sup> Dalam kerangka ini, simbol dalam mimpi bukanlah produk acak dari pikiran, melainkan bisa jadi merupakan isyarat subtil dari alam gaib (*'alam al-ghayb*), yang berfungsi sebagai bimbingan, peringatan, atau kabar gembira dari Tuhan bagi hamba-Nya yang beriman.

Meskipun berasal dari tradisi yang berbeda satu berakar pada penyelidikan empiris terhadap psike dan yang lainnya pada wahyu ilahi perspektif psikologis dan ruhani ini menunjukkan konvergensi yang menarik. Keduanya sama-sama memandang mimpi sebagai fenomena yang sarat makna dan bertujuan untuk menuntun

individu menuju kondisi yang lebih baik: keutuhan psikologis dalam terminologi Jungian, atau kedekatan dan penyucian diri (*tazkiyat al-nafs*) dalam terminologi Islam. Simbol-simbol seperti air, cahaya, hewan, atau perjalanan dapat dianalisis dari kedua sudut pandang. Air, misalnya, dalam analisis psikologis bisa berarti emosi yang meluap atau sumber kehidupan dari alam bawah sadar, sementara dalam konteks ruhani ia sering kali melambangkan penyucian, ilmu, atau rahmat. Integrasi kedua pendekatan ini memungkinkan sebuah pemahaman yang lebih komprehensif, di mana analisis psikologis menyediakan kerangka untuk memahami mekanisme simbolik pikiran, sementara perspektif ruhani memberikan dimensi transenden dan makna teologisnya.<sup>1185</sup>

Namun, proses interpretasi simbol mimpi menuntut kehati-hatian, kebijaksanaan, dan pemahaman mendalam terhadap konteks personal sang pemimpi. Sebuah simbol tidak memiliki makna absolut yang berlaku untuk semua orang di setiap waktu. Tafsir mimpi bukanlah kamus kaku, melainkan seni hermeneutika yang mempertimbangkan kondisi emosional, spiritual, dan situasi kehidupan sang pemimpi. Seekor ular bagi seseorang mungkin melambangkan pengkhianatan atau bahaya tersembunyi, namun bagi orang lain dalam konteks yang berbeda, ia bisa menjadi simbol transformasi, penyembuhan, atau regenerasi. Oleh karena itu, baik dalam tradisi psikoterapi maupun dalam adab Islam, dianjurkan untuk tidak terburu-buru dalam menafsirkan mimpi dan, jika perlu, berkonsultasi dengan individu yang memiliki kearifan dan pengetahuan baik itu seorang terapis yang terlatih maupun seorang

alim yang saleh. Panduan ini penting untuk memastikan bahwa pesan yang terkandung dalam simbol-simbol tersebut tidak disalahpahami, melainkan menjadi cahaya yang benar-benar menerangi perjalanan psikologis dan ruhani seseorang.<sup>1186</sup>

Simbol-simbol yang hadir dalam mimpi merupakan medium komunikasi yang kaya dan berlapis, berfungsi sebagai panduan berharga dalam navigasi kehidupan psikologis dan ruhani. Dengan memadukan kedalaman analisis psikologi Jungian yang mengungkap dinamika arketipal dalam diri dengan kearifan tradisi Islam yang memandang mimpi sebagai potensi petunjuk ilahi, manusia dapat membuka sebuah jendela menuju pemahaman diri yang lebih utuh. Menggali makna di balik simbol-simbol ini adalah sebuah perjalanan kontemplatif menuju integrasi batin dan penyelarasan diri dengan panggilan jiwa yang lebih tinggi. Pada akhirnya, perhatian yang tulus terhadap dunia mimpi adalah bentuk penghormatan terhadap kompleksitas diri dan pengakuan atas adanya dimensi eksistensi yang melampaui realitas material semata.

### **Mimpi sebagai Dialog Antara Ego dan Diri Hakiki (Self, Ruh)**

Dalam lanskap kesadaran manusia yang luas, mimpi menempati ruang misterius yang sering kali direduksi menjadi sekadar bunga tidur atau gema acak dari aktivitas neurologis. Namun, jika kita menelisik lebih dalam melalui lensa psikologi analitis dan spiritualitas, mimpi dapat dipahami sebagai sebuah arena dialog yang krusial sebuah percakapan sunyi namun mendalam antara Ego

yang sadar dan Diri Hakiki (*Self* atau *Ruh*) yang melampauinya. Fenomena ini bukanlah sekadar pelepasan tegangan psikis, melainkan sebuah proses komunikasi internal yang bertujuan untuk mencapai integrasi, keseimbangan, dan pencerahan personal. Mimpi menjadi jembatan yang menghubungkan dunia eksternal yang kita navigasi setiap hari dengan realitas internal yang tak terbatas, tempat kebijaksanaan sejati bersemayam.

Ego, dalam terminologi psikologi, adalah pusat dari kesadaran kita yang terjaga; ia adalah sang "aku" yang berpikir, merasa, dan bertindak di dunia nyata. Fungsinya esensial untuk bertahan hidup, membentuk identitas, dan membuat keputusan rasional. Namun, Ego memiliki keterbatasan fundamental: ia hanya mengenali apa yang telah diketahuinya, cenderung defensif terhadap informasi yang mengancam citra dirinya, dan sering kali terpisah dari lautan luas alam bawah sadar (*unconscious*). Carl Gustav Jung, seorang psikiater perintis, menggambarkan Ego sebagai manajer kesadaran yang, jika dibiarkan tanpa pengawasan, dapat menjadi tiran yang picik, menciptakan kepribadian yang kaku dan tidak seimbang.<sup>1187</sup> Ia membangun dinding untuk melindungi diri, namun dinding yang sama juga mengisolasinya dari sumber kebijaksanaan yang lebih dalam. Dalam kondisi terjaga, suara Ego begitu dominan sehingga bisikan-bisikan dari lapisan jiwa yang lebih subtil sering kali tak terdengar.

Di sisi lain spektrum kesadaran, bersemayamlah Diri Hakiki (*Self*), sebuah konsep yang ditemukan baik dalam psikologi Jungian maupun tradisi spiritual, termasuk Islam dengan istilah *Ruh*. Jung

mengidentifikasi *Self* sebagai arketipe sentral dari totalitas psikis, yang mencakup baik kesadaran maupun alam bawah sadar. Ia adalah pusat sejati dari kepribadian, sebuah tujuan perkembangan yang disebut proses *individuasi*, di mana seseorang menjadi dirinya yang utuh dan otentik.<sup>1188</sup> *Self* tidak sama dengan Ego; ia adalah keseluruhan, sementara Ego hanyalah sebagian kecil darinya. Dalam perspektif teologis Islam, *Ruh* adalah entitas spiritual yang ditiupkan oleh Tuhan, sebuah esensi ilahiah yang mengandung potensi pengetahuan dan kedekatan dengan Sang Pencipta. Al-Qur'an menggambarkan sebagai "urusan Tuhanku" (*min amri Rabbi*), menunjukkan sifatnya yang transenden dan misterius, yang pengetahuannya hanya diberikan sedikit kepada manusia.<sup>1189</sup> Diri Hakiki atau *Ruh* ini adalah sumber intuisi, kreativitas, moralitas bawaan, dan kerinduan spiritual yang sering kali tidak dapat dijelaskan oleh logika Ego yang terbatas.

Mimpi adalah panggung utama di mana dialog antara kedua entitas ini berlangsung. Ketika kita tidur, pertahanan logis dan rasional Ego melemah. Sensor kesadaran yang biasanya menyaring informasi secara ketat menjadi lebih longgar, memungkinkan pesan-pesan dari Diri Hakiki untuk merembes ke permukaan. Namun, bahasa yang digunakan bukanlah bahasa verbal yang lugas, melainkan bahasa simbol, metafora, dan narasi arketipal. Inilah sebabnya mengapa mimpi sering kali terasa aneh, tidak logis, atau bahkan absurd bagi Ego yang terjaga. Menurut psikologi Jungian, mimpi memiliki fungsi kompensatoris; ia menyajikan perspektif yang diabaikan atau direpresi oleh kesadaran untuk

menyeimbangkan sikap Ego yang mungkin terlalu satu sisi.<sup>1190</sup> Jika Ego terlalu arogan, mimpi mungkin menghadirkan skenario tentang kejatuhan atau penghinaan. Jika Ego mengabaikan kebutuhan emosionalnya, mimpi mungkin menampilkan sosok anak kecil yang menangis atau terlantar. Setiap simbol dalam mimpi adalah kata dalam kalimat yang diucapkan oleh Diri Hakiki kepada Ego.

Tujuan dari dialog nokturnal ini bersifat teleologis, yakni mengarah pada tujuan tertentu: penyembuhan dan keutuhan. Diri Hakiki secara konstan berusaha membimbing Ego menuju realisasi potensinya yang lebih besar, melampaui identitas yang sempit dan terkondisikan. Dialog ini dapat berfungsi sebagai sistem peringatan dini, menyoroti konflik internal atau bahaya eksternal yang tidak disadari Ego. Lebih dari itu, ia dapat menawarkan solusi kreatif untuk masalah yang buntu, atau memberikan peneguhan spiritual yang mendalam. Dalam tradisi Islam, mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*) diakui sebagai salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, sebuah bentuk wahyu personal yang dapat memberikan petunjuk atau kabar gembira dari Allah.<sup>1191</sup> Ini menegaskan bahwa mimpi bukan hanya fenomena psikologis, tetapi juga memiliki dimensi spiritual yang signifikan, di mana *Ruh* berkomunikasi tidak hanya dengan Ego, tetapi juga merefleksikan hubungannya dengan sumber Ilahi.<sup>1192</sup>

Pada akhirnya, memahami mimpi sebagai dialog antara Ego dan Diri Hakiki mengubah cara kita memandang tidur dan dunia batin kita. Ia mengajak kita untuk tidak lagi mengabaikan narasi-narasi malam kita, melainkan mendekatinya dengan rasa ingin tahu,

hormat, dan kerendahan hati. Dengan belajar menafsirkan bahasa simbolisnya, kita secara aktif berpartisipasi dalam proses *individuasi* kita sendiri, menyatukan bagian-bagian diri yang terfragmentasi menjadi satu kesatuan yang koheren dan bermakna. Dialog ini adalah undangan abadi dari kedalaman jiwa kita untuk kembali ke pusat, untuk mendengarkan kebijaksanaan yang telah ada di dalam diri, dan untuk menjadi manusia yang lebih utuh seimbang antara dunia materi dan realitas ruhani.

### **Mi'raj Diri: Mimpi sebagai Cermin Integrasi dan Transformasi Diri**

Dalam khazanah spiritualitas Islam, peristiwa Mi'raj Nabi Muhammad SAW merupakan sebuah perjalanan transendental yang melambangkan puncak pencapaian spiritual manusia: perjumpaan dengan Yang Absolut setelah melintasi lapisan-lapisan eksistensi. Peristiwa ini, sebagaimana termaktub dalam Al-Qur'an, bukan sekadar riwayat historis, melainkan sebuah metafora agung mengenai potensi kenaikan (asensi) ruhani yang terpendam dalam diri setiap individu.<sup>1193</sup> Konsep inilah yang dapat kita sebut sebagai *Mi'raj Diri*, sebuah perjalanan vertikal ke dalam batin untuk melampaui ego superfisial menuju realisasi Diri Sejati (*atman* atau *al-nafs al-muthmainnah*). Metafora agung ini menemukan arenanya yang paling otentik dan intim dalam sebuah lanskap yang seringkali kita abaikan: dunia mimpi. Mimpi, dalam konteks ini, bukanlah sekadar bunga tidur atau residu acak aktivitas neurologis, melainkan sebuah cermin sakral yang merefleksikan

proses integrasi dan transformasi diri yang sedang atau harus berlangsung.

Secara psikodinamis, kondisi mimpi adalah saat di mana benteng pertahanan ego sadar melemah. Dalam keadaan terjaga, kesadaran kita disibukkan oleh logika, rasionalitas, dan tuntutan dunia eksternal, yang seringkali menekan atau mengabaikan impuls-impuls dari alam bawah sadar. Namun, dalam tidur, pintu menuju ruang batin yang luas ini terbuka. Psikiater dan pemikir Swiss, Carl Gustav Jung, memandang mimpi sebagai fungsi psikis yang vital dan bertujuan; mimpi adalah upaya alamiah jiwa untuk mengkomunikasikan pesan-pesan penting dari alam bawah sadar kepada kesadaran ego.<sup>1194</sup> Mimpi bertindak sebagai mekanisme penyeimbang, menyajikan materi yang diabaikan, ditolak, atau tidak disadari untuk mencapai keutuhan psikis. Pandangan ini beresonansi secara mendalam dengan tradisi Islam, di mana mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*) dianggap sebagai salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, sebuah saluran Ilahiah untuk bimbingan dan pengetahuan.<sup>1195</sup> Dengan demikian, mimpi menjadi panggung utama bagi dialog antara kesadaran dan ketidaksadaran, sebuah prasyarat fundamental bagi perjalanan Mi'raj Diri.

Perjalanan Mi'raj Diri melalui mimpi tidak berlangsung secara linier, melainkan melalui konfrontasi dan integrasi dengan simbol-simbol arketipal yang muncul dari kedalaman jiwa. Jung mengidentifikasi beberapa arketipe fundamental, seperti *Shadow* (Bayangan), *Anima/Animus*, dan *Self* (Diri). *Shadow* merepresentasikan "sisi gelap" kita sifat,

hasrat, dan kelemahan yang kita tolak dan sembunyikan dari diri sendiri maupun orang lain. Dalam mimpi, Bayangan ini seringkali muncul sebagai sosok yang mengancam, menakutkan, atau menjijikkan. Menghadapinya dalam mimpi adalah langkah pertama yang krusial dalam Mi'raj Diri; ini adalah fase "turun" sebelum "naik", di mana seseorang harus mengakui dan merangkul kegelapannya sendiri untuk menjadi utuh. Tanpa integrasi Bayangan, setiap klaim spiritualitas akan tetap rapuh dan tidak otentik. Proses ini setara dengan konsep *muhasabah* (introspeksi) dan *tazkiyat al-nafs* (penyucian jiwa) dalam tasawuf, di mana pengenalan akan cacat diri adalah awal dari perbaikan.<sup>1196</sup>

Setelah konfrontasi awal dengan *Shadow*, perjalanan berlanjut menuju integrasi *Anima* (sisi feminin dalam psikis pria) atau *Animus* (sisi maskulin dalam psikis wanita). Arketipe ini mewakili prinsip-prinsip komplementer dalam diri yang harus diselaraskan untuk mencapai keseimbangan batin. Dalam mimpi, interaksi dengan figur-figur ini mencerminkan kualitas hubungan kita dengan aspek-aspek tersebut. Mengintegrasikannya berarti mencapai sebuah pernikahan suci internal (*hieros gamos*), di mana logika dan intuisi, ketegasan dan penerimaan, dapat berfungsi secara harmonis. Puncak dari proses integrasi ini adalah penampakan arketipe *Self*, yaitu pusat dan totalitas kepribadian yang mengatasi ego. *Self* seringkali disimbolkan dalam mimpi sebagai lingkaran, mandala, figur bijaksana, atau cahaya yang cemerlang. Kemunculannya menandakan tercapainya level integrasi yang lebih tinggi, sebuah kondisi di mana individu tidak lagi

teridentifikasi semata-mata dengan egonya, tetapi telah terhubung dengan pusat spiritualnya yang lebih dalam. Inilah esensi dari Mi'raj Diri: transendensi dari ego menuju realisasi *Self*, yang dalam bahasa spiritual Islam dapat dimaknai sebagai upaya mendekati citra *Insan Kamil* (Manusia Paripurna).

Namun, pengalaman mimpi betapapun mendalamnya hanya akan menjadi fenomena sesaat jika tidak diikuti oleh tindakan transformatif dalam kehidupan sadar. Mi'raj Diri bukanlah sekadar pengalaman pasif, melainkan sebuah proses aktif yang menuntut refleksi, pemaknaan, dan yang terpenting, perubahan perilaku. Wawasan yang diperoleh dari simbol-simbol mimpi harus "diterjemahkan" dan diwujudkan dalam tindakan nyata. Jika mimpi menunjukkan kebutuhan untuk lebih berbelas kasih, maka individu harus secara sadar mempraktikkan welas asih dalam interaksi sehari-hari. Jika mimpi menyingkapkan sebuah potensi kreatif yang terpendam, maka ia harus mengambil langkah-langkah konkret untuk mengekspresikannya. Inilah titik di mana integrasi psikis melahirkan transformasi eksistensial. Mimpi menjadi kompas internal yang tidak hanya menunjukkan peta wilayah batin, tetapi juga mengarahkan langkah di dunia eksternal.<sup>1197</sup> Dengan demikian, Mi'raj Diri yang terjadi di alam mimpi pada malam hari, menemukan penyempurnaannya dalam kehidupan yang dijalani dengan kesadaran, integritas, dan kearifan yang lebih tinggi pada siang hari.

Mi'raj Diri adalah sebuah metafora yang kuat untuk menggambarkan perjalanan manusia menuju keutuhan psikologis dan pemenuhan spiritual. Dalam perjalanan ini, mimpi berfungsi

sebagai cermin yang esensial ia tidak hanya merefleksikan kondisi batin kita saat ini tetapi juga menyingkapkan jalan menuju integrasi dan transformasi. Dengan memadukan kearifan psikologi analitis Jungian dan kedalaman spiritualitas Islam, kita dapat memahami mimpi bukan sebagai fragmen tak bermakna, melainkan sebagai arena suci tempat jiwa berjuang, berdialog, dan bertumbuh. Memperhatikan mimpi kita dengan saksama, oleh karena itu, adalah sebuah tindakan penghormatan terhadap kedalaman diri sendiri, sebuah langkah konkret dalam menapaki tangga Mi'raj personal menuju versi diri yang lebih terintegrasi, sadar, dan utuh.

### **Psikologi Sufistik: Hubungan Dzikir, Jiwa, dan Mimpi**

#### **Psikodinamika Jiwa dalam Tazkiyah al-Nafs**

Dalam khazanah pemikiran Islam, eksplorasi terhadap dimensi batiniah manusia mencapai puncaknya dalam tradisi tasawuf. Psikologi sufistik, sebagai sebuah disiplin yang mengkaji struktur dan dinamika jiwa (*nafs*), menawarkan sebuah paradigma yang berbeda secara fundamental dari psikologi Barat modern. Jika psikologi modern sering kali berfokus pada penyembuhan patologi dan adaptasi fungsional individu terhadap lingkungan sosial, maka psikologi sufistik berorientasi pada tujuan yang lebih transendental: realisasi potensi spiritual tertinggi manusia melalui penyucian jiwa (*tazkiyah al-nafs*) untuk mencapai kedekatan dengan Sang Pencipta.<sup>1198</sup> Titik tolaknya bukan pada abnormalitas, melainkan pada kondisi keterhijaban (*hijab*) jiwa dari hakikatnya yang

primordial (*fitrah*), dan menawarkan sebuah peta jalan terapeutik-spiritual untuk kembali kepada keadaan fitri tersebut.

*Tazkiyah al-nafs*, atau proses purifikasi jiwa, merupakan konsep sentral dalam psikologi sufistik yang menjadi arena bagi berlangsungnya dinamika kejiwaan. Konsep ini bukanlah sekadar represi terhadap hasrat-hasrat negatif, melainkan sebuah proses alkimia spiritual yang bertujuan mentransformasikan energi dasar jiwa dari kualitasnya yang paling rendah menuju kualitasnya yang paling luhur.<sup>1199</sup> Landasan teologisnya tertuang secara lugas dalam Al-Qur'an, "Sungguh beruntung orang yang menyucikannya (jiwa itu), dan sungguh rugi orang yang mengotorinya."<sup>1200</sup> Ayat ini mengisyaratkan adanya sebuah perjuangan internal, sebuah psikodinamika inheren dalam diri setiap manusia antara potensi menuju kesempurnaan (*fujuraha wa taqwaha*).

Untuk memahami dinamika ini, para sufi, seperti Imam Al-Ghazali, memetakan jiwa ke dalam beberapa tingkatan atau aspek yang saling berinteraksi. Tingkatan paling dasar adalah *Nafs al-Ammarah* (jiwa yang memerintahkan keburukan), yang merepresentasikan dorongan-dorongan instingtif, egoisme, dan hasrat hewani yang tidak terkendali.<sup>1201</sup> Ini adalah episentrum dari sifat-sifat tercela seperti kesombongan, iri hati, dan kemarahan. Dalam terminologi psikologi modern, ia memiliki kemiripan fungsional dengan konsep 'Id' dari Freud, namun dengan implikasi moral dan spiritual yang jauh lebih dalam. *Nafs al-Ammarah* secara konstan menarik kesadaran manusia ke arah materialitas dan

kepuasan indrawi semata, menciptakan keadaan lupa (*ghafiah*) akan asal-usul dan tujuan spiritualnya.

Jantung dari psikodinamika ini adalah dialektika internal antara *Nafs al-Ammarah* dengan potensi yang lebih tinggi, yakni *Nafs al-Lawwamah* (jiwa yang menyesali). Pada tahap ini, kesadaran moral dan spiritual individu mulai bangkit. Jiwa mulai mampu melakukan introspeksi, merasakan penyesalan atas pelanggaran, dan menyadari adanya diskrepansi antara perilaku aktual dengan ideal moral-spiritualnya.<sup>1202</sup> *Nafs al-Lawwamah* adalah cikal bakal dari hati nurani (*conscience*) yang aktif, yang terus-menerus mencela diri ketika tergelincir. Pergulatan antara tarikan *Ammarah* yang impulsif dan celaan *Lawwamah* yang reflektif menciptakan tensi psikologis yang signifikan. Perjuangan inilah yang disebut sebagai *mujahadah* (perjuangan spiritual), yang menjadi motor penggerak utama dalam proses *tazkiyah*.

Transformasi jiwa ini tidak terjadi dalam ruang hampa, melainkan dimediasi oleh fakultas-fakultas spiritual lainnya. Para sufi mengidentifikasi *Qalb* (jantung spiritual), *Aql* (intelekt), dan *Ruh* (roh) sebagai instrumen utama dalam proses ini. *Qalb* bukanlah organ fisik, melainkan pusat persepsi spiritual dan wadah bagi *ma'rifah* (pengetahuan Ilahi). Ia adalah medan pertempuran sesungguhnya; jika *qalb* dikuasai oleh bisikan *Nafs al-Ammarah*, ia akan menjadi buta dan keras.<sup>1203</sup> Namun, jika ia diterangi oleh cahaya *Ruh* percikan Ilahi dalam diri manusia dan dibimbing oleh *Aql* yang tercerahkan, ia mampu mengendalikan *nafs*. Dalam sebuah hadis masyhur, Nabi

Muhammad SAW mengibaratkan pentingnya *qalb* dengan menyatakan bahwa di dalam tubuh ada segumpal daging, yang jika ia baik, maka baik pula seluruh tubuh, dan jika ia rusak, maka rusak pula seluruhnya; itulah *qalb*.<sup>1204</sup>

Mekanisme sentral dalam proses transformasi dari *Nafs al-Ammarah* menuju tingkatan yang lebih tinggi adalah *dzikrullah* (mengingat Allah). *Dzikir* berfungsi sebagai agen psikoterapeutik yang fundamental. Secara psikologis, praktik *dzikir* yang kontinu bekerja dengan cara mengalihkan fokus perhatian dari stimuli internal yang negatif (bisikan *nafs*) dan eksternal yang melalaikan, menuju satu titik fokus tunggal: Realitas Absolut (Allah).<sup>1205</sup> Pengulangan nama-nama atau sifat-sifat Tuhan secara sadar akan menanamkan realitas makna tersebut ke dalam alam bawah sadar, secara perlahan membersihkan "cermin" *qalb* dari karat-karat sifat tercela. Ini adalah proses reframing kognitif dan realignment afektif yang mendalam, di mana keterikatan emosional pada dunia dilepaskan dan digantikan dengan keterikatan pada Yang Transenden. Praktik ini seringkali didukung oleh *muraqabah* (kewaspadaan atau meditasi), di mana seorang *salik* (penempuh jalan spiritual) secara sadar mengamati gerak-gerik pikiran dan dorongan nafsunya tanpa teridentifikasi dengannya.<sup>1206</sup>

Puncak dari perjalanan psikospiritual dalam kerangka *tazkiyah al-nafs* adalah tercapainya kondisi *Nafs al-Muthma'innah* (jiwa yang tenang). Ini adalah keadaan jiwa yang telah mencapai keharmonisan dan keseimbangan. Ia tidak lagi berada dalam konflik

internal yang hebat karena dorongan-dorongannya telah selaras dengan kehendak Ilahi. Jiwa pada tingkat ini merasakan kedamaian, kepastian (*yaqin*), dan kepuasan yang mendalam yang tidak lagi bergantung pada kondisi eksternal.<sup>1207</sup> Al-Qur'an mendeskripsikan panggilan Ilahi kepada jiwa ini pada akhir perjalanannya, "Wahai jiwa yang tenang! Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang rida dan diridai-Nya."<sup>1208</sup> Ini menandai keberhasilan proses psikodinamika *tazkiyah*, di mana jiwa yang pada mulanya memberontak dan bergejolak telah bertransformasi menjadi jiwa yang tenang dan pasrah dalam kesadaran Ilahi. Dengan demikian, psikodinamika dalam *tazkiyah al-nafs* adalah sebuah perjalanan heroik dari fragmentasi menuju integrasi, dari kegelisahan menuju ketenangan, yang dipandu oleh peta jalan spiritual dan ditenagai oleh praktik-praktik kontemplatif seperti dzikir dan *muraqabah*.

### **Hubungan Emosi Spiritual, Mimpi, dan Kesadaran**

Eksplorasi terhadap dimensi batiniah manusia merupakan sebuah perjalanan kontemplatif yang tak kunjung usai. Dalam lanskap interior ini, tiga fenomena emosi spiritual, mimpi, dan kesadaran berdiri bukan sebagai entitas yang terisolasi, melainkan sebagai simpul-simpul yang saling terhubung dalam sebuah jaringan psikospiritual yang kompleks. Memahami interkoneksi di antara ketiganya membuka pintu menuju pemahaman yang lebih dalam mengenai bagaimana manusia memaknai eksistensinya, memproses pengalaman transendental, dan menavigasi realitas subjektifnya. Teks ini bertujuan untuk menguraikan hubungan

sinergis dan timbal balik antara emosi spiritual, aktivitas mimpi, dan berbagai tingkat kesadaran, dengan memosisikannya sebagai sebuah kontinum pengalaman yang integral, bukan fragmen-fragmen yang terpisah.

Emosi spiritual dapat dipahami sebagai fondasi afektif yang mewarnai persepsi dan interaksi individu dengan apa yang dianggap sakral atau transenden. Berbeda dari emosi dasar seperti marah atau gembira, emosi spiritual seperti rasa takjub (*awe*), kekhusyukan (*reverence*), rasa syukur yang mendalam, atau ketenangan (*sakinah*) memiliki kualitas kognitif-afektif yang unik. Emosi ini tidak hanya dirasakan, tetapi juga membentuk kerangka interpretasi yang mengangkat kesadaran dari tataran profan ke tataran yang lebih luhur.<sup>1209</sup> Dalam konteks teologis Islam, keadaan *sakinah* yang diturunkan Tuhan ke dalam hati orang beriman adalah contoh konkret bagaimana sebuah emosi spiritual berfungsi sebagai penstabil kesadaran di tengah gejolak eksternal.<sup>1210</sup> Emosi-emosi ini, ketika dialami dalam keadaan terjaga, secara subtil mempersiapkan dan membentuk matriks mental individu, yang kemudian menjadi bahan baku bagi proses-proses yang terjadi pada tingkat kesadaran yang lain, terutama saat tidur.

Mimpi, dalam perspektif ini, berfungsi sebagai jendela fenomenologis menuju alam bawah sadar sekaligus arena di mana emosi spiritual dapat diproses dan dimanifestasikan secara simbolis. Dari sudut pandang psikologi analitis, mimpi adalah teater pikiran di mana arketipe dan simbol dari alam bawah sadar kolektif muncul untuk mengkomunikasikan pesan-pesan penting bagi

proses individuasi seseorang.<sup>1211</sup> Namun, jika disandingkan dengan pengalaman spiritual, mimpi melampaui sekadar mekanisme pelepasan psikologis. Dalam tradisi profetik, mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*) dianggap sebagai salah satu bentuk komunikasi ilahiah.<sup>1212</sup> Intensitas dan kualitas emosi spiritual yang dialami seseorang saat terjaga seperti rasa rindu kepada Tuhan atau pertaubatan yang tulus sering kali berkorelasi langsung dengan konten dan suasana mimpi yang dialaminya. Dengan demikian, mimpi menjadi cermin yang merefleksikan kondisi spiritual internal seseorang, sekaligus berfungsi sebagai medium untuk menerima ilham atau peringatan yang melampaui logika rasional kesadaran biasa.

Kesadaran, pada gilirannya, bertindak sebagai panggung utama di mana dialektika antara emosi spiritual dan mimpi diintegrasikan. Kesadaran bukanlah entitas monolitik; ia berfluktuasi antara berbagai keadaan, mulai dari kesadaran penuh saat terjaga, keadaan meditatif, hingga kesadaran yang unik selama bermimpi. Fungsi krusial kesadaran dalam siklus ini adalah interpretasi dan asimilasi. Sebuah pengalaman mimpi yang sarat dengan simbolisme spiritual tidak akan memiliki dampak transformatif jika tidak diingat, direfleksikan, dan diberi makna oleh kesadaran saat terjaga. Proses penafsiran inilah yang mengubah data mentah dari mimpi menjadi kebijaksanaan atau wawasan (*insight*). Wawasan ini kemudian dapat memicu atau memperkuat emosi spiritual baru, seperti rasa syukur atas sebuah petunjuk atau rasa takut yang mendorong perbaikan diri. Ahli saraf Antonio Damasio berargumen bahwa

kesadaran inti itu sendiri muncul dari representasi perasaan tubuh yang berkelanjutan, yang menunjukkan betapa tak terpisahkannya emosi dari pengalaman sadar kita.<sup>1213</sup> Ketika emosi yang terlibat adalah emosi spiritual, maka kualitas kesadaran yang dihasilkan pun menjadi lebih kaya dan mendalam.

Secara sintetik, hubungan antara ketiga elemen ini dapat digambarkan sebagai sebuah ekosistem psikospiritual yang dinamis dan bersifat timbal balik. Siklusnya dapat berjalan sebagai berikut: (1) Emosi spiritual yang dipupuk dalam kesadaran terjaga (misalnya, melalui zikir, doa, atau kontemplasi) menciptakan "atmosfer" batin yang subur. (2) Atmosfer ini memengaruhi konten dan kualitas mimpi, yang memungkinkan pesan-pesan simbolis atau spiritual muncul dari alam bawah sadar. (3) Ketika individu terbangun, kesadaran mengambil alih untuk menafsirkan pengalaman mimpi tersebut. (4) Interpretasi yang berhasil akan melahirkan pemahaman baru atau konfirmasi spiritual, yang pada akhirnya memperkuat dan memperdalam emosi spiritual yang telah ada. Kegagalan dalam salah satu simpul misalnya, ketidakmampuan untuk mengelola emosi, melupakan mimpi, atau salah menafsirkan dapat mengganggu keharmonisan siklus ini.<sup>1214</sup>

Emosi spiritual, mimpi, dan kesadaran bukanlah tiga pilar yang berdiri sendiri, melainkan tiga untaian yang terjalin erat membentuk tali pengalaman batiniah manusia. Emosi spiritual memberikan warna dan energi, mimpi menyediakan kanvas simbolis, dan kesadaran bertindak sebagai sang seniman yang menafsirkan dan mengintegrasikan keduanya menjadi sebuah karya

pemaknaan hidup yang koheren. Memahami interkoneksi ini tidak hanya relevan bagi studi psikologi agama atau neuroteologi, tetapi juga esensial bagi setiap individu yang berupaya mencapai keutuhan diri, kesejahteraan psikologis, dan pendalaman perjalanan spiritual. Ini adalah pengingat bahwa realitas terdalam kita tidak ditemukan dalam fragmen-fragmen terpisah, melainkan dalam simfoni holistik dari seluruh dimensi kesadaran kita.

### **Mimpi sebagai Medan Kecemerlangan Ruh (*Futuḥ al-Qalb*)**

Dalam ranah pemikiran modern yang cenderung positivistik, mimpi seringkali direduksi menjadi sekadar fenomena neurobiologis sebuah produk acak dari aktivitas sinaptik di otak selama fase tidur REM. Perspektif psikologis, yang dipelopori oleh tokoh-tokoh seperti Freud dan Jung, mengangkatnya ke tingkat yang lebih bermakna sebagai cerminan dari alam bawah sadar, wadah bagi hasrat terpendam atau arketipe universal. Namun, dalam tradisi sufisme Islam, mimpi menempati posisi yang jauh lebih luhur dan signifikan secara spiritual. Ia bukanlah sekadar bunga tidur atau gema psikologis, melainkan sebuah medan atau arena di mana *ruh* (jiwa) dapat mengalami kecemerlangan, menerima pengetahuan ilahiah, dan menyaksikan realitas transenden. Fenomena ini terkait erat dengan konsep *Futuḥ al-Qalb*, atau "keterbukaan hati," sebuah kondisi spiritual yang memungkinkan seorang hamba mengakses dimensi pengetahuan yang melampaui indra fisik dan rasio semata.

Secara ontologis, pandangan Islam tentang jiwa dan tidur memberikan landasan metafisik bagi pemahaman mimpi sebagai medium spiritual. Al-Quran secara eksplisit menyatakan bahwa selama tidur, Allah "memegang" jiwa manusia dalam sebuah keadaan yang menyerupai kematian sementara, di mana ruh terlepas sebagian dari kungkungan jasad fisiknya.<sup>1215</sup> Dalam kondisi inilah, ketika belenggu indrawi dan kesibukan duniawi dilonggarkan, ruh memiliki keleluasaan untuk berkelana dan mengakses alam yang lebih tinggi, yang dikenal dalam terminologi sufistik sebagai *'ālam al-mithāl* (alam citra atau imajinal). Alam ini adalah sebuah realitas perantara (*barzakh*) antara dunia fisik yang kasar dan dunia ruhani yang murni, di mana makna-makna abstrak mengambil bentuk simbolis yang dapat dipersepsi.<sup>1216</sup> Oleh karena itu, tidur bukanlah ketiadaan kesadaran, melainkan peralihan kesadaran dari domain fisik ke domain imajinal, sebuah ruang di mana komunikasi dari sumber yang lebih tinggi menjadi mungkin.

Kecemerlangan ruhani dalam mimpi mengambil bentuk utamanya sebagai *al-ru'yā al-ṣādiqah* (mimpi yang benar), yang diakui oleh Nabi Muhammad sebagai salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian.<sup>1217</sup> Hadis ini menegaskan bahwa mimpi yang benar bukanlah ilusi, melainkan sisa dari wahyu kenabian yang masih dapat diakses oleh orang-orang beriman yang tulus. Bagi para sufi, *ru'yā* adalah salah satu bentuk *ilhām* (inspirasi ilahiah) dan *kashf* (penyingkapan tabir) yang diterima oleh hati yang telah disucikan. Imam al-Ghazali, dalam magnum opusnya *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn*, menganalogikan hati manusia seperti cermin. Jika cermin itu

bersih dan dipoles melalui *tazkiyah al-nafs* (penyucian jiwa), ia akan mampu memantulkan cahaya pengetahuan dari *al-Lawḥ al-Mahfūz* (Lauh Mahfuz).<sup>1218</sup> Sebaliknya, jika hati itu kotor dan berkarat oleh dosa dan keterikatan duniawi, ia hanya akan memantulkan imajinasi yang kacau (*aḍghāth al-aḥlām*) atau bisikan setan. Dengan demikian, kualitas mimpi seseorang adalah barometer langsung dari kondisi spiritual hatinya.

Kondisi prasyarat untuk menjadikan mimpi sebagai medan kecemerlangan ruhani adalah tercapainya *Futuḥ al-Qalb*. Istilah ini secara harfiah berarti "keterbukaan hati," sebuah keadaan di mana tabir-tabir yang menghalangi hati untuk menerima cahaya ilahi telah tersingkap. Pembukaan ini bukanlah peristiwa pasif, melainkan buah dari upaya spiritual yang gigih (*mujāhadah* dan *riyāḍah*), termasuk di dalamnya zikir yang konstan, kontemplasi mendalam (*tafakkur*), dan kepatuhan total pada syariat. Ketika hati telah "terbuka," ia menjadi reseptif terhadap *wāridāt* (limpahan ilahiah) dan *fuyūḍāt* (emanasi pengetahuan) yang mengalir dari hadirat Tuhan.<sup>1219</sup> Dalam keadaan inilah mimpi bertransformasi dari sekadar pengalaman subjektif menjadi sebuah peristiwa epistemologis sebuah cara untuk "mengetahui" kebenaran yang tidak dapat dijangkau oleh akal diskursif. Mimpi menjadi sarana bimbingan, peneguhan, peringatan, atau bahkan pengajaran langsung dari Allah atau melalui perantaraan malaikat dan ruh para wali.

Namun, pesan-pesan yang diterima dalam mimpi ruhani jarang sekali bersifat literal. Mereka datang dalam bahasa simbol yang

padat dan berlapis, menuntut ilmu interpretasi (*ta'bīr al-ru'yā*) yang mendalam, sebagaimana dicontohkan secara sempurna oleh Nabi Yusuf AS dalam Al-Quran.<sup>1220</sup> Ilmu ini bukanlah tebak-tebakan, melainkan sebuah disiplin hermeneutik spiritual yang mensyaratkan tidak hanya pengetahuan atas simbolisme Al-Quran dan Sunnah, tetapi juga kejernihan batin dan cahaya firasat (*firāsah*) dari sang penafsir. Ibnu 'Arabi, seorang maestro pemikiran sufi, menjelaskan bahwa alam imajinal (*khayāl*) adalah tempat di mana ruh "melihat" realitas spiritual dalam bentuk-bentuk inderawi.<sup>1221</sup> Kemampuan untuk menerjemahkan kembali bentuk-bentuk simbolis ini ke dalam makna aslinya merupakan karunia yang hanya diberikan kepada mereka yang hatinya telah diterangi oleh cahaya ilahi. Oleh karena itu, *Futuḥ al-Qalb* tidak hanya memungkinkan seseorang untuk *menerima* mimpi yang benar, tetapi juga memberinya kapasitas untuk *memahami* pesan-pesan yang terkandung di dalamnya. Dalam perspektif sufisme, mimpi jauh melampaui perannya sebagai produk psikologis atau neurologis. Ia adalah sebuah anugerah ilahi, sebuah medan sakral di mana ruh yang telah tersucikan dapat mengalami kecemerlangan dan keintiman dengan Sumber segala realitas. Transformasi mimpi menjadi arena *Futuḥ al-Qalb* ini bergantung sepenuhnya pada tingkat kesucian hati sang pemimpi. Ketika hati seorang hamba terbuka oleh cahaya iman dan zikir, maka malam-malamnya tidak lagi hanya menjadi waktu istirahat bagi jasad, tetapi menjadi momen *mi'rāj* bagi ruhnya sebuah perjalanan kontemplatif di alam imajinal di mana ia dapat memetik buah-buah pengetahuan, hikmah, dan bimbingan ilahiah,

menjadikan setiap tidur sebagai langkah maju dalam perjalanannya menuju Tuhan.

### **Ru'yā Ṣādiqah sebagai Diagnostik Ruhani dan Psikologis**

Dalam khazanah pemikiran Islam, mimpi bukanlah sekadar bunga tidur atau manifestasi acak dari aktivitas neurobiologis semata. Ia menempati posisi yang luhur dan multifaset, terentang dari bisikan jiwa (*ḥadīth al-nafs*) hingga gangguan setan (*ḥulm*), dan puncaknya adalah *ru'yā ṣādiqah* mimpi benar yang bersumber dari Allah SWT. Lebih dari sekadar fenomena mistis atau premonisi masa depan, *ru'yā ṣādiqah* berfungsi sebagai instrumen diagnostik yang canggih untuk memetakan kondisi ruhani (spiritual) dan psikologis (*nafsanī*) seorang individu. Teks ini akan mengelaborasi bagaimana mimpi benar menjadi cermin yang merefleksikan kedalaman iman, kesehatan mental, serta menjadi medium bimbingan ilahiah secara terperinci dan kontemplatif.

Fondasi teologis *ru'yā ṣādiqah* sebagai alat diagnostik tertanam kuat dalam wahyu. Rasulullah menyatakan bahwa mimpi seorang yang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian<sup>1222</sup>, sebuah penegasan yang mengangkat mimpi dari ranah profan ke ranah sakral. Hadis ini mengisyaratkan bahwa *ru'yā* merupakan kanal komunikasi ilahiah yang tersisa bagi umat manusia setelah berakhirnya masa kenabian. Ulama klasik seperti Ibn Qayyim al-Jawziyyah menjelaskan bahwa kejernihan dan kebenaran mimpi berbanding lurus dengan tingkat kesalehan dan kejujuran seseorang dalam kehidupan nyata<sup>1223</sup>. Dengan demikian, kualitas mimpi yang dialami menjadi indikator pertama dari kondisi spiritual seseorang.

Mimpi yang jernih, membawa pesan ketenangan, atau menunjukkan simbol-simbol positif (seperti cahaya, air jernih, atau pemandangan hijau) dapat didiagnosis sebagai manifestasi dari hati (*qalb*) yang bersih dan dekat dengan Sang Pencipta. Sebaliknya, mimpi yang buram, menakutkan, atau membingungkan meskipun bukan *ḥulm* dari setan dapat menjadi sinyal peringatan (*nadhārah*) atas kondisi spiritual yang lalai (*ghaflah*) atau terbebani oleh dosa.

Secara diagnostik ruhani, *ru'yā ṣādiqah* berfungsi dalam dua moda utama: sebagai peneguhan (*bashārah* atau kabar gembira) dan sebagai peringatan (*nadhārah*). Sebagai peneguhan, mimpi dapat menguatkan iman seorang hamba di tengah kesulitan, seperti yang dialami oleh para sahabat Nabi yang bermimpi tentang kemenangan sebelum pertempuran. Sebagai peringatan, ia berfungsi layaknya alarm spiritual yang membangunkan jiwa dari kelalaian. Al-Qur'an menyajikan contoh monumental dalam kisah Nabi Ibrahim AS yang diperintahkan melalui mimpi untuk menyembelih putranya, Ismail AS<sup>1224</sup>. Mimpi ini bukan hanya perintah, tetapi juga sebuah ujian diagnostik tertinggi untuk mengukur tingkat kepasrahan (*taslīm*) dan keimanan Ibrahim kepada Tuhannya. Dalam konteks individu modern, mimpi tentang jatuh dari ketinggian, kehilangan sesuatu yang berharga, atau berada di tempat gelap dapat diinterpretasikan secara ruhani sebagai diagnosis atas adanya keterikatan pada dunia, kelemahan iman, atau dosa tersembunyi yang perlu segera ditaubati.

Transisi dari dimensi ruhani ke psikologis terjadi pada titik di mana kondisi kalbu memengaruhi kondisi jiwa (*nafs*). Dalam paradigma Islam, keduanya tidak dapat dipisahkan secara tegas;

kesehatan ruhani adalah fondasi bagi kesehatan psikologis. *Ru'yā ṣādiqah* menjadi jembatan yang menghubungkan keduanya, menerjemahkan pesan-pesan spiritual ke dalam bahasa simbolik yang dapat dipahami oleh alam bawah sadar manusia. Fenomena ini memiliki paralel dengan pandangan psikologi modern, khususnya psikoanalisis. Carl Jung, misalnya, ber-teori bahwa mimpi adalah jalan utama menuju alam bawah sadar kolektif dan merupakan mekanisme kompensasi psikis untuk mencapai keseimbangan dan keutuhan diri (*individuation*)<sup>1225</sup>. Meskipun kerangka acuannya berbeda Islam merujuk pada sumber Ilahi sementara Jung pada arketipe universal fungsi diagnostiknya serupa: mengungkap apa yang tersembunyi di kedalaman jiwa.

Sebagai alat diagnostik psikologis, *ru'yā ṣādiqah* mampu menyingkap konflik internal, kecemasan laten, dan trauma yang belum terselesaikan yang sering kali tidak terdeteksi oleh kesadaran. Kisah Nabi Yusuf AS dalam menafsirkan mimpi Raja Mesir tentang tujuh sapi gemuk dan tujuh sapi kurus adalah contoh arketipal tentang bagaimana mimpi berfungsi sebagai diagnosis dan prognosis sosio-ekonomi dan psikologi kolektif sebuah bangsa<sup>1226</sup>. Pada level personal, seorang individu yang berulang kali bermimpi dikejar-kejar mungkin tidak hanya mengalami stres biasa, tetapi *ru'yā* tersebut bisa jadi mendiagnosis adanya rasa bersalah yang terpendam atau ketakutan eksistensial yang perlu dihadapi melalui mekanisme spiritual (*tawakkul*, doa) dan psikologis (refleksi diri, terapi). Mimpi yang diterima oleh seorang yang saleh dapat memberikan kejernihan (*insight*) tentang akar masalah psikologisnya, yang mungkin bersumber dari kerapuhan spiritual,

sehingga penyembuhannya harus bersifat holistik, mencakup perbaikan ibadah dan sekaligus penanganan emosional.

*Ru'yā ṣādiqah* adalah sebuah fenomena psiko-spiritual yang kompleks dan memiliki nilai diagnostik yang mendalam. Ia bukan sekadar prediksi masa depan, melainkan cermin reflektif yang memungkinkan seorang individu melakukan *muḥāsabah* (introspeksi) terhadap kondisi ruhani dan psikologisnya. Dengan menganalisis pesan-pesan simbolik di dalamnya baik yang berupa kabar gembira maupun peringatan seseorang dapat mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan imannya, serta mendeteksi konflik dan kecemasan yang tersembunyi di alam bawah sadarnya. Namun, interpretasi (*ta'bīr*) mimpi ini menuntut ilmu, kebijaksanaan, dan kesalehan, untuk membedakannya dari bisikan nafsu atau tipu daya setan<sup>1227</sup>. Pada akhirnya, memahami *ru'yā ṣādiqah* sebagai alat diagnostik adalah bagian dari upaya manusia untuk mengenal dirinya lebih dalam, yang pada gilirannya merupakan jalan untuk lebih mengenal Tuhannya.

## **Ruang Pertemuan Intelektual dan Ruhani**

### **Kesadaran Lapisan Dalam dan Konstruksi Ruhani**

Dialog antara psikologi Barat modern sebuah disiplin yang berakar pada empirisme dan observasi fenomena mental dengan tasawuf tradisi mistik Islam yang berfokus pada pengalaman spiritual dan penyucian batin pada mulanya tampak sebagai pertemuan dua dunia yang terpisah oleh jurang epistemologis. Psikologi Barat secara historis mendekati jiwa (*psyche*) sebagai

objek studi ilmiah yang dapat dianalisis melalui perilaku, kognisi, dan proses neurobiologis, sering kali dalam kerangka sekuler. Sebaliknya, tasawuf memandang jiwa (terdiri dari *nafs, qalb, ruh*) sebagai entitas ruhani yang perjalanannya terikat pada tujuan transendental, yaitu mengenal dan mendekatkan diri kepada Tuhan (ma'rifatullah).<sup>1228</sup> Namun, pada abad ke-20 dan ke-21, sebuah ruang pertemuan yang subur mulai terbuka, memperlihatkan bahwa di balik perbedaan metodologis, kedua tradisi ini sering kali menelusuri peta yang sama tentang lanskap batin manusia, meskipun menggunakan bahasa dan simbol yang berbeda. Integrasi ini bukan sekadar upaya sinkretisme dangkal, melainkan sebuah dialog hermeneutis yang mendalam, di mana masing-masing tradisi dapat memperkaya dan memberikan perspektif baru bagi yang lain, menciptakan pemahaman yang lebih holistik tentang eksistensi manusia.

Titik temu paling fundamental antara psikologi Barat dan tasawuf terletak pada pengakuan bersama akan adanya "kesadaran lapisan dalam" (*deeper layers of consciousness*) yang melampaui ego sadar sehari-hari, serta adanya proses transformatif yang disebut sebagai "konstruksi ruhani" atau pengembangan diri. Jika psikoanalisis Freud mempopulerkan konsep ketidaksadaran (*unconscious*) sebagai gudang hasrat terpendam dan trauma masa lalu, maka psikologi analitis Carl Jung memperluas cakrawala ini dengan gagasan ketidaksadaran kolektif (*collective unconscious*). Jung berteori bahwa di bawah lapisan ketidaksadaran personal, terdapat warisan psikis primordial yang dimiliki seluruh umat

manusia, yang termanifestasi dalam bentuk arketipe-arketipe universal seperti *Persona, Shadow, Anima/Animus, dan Self*.<sup>1229</sup> Konsep ini secara mengejutkan beresonansi kuat dengan kosmologi ruhani dalam tasawuf. Para sufi telah lama berbicara tentang alam-alam non-fisik seperti *'alam al-mitsal* (dunia citra arketipal) yang menjadi sumber intuisi dan pengalaman visioner, sebuah realitas antara dunia material dan dunia ruh murni yang paralel dengan fungsi ketidaksadaran kolektif Jungian.

Proses transformasi diri menjadi jembatan konseptual kedua yang menghubungkan kedua tradisi ini. Dalam psikologi Jung, tujuan akhir pengembangan psikologis adalah "individuasi," yaitu proses integrasi antara kesadaran dan ketidaksadaran untuk mencapai keutuhan diri (*wholeness*), yang dilambangkan oleh arketipe *Self*.<sup>1230</sup> Proses ini menuntut individu untuk secara sadar berkonfrontasi dengan *Shadow* sisi gelap dan aspek-aspek diri yang tidak diakui dan mengintegrasikannya, bukan menolaknya. Ini adalah sebuah perjalanan yang sulit menuju realisasi diri yang otentik. Secara paralel, tasawuf mengartikulasikan sebuah proses metodis yang dikenal sebagai *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa). Perjalanan ini melibatkan perjuangan spiritual (*mujahadah*) melawan *nafs al-ammarah bi al-su'* (jiwa yang cenderung memerintahkan keburukan), yang secara konseptual sangat mirip dengan konfrontasi terhadap *Shadow* Jungian.<sup>1231</sup> Tujuannya adalah untuk mentransformasikan *nafs* melalui berbagai tingkatan (*maqamat*) hingga mencapai kondisi *nafs al-muthmainnah* (jiwa yang tenang), sebuah kondisi di mana jiwa telah terintegrasi dan

berlabuh dalam kedamaian Ilahi, seperti yang diisyaratkan dalam Al-Qur'an.<sup>1232</sup> Keberhasilan dalam proses ini adalah kunci keselamatan, "Sungguh beruntung orang yang menyucikannya (jiwa itu), dan sungguh rugi orang yang mengotorinya."<sup>1233</sup>

Dialog ini semakin diperdalam oleh kemunculan psikologi transpersonal, yang sering disebut sebagai "gelombang keempat" dalam psikologi setelah psikoanalisis, behaviorisme, dan humanisme. Tokoh seperti Abraham Maslow dan Ken Wilber secara eksplisit meneliti pengalaman puncak (*peak experiences*), keadaan kesadaran mistis, dan potensi transendensi diri yang selama ini dianggap di luar batas studi psikologi ilmiah. "Pengalaman puncak" Maslow, yang digambarkan sebagai momen euforia, pemahaman mendalam, dan perasaan menyatu dengan semesta, dapat dipandang sebagai padanan psikologis modern untuk apa yang oleh para sufi disebut sebagai *ahwal* (keadaan spiritual sesaat) seperti *kasyf* (penyingkapan tirai gaib) atau *wajd* (ekstase spiritual).<sup>1234</sup> Lebih jauh lagi, model "spektrum kesadaran" Ken Wilber memetakan perkembangan manusia dari tingkat prpersonal, personal, hingga ke transpersonal, menawarkan sebuah kerangka yang dapat mengakomodasi baik tahap-tahap perkembangan ego (seperti dalam teori Piaget) maupun stasiun-stasiun spiritual (*maqamat*) yang dipetakan oleh para guru sufi seperti Imam Al-Ghazali.<sup>1235</sup> Dengan demikian, apa yang dalam tasawuf disebut sebagai perjalanan ruhani dari seorang *salik* (penempuh jalan spiritual) untuk mencapai *ma'rifah*, dalam bahasa psikologi transpersonal dapat dipahami sebagai perjalanan aktualisasi

potensi tertinggi manusia menuju kesadaran kosmik atau non-dual. Ruang pertemuan ini membuktikan bahwa pencarian manusia akan makna, keutuhan, dan transendensi adalah sebuah dorongan universal yang dapat dieksplorasi baik melalui lensa intelektual-ilmiah maupun melalui jalan kontemplatif-ruhani.

### **Arketipe dan Khayāl: Struktur Simbolik Alam Ruhani**

Dalam lanskap pemikiran manusia yang berupaya memetakan realitas non-fisik, terdapat titik temu yang menakjubkan antara psikologi analitis Barat dan metafisika sufistik Islam. Dua konsep yang menjadi poros dalam diskusi ini adalah 'arketipe' (archetype) sebagaimana dirumuskan oleh Carl Gustav Jung, dan 'alam imajinal' (*'ālam al-khayāl*) yang dielaborasi secara mendalam oleh Muhyiddin Ibn 'Arabi. Meskipun berasal dari tradisi intelektual yang berbeda, keduanya menyajikan sebuah kerangka untuk memahami struktur simbolik yang menjadi fondasi bagi pengalaman ruhani. Analisis komparatif terhadap kedua konsep ini tidak hanya memperkaya pemahaman kita tentang psikologi kedalaman (*depth psychology*), tetapi juga membuka wawasan ontologis mengenai eksistensi sebuah alam perantara (*barzakh*) di mana ruh dan materi bertemu dalam wujud citra-citra simbolik yang kuat.

Konsep arketipe dalam psikologi Jung merujuk pada pola-pola primordial, citra, dan tema universal yang terkandung dalam ketidaksadaran kolektif (*collective unconscious*). Arketipe bukanlah gagasan yang diwariskan secara spesifik, melainkan predisposisi atau potensi laten untuk menghasilkan representasi-representasi simbolik yang serupa di lintas budaya dan zaman, seperti figur Sang

Pahlawan, Ibu Agung, Orang Tua Bijak, atau Bayangan (*Shadow*).<sup>1236</sup>Jung memandang arketipe sebagai struktur fundamental dari jiwa (*psyche*) manusia, yang berfungsi sebagai cetak biru psikis yang membentuk persepsi, emosi, dan perilaku kita. Ia adalah formula-formula psikis yang kosong secara inheren, yang kemudian diisi oleh pengalaman-pengalaman individual dan kultural, termanifestasi dalam mitos, dongeng, seni, dan terutama, dalam mimpi. Dengan demikian, arketipe adalah jembatan yang menghubungkan pengalaman personal dengan warisan psikis seluruh umat manusia.

Di sisi lain, tradisi sufisme, khususnya dalam pemikiran Ibn 'Arabi, memperkenalkan konsep *'ālam al-khayāl* atau yang sering diterjemahkan oleh Henry Corbin sebagai *mundus imaginalis* (alam imajinal).<sup>1237</sup>Ini bukanlah sekadar alam fantasi subjektif, melainkan sebuah realitas ontologis yang memiliki eksistensi objektifnya sendiri. *'Ālam al-khayāl* adalah sebuah alam perantara (*barzakh*) yang terletak di antara alam indrawi yang material (*'ālam al-mulk*) dan alam ruhani yang murni atau intelligible (*'ālam al-jabarūt*). Di alam inilah realitas-realitas spiritual yang tak berbentuk mengambil wujud simbolik dan citra (*suwar*), dan sebaliknya, objek-objek inderawi dapat disublimasikan menjadi makna spiritual. Fungsinya adalah sebagai wahana perseptual bagi jiwa untuk menyaksikan realitas ilahiah yang tak terjangkau oleh akal diskursif maupun panca indera. Alam ini adalah tempat di mana visi kenabian, mimpi yang benar (*al-ru'yā al-ṣādiqah*), dan pengalaman teofani terjadi.<sup>1238</sup> Titik temu konseptual antara arketipe Jungian dan *khayāl* Ibn 'Arabian menjadi jelas ketika kita memahami

keduanya sebagai struktur mediasi simbolik. Jika arketipe adalah "organ-organ" psikis yang memproduksi simbol, maka *'ālam al-khayāl* dapat dipandang sebagai "ruang" atau "dimensi" ontologis di mana simbol-simbol tersebut berada dan beroperasi. Dengan kata lain, Jung mengidentifikasi *fenomena* psikologis dari kemunculan pola-pola universal, sementara Ibn 'Arabi memberikan *landasan metafisik* bagi keberadaan alam di mana fenomena tersebut secara nyata bersemayam. Pengalaman arketipal yang dialami dalam mimpi atau visi, dari perspektif Ibn 'Arabi, adalah sebuah peristiwa "melihat" dengan "mata imajinasi" (*'ayn al-khayāl*), suatu persepsi otentik atas wujud-wujud yang mendiami *mundus imaginalis*. Korespondensi ini menunjukkan bahwa struktur simbolik yang mengatur pengalaman ruhani bukanlah produk acak dari pikiran manusia, melainkan cerminan dari tatanan kosmik yang lebih tinggi, sebagaimana Al-Quran sering kali menggunakan perumpamaan (*amthāl*) untuk menjelaskan hakikat-hakikat gaib.<sup>1239</sup>

Fungsi fundamental dari struktur simbolik ini, baik sebagai arketipe maupun citra imajinal, adalah untuk transformasi spiritual. Dengan berinteraksi secara sadar dengan simbol-simbol ini melalui tafsir mimpi, meditasi (*tafakkur*), atau praktik ritual seorang individu dapat mengintegrasikan aspek-aspek tersembunyi dari dirinya dan memulai perjalanan menuju keutuhan (*individuation* dalam terminologi Jung) atau penyucian jiwa (*tazkiyat an-nafs* dalam terminologi sufi). Simbol-simbol ini berfungsi sebagai *jisr* (jembatan) yang memungkinkan kesadaran manusia untuk melintasi jurang antara yang profan dan yang sakral.

Pengalaman ruhani, oleh karena itu, bukanlah pelarian dari realitas, melainkan sebuah pendalaman persepsi terhadap lapisan-lapisan realitas yang lebih subtil melalui bahasa simboliknya. Hal ini selaras dengan sabda Nabi Muhammad SAW bahwa mimpi yang benar merupakan satu dari empat puluh enam bagian kenabian, yang menegaskan validitas epistemologis dari visi imajinal sebagai sumber pengetahuan (*ma'rifah*).<sup>1240</sup> Dengan demikian, penelusuran terhadap konsep arketipe dan *khayāl* menyibak sebuah pemahaman yang koheren dan komprehensif mengenai struktur simbolik alam ruhani. Keduanya, meski terartikulasi dalam bahasa yang berbeda, menunjuk pada realitas yang sama: eksistensi sebuah tatanan imajinal yang menjadi perantara antara dunia sadar manusia dan dimensi transenden yang lebih agung. Memahami arsitektur simbolik ini bukan sekadar sebuah latihan intelektual, melainkan sebuah langkah esensial dalam perjalanan menuju pengenalan diri (*self-knowledge*) dan, pada puncaknya, pengenalan akan Tuhan. Ia menegaskan bahwa jalan menuju Yang Absolut seringkali terbentang melalui lanskap simbolis yang kaya makna, yang bersemayam di kedalaman jiwa manusia itu sendiri.

### **Ma'rifah dan Individuasi: Dua Jalan Satu Tujuan**

Pencarian makna dan pemahaman diri adalah sebuah dorongan universal yang melintasi batas-batas budaya, agama, dan zaman. Dalam kedalaman jiwa manusia, terdapat kerinduan abadi untuk mengenali esensi sejati diri dan hubungannya dengan realitas yang lebih besar. Dari rahim tradisi spiritual Islam yang meditatif, muncullah konsep **Ma'rifah**, sebuah Gnosis atau pengenalan

langsung terhadap Tuhan melalui pengenalan diri. Sementara itu, dari lanskap psikologi analitis Barat yang empiris, Carl Gustav Jung merumuskan proses **Individuasi**, sebuah perjalanan seumur hidup menuju keutuhan psikologis. Meskipun lahir dari dua dunia yang berbeda satu berakar pada wahyu dan mistisisme, yang lain pada observasi klinis dan teori psikodinamik Ma'rifah dan Individuasi secara menakjubkan memetakan teritori batin yang sama. Keduanya merupakan dua jalan berbeda yang secara esensial menuju pada satu tujuan agung: realisasi Diri yang utuh, otentik, dan terintegrasi.<sup>1241</sup>

**Ma'rifah**, dalam leksikon sufisme, bukanlah sekadar pengetahuan intelektual (ilm). Ia adalah pengetahuan eksperiensial yang dirasakan oleh hati (*qalb*), sebuah visi batin yang melampaui dualitas subjek-objek. Konsep ini terangkum secara padat dalam adagium sufistik yang masyhur, yang sering diatribusikan sebagai hadis qudsi atau ucapan para arif: "*Man 'arafa nafsahu, faqad 'arafa Rabbahu*" (Barangsiapa mengenal dirinya, maka ia sungguh telah mengenal Tuhannya).<sup>1242</sup> Pernyataan ini menegaskan bahwa kunci untuk membuka gerbang pengenalan Ilahi terletak pada penyelaman ke kedalaman diri sendiri. Perjalanan menuju Ma'rifah adalah sebuah proses purifikasi jiwa (*tazkiyatun nafs*) yang sistematis dan menuntut. Seorang pejalan spiritual (*salik*) harus berjuang (*mujahadah*) melawan ego rendah (*nafs al-ammarah*) yang cenderung memerintahkan keburukan. Dengan menundukkan egoisme, kesombongan, dan keterikatan duniawi, sang *salik* secara bertahap menyingkap tabir-tabir yang menghalangi cahaya Ilahi

untuk menerangi hatinya. Puncak dari perjalanan ini adalah kondisi *fana'* (lebur atau sirna), di mana kesadaran ego individual lenyap ke dalam kesadaran Absolut, yang kemudian disusul dengan *baqa'* (kekal), yakni hidup dalam dan bersama Tuhan dengan sebuah kesadaran baru yang telah ditransformasi.<sup>1243</sup> Dalam kondisi inilah, individu tidak lagi melihat dirinya sebagai entitas terpisah, melainkan sebagai cermin yang memantulkan Sifat-sifat Tuhan, sebagaimana firman-Nya dalam Al-Qur'an, "Dan di dalam dirimu sendiri. Maka apakah kamu tidak memperhatikan?" (QS. Az-Zariyat: 21).<sup>1244</sup> Tujuan Ma'rifah adalah realisasi *Insan Kamil* (Manusia Sempurna), pribadi yang telah mencapai potensi spiritual tertingginya dalam kehambaan total kepada Sang Pencipta.

Di sisi lain spektrum, **Individuasi** yang digagas oleh Carl Jung adalah proses diferensiasi psikologis yang bertujuan untuk mengembangkan kepribadian individu menjadi suatu keseluruhan yang koheren dan stabil.<sup>1245</sup> Jung memandang jiwa manusia (*psyche*) sebagai sebuah totalitas yang terdiri dari alam sadar (*consciousness*) dan alam bawah sadar (*unconscious*). Pusat dari kesadaran adalah **Ego**, yang merupakan identitas "aku" yang kita kenali sehari-hari. Namun, di bawah permukaan kesadaran, terdapat **Shadow** (Bayangan), yaitu aspek-aspek kepribadian yang kita tolak, tekan, atau tidak akui karena dianggap negatif, tidak bermoral, atau tidak dapat diterima oleh standar sosial dan pribadi.<sup>1246</sup> Langkah pertama dan paling krusial dalam Individuasi adalah konfrontasi dan integrasi Shadow ini. Proses ini menuntut kejujuran radikal untuk mengakui "kegelapan" di dalam diri, bukan

untuk memanjakannya, tetapi untuk memahaminya dan mengintegrasikannya ke dalam kesadaran yang lebih luas. Selain *Shadow*, individu juga harus berdialog dengan arketipe *Anima* (sisi feminin dalam jiwa pria) atau *Animus* (sisi maskulin dalam jiwa wanita). Integrasi elemen-elemen ini membawa keseimbangan dan kelengkapan psikis. Tujuan akhir dari seluruh proses ini bukanlah kesempurnaan, melainkan keutuhan (*wholeness*), yang direpresentasikan oleh arketipe sentral yang disebut **Self** (*das Selbst*). Self adalah pusat pengatur dari seluruh *psyche*, mencakup baik alam sadar maupun bawah sadar, dan merupakan simbol totalitas dan kesatuan batin.<sup>1247</sup>

Ketika kedua jalan ini Ma'rifah dan Individuasi diletakkan berdampingan, titik-titik temu yang signifikan mulai tampak jelas. Konsep **nafs al-ammarah** dalam sufisme memiliki kesejajaran yang kuat dengan **Ego** yang tidak sadar dan **Shadow** dalam psikologi Jungian. Keduanya adalah sumber dari dorongan-dorongan primitif, egoisme, dan perilaku kompulsif yang menghalangi pertumbuhan sejati. Proses *mujahadah* dan *tazkiyah* dalam tasawuf adalah analog spiritual dari kerja psikologis yang sulit untuk mengintegrasikan *Shadow*. Keduanya menuntut individu untuk berhenti memproyeksikan kekurangan mereka kepada orang lain dan mulai mengakui bahwa "musuh" sering kali bersemayam di dalam diri. Lebih jauh lagi, arketipe **Self** Jungian sebagai pusat keutuhan yang melampaui Ego beresonansi secara mendalam dengan konsep **qalb** (hati spiritual) atau citra **Insan Kamil** dalam sufisme. Self bukanlah Ego; ia adalah totalitas yang merangkul dan

menyatukan seluruh aspek jiwa yang saling bertentangan.<sup>1248</sup> Demikian pula, *qalb* yang telah dimurnikan dalam tradisi sufi menjadi tempat teofani (*tajalli*) Tuhan, pusat dari kesadaran Ilahiah yang melampaui identitas personal yang sempit. Keduanya, Self dan *qalb*, adalah titik transenden di dalam diri manusia di mana yang partikular bertemu dengan yang universal, yang terbatas menyentuh yang tak terbatas.

Ma'rifah dan Individuasi, meskipun menggunakan terminologi dan metodologi yang berbeda, pada hakikatnya menggambarkan sebuah arketipe perjalanan universal manusia: sebuah eksodus dari ego yang sempit dan terfragmentasi menuju Diri yang luas dan terintegrasi. Ma'rifah membingkai perjalanan ini dalam bahasa teologis dan spiritual, memandangnya sebagai jalan untuk kembali kepada Tuhan melalui penyingkapan esensi Ilahi di dalam diri. Individuasi, di sisi lain, menggambarkannya dalam bahasa psikologis sekuler, melihatnya sebagai pencapaian kesehatan dan keutuhan psikis. Namun, tujuan akhirnya adalah sama: transformasi kesadaran yang membawa individu pada realisasi dirinya yang paling otentik, seimbang, dan utuh. Apakah disebut sebagai penyatuan dengan Realitas Absolut atau integrasi totalitas *psyche*, keduanya adalah panggilan untuk menyelam ke kedalaman samudra batin, menghadapi badai dan monsternya, untuk pada akhirnya menemukan mutiara Diri Sejati yang tak ternilai harganya.<sup>1249</sup> Keduanya menegaskan bahwa jalan menuju yang transenden harus selalu dimulai dari pengenalan yang jujur dan tulus terhadap diri sendiri.

## **Mimpi sebagai Portal Kesadaran Transpersonal Islam dan Barat**

Alam mimpi, sebuah panggung misterius tempat realitas dan ilusi berkelindan, telah lama mempesona umat manusia. Jauh dari sekadar bunga tidur atau residu psikologis acak dari aktivitas harian, mimpi dalam berbagai tradisi pemikiran dipandang sebagai sebuah portal sebuah gerbang menuju dimensi kesadaran yang melampaui batas-batas ego individual. Fenomena ini, yang dalam psikologi modern dikenal sebagai kesadaran transpersonal, merujuk pada pengalaman di mana rasa identitas diri meluas melampaui individu untuk mencakup aspek-aspek kemanusiaan, kehidupan, jiwa, dan kosmos yang lebih luas.<sup>1250</sup> Analisis komparatif antara tradisi spiritual Islam dan pemikiran psikologis Barat, khususnya mazhab Jungian dan transpersonal, menyingkapkan sebuah dialog yang mendalam mengenai fungsi mimpi sebagai jembatan menuju realitas yang lebih agung. Kendati berangkat dari fondasi epistemologi dan metafisika yang berbeda, kedua tradisi ini secara konvergen mengakui bahwa di dalam teater nokturnal pikiran, manusia dapat menyentuh esensi yang lebih dalam dari keberadaannya.

Dalam khazanah pemikiran Islam, mimpi (Arab: *ru'ya* atau *manām*) memiliki kedudukan epistemologis yang luhur, berakar kuat dalam Wahyu itu sendiri. Al-Qur'an dan Hadis tidak hanya mengakui validitas mimpi, tetapi juga menempatkannya sebagai salah satu medium komunikasi ilahiah. Kisah Nabi Yusuf AS yang dianugerahi kemampuan menakwilkan mimpi menjadi bukti sentral bahwa mimpi dapat membawa

informasi profetik dan menjadi instrumen takdir Tuhan (QS. Yusuf: 4-6). Demikian pula mimpi Nabi Ibrahim AS untuk menyembelih putranya, Ismail AS, yang menjadi ujian keimanan tertinggi (QS. Ash-Shaffat: 102), menggarisbawahi fungsi mimpi sebagai wahana perintah suci.<sup>1251</sup> Nabi Muhammad SAW lebih lanjut menegaskan status ini dalam sebuah hadis masyhur, "Mimpi yang benar (*ar-ru'ya ash-shadiqah*) adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian."<sup>1252</sup> Dengan demikian, dalam ontologi Islam, mimpi yang benar bukanlah produk subjektif dari otak, melainkan sebuah percikan cahaya dari 'Alam al-Ghaib (alam gaib) yang tersaring ke dalam kesadaran manusia. Para pemikir sufi seperti Ibn 'Arabi memperluas konsepsi ini dengan teorinya tentang '*alam al-khayal* (alam imajinal), sebuah dunia perantara di mana spirit dan materi bertemu, dan mimpi adalah jendela utama untuk mengaksesnya.<sup>1253</sup> Mimpi, dalam konteks ini, adalah portal vertikal sebuah koneksi langsung antara hamba dengan Sang Pencipta, yang menyediakan petunjuk (*hidayah*), peringatan (*indhar*), atau kabar gembira (*busyra*).

Di sisi lain cakrawala pemikiran, psikologi Barat memulai penjelajahannya tentang mimpi dengan pendekatan yang lebih sekuler dan psikodinamis. Sigmund Freud, dalam karyanya yang monumental *The Interpretation of Dreams*, memproklamasikan mimpi sebagai "jalan utama menuju alam bawah sadar" (*the royal road to the unconscious*). Namun, bagi Freud, alam bawah sadar ini fundamentally bersifat personal, berisi hasrat-hasrat yang tertekan dan konflik-konflik masa kecil.<sup>1254</sup> Lompatan menuju konsepsi

transpersonal terjadi melalui muridnya yang kemudian memisahkan diri, Carl Gustav Jung. Jung berpendapat bahwa di bawah alam bawah sadar pribadi, terdapat lapisan yang lebih dalam dan universal yang disebutnya "alam bawah sadar kolektif" (*collective unconscious*). Lapisan ini berisi arketipe pola-pola primordial dan citra-citra universal yang diwarisi oleh seluruh umat manusia, seperti arketipe Ibu Agung, Sang Pahlawan, atau Diri (*the Self*).<sup>1255</sup> Bagi Jung, mimpi adalah medium utama di mana arketipe-arketipe ini berkomunikasi dengan kesadaran individu. Melalui analisis mimpi, seseorang dapat menjalani proses "individuasi," sebuah perjalanan seumur hidup untuk mengintegrasikan berbagai aspek kepribadiannya menjadi satu kesatuan yang utuh, yang berpuncak pada realisasi Diri.<sup>1256</sup> Dengan demikian, mimpi dalam perspektif Jungian berfungsi sebagai portal horizontal dan vertikal sekaligus; ia menghubungkan individu dengan warisan psikis kolektif kemanusiaan dan membimbingnya menuju potensi kesadaran tertinggi.

Titik temu yang paling signifikan antara kedua perspektif ini terletak pada pengakuan mereka bahwa mimpi berbicara dalam bahasa simbolis yang memerlukan interpretasi dan berpotensi memberikan panduan transformatif. Baik *ru'ya shadiqah* dalam Islam maupun mimpi arketipal dalam psikologi Jung sama-sama dipandang sebagai pengalaman yang melampaui ego dan memiliki makna yang mendalam. Keduanya menolak gagasan bahwa mimpi hanyalah kebisingan neuron yang tak berarti. Konsep '*alam al-khayaal*' Ibn 'Arabi menunjukkan kesejajaran yang mencengangkan

dengan alam bawah sadar kolektif Jung, di mana keduanya merupakan sebuah realitas perantara yang dihuni oleh citra-citra simbolik universal.<sup>1257</sup> Namun, perbedaan fundamental juga tak bisa diabaikan. Sumber otoritas dalam Islam adalah Tuhan, dan validitas mimpi sering kali diukur berdasarkan kesesuaiannya dengan prinsip-prinsip syariah. Sementara dalam psikologi Barat, sumbernya adalah psikis manusia itu sendiri, dan tujuannya adalah kesehatan dan keutuhan psikologis (individuasi), bukan kedekatan spiritual dengan entitas ilahi. Tujuan akhir dalam tradisi Islam adalah *ma'rifatullah* (mengetahui Allah), sedangkan dalam psikologi transpersonal modern, tujuannya lebih kepada aktualisasi diri dan pengalaman puncak (*peak experiences*).<sup>1258</sup>

Baik tradisi Islam maupun pemikiran psikologis Barat menawarkan lensa yang kaya untuk memahami mimpi sebagai portal menuju kesadaran transpersonal. Tradisi Islam membingkainya dalam kerangka teosentris, di mana mimpi adalah saluran anugerah dan komunikasi dari Yang Absolut. Sebaliknya, tradisi Barat, terutama Jungian dan transpersonal, mendekatinya dari kerangka psikologis, melihatnya sebagai jendela menuju struktur psikis universal dan jalan menuju keutuhan diri. Dialog di antara kedua pandangan ini tidak hanya memperkaya pemahaman kita tentang fenomena mimpi itu sendiri, tetapi juga menegaskan kembali bahwa pencarian manusia akan makna, bimbingan, dan hubungan dengan sesuatu yang lebih besar dari dirinya sendiri adalah sebuah dorongan universal yang menemukan ekspresinya bahkan dalam keheningan malam yang paling dalam. Mimpi, pada

akhirnya, adalah bukti bahwa kesadaran manusia tidak terkurung dalam tempurung tengkoraknya, melainkan memiliki kemampuan inheren untuk menjangkau melampaui batas-batas diri menuju cakrawala transpersonal yang tak terbatas.

# ANTARA MIMPI, DZIKIR, DAN KESADARAN SPIRITUAL

## Gagasan Dasar Syekh Dr. Yedi Supriadi

### Kesadaran Tauhidik dan Pemurnian Ruh

Pada hakikatnya, Tauhid bukanlah sekadar kredo teologis tentang keesaan Tuhan yang diakui secara lisan, melainkan sebuah paradigma kesadaran yang fundamental dan transformatif yang meresap ke dalam seluruh dimensi eksistensi manusia. Konsep ini menjadi landasan konstitutif bagi spiritualitas Islam, di mana puncaknya adalah realisasi kesadaran tauhidik yang termanifestasi dalam ruh yang murni. Pemurnian ruh, atau yang dikenal dalam tradisi Islam sebagai *tazkiyatun nafs*, merupakan metodologi spiritual yang esensial untuk membersihkan jiwa dari segala bentuk "kemusyrikan" laten baik yang bersifat halus maupun kasat mata yang menghalangi persepsi langsung terhadap Realitas Tunggal (Al-Haqq). Oleh karena itu, hubungan antara kesadaran tauhidik dan pemurnian ruh bersifat simbiosis dan tak terpisahkan; yang satu menjadi tujuan, dan yang lainnya adalah jalan untuk mencapainya. Kajian ini secara kontemplatif akan menelusuri interkoneksi mendalam antara kedua konsep ini sebagai sebuah proses dinamis menuju aktualisasi potensi tertinggi manusia sebagai *insan kamil* (manusia paripurna).

Landasan ontologis dari kesadaran tauhidik tertanam dalam fitrah manusia itu sendiri. Al-Qur'an mengisyaratkan bahwa setiap

ruh, sebelum ditiupkan ke dalam jasad, telah bersaksi atas ketuhanan Allah dalam sebuah perjanjian primordial (*mitsaq*). Peristiwa ini terekam dalam firman-Nya, "Dan (ingatlah), ketika Tuhanmu mengeluarkan keturunan anak-anak Adam dari sulbi mereka dan Allah mengambil kesaksian terhadap jiwa mereka (seraya berfirman): 'Bukankah Aku ini Tuhanmu?' Mereka menjawab: 'Betul (Engkau Tuhan kami), kami menjadi saksi'."<sup>1259</sup> Ayat ini menegaskan bahwa pengakuan akan Tauhid adalah pengetahuan bawaan (*innate knowledge*) yang terpatrit dalam sanubari setiap individu. Namun, seiring perjalanan hidup di dunia, fitrah yang murni ini dapat tertutupi oleh berbagai "hijab" atau tabir, seperti hawa nafsu, pengaruh lingkungan, keangkuhan intelektual, dan keterikatan pada dunia material. Proses pemurnian ruh, dengan demikian, bukanlah upaya untuk menciptakan sesuatu yang baru, melainkan sebuah proses restorasi mengikis lapisan-lapisan kotoran yang menutupi cermin hati agar ia dapat kembali memantulkan cahaya fitrah tauhidiknya yang asli. Proses *tazkiyatun nafs* secara metodologis dapat diuraikan dalam dua gerakan spiritual yang saling melengkapi: *takhliyah* (pengosongan) dan *tahliyah* (penghiasan). *Takhliyah* adalah upaya sistematis untuk mengidentifikasi dan membersihkan diri dari sifat-sifat tercela (*madzmumah*) seperti kesombongan (*kibr*), iri hati (*hasad*), ketamakan (*tama'*), dan riya' (*riya'*). Sifat-sifat ini pada esensinya merupakan bentuk penyekutuan halus, di mana ego (*nafs*) atau entitas selain Tuhan menjadi pusat orientasi dan tujuan hidup. Di sinilah kesadaran tauhidik berperan sebagai kriteria pemurnian:

setiap kecenderungan hati yang tidak berorientasi murni kepada Allah dianggap sebagai noda yang harus dibersihkan. Sebagaimana ditegaskan dalam sebuah hadis fundamental mengenai kondisi spiritual, di dalam tubuh terdapat segumpal daging yang jika ia baik, maka baik pula seluruh tubuh, dan jika ia rusak, maka rusak pula seluruhnya; segumpal daging itu adalah hati (*qalb*).<sup>1260</sup> Setelah proses pengosongan ini, barulah ruh siap untuk dihiasi (*tahliyah*) dengan sifat-sifat terpuji (*mahmudah*) seperti keikhlasan (*ikhlas*), kesabaran (*sabr*), rasa syukur (*syukr*), dan cinta ilahi (*mahabbah*), yang kesemuanya merupakan manifestasi dari penghayatan tauhid yang mendalam.

Dengan ruh yang semakin termurnikan, kesadaran manusia mengalami elevasi dari sekadar pengakuan konseptual (*'ilmul yaqin*) menuju tingkat persepsi spiritual yang lebih tinggi. Pada tahap ini, kesadaran tauhidik tidak lagi terbatas pada pemahaman bahwa "tidak ada tuhan selain Allah," tetapi berkembang menjadi kesadaran bahwa "tidak ada realitas, kekuatan, atau pelaku hakiki selain Allah." Dunia tidak lagi dilihat sebagai entitas otonom yang terpisah dari Tuhan, melainkan sebagai *tajalli* (manifestasi) atau "cermin" yang memantulkan Asma dan Sifat-Nya. Seorang sufi besar, Abu Hamid Al-Ghazali, dalam magnum opusnya, *Ihya 'Ulum al-Din*, menjelaskan bahwa puncak pengetahuan (*ma'rifatullah*) adalah ketika seseorang melihat segala sesuatu dan hanya menyaksikan Allah sebagai Pelaku di baliknya.<sup>1261</sup> Ini adalah buah dari hati yang telah dimurnikan, di mana pandangannya tidak lagi terhalang oleh ego dan keterikatan duniawi. Transformasi

kesadaran ini mengubah cara individu berinteraksi dengan dunia: musibah dilihat sebagai ujian kasih sayang-Nya, nikmat sebagai wujud kemurahan-Nya, dan setiap peristiwa menjadi tanda (*ayat*) yang menunjuk kepada-Nya.

Puncak dari perjalanan spiritual ini, yakni integrasi sempurna antara kesadaran tauhidik dan ruh yang suci, adalah pencapaian maqam *Insan Kamil*. Konsep ini, yang banyak dielaborasi dalam pemikiran Ibn 'Arabi dan para pengikutnya, merujuk pada manusia yang telah berhasil mengaktualisasikan seluruh potensi spiritualnya dan menjadi "mikrokosmos" yang merefleksikan nama-nama Tuhan secara seimbang dan sempurna.<sup>1262</sup> *Insan Kamil* bukanlah pendewaan manusia, melainkan realisasi penuh dari statusnya sebagai khalifah (wakil) Tuhan di muka bumi. Kehendaknya telah selaras dengan kehendak Ilahi, dan tindakannya menjadi manifestasi dari sifat-sifat Tuhan seperti kasih sayang (*rahmah*), keadilan (*'adl*), dan kebijaksanaan (*hikmah*). Pada tingkat kesadaran ini, dualitas antara "aku" dan "Tuhan" menjadi luruh dalam kesadaran penyaksian (*musyhadah*) akan keesaan-Nya yang absolut, tanpa menafikan perbedaan esensial antara Khaliq (Pencipta) dan makhluk.

Kesadaran tauhidik dan pemurnian ruh adalah dua sisi dari satu koin dalam perjalanan spiritual Islam. Tauhid memberikan arah, tujuan, dan kriteria, sementara *tazkiyatun nafs* menyediakan jalan dan metodologinya. Perjalanan ini adalah sebuah proses dialektis yang berkelanjutan: semakin ruh dimurnikan, semakin dalam kesadaran tauhidik seseorang; dan semakin mendalam kesadaran

tauhidiknya, semakin kuat pula dorongan untuk terus memurnikan ruh. Ini bukanlah sebuah pencapaian statis, melainkan sebuah transformasi dinamis yang membawa seorang hamba untuk terus-menerus mendekati diri kepada Tuhannya, merealisasikan fitrahnya yang paling murni, dan pada akhirnya, menjadi cermin yang jernih bagi keagungan dan keindahan Ilahi. Proses inilah yang menjadi esensi dari tujuan penciptaan manusia itu sendiri: untuk mengenal dan mengabdikan kepada-Nya melalui jalan pemurnian diri.<sup>1263</sup>

### **Pengaruh Tasawuf dan Psikologi Transpersonal**

Dalam penjelajahan tak berkesudahan umat manusia akan makna eksistensi, terdapat dua jalur yang, meskipun terpisah oleh ruang dan waktu, menunjukkan konvergensi yang mendalam: Tasawuf, dimensi esoteris Islam yang berakar ribuan tahun lalu, dan Psikologi Transpersonal, cabang ilmu jiwa modern yang berani melampaui batas-batas ego. Pertemuan antara kearifan kuno dan penyelidikan ilmiah kontemporer ini bukanlah sebuah kebetulan, melainkan sebuah dialog lintas peradaban yang memperkaya pemahaman kita tentang kesadaran, spiritualitas, dan potensi tertinggi manusia. Pengaruh Tasawuf terhadap Psikologi Transpersonal tidak hanya bersifat historis, tetapi juga konseptual dan metodologis, menyediakan sebuah peta jalan spiritual yang telah teruji oleh waktu untuk eksplorasi ranah transpersonal yang menjadi fokus utama disiplin psikologi ini.

Di satu sisi, Tasawuf atau sufisme merupakan jantung spiritualitas Islam yang berfokus pada proses penyucian jiwa (*tazkiyat al-nafs*) sebagai jalan untuk mencapai pengalaman langsung akan kehadiran Tuhan (*ma'rifatullah*). Ajaran ini bertumpu pada keyakinan bahwa di dalam diri manusia terdapat potensi ilahiah yang tertutup oleh selubung ego (*nafs*), dan melalui disiplin spiritual yang ketat meliputi zikir, kontemplasi (*muraqabah*), dan asketisme seseorang dapat menyingkap selubung tersebut.<sup>1264</sup> Kaum sufi, seperti Rumi dan Ibn 'Arabi, secara puitis dan filosofis memetakan tahapan-tahapan perjalanan spiritual (*maqāmāt*) dan keadaan-keadaan batiniah (*aḥwāl*) yang dialami seorang pejalan spiritual (*salik*). Tujuan akhirnya adalah transendensi diri, mencapai kondisi *fanā'* (peleburan ego dalam kesadaran Ilahi) dan *baqā'* (kekal dalam kesadaran tersebut), sebuah gagasan yang menegaskan bahwa kesadaran manusia mampu melampaui batas-batas individualitasnya yang sempit. Doktrin ini berakar kuat pada Al-Qur'an yang menyatakan kedekatan Tuhan dengan manusia, "Dan sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dan mengetahui apa yang dibisikkan oleh hatinya, dan Kami lebih dekat kepadanya daripada urat lehernya."<sup>1265</sup>

Di sisi lain, Psikologi Transpersonal lahir di Barat pada akhir abad ke-20 sebagai "Kekuatan Keempat," setelah Psikoanalisis, Behaviorisme, dan Psikologi Humanistik. Dipelopori oleh pemikir seperti Abraham Maslow, Stanislav Grof, dan Ken Wilber, gerakan ini mengkritik psikologi konvensional yang cenderung mereduksi

pengalaman manusia pada aspek biologis dan psikososial semata. Psikologi Transpersonal secara eksplisit mengakui dan menyelidiki dimensi spiritual, mistis, dan transenden dari pengalaman manusia, termasuk pengalaman puncak (*peak experiences*), keadaan kesadaran yang berubah (*altered states of consciousness*), dan kebutuhan akan transendensi diri.<sup>1266</sup> Dalam upayanya membangun model yang komprehensif tentang kejiwaan manusia, para teoretikus transpersonal secara sadar mencari inspirasi dari tradisi-tradisi kebijaksanaan dunia (*perennial philosophy*), di mana Tasawuf menjadi salah satu sumber yang paling kaya dan sistematis.<sup>1267</sup>

Konvergensi paling fundamental antara Tasawuf dan Psikologi Transpersonal terletak pada konsepsi tentang "diri" dan potensinya untuk transformasi. Tasawuf menawarkan sebuah psikologi spiritual yang canggih mengenai *nafs* (ego atau jiwa rendah), dengan tingkatan-tingkatannya mulai dari *nafs al-ammārah* (jiwa yang memerintahkan keburukan) hingga *nafs al-mutma'innah* (jiwa yang tenang). Perjuangan untuk menyucikan *nafs* ini, yang dikenal sebagai *jihad al-akbar* (perjuangan terbesar),<sup>1268</sup> secara langsung paralel dengan fokus Psikologi Transpersonal untuk mengatasi identifikasi berlebihan dengan ego yang terbatas guna mencapai aktualisasi diri dan, pada akhirnya, transendensi diri. Istilah-istilah sufi seperti *qalb* (hati sebagai organ persepsi spiritual), *rūḥ* (roh), dan *sirr* (kesadaran terdalam) menyediakan kosakata yang kaya untuk mendeskripsikan topografi batin yang dieksplorasi oleh para psikolog transpersonal.<sup>1269</sup> Lebih jauh lagi, pengaruh Tasawuf tidak hanya bersifat teoretis, tetapi juga praktis. Metode-metode sufi

seperti zikir (pengulangan nama Tuhan) dapat dipandang sebagai teknik meditasi mantra yang kuat untuk memusatkan pikiran dan membangkitkan keadaan kesadaran yang lebih tinggi, sebuah praktik yang kini divalidasi oleh penelitian neurosains sebagai cara untuk menenangkan "default mode network" di otak.<sup>1270</sup> Para psikoterapis transpersonal, seperti Robert Frager, secara eksplisit mengintegrasikan prinsip dan praktik sufi ke dalam pendekatan terapeutik mereka. Mereka menggunakan kebijaksanaan sufi untuk membantu klien menemukan makna hidup, mengatasi krisis eksistensial, dan membina hubungan yang lebih dalam dengan dimensi spiritual dari diri mereka.<sup>1271</sup> Dengan demikian, Tasawuf tidak hanya menjadi objek studi, tetapi juga sumber metodologi yang hidup untuk fasilitasi pertumbuhan psikospiritual dalam konteks klinis modern.

Hubungan antara Tasawuf dan Psikologi Transpersonal adalah sebuah contoh cemerlang dari sintesis antara kearifan spiritual Timur dan penyelidikan ilmiah Barat. Tasawuf, dengan pemahaman mendalamnya tentang jiwa manusia, peta perjalanannya yang terstruktur, dan metodologi transformatifnya, telah memberikan kontribusi yang tak ternilai bagi Psikologi Transpersonal. Ia menawarkan lebih dari sekadar paralel konseptual; ia menyediakan sebuah kerangka kerja epistemologis dan ontologis yang memungkinkan psikologi modern untuk secara serius menjelajahi puncak-puncak kesadaran manusia. Jalinan ini membuktikan bahwa pencarian akan kebenaran dan pemahaman diri adalah aspirasi universal yang melintasi batas-batas budaya dan agama, serta

menegaskan bahwa dialog yang saling menghormati antara tradisi kuno dan ilmu pengetahuan kontemporer dapat membuka jalan menuju pemahaman yang lebih holistik dan terintegrasi tentang siapa kita dan apa makna keberadaan kita di alam semesta ini.

### **Mimpi sebagai Jalan Pencerahan Ruhani dan Ilmu Laduni**

Dalam lanskap pemikiran manusia, mimpi merupakan sebuah fenomena universal yang melintasi batas budaya, waktu, dan peradaban. Dunia modern, yang banyak dipengaruhi oleh psikoanalisis, cenderung memandang mimpi sebagai manifestasi dari alam bawah sadar, sebuah teater psikologis tempat hasrat terpendam, kecemasan, dan memori yang tak terselesaikan dipentaskan.<sup>1272</sup> Namun, dalam cakrawala epistemologi Islam, khususnya dalam tradisi esoteris tasawuf, mimpi memiliki dimensi ontologis yang jauh lebih dalam. Ia bukan sekadar bunga tidur atau gema psikis, melainkan dapat berfungsi sebagai sebuah jembatan portal antara alam inderawi (*'alam al-shahadah*) dan alam gaib (*'alam al-ghayb*), yang melaluinya seorang hamba dapat menerima petunjuk, pencerahan ruhani, dan bahkan ilmu yang datang langsung dari Tuhan (*ilmu laduni*).

Secara teologis, fondasi untuk memahami kedudukan mimpi dalam Islam diletakkan secara kokoh oleh sumber-sumber primer. Hadis Nabi Muhammad SAW secara kategoris membedakan tiga jenis mimpi: mimpi yang benar dan baik yang berasal dari Allah (*al-ru'ya al-sadiqah*), mimpi yang berasal dari gejala jiwa dan pikiran seseorang (*hadith al-nafs*), dan mimpi buruk yang menakutkan yang

berasal dari bisikan setan (*al-hulm*).<sup>1273</sup> Dari ketiga klasifikasi ini, *ru'ya sadiqah* memegang posisi istimewa, dianggap sebagai satu dari empat puluh enam bagian kenabian. Proklamasi ini menegaskan bahwa mimpi yang benar adalah sisa-sisa dari wahyu Ilahi yang masih dapat diakses oleh manusia setelah era kenabian berakhir. Sejarah para nabi pun sarat dengan contoh-contoh di mana mimpi berfungsi sebagai medium imperatif Ilahi, seperti mimpi Nabi Ibrahim AS untuk menyembelih putranya dan kemampuan Nabi Yusuf AS dalam menafsirkan mimpi yang mengubah takdir sebuah bangsa.<sup>1274</sup>

Beranjak dari pemahaman dasar ini, tradisi sufistik (tasawuf) mengeksplorasi fenomenologi mimpi secara lebih kontemplatif dan mendalam. Bagi seorang *salik* (penempuh jalan spiritual), mimpi tidak lagi dipandang sebagai peristiwa acak, melainkan cermin yang merefleksikan kondisi batiniahnya. Kebersihan dan kesucian kalbu menjadi prasyarat utama untuk menerima mimpi yang jernih dan bermakna. Para sufi besar seperti Ibn 'Arabi mengartikulasikan bahwa mimpi terjadi di sebuah alam perantara yang disebut '*alam al-mithal* (alam imajinal), sebuah realitas ontologis di mana makna-makna spiritual mengambil bentuk-bentuk simbolis.<sup>1275</sup> Dalam ranah ini, seorang murid dapat menerima bimbingan langsung dari guru spiritualnya (baik yang masih hidup maupun yang telah wafat), mendapatkan peringatan atas kelalaian dalam ibadahnya, atau menerima afirmasi bahwa ia berada di jalan yang benar. Mimpi, dengan demikian, menjadi alat diagnostik sekaligus terapeutik dalam perjalanan penyucian jiwa (*tazkiyat al-nafs*).

Puncak dari fungsi spiritual mimpi adalah perannya sebagai saluran untuk *ilmu laduni*. Istilah ini merujuk pada pengetahuan yang dianugerahkan secara langsung oleh Allah tanpa melalui proses belajar formal atau penalaran rasional (*ilmu kasbi*). Konsep ini berakar pada firman Allah tentang hamba-Nya, Khidr AS: "...dan telah Kami ajarkan kepadanya ilmu dari sisi Kami (*'allamnahu min ladunna 'ilma*)".<sup>1276</sup> Jika *ilmu kasbi* diperoleh melalui mata dan telinga di alam sadar, maka *ilmu laduni* sering kali diterima melalui mata hati (*bashirah*) di alam mimpi atau dalam kondisi spiritual mendalam lainnya. Dalam sebuah *ru'ya sadiqah*, seseorang bisa jadi diberikan pemahaman instan tentang makna ayat Al-Quran yang rumit, solusi atas permasalahan ilmiah yang buntu, atau kearifan yang melampaui pengalaman hidupnya. Pengetahuan ini tidak datang dari akumulasi data, melainkan dari "penyingkapan" (*kashf*) tabir oleh Sang Maha Mengetahui, sebuah anugerah yang terkait erat dengan tingkat ketakwaan dan kedekatan spiritual individu.<sup>1277</sup>

Namun, penting untuk menggarisbawahi bahwa jalan ini penuh dengan nuansa dan potensi kekeliruan. Membedakan antara *ru'ya sadiqah* yang otentik, proyeksi ego, dan delusi yang dibisikkan setan adalah sebuah tantangan krusial. Di sinilah peran seorang guru spiritual (*murshid*) yang kompeten menjadi sangat vital. Ia berfungsi sebagai penafsir yang bijaksana dan verifikator eksternal, yang dapat membantu seorang murid menavigasi lautan simbolisme dalam mimpinya dan meletakkannya dalam kerangka syariat dan akal sehat.<sup>1278</sup> Tanpa bimbingan yang tepat, seseorang dapat tergelincir ke dalam kesombongan spiritual atau salah menafsirkan

pesan simbolis, yang justru menjauhkannya dari tujuan pencerahan. Mimpi dalam paradigma spiritual Islam, khususnya tasawuf, melampaui interpretasi psikologis semata. Ia adalah sebuah ruang sakral, sebuah medium komunikasi ilahiah yang potensial. Ketika kalbu telah dibersihkan dan jiwa diselaraskan dengan kehendak Ilahi, mimpi dapat bertransformasi dari sekadar aktivitas neurologis menjadi sebuah perjalanan menuju pencerahan ruhani. Ia menjadi wahana bagi turunnya petunjuk, penyingkapan hikmah, dan anugerah *ilmu laduni* sebuah bukti bahwa bahkan dalam keheningan tidur, pintu rahmat dan ilmu Tuhan tidak pernah tertutup bagi hamba-hamba-Nya yang tulus mencari.

## **Teori Transformasi Diri**

### **Peta Konseptual Transformasi Diri**

Diskursus mengenai transformasi diri merupakan salah satu tema paling purba dan universal dalam sejarah pemikiran manusia. Ia melintasi batas-batas peradaban, agama, dan disiplin ilmu, mulai dari filsafat Yunani kuno, tradisi hikmah Timur, teologi Abrahamik, hingga psikologi humanistik dan transpersonal modern. Pada intinya, transformasi diri merujuk pada sebuah proses perubahan fundamental pada level ontologis perubahan yang tidak hanya menyentuh perilaku lahiriah, tetapi juga merombak struktur kesadaran, sistem nilai, dan persepsi individu terhadap realitas itu sendiri. Untuk membangun sebuah teori transformasi diri yang kokoh, langkah pertama yang bersifat imperatif adalah membedah fondasi epistemiknya: bagaimana kita mengetahui "diri" yang

hendak ditransformasikan? Jawaban atas pertanyaan ini menuntut kita untuk memetakan lanskap batiniah manusia, sebuah topografi konseptual yang terdiri dari elemen-elemen kunci yang sering kali tumpang tindih namun secara esensial berbeda.

Kerangka kerja untuk memahami transformasi ini harus berakar pada sebuah konsepsi yang jelas tentang arsitektur internal manusia. Tanpa peta konseptual yang akurat, setiap upaya perubahan berisiko menjadi sporadis, buta arah, dan dangkal. Banyak tradisi pemikiran telah menawarkan peta semacam ini, namun sering kali terminologinya mengundang ambiguitas. Oleh karena itu, diperlukan sebuah sintesis yang menjernihkan perbedaan sekaligus keterkaitan antara komponen-komponen utama dalam struktur batin manusia. Di sinilah pemetaan konseptual yang berpusat pada tiga pilar jiwa (*psyche*), ruh (*spirit*), dan kesadaran (*consciousness*) menjadi relevan. Ketiganya bukan entitas yang terpisah secara absolut, melainkan dimensi-dimensi yang saling berinteraksi dalam sebuah dinamika yang kompleks, di mana proses transformasi diri menemukan panggung utamanya.<sup>1279</sup>

Untuk menavigasi proses perubahan batin yang mendalam, sebuah distingsi fundamental harus ditarik antara konsep jiwa, ruh, dan kesadaran. Kegagalan untuk membedakan ketiganya sering kali menjadi sumber kebingungan teoretis dan praktis dalam perjalanan spiritual maupun psikologis. Dalam peta konseptual ini, masing-masing elemen menduduki posisi dan fungsi yang unik, yang secara kolektif membentuk totalitas pengalaman manusiawi dan menjadi arena bagi proses transformasi.

Pertama, **jiwa** (sering diterjemahkan sebagai *soul* atau *psyche*, atau dalam terminologi Islam disebut *nafs*) merepresentasikan dimensi psikologis individu. Jiwa adalah pusat dari kepribadian, wadah bagi emosi, intelek, memori, hasrat, dan kehendak. Ia adalah "diri egoik" yang kita kenali dalam interaksi sehari-hari, yang terbentuk melalui pengalaman hidup, pengkondisian sosial, dan warisan genetik. Dalam psikoanalisis Jungian, *psyche* adalah totalitas dari semua proses psikis, baik yang disadari maupun yang tidak disadari, yang mencakup ego, ketidaksadaran pribadi, dan ketidaksadaran kolektif.<sup>1280</sup> Jiwa, dengan segala gejala, konflik, dan potensinya, adalah subjek utama yang mengalami dan sekaligus menjadi "bahan mentah" bagi transformasi. Perjuangan melawan kebiasaan buruk, penyembuhan luka batin, pengembangan karakter, dan pencarian makna pada level personal, semuanya terjadi dalam domain jiwa. Jiwa bersifat dinamis, dapat dibentuk, dan cenderung terikat pada dunia inderawi dan temporal.

Berbeda dengan jiwa, **ruh** (*spirit*) merujuk pada dimensi transenden dan suprapersonal dari eksistensi manusia. Jika jiwa adalah "diri yang terkondisi", maka ruh adalah esensi primordial, percikan Ilahi (*divine spark*) yang mendiami setiap insan. Dalam perspektif teologis Islam, ruh adalah entitas yang berasal langsung dari "urusan Tuhanku" (*min amri Rabbi*), sebuah substansi non-materiil yang ditiupkan ke dalam diri manusia dan menjadi sumber kehidupan serta potensi untuk mengenali Yang Absolut.<sup>1281</sup> Ia adalah inti terdalam dari keberadaan kita, yang bersifat kekal, murni, dan tidak terpengaruh oleh fluktuasi psikologis jiwa. Para sufi

seperti Al-Ghazali menegaskan bahwa ruh adalah "substansi halus" (*laṭīfah*) yang menjadi instrumen untuk *ma'rifah*, atau pengetahuan langsung tentang Tuhan.<sup>1282</sup> Oleh karena itu, ruh bukanlah sesuatu yang perlu diubah atau diperbaiki; sebaliknya, ia adalah tujuan dan kompas bagi transformasi. Proses transformasi diri pada hakikatnya adalah perjalanan jiwa untuk menyadari, menyucikan diri, dan akhirnya selaras dengan tuntunan ruh.

Jembatan konseptual antara jiwa yang partikular dan ruh yang universal adalah **kesadaran** (*consciousness*). Kesadaran bukanlah sebuah entitas, melainkan sebuah fakultas atau medan pengalaman (*field of awareness*) di mana realitas, baik internal maupun eksternal, disadari. Ia adalah cahaya yang memungkinkan jiwa untuk "melihat" dirinya sendiri, dunianya, dan pada level yang lebih tinggi, untuk menangkap bisikan atau iluminasi dari ruh. Para filsuf dan ilmuwan kognitif modern masih bergulat untuk memahami hakikat kesadaran, sering menyebutnya sebagai "masalah sulit" (*the hard problem*) karena sifatnya yang subjektif dan kualitatif.<sup>1283</sup> Namun, dalam konteks transformasi diri, kesadaran dapat dipahami sebagai sebuah spektrum. Pada level terendah, ia adalah kesadaran sensorik yang terikat pada objek-objek duniawi. Melalui praktik kontemplatif seperti meditasi, zikir, atau refleksi mendalam, kualitas kesadaran dapat ditingkatkan. Peningkatan ini memungkinkan individu untuk melepaskan identifikasi diri dari gejala jiwa (pikiran dan emosi) dan secara bertahap beralih menuju kesadaran yang lebih murni, hening, dan reseptif sebuah kondisi yang memungkinkan koneksi dengan dimensi ruh. William James,

dalam studinya yang monumental, menggambarkan bagaimana pengalaman-pengalaman religius sering kali ditandai oleh pergeseran fundamental dalam medan kesadaran ini, yang membuka akses ke realitas yang lebih luas.<sup>1284</sup>

Dengan demikian, peta konseptual ini menawarkan sebuah narasi transformatif yang koheren: transformasi diri adalah sebuah proses dialektis di mana **jiwa**, melalui kultivasi **kesadaran**, secara bertahap memurnikan dirinya dari tendensi egoik dan duniawi untuk dapat merefleksikan dan menyatu dengan sifat-sifat luhur dari **ruh**. Ini adalah perjalanan dari *self* menuju *Self*, dari *nafs* menuju *Rabb*, dari kepribadian yang terkondisi menuju esensi yang sejati. Memahami topografi jiwa, ruh, dan kesadaran ini bukan sekadar sebuah latihan intelektual, melainkan prasyarat epistemik untuk menapaki jalan transformasi secara sadar, terarah, dan komprehensif.

### **Landasan Filosofis dan Teologis Transformasi dalam Islam**

Transformasi, dalam wacana Islam, bukanlah sekadar perubahan acak atau adaptasi pragmatis terhadap kondisi eksternal. Ia merupakan sebuah proses yang berakar kuat pada fondasi teologis dan filosofis yang mendalam, yang mengarahkan pergerakan individu dan masyarakat dari kondisi aktual menuju kondisi ideal yang digariskan oleh wahyu. Konsep ini melampaui perubahan materialistik, menyentuh dimensi spiritual, intelektual, dan sosial secara holistik. Untuk memahami esensi transformasi dalam Islam, penelusuran terhadap landasan-landasan utamanya menjadi

sebuah keniscayaan. Landasan tersebut berpijak pada pandangan dunia (*worldview*) Islam yang menempatkan Tuhan sebagai poros realitas, manusia sebagai agen yang bertanggung jawab, dan alam semesta sebagai arena yang penuh makna dan tujuan.

Secara teologis, fondasi utama transformasi terletak pada doktrin **Tawhid**, atau keesaan absolut Tuhan. Tawhid bukan hanya sebuah pengakuan verbal bahwa tiada tuhan selain Allah, melainkan sebuah paradigma yang integral dan transformatif. Dengan menempatkan Allah sebagai satu-satunya sumber nilai, hukum, dan tujuan akhir, seorang individu dibebaskan dari segala bentuk penghambaan kepada ciptaan, baik itu berupa materi, kekuasaan, ideologi, maupun hawa nafsu<sup>1285</sup>. Pembebasan ini merupakan langkah pertama dan paling fundamental dalam proses transformasi diri (*tazkiyat al-nafs*). Ketika seorang manusia menyadari bahwa hanya Allah yang layak disembah dan menjadi tujuan, seluruh orientasi hidupnya akan bergeser. Al-Qur'an secara tegas menyatakan hal ini dalam Surah Al-Ikhlâs, yang merupakan esensi dari ajaran Tawhid, "Katakanlah: 'Dialah Allah, Yang Maha Esa'" (QS. Al-Ikhlâs, 112:1)<sup>1286</sup>. Prinsip ini, menurut Ismail Raji al-Faruqi, berfungsi sebagai prinsip pertama dalam peradaban Islam, yang mengintegrasikan seluruh aspek kehidupan di bawah satu kesadaran ilahiah, mendorong perubahan dari politeisme nilai menuju monoteisme etis<sup>1287</sup>.

Berangkat dari prinsip Tawhid, muncul peran ganda manusia yang unik: sebagai '**abd (hamba)**' dan **khalīfah (wakil Tuhan di muka bumi)**'. Dualitas peran ini menciptakan sebuah ketegangan kreatif

yang mendorong transformasi berkelanjutan. Sebagai 'abd, manusia berada dalam posisi berserah diri, tunduk, dan beribadah kepada Sang Pencipta, mengakui keterbatasan dan kebergantungannya secara absolut. Tujuan penciptaannya pun ditegaskan untuk beribadah, "Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdikan kepada-Ku" (QS. Adz-Dhariyat, 51:56)<sup>1288</sup>. Di sisi lain, sebagai khalifah, manusia diberi mandat, kehormatan, dan amanah untuk mengelola, memakmurkan, dan menjaga keharmonisan di bumi sesuai dengan petunjuk Ilahi (QS. Al-Baqarah, 2:30)<sup>1289</sup>. Posisi khalifah inilah yang melegitimasi peran aktif manusia sebagai agen perubahan. Manusia tidak dipandang sebagai makhluk pasif yang hanya menerima takdir, melainkan sebagai partisipan aktif dalam drama kosmik, yang dituntut untuk berjuang menegakkan keadilan, menyebarkan kebaikan, dan memperbaiki kerusakan di muka bumi. Transformasi sosial, dengan demikian, bukan sekadar pilihan, melainkan sebuah implikasi logis dari amanah kekhalifahan tersebut<sup>1290</sup>.

Secara filosofis, transformasi dalam Islam didasarkan pada pandangan bahwa alam semesta dan kehidupan manusia bersifat **teleologis**, artinya memiliki tujuan akhir (*ghāyah*). Penciptaan tidaklah sia-sia (*'abathan*), melainkan dirancang dengan hikmah dan tujuan yang agung. Al-Qur'an mempertanyakan pandangan hidup yang nihilistik, "Maka apakah kamu mengira, bahwa sesungguhnya Kami menciptakan kamu secara main-main (saja), dan bahwa kamu tidak akan dikembalikan kepada Kami?" (QS. Al-Mu'minun, 23:115)<sup>1291</sup>. Adanya tujuan ini memberikan arah

dan makna bagi setiap upaya perubahan. Transformasi diarahkan untuk membawa manusia dan tatanan sosialnya lebih selaras dengan tujuan penciptaan tersebut, yaitu mencapai keridaan Allah dan merealisasikan potensi kemanusiaan yang tertinggi. Seyyed Hossein Nasr menegaskan bahwa seluruh aktivitas manusia, dari yang paling profan hingga yang sakral, dapat menjadi tangga menuju Tuhan jika dilandasi niat yang benar, sebagaimana ditegaskan dalam hadis, "Sesungguhnya setiap amalan tergantung pada niatnya"<sup>1292</sup> .

Lebih lanjut, landasan filosofis transformasi juga termanifestasi dalam konsep **Sunnatullah**, atau hukum-hukum keteraturan Tuhan yang berlaku di alam dan masyarakat. Islam mengajarkan bahwa perubahan tidak terjadi secara ajaib atau arbitrer, melainkan mengikuti pola sebab-akibat yang telah ditetapkan Tuhan. Prinsip ini tertuang dalam ayat yang sangat populer mengenai perubahan sosial: "Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sampai mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri" (QS. Ar-Ra'd, 13:11)<sup>1293</sup> . Ayat ini mengandung implikasi filosofis yang sangat dalam. Ia menempatkan inisiatif dan tanggung jawab perubahan pada manusia itu sendiri. Transformasi dimulai dari ranah internal perubahan pemikiran, mentalitas, spiritualitas, dan moralitas yang kemudian akan bermanifestasi dalam perubahan kondisi eksternal, baik sosial, ekonomi, maupun politik. Fazlur Rahman menafsirkan ayat ini sebagai dorongan bagi umat Islam untuk terlibat secara intelektual dan moral dalam memahami kondisi mereka dan secara aktif merumuskan jalan

keluar berdasarkan bimbingan etis Al-Qur'an<sup>1294</sup> . Dengan demikian, transformasi menuntut adanya ilmu (pemahaman terhadap Sunnatullah) dan amal (upaya konkret untuk berubah).

Sebagai sintesis, landasan teologis dan filosofis ini saling berkelindan membentuk sebuah kerangka kerja yang komprehensif untuk transformasi. Tawhid memberikan **poros vertikal**, yaitu orientasi dan tujuan akhir dari segala perubahan. Peran ganda manusia sebagai 'abd dan khalifah memberikan **legitimasi dan agensi**, menempatkan manusia sebagai subjek aktif perubahan yang bertanggung jawab. Pandangan teleologis memberikan **arah dan makna**, memastikan bahwa perubahan bergerak menuju kesempurnaan (*kamāl*). Sementara itu, konsep Sunnatullah memberikan **mekanisme dan metode**, mendorong pendekatan yang rasional, strategis, dan berbasis pada pemahaman hukum-hukum kausalitas dalam ranah sosial. Transformasi dalam Islam, pada hakikatnya, adalah sebuah perjalanan spiritual dan intelektual yang tak pernah usai; sebuah jihad (perjuangan sungguh-sungguh) untuk terus-menerus menyelaraskan realitas diri dan masyarakat dengan idealisme wahyu, dalam rangka menggapai kebahagiaan hakiki di dunia dan akhirat<sup>12951296</sup> .

### **Kesadaran sebagai Medan Ontologis**

Eksplorasi terhadap hakikat kesadaran (*consciousness*) merupakan salah satu perjalanan intelektual paling fundamental dan berkelanjutan dalam sejarah pemikiran manusia. Jauh dari sekadar produk sampingan aktivitas neurokimiawi otak,

pemahaman yang lebih mendalam menempatkan kesadaran sebagai sebuah medan ontologis sebuah ranah eksistensi fundamental yang tidak hanya merefleksikan realitas, tetapi juga turut serta dalam mengonstruksinya. Dalam medan ini, tiga fakultas utama beroperasi dalam suatu tarian dialektis yang kompleks: rasio (*ratio*), intuisi (*intuitio*), dan ruh. Memahami kesadaran sebagai medan ontologis berarti kita tidak lagi melihatnya sebagai entitas yang terisolasi di dalam kranium, melainkan sebagai sebuah arena dinamis di mana realitas imanen dan transenden saling bertemu dan berinteraksi.

Rasio, sebagai fakultas logis-analitis, berfungsi sebagai arsitek utama dalam membangun pemahaman kita tentang dunia empiris yang teramati. Melalui proses kategorisasi, abstraksi, dan inferensi logis, rasio menyusun data mentah yang diterima oleh pancaindra menjadi sebuah kosmos yang koheren dan dapat diprediksi. Dalam tradisi Pencerahan Barat, rasio didudukkan pada takhta tertinggi kapabilitas manusia, yang puncaknya termanifestasi dalam metodologi ilmiah. Kemampuannya untuk membedah, mengklasifikasikan, dan merumuskan hukum-hukum alamiah telah memungkinkan manusia menguasai lingkungan fisiknya secara luar biasa. Namun, kekuatan rasio ini juga merupakan kelemahannya yang inheren. Ia beroperasi dengan cara memfragmentasi totalitas realitas menjadi bagian-bagian yang dapat dikelola, sehingga berisiko kehilangan pandangan holistik. Immanuel Kant, dalam magnum opusnya, berargumen bahwa rasio hanya dapat mengetahui fenomena (penampakan sesuatu sebagaimana

dipersepsikan), bukan noumena (hakikat sesuatu pada dirinya sendiri)<sup>1297</sup>. Dengan demikian, rasio membangun sebuah model realitas yang fungsional, namun belum tentu merupakan representasi realitas dalam totalitasnya yang paling hakiki.

Jika rasio mendekati realitas secara tidak langsung melalui analisis dan fragmentasi, maka intuisi menawarkan jalan pintas menuju pengetahuan yang bersifat langsung, holistik, dan sintetik. Intuisi bukanlah sekadar firasat atau tebakan acak, melainkan sebuah fakultas kognitif tingkat tinggi yang mampu menangkap esensi suatu fenomena tanpa melalui proses diskursif yang bertele-tele. Filsuf Henri Bergson mengidentifikasi intuisi sebagai metode filsafat yang sejati, yang memungkinkan kita untuk masuk ke dalam "aliran durasi" (*duration*) atau realitas itu sendiri, melampaui representasi spasial dan beku yang diciptakan oleh intelek (rasio)<sup>1298</sup>. Dalam spektrum epistemologi Islam, intuisi beresonansi kuat dengan konsep *ma'rifah* atau *kashf* (penyingkapan), yaitu pengetahuan yang dicurahkan langsung ke dalam hati (*qalb*) seorang pencari spiritual. Ia adalah gerbang yang memungkinkan kesadaran untuk mengakses dimensi realitas yang tidak terjangkau oleh logika formal dan observasi empiris semata, menyajikan kebenaran dalam bentuk kilatan pemahaman yang utuh dan tak terbantahkan.

Pada lapisan terdalam dan paling fundamental dari medan kesadaran ini terletak entitas yang disebut ruh. Dalam kerangka teistik, khususnya Islam, ruh bukanlah sekadar "jiwa" atau aspek psikologis, melainkan substansi ontologis yang menjadi dasar dari

kehidupan dan kesadaran itu sendiri. Al-Qur'an secara tegas menyatakan bahwa ruh adalah entitas yang berasal dari "urusan Tuhanku" (*min amri Rabbi*), sebuah realitas yang hakikatnya berada di luar jangkauan pemahaman manusia yang terbatas<sup>1299</sup>. Ia adalah "hembusan" Ilahi yang ditiupkan ke dalam diri manusia, yang menjadikannya lebih dari sekadar materi biologis<sup>1300</sup>. Dalam konteks ini, ruh adalah substansi dasar atau "kain" dari mana medan kesadaran ditenun. Ia bukan objek *dalam* kesadaran, melainkan sumber kesadaran itu sendiri. Ruh bertindak sebagai prinsip pemersatu yang melandasi dan memungkinkan bekerjanya rasio dan intuisi. Tanpa ruh sebagai sumber cahaya primordial, baik lensa rasio maupun cermin intuisi tidak akan mampu merefleksikan apa pun.

Sintesis dari ketiga elemen ini dalam medan ontologis kesadaran melahirkan sebuah pemahaman yang komprehensif. Rasio, intuisi, dan ruh tidak beroperasi secara terpisah, melainkan dalam sebuah hierarki dan interkoneksi yang dinamis. Rasio menyediakan struktur bagi pengalaman duniawi; intuisi memberikan akses kilat menuju pemahaman yang lebih dalam dan makna yang tersembunyi; sementara ruh menjadi fondasi eksistensial yang mengaktifkan dan menyatukan keduanya, serta menghubungkan kesadaran individu dengan Realitas Absolut. Fisikawan David Bohm, dengan teorinya tentang *implicate and explicate order*, menawarkan sebuah analogi yang kuat. Realitas yang kita persepsikan melalui rasio adalah *explicate order* (tatanan yang terbentang), sementara ruh dan intuisi beroperasi pada level *implicate order* (tatanan yang

terlipat), sebuah dimensi realitas yang lebih dalam, holistik, dan menjadi sumber dari segala yang termanifestasi<sup>1301</sup>. Dengan demikian, kesadaran bukanlah sebuah epifenomena, melainkan sebuah medan partisipatoris di mana ruh sebagai substansi dasar terungkap melalui kilatan-kilatan intuitif dan kemudian diartikulasikan serta distrukturkan oleh rasio. Mengakui dan mengintegrasikan ketiga dimensi ini secara harmonis adalah kunci untuk merealisasikan potensi penuh kesadaran manusia sebuah perjalanan dari pengetahuan tentang dunia menuju pengetahuan tentang Diri dan, pada akhirnya, Sang Sumber dari segala realitas.

### **Teori Spektrum Kesadaran (Wilber, Ibn 'Arabī, Vedanta)**

Eksplorasi terhadap hakikat kesadaran manusia merupakan salah satu pencarian intelektual dan spiritual tertua dalam peradaban. Jauh dari sekadar fenomena biologis tunggal yang berpusat pada ego, berbagai tradisi kebijaksanaan dan pemikiran modern mengemukakan bahwa kesadaran beroperasi dalam sebuah spektrum atau tingkatan yang berlapis. Konsep ini menyiratkan bahwa realitas yang kita persepsikan dan identitas diri yang kita rasakan bukanlah entitas statis, melainkan bagian dari sebuah kontinum luas yang merentang dari tingkat paling dasar dan material hingga puncak pengalaman transenden dan non-dual.

Dalam panorama pemikiran kontemporer, Ken Wilber muncul sebagai salah satu teoretikus paling sistematis dalam memetakan perkembangan kesadaran manusia. Melalui karyanya *The Spectrum of Consciousness*, Wilber mengusulkan sebuah model hierarkis di

mana setiap tingkat kesadaran yang lebih tinggi melampaui sekaligus mencakup (transcends and includes) tingkat sebelumnya, sebuah prinsip yang ia sebut sebagai *holon*<sup>1302</sup>. Spektrum Wilber secara garis besar terbagi menjadi tiga domain utama: pre-personal, personal, dan trans-personal. Domain pre-personal mencakup tahap-tahap awal perkembangan, dari sensori-fisik hingga pembentukan konsep-konsep dasar, di mana sang diri belum sepenuhnya terdiferensiasi dari lingkungan. Domain personal adalah ranah ego yang matang, ditandai oleh kemampuan berpikir rasional, logis-formal, dan refleksi diri yang stabil. Di sinilah sebagian besar psikologi Barat konvensional memfokuskan analisisnya<sup>1303</sup>.

Namun, Wilber berargumen bahwa perkembangan manusia tidak berhenti pada tahap personal. Melampaui ego rasional terdapat domain trans-personal, di mana kesadaran mulai melampaui identitas individu yang sempit. Tahapan ini mencakup tingkat psikis (kemampuan intuitif yang lebih tinggi), tingkat subtil (*subtle*) yang berhubungan dengan pengalaman arketipal dan cahaya batiniah, tingkat kausal (*causal*) yang merupakan gerbang menuju ketiadaan bentuk dan kesadaran murni, hingga puncaknya pada kesadaran Non-Dual atau Kesatuan Ultimate. Dalam model ini, setiap tingkat memiliki struktur, pandangan dunia, dan bahkan patologinya sendiri. Kesalahan dalam memahami spektrum ini, yang disebut Wilber sebagai "kekeliruan pre/trans" (*pre/trans fallacy*), adalah kecenderungan untuk menyamakan keadaan pre-personal yang non-rasional dengan keadaan trans-personal yang trans-

rasional, padahal keduanya secara fundamental berbeda dalam kompleksitas dan tingkat integrasinya<sup>1304</sup>.

Jauh sebelum Wilber, seorang mistikus dan filsuf Islam Andalusia, Muḥyī al-Dīn Ibn ‘Arabī, yang dijuluki *al-Shaykh al-Akbar* (Guru Teragung), telah merumuskan sebuah kosmologi dan ontologi yang sangat kompleks yang secara implisit merupakan peta kesadaran. Berlandaskan doktrin *Waḥdat al-Wujūd* (Kesatuan Wujud), Ibn ‘Arabī memandang seluruh realitas sebagai manifestasi (*tajallī*) dari Wujud Absolut (Tuhan). Proses manifestasi ini tidak terjadi secara acak, melainkan melalui tingkatan-tingkatan ontologis yang disebut *marātib al-wujūd* atau *ḥaḍarāt* (kehadiran-kehadiran ilahi)<sup>1305</sup>. Meskipun sering dijelaskan dalam berbagai skema, model yang paling dikenal adalah *Martabat Tujuh* (Tujuh Tingkatan Wujud), yang merefleksikan perjalanan dari Keesaan Absolut menuju kemajemukan dunia fisik, dan sebaliknya, perjalanan jiwa manusia (*suluk*) kembali kepada Asalnya.

Tingkatan-tingkatan tersebut adalah: (1) *Ahadiyyah*, tingkat Keesaan Absolut yang tak terbedakan; (2) *Wahdah*, tingkat Kesatuan di mana potensi nama-nama dan sifat-sifat ilahi ada secara implisit; (3) *Wāhidiyyah*, di mana sifat-sifat ilahi mulai terdiferensiasi sebagai entitas-entitas tetap (*al-a’yān al-thābitah*); (4) *‘Ālam al-Arwāḥ* (Dunia Ruh), alam para malaikat dan ruh murni; (5) *‘Ālam al-Mithāl* (Dunia Imajinasi Kreatif atau *Barzakh*), alam pertengahan antara yang murni spiritual dan material; (6) *‘Ālam al-Ajsām* (Dunia Fisik), alam inderawi yang kita huni; dan (7) *al-Insān al-Kāmil* (Manusia Sempurna), yang merupakan mikrokosmos yang

menyatukan semua tingkatan sebelumnya dalam dirinya<sup>1306</sup>. Perjalanan seorang salik adalah perjalanan menaik melalui lapisan-lapisan kesadaran ini, dari kesadaran fisik menuju realisasi kesatuan primordialnya dengan Tuhan, sebuah perjalanan yang diisyaratkan dalam Al-Quran mengenai perjalanan spiritual seperti Mi'raj Nabi Muhammad<sup>1307</sup>.

Dalam tradisi filsafat Hindu, khususnya sekolah Advaita Vedanta, konsep spektrum kesadaran dijelaskan melalui doktrin *Pañca-Kośa* (Lima Selubung). Teori ini, yang dijelaskan secara rinci dalam *Taittiriya Upanishad*, menyatakan bahwa Diri sejati, atau *Ātman*, tersembunyi di balik lima lapisan atau selubung yang menyusun eksistensi individu<sup>1308</sup>. *Ātman* pada hakikatnya identik dengan *Brahman*, Realitas Ultimate yang tak terhingga dan non-dual. Tujuan hidup spiritual adalah untuk menembus atau mentransendensikan selubung-selubung ini untuk merealisasikan identitas sejati kita.

Kelima *kośa* tersebut adalah: (1) *Annamaya kośa*, selubung makanan atau tubuh fisik yang paling luar dan paling kasar; (2) *Prāṇamaya kośa*, selubung energi vital atau *prāṇa* yang menghidupkan tubuh fisik; (3) *Manomaya kośa*, selubung pikiran atau mental-emosional, tempat beroperasinya indera, emosi, dan pikiran diskursif; (4) *Vijñānamaya kośa*, selubung kebijaksanaan atau intelek yang lebih tinggi, tempat intuisi, diskriminasi, dan kehendak; dan (5) *Ānandamaya kośa*, selubung kebahagiaan (*bliss*), lapisan terdalam dan paling halus yang merupakan refleksi dari kebahagiaan *Ātman* itu sendiri<sup>1309</sup>. Namun, bahkan *Ānandamaya*

*kośa* masih dianggap sebagai selubung karena masih mengandung dualitas halus antara subjek yang mengalami kebahagiaan dan kebahagiaan itu sendiri. Puncak realisasi, atau *mokṣa*, terjadi ketika seseorang melampaui kelima *kośa* ini dan bersemayam dalam sifat asli *Ātman* yang merupakan *Sat-Cit-Ānanda* (Wujud-Kesadaran-Kebahagiaan) murni, di luar segala bentuk dan atribut<sup>1310</sup>.

Ketika ketiga model ini ditempatkan berdampingan, muncul sebuah paralelisme yang mencengangkan. Meskipun menggunakan terminologi yang berbeda psikologis (Wilber), metafisik-ontologis (Ibn ‘Arabī), dan soteriologis-filosofis (Vedanta) ketiganya menggambarkan struktur kesadaran yang berlapis-lapis secara hierarkis.

- **Tingkat Fisik dan Mental-Egoik:** *Annamaya, Prāṇamaya,* dan *Manomaya kośa* dalam Vedanta berkorespondensi erat dengan domain pre-personal dan personal awal Wilber (sensori-fisik, emosional, pikiran representasional). Ini juga setara dengan ‘*Ālam al-Ajsām* (Dunia Fisik) dan aspek psikologis manusia dalam pandangan Ibn ‘Arabī, di mana kesadaran terikat pada tubuh dan pikiran egoik (*nafs*).
- **Tingkat Intelekt Tinggi dan Intuitif:** *Vijñānamaya kośa* Vedanta, yang merupakan ranah kebijaksanaan dan intuisi, sejajar dengan tingkat Visi-Logika dan Psikis dalam spektrum Wilber. Ini dapat disamakan dengan ‘*Ālam al-Mithāl* Ibn ‘Arabī, dunia Imajinasi di mana bentuk-bentuk spiritual dipersepsikan secara intuitif, bukan melalui indera fisik atau logika murni.

- **Tingkat Transenden dan Kausal:** *Ānandamaya kośa* Vedanta, serta tingkat Subtil dan Kausal Wilber, menunjuk pada pengalaman kesadaran yang melampaui dualitas subjek-objek. Ini adalah ranah *‘Ālam al-Arwāḥ* (Dunia Ruh) dan bahkan lebih tinggi lagi, *Wāḥidiyyah*, dalam kosmologi Ibn ‘Arabī, di mana kesadaran mengalami kedekatan dengan sumber ilahi yang merupakan asal-usul segala bentuk.
- **Tingkat Non-Dual Ultimate:** Puncak dari ketiga sistem ini adalah realisasi Kesatuan Non-Dual. Bagi Wilber, ini adalah Kesadaran Non-Dual. Bagi Vedanta, ini adalah realisasi *Ātman=Brahman*. Bagi Ibn ‘Arabī, ini adalah pencapaian maqam *al-Insān al-Kāmil* yang merealisasikan *Waḥdat al-Wujūd*, di mana ia menjadi cermin sempurna bagi Realitas Ilahi (*al-Ḥaqq*). Tujuan akhirnya sama: transendensi total dari diri yang terbatas dan peleburan dalam Realitas Absolut<sup>1311</sup>.

Analisis komparatif terhadap model kesadaran dari Ken Wilber, Ibn ‘Arabī, dan tradisi Vedanta mengungkapkan adanya sebuah "filsafat perenial" (*philosophia perennis*) mengenai struktur batin manusia. Konvergensi yang mendalam di antara psikologi transpersonal modern, metafisika Islam abad pertengahan, dan filsafat Hindu kuno menunjukkan bahwa spektrum kesadaran bukanlah sekadar konstruksi teoretis yang arbitrer, melainkan sebuah peta realitas pengalaman yang telah ditemukan dan divalidasi berulang kali oleh para penjelajah dunia batin di berbagai budaya dan zaman. Pemahaman terhadap spektrum ini tidak hanya memperkaya wawasan akademis kita, tetapi juga menawarkan

sebuah kerangka kerja yang kuat untuk pengembangan potensi manusia. Ia menegaskan bahwa kesadaran rasional-egoik, yang sering dianggap sebagai puncak evolusi manusia oleh dunia modern, hanyalah sebuah stasiun dalam perjalanan yang jauh lebih besar menuju realisasi hakikat kita yang paling dalam: kesatuan dengan Wujud itu sendiri.

### **Hakikat Kesadaran Diri dalam Dua Kutub**

#### **Integrasi Rasionalitas dan Spiritualitas dalam Pendidikan Ruh**

Kesadaran diri (*self-awareness*), dalam diskursus filsafat dan spiritualitas, merupakan gerbang fundamental menuju pemahaman eksistensi yang lebih tinggi. Ia bukanlah sekadar kemampuan untuk mengenali diri secara fisik atau psikologis, melainkan sebuah proses kontemplatif yang mendalam untuk memahami hakikat, tujuan, dan posisi diri dalam skema kosmik yang agung. Dalam tradisi pemikiran Islam, perjalanan menuju kesadaran diri ini bertumpu pada dua pilar utama yang seringkali tampak berlawanan, namun sesungguhnya komplementer: berpikir (*fikr* atau *tafakkur*) dan berdzikir (*dzikr* atau *tadhakkur*). Keduanya merepresentasikan dua kutub kapasitas manusia kutub rasionalitas intelektual dan kutub spiritualitas intuitif. Memahami hakikat kesadaran diri berarti menavigasi dan mengharmonisasikan interaksi dinamis antara kedua kutub ini, di mana akal yang tercerahkan dan kalbu yang hidup saling menyempurnakan dalam sebuah simfoni ontologis.

Kutub pertama, berpikir, adalah manifestasi dari anugerah ilahi yang disebut akal (*'aql*). Melalui akal, manusia diamanahi kapasitas

untuk mengamati, menganalisis, membuat distingsi, dan menarik kesimpulan logis dari fenomena alam semesta (*ayat kauniyah*) maupun teks suci (*ayat qauliyah*). Proses *tafakkur* atau refleksi mendalam merupakan sebuah aktivitas intelektual yang bernilai ibadah, sebagaimana diisyaratkan dalam sebuah riwayat untuk merenungkan ciptaan Allah.<sup>1312</sup> Dalam kerangka ini, rasionalitas bukanlah musuh spiritualitas, melainkan alat vital untuk menyingkap jejak-jejak Kebesaran Tuhan di alam raya. Para filsuf Muslim seperti Ibnu Rusyd (Averroes) menegaskan bahwa tidak ada pertentangan hakiki antara kebenaran yang diungkap melalui filsafat (demonstrasi rasional) dan wahyu, karena keduanya berasal dari sumber yang sama.<sup>1313</sup> Dengan demikian, aktivitas berpikir menjadi medium untuk mengesahkan keyakinan, mengubah iman yang bersifat warisan (*taqlid*) menjadi iman yang berbasis pembuktian (*tahqiq*), dan pada akhirnya, menuntun individu pada pengakuan akan adanya Realitas Absolut yang mengatur segalanya dengan presisi yang menakjubkan.

Di sisi lain, kutub berdzikir merepresentasikan dimensi batiniah manusia, sebuah perjalanan ke dalam diri untuk terhubung dengan Realitas Transendental melalui kalbu (*qalb*). Jika berpikir adalah aktivitas ekspansif yang menjelajahi horizon eksternal, maka berdzikir adalah gerak intensif yang menyelami kedalaman internal. *Dzikrullah* (mengingat Allah) bukanlah sekadar repetisi verbal, melainkan sebuah kondisi kesadaran permanen yang membuat kalbu senantiasa hidup dan terjaga dalam naungan Ilahi. Al-Qur'an secara tegas menyatakan bahwa hanya dengan

mengingat Allah hati menjadi tenteram.<sup>1314</sup> Ini adalah ranah epistemologi hati (*ma'rifah qalbiyyah*), di mana pengetahuan tidak lagi diperoleh melalui inferensi logis, melainkan melalui penyingkapan spiritual (*kashf*) dan iluminasi langsung dari Tuhan. Spiritualitas yang berpusat pada *dzikir* berfungsi sebagai penyeimbang bagi potensi arogansi intelektual, mengingatkan bahwa setinggi apa pun pencapaian akal, ia tetap terbatas dan membutuhkan cahaya petunjuk dari sumber segala pengetahuan.

Problem mendasar dalam paradigma modernitas sekuler adalah terjadinya dikotomi tajam antara rasionalitas dan spiritualitas. Rasionalitas yang terlepas dari akar spiritualnya cenderung melahirkan sains dan teknologi yang kering, positivistik, dan berpotensi dehumanisasi. Ia mampu membedah anatomi alam semesta, namun gagal memberikan makna dan tujuan. Sebaliknya, spiritualitas yang menolak peran akal sehat dapat terperosok ke dalam eskapisme, khurafat, dan sikap pasif terhadap problematika dunia. Keduanya menjadi pincang dan tidak mampu mengantarkan manusia pada realisasi potensi kemanusiaannya secara utuh. Oleh karena itu, *Pendidikan Ruh (Tarbiyah Ruhiyyah)* hadir sebagai sebuah kerangka pedagogis holistik yang bertujuan untuk menyatukan kembali dua kutub yang terpisah ini.

Integrasi rasionalitas dan spiritualitas dalam pendidikan ruh bukanlah sebuah pencampuran eklektik, melainkan sebuah sintesis organik yang saling menguatkan. Dalam model ini, aktivitas berpikir (*tafakkur*) tidak berhenti pada kesimpulan logis, tetapi dilanjutkan hingga menimbulkan rasa takjub (*wonder*), kerendahan hati, dan

pengagungan kepada Sang Pencipta, yang merupakan esensi dari *dzikir*. Sebaliknya, aktivitas *dzikir* memberikan konteks, arah, dan tujuan spiritual bagi setiap penjelajahan intelektual. Ia memastikan bahwa ilmu pengetahuan yang dikuasai tidak menjadi instrumen kesombongan, melainkan sarana untuk lebih mengenal Tuhan (*ma'rifatullah*) dan mengabdikan kepada kemanusiaan. Al-Ghazali, dalam magnum opusnya *Ihya' 'Ulum al-Din*, mengibaratkan akal sebagai lampu dan kalbu sebagai minyaknya; lampu tidak akan menyala tanpa minyak, dan minyak tidak akan memberi cahaya tanpa lampu.<sup>1315</sup> Analogi ini secara cemerlang menggambarkan interdependensi mutlak antara akal dan kalbu.

Pada hakikatnya, pendidikan ruh adalah proses memahat kesadaran diri untuk menjadi cermin yang jernih bagi Sifat-Sifat Ilahi. Proses ini meniscayakan keseimbangan dinamis antara berpikir dan berdzikir, antara ilmu dan amal, antara syariat (dimensi eksternal) dan hakikat (dimensi internal). Manusia paripurna (*al-insan al-kamil*) bukanlah seorang intelektual murni yang kalbunya beku, bukan pula seorang sufi yang mengabaikan tuntutan akal dan tanggung jawab sosialnya. Ia adalah sosok yang pikirannya setajam pisau analisis dan dzikirnya menghidupkan kalbunya, yang mampu melihat jejak Tuhan dalam rumus matematika sejelas ia merasakannya dalam keheningan doa.<sup>1316</sup> Dengan demikian, integrasi kedua kutub ini dalam pendidikan ruh menjadi jalan utama untuk melahirkan individu-individu yang memiliki kesadaran diri sejati: sadar akan kehambaannya di hadapan Tuhan, dan sadar akan kekhalifahannya di muka bumi.

## **Dzikir sebagai Praktik Pembebasan Ego (Tazkiyat al-Nafs)**

Dalam tradisi spiritual Islam, perjalanan menuju Tuhan (Allah SWT) secara inheren merupakan sebuah perjalanan ke dalam diri. Konsep sentral dalam perjalanan introspektif ini adalah *Tazkiyat al-Nafs*, atau penyucian jiwa, sebuah proses transformatif untuk membersihkan hati dari segala sesuatu yang menghalangi kehadiran Ilahi. Praktik ini berakar pada pemahaman bahwa elemen paling fundamental sekaligus paling problematis dalam diri manusia adalah *nafs* ego, diri, atau jiwa rendah yang cenderung pada kealpaan dan pemujaan diri. Oleh karena itu, diperlukan sebuah metodologi spiritual yang kuat untuk mendekonstruksi benteng ego dan membebaskan kesadaran dari belenggunya. Dalam khazanah tasawuf, dzikir (mengingat Allah) menempati posisi sebagai teknologi psikospiritual yang paling utama dan efektif untuk mencapai pembebasan ego tersebut. Dzikir bukanlah sekadar pengucapan ritualistik, melainkan sebuah mekanisme sadar untuk mengalihkan pusat gravitasi kesadaran dari "aku" (ego) menuju "Dia" (Tuhan), sebuah proses yang mendasari seluruh esensi penyucian jiwa.

Secara konseptual, ego atau *nafs* dalam ajaran Al-Quran digambarkan memiliki berbagai tingkatan, dengan yang paling rendah dan berbahaya adalah *Nafs al-Ammarah bi al-Su'*, yakni jiwa yang secara imperatif memerintahkan kepada keburukan.<sup>1317</sup> Jiwa pada level ini didominasi oleh hasrat, amarah, kesombongan (*kibr*), dan keterikatan buta pada dunia materi, yang semuanya

merupakan manifestasi dari ego yang tidak terkendali. Ego yang berpusat pada diri sendiri menciptakan ilusi kemandirian dan keutamaan, menjadikan manusia lupa akan asal-usul dan tujuan sejatinya sebagai hamba. Pemikir besar seperti Imam Al-Ghazali dalam magnum opusnya, *Ihya Ulum al-Din*, mengibaratkan perjuangan melawan *nafs* ini sebagai "jihad terbesar" (*al-jihad al-akbar*), sebuah pertempuran internal yang jauh lebih berat daripada pertempuran fisik.<sup>1318</sup> Ego, dalam pandangan ini, adalah tabir (*hijab*) paling tebal yang memisahkan manusia dari Realitas Absolut.

Di sinilah dzikir berfungsi sebagai instrumen pembebasan. Praktik dzikir, baik melalui lisan (*jahri*) maupun hati (*khafi*), bekerja dengan prinsip substitusi dan penumpukan kognitif. Monolog internal ego yang konstan yang dipenuhi dengan kekhawatiran, keinginan, dan narasi tentang diri sendiri secara perlahan digantikan oleh pengulangan Nama-Nama Tuhan (seperti *Allah, Hu, ar-Rahman*) atau frasa-frasa suci (seperti *La ilaha illallah*). Pengulangan ini bukan bertujuan mengosongkan pikiran, melainkan mengisinya dengan objek kesadaran tertinggi. William C. Chittick, seorang sarjana tasawuf kontemporer, menjelaskan bahwa esensi dzikir adalah mengalihkan fokus dari ciptaan (*makhluk*) kepada Pencipta (*Khaliq*), sehingga atribut-atribut ego yang bersifat nisbi dan sementara terkikis oleh kesadaran akan Yang Mutlak dan Abadi.<sup>1319</sup> Dengan demikian, dzikir secara sistematis membongkar struktur mental yang menopang ego, membiarkannya larut dalam lautan kesadaran akan Tuhan. Dimensi neurosaintifik modern bahkan memberikan pemahaman komplementer terhadap

mekanisme ini. Praktik meditasi repetitif, yang memiliki kemiripan struktural dengan dzikir, terbukti dapat memengaruhi aktivitas otak. Penelitian menunjukkan bahwa praktik semacam ini dapat mengurangi aktivitas di dalam *Default Mode Network* (DMN), yakni jaringan otak yang aktif saat seseorang melamun, memikirkan diri sendiri, masa lalu, dan masa depan yang secara esensial merupakan basis neurologis dari ego.<sup>1320</sup> Ketika DMN kurang aktif, individu mengalami keadaan "kehadiran saat ini" (*mindfulness*) yang lebih dalam dan perasaan keterhubungan yang melampaui batas-batas diri yang sempit. Dzikir, dengan ritme dan fokusnya yang konstan, dapat dihipotesiskan menginduksi keadaan serupa, menenangkan "obrolan ego" dan membuka ruang bagi persepsi spiritual yang lebih halus dan transenden. Ini selaras dengan firman Allah dalam Al-Quran, "...Hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram."<sup>1321</sup>

Pada akhirnya, pembebasan ego melalui dzikir tidak berarti pemusnahan total terhadap diri, melainkan sebuah transformasi luhur. Ego yang liar (*Nafs al-Ammarah*) didisiplinkan hingga berevolusi menjadi *Nafs al-Lawwamah* (jiwa yang mencela dirinya sendiri atas kekurangan), dan puncaknya mencapai tingkatan *Nafs al-Mutma'innah* (jiwa yang tenang dan damai).<sup>1322</sup> Jiwa yang telah mencapai ketenangan ini adalah jiwa yang egonya telah tunduk sepenuhnya kepada kehendak Ilahi, menemukan kebebasan sejati bukan dalam pemenuhan hasrat diri, melainkan dalam kepasrahan total kepada Sang Pencipta. Transformasi ini adalah buah dari konsistensi berdzikir, di mana hati yang semula "mati" karena

kealpaan dihidupkan kembali oleh cahaya ingatan kepada Tuhan, sebagaimana disabdakan oleh Nabi Muhammad SAW.<sup>1323</sup> Dengan demikian, dzikir terbukti menjadi jalan utama dalam *Tazkiyat al-Nafs*, sebuah praktik pembebasan yang mengembalikan manusia pada fitrahnya yang paling murni: sebagai cermin yang bersih yang siap memantulkan Cahaya Ilahi tanpa distorsi dari sang ego.

### **Meditasi Buddhis, Dhyāna Hindu, dan Pengosongan Ego**

Pencarian manusia akan pemahaman diri yang mendalam dan transendensi dari penderitaan telah melahirkan berbagai tradisi kontemplatif yang kaya di seluruh dunia. Di antara yang paling kuno dan sistematis adalah tradisi meditasi yang berakar dalam Hinduisme dan Buddhisme. Meskipun keduanya muncul dari lanskap spiritual India kuno dan memiliki terminologi yang tumpang tindih, pendekatan mereka terhadap praktik meditatif dan tujuan akhirnya terutama dalam konteks "pengosongan ego" menunjukkan perbedaan filosofis yang subtil namun fundamental. Dhyāna dalam tradisi Hindu dan berbagai bentuk meditasi dalam Buddhisme, seperti *Vipassanā*, secara konvergen mengarah pada dekonstruksi identitas diri konvensional, sebuah proses yang dalam psikologi modern dikenal sebagai disolusi atau pengosongan ego (*ego dissolution*). Bagian ini akan menguraikan kerangka teoretis dan metodologis dari kedua tradisi tersebut, membandingkan tujuan soteriologisnya, dan menghubungkannya dengan pemahaman ilmiah kontemporer mengenai kesadaran dan diri.

Dalam tradisi Hindu, khususnya dalam sistem Yoga yang dikodifikasikan oleh Patañjali dalam Yoga Sūtra, Dhyāna merupakan anggota ketujuh dari delapan tungkai (Aṣṭāṅga Yoga). Ia didefinisikan sebagai aliran kesadaran yang terfokus dan tidak terputus pada satu objek, yang muncul secara alami setelah penguasaan *Dhāraṇā* (konsentrasi).<sup>1324</sup>

Tujuandari *Dhyāna* bukanlah sekadar menenangkan pikiran, melainkan untuk melampaui identifikasi diri dengan *Ahaṃkāra* prinsip ego atau "pembuat-aku" yang merupakan produk dari *prakṛti* (materi/alam). Dalam filsafat Sāṃkhya-Yoga, *Ahaṃkāra* dianggap sebagai sumber ilusi yang membuat kesadaran murni (*Puruṣa*) secara keliru mengidentifikasi dirinya dengan fluktuasi pikiran (*citta-vṛtti*) dan pengalaman duniawi. Melalui *Dhyāna*, praktisi secara bertahap melemahkan cengkeraman *Ahaṃkāra* ini, memungkinkan sang pengamat (kesadaran) untuk menyaksikan objek tanpa terdistorsi oleh narasi "aku", "milikku", atau "diriku". Proses ini memuncak pada *Samādhi*, di mana dualitas antara subjek dan objek lenyap, dan entitas individu (*Ātman*) menyadari kesatuannya dengan realitas absolut (*Brahman*). Pengosongan ego di sini adalah sebuah transendensi melepaskan ego yang terbatas untuk merealisasikan Diri yang universal dan sejati.<sup>1325</sup>

Di sisi lain, tradisi Buddhis mendekati pengosongan ego dari fondasi filosofis yang berbeda secara radikal, yaitu doktrin *Anattā* (tanpa-diri atau *non-self*). Buddhisme menegaskan bahwa tidak ada entitas yang permanen, substansial, dan

independen yang dapat disebut sebagai "diri" atau "jiwa". Apa yang kita anggap sebagai "aku" hanyalah sebuah agregat atau himpunan dari lima kelompok (*pañca-khandha*) yang terus berubah: bentuk fisik, perasaan, persepsi, bentukan mental, dan kesadaran.<sup>1326</sup> Praktik meditasi seperti *Vipassanā* (pandangan terang) dirancang secara eksplisit untuk menyelidiki dan memverifikasi kebenaran *Anattā* ini secara langsung melalui pengalaman. Meditator dilatih untuk mengamati muncul dan lenyapnya fenomena fisik dan mental tanpa keterikatan atau penolakan. Melalui pengamatan yang tajam ini, ilusi tentang adanya seorang pengamat atau pengendali yang solid di balik pengalaman mulai terkikis. Pengosongan ego dalam konteks Buddhis bukanlah penghancuran sesuatu yang riil, melainkan sebuah realisasi mendalam bahwa "ego" itu sendiri tidak pernah ada sejak awal; ia hanyalah sebuah konstruksi konseptual yang fungsional namun pada akhirnya kosong dari esensi inheren.<sup>1327</sup> Nirvana, tujuan akhir, dicapai bukan dengan menyatukan diri dengan sesuatu yang lebih besar, melainkan dengan memadamkan kehausan (*taṇhā*) dan kebodohan (*avijjā*) yang melanggengkan ilusi diri dan siklus penderitaan (*samsāra*).

Meskipun fondasi filosofisnya berbeda transendensi ego menuju Diri Universal (*Ātman-Brahman*) dalam Hinduisme versus realisasi ketiadaan inheren dari diri (*Anattā*) dalam Buddhisme titik temu fenomenologis dari kedua praktik ini sangat signifikan. Keduanya mengakui bahwa identifikasi yang kaku dengan narasi diri yang terbatas adalah akar dari penderitaan psikologis. Keduanya

menggunakan teknik atensi yang canggih untuk mendekonstruksi kebiasaan mental ini. Pengalaman yang digambarkan oleh para praktisi tingkat lanjut dari kedua tradisi seringkali serupa: rasa keterhubungan yang mendalam, lenyapnya batas antara diri dan dunia luar, serta ketenangan yang lahir dari berhentinya aktivitas ego yang terus-menerus cemas dan menginginkan. Konvergensi ini menunjukkan bahwa meskipun interpretasi metafisiknya berbeda, mekanisme psikologis yang mendasari pembebasan dari cengkeraman ego mungkin bersifat universal.<sup>1328</sup>

Perspektif ilmiah modern, khususnya dari bidang neurosains kontemplatif, memberikan kerangka kerja baru untuk memahami fenomena pengosongan ego ini. Penelitian menggunakan pencitraan otak fungsional (fMRI) telah mengidentifikasi jaringan otak yang disebut *Default Mode Network* (DMN), yang aktif selama pikiran mengembara, berpikir tentang diri sendiri (*self-referential thought*), dan merekonstruksi masa lalu atau merencanakan masa depan semua fungsi yang terkait erat dengan ego. Menariknya, studi pada meditator berpengalaman menunjukkan adanya penurunan aktivitas yang signifikan pada DMN selama meditasi mendalam.<sup>1329</sup> Penurunan aktivitas ini berkorelasi dengan laporan subjektif para meditator tentang melemahnya rasa diri, hilangnya dialog internal, dan pengalaman "kesatuan tanpa batas". Temuan ini memberikan bukti neurologis bahwa praktik Dhyāna dan Vipassanā secara harfiah dapat "menenangkan" sirkuit otak yang bertanggung jawab untuk menciptakan dan mempertahankan narasi ego yang terpisah. Dengan demikian, pengosongan ego

bukan lagi sekadar konsep mistis, tetapi juga fenomena neuro-psikologis yang dapat diamati dan dipelajari, yang menandai pergeseran mendasar dalam mode pemrosesan kesadaran, dari yang berpusat pada diri menjadi berpusat pada pengalaman saat ini.<sup>1330</sup>

Baik Meditasi Buddhis maupun Dhyāna Hindu menawarkan jalur yang mendalam untuk mengatasi problem fundamental eksistensi manusia: ilusi keterpisahan yang diciptakan oleh ego. Dhyāna Hindu membingkainya sebagai proses transendensi untuk menyadari Diri sejati yang universal, sementara Meditasi Buddhis mendekatinya sebagai realisasi ketiadaan esensi dari diri itu sendiri. Perbedaan filosofis ini, bagaimanapun, mengarah pada tujuan praktis yang sama: dekonstruksi konstruksi ego yang menjadi sumber penderitaan. Validasi dari neurosains kontemporer memperkuat pandangan bahwa teknik-teknik kuno ini adalah teknologi kesadaran yang sangat canggih. Mereka mampu merekayasa ulang pengalaman subjektif tentang realitas dengan cara melepaskan individu dari tirani narasi "aku", membuka jalan menuju kebebasan, kedamaian, dan pemahaman yang lebih otentik tentang hakikat keberadaan.

### **Dzikir, Meditasi, dan Pemusatan Kesadaran Transendental**

Dalam khazanah peradaban manusia, pencarian akan makna dan koneksi yang melampaui realitas material merupakan sebuah impuls universal. Pencarian ini termanifestasi dalam berbagai praktik spiritual dan kontemplatif yang, meskipun lahir dari matriks

budaya dan doktrin yang berbeda, menunjukkan konvergensi yang menakjubkan pada tataran tujuan dan mekanisme. Di antara berbagai praktik tersebut, Dzikir dalam tradisi Islam dan Meditasi dalam berbagai tradisi Timur dan Barat menonjol sebagai dua jalan utama menuju pemusatan kesadaran yang lebih tinggi, atau apa yang dapat kita sebut sebagai kesadaran transendental.

Dzikir, yang secara harfiah berarti "mengingat" atau "menyebut", merupakan praktik sentral dalam spiritualitas Islam (Sufisme). Namun, pemaknaannya jauh melampaui tindakan verbal semata. Ia adalah sebuah teknologi spiritual yang dirancang untuk memoles cermin kalbu (*qalbu*) agar mampu merefleksikan Cahaya Ilahi. Al-Qur'an secara tegas menyatakan bahwa ketenangan sejati bersemayam dalam aktivitas ini: "...hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram"<sup>1331</sup>(QS. Ar-Ra'd: 28). Tujuan esensial dari dzikir bukanlah sekadar repetisi nama-nama Tuhan secara mekanis, melainkan untuk mencapai kondisi *hudlur al-qalb* (kehadiran hati), di mana kesadaran seorang individu secara konstan tertuju kepada Yang Absolut. Melalui pengulangan ritmis kalimat suci seperti *tahlil* (*La ilaha illallah*) atau asmaul husna, seorang praktisi secara bertahap menonaktifkan "suara" ego dan pikiran-pikiran duniawi yang acak, mengarahkan seluruh fakultas kognitif dan afektifnya menuju satu titik fokus tunggal: Tuhan. Proses ini, dalam terminologi tasawuf, adalah sebuah upaya untuk mengikis karat dari hati, sehingga esensi spiritual manusia dapat bersinar tanpa halangan.<sup>1332</sup> Pada spektrum yang berbeda namun secara fungsional serupa, meditasi hadir sebagai kerangka kerja universal

untuk melatih perhatian dan kesadaran. Praktik seperti meditasi kesadaran penuh (*mindfulness meditation*) yang dipopulerkan di Barat oleh Jon Kabat-Zinn, mengajak individu untuk mengamati napas, sensasi tubuh, dan arus pikiran tanpa menghakimi dan tanpa terikat.<sup>1333</sup> Tujuannya adalah untuk mendisrupsi mode operasi otomatis pikiran yang dikenal dalam ilmu saraf sebagai *Default Mode Network* (DMN). DMN adalah jaringan otak yang aktif ketika kita melamun, merenungkan masa lalu, atau mengkhawatirkan masa depan sebuah aktivitas mental yang sangat berpusat pada narasi diri atau ego. Dengan melatih fokus pada "saat ini" melalui jangkar seperti napas, meditasi secara efektif mengurangi aktivitas DMN, menciptakan ruang hening mental di mana kesadaran murni dapat muncul. Praktik ini tidak selalu terikat pada kerangka teistik, namun tujuannya untuk melampaui pikiran ego-sentris adalah paralel yang jelas dengan Dzikir.

Konvergensi antara Dzikir dan Meditasi menjadi paling jelas ketika ditinjau dari perspektif neuroteologi sebuah disiplin ilmu yang mempelajari korelasi antara aktivitas otak dan pengalaman spiritual. Penelitian yang dipelopori oleh ilmuwan seperti Andrew Newberg menunjukkan bahwa praktik kontemplatif yang intens, baik itu doa para biarawati Fransiskan maupun meditasi para biksu Tibet, menghasilkan pola aktivitas otak yang khas.<sup>1334</sup> Terdapat penurunan aktivitas yang signifikan di lobus parietal superior, area otak yang bertanggung jawab atas orientasi diri dalam ruang dan waktu serta pembedaan antara "diri" dan "bukan diri". Ketika aktivitas di area ini mereda, batas-batas ego mulai kabur,

memunculkan perasaan kesatuan (*oneness*) dan keterhubungan dengan segala sesuatu sebuah ciri khas dari pengalaman mistis atau transendental. Secara simultan, terjadi peningkatan aktivitas di korteks prefrontal, yang terkait dengan fokus dan atensi yang berkelanjutan. Mekanisme neurokognitif ini menjelaskan bagaimana repetisi dalam Dzikir atau pemusatan perhatian dalam Meditasi secara harfiah "mengubah" otak untuk memfasilitasi pengalaman melampaui diri.

Puncak dari kedua praktik ini adalah tercapainya suatu kondisi yang dapat disebut sebagai "pemusatan kesadaran transendental". Ini adalah sebuah keadaan kesadaran di mana identifikasi individu tidak lagi melekat pada ego konstruk psikologis yang terdiri dari ingatan, keinginan, dan narasi personal melainkan bergeser ke tingkat kesadaran yang lebih luas, murni, dan tak terbatas. Dalam ilmu saraf modern, ini dapat dihipotesiskan sebagai keadaan entropi otak yang tinggi, di mana kekakuan model-model prediktif ego dilonggarkan, memungkinkan aliran informasi yang lebih kaya dan tidak terstruktur.<sup>1335</sup> Dalam tradisi mistik Islam, pengalaman ini digambarkan dengan istilah-istilah seperti *fana'* (peleburan atau anihilasi diri dalam Tuhan) yang diikuti oleh *baqa'* (kehidupan abadi dalam Realitas Ilahi).<sup>1336</sup> Ini bukanlah hilangnya kesadaran, melainkan perluasan kesadaran ke dimensi yang lebih fundamental. Dzikir dan Meditasi, dengan demikian, bukan sekadar teknik relaksasi, melainkan adalah disiplin ilmu transformatif yang canggih untuk merekayasa ulang persepsi tentang realitas dan identitas diri.

Dzikir dan Meditasi, meskipun berakar pada kosmologi yang berbeda, pada hakikatnya adalah dua dialek dari bahasa spiritual yang sama. Keduanya merupakan teknologi psiko-spiritual yang memanfaatkan mekanisme neurokognitif inheren manusia untuk membimbing kesadaran melampaui batas-batas ego yang sempit. Melalui repetisi sakral atau fokus yang hening, keduanya bekerja untuk menenangkan jaringan otak yang bertanggung jawab atas narasi diri dan membuka gerbang menuju pengalaman transendental sebuah keadaan kesatuan, kedamaian, dan pemahaman yang mendalam. Penemuan ilmiah modern tidak hanya memvalidasi kebijaksanaan kuno yang terkandung dalam praktik-praktik ini, tetapi juga menawarkan sebuah lensa baru yang memperkaya pemahaman kita tentang potensi tertinggi kesadaran manusia, yaitu kemampuan untuk menyentuh Realitas yang melampaui kata dan konsep.

### **Relasi antara Mimpi, Dzikir, dan Transendensi Diri**

#### **Futūḥāt al-Makkiyyah: Mimpi sebagai Isyārah Ruhani**

Dalam diskursus mistisisme Islam, hubungan antara kesadaran batin, praktik spiritual, dan pengalaman transendental merupakan sebuah jalinan yang kompleks dan mendalam. Mimpi (*ru'yā*), dzikir (remembrance), dan transendensi diri (*tajarrud an al-nafs*) bukanlah entitas yang terpisah, melainkan tiga simpul fundamental dalam satu tali perjalanan spiritual menuju Yang Absolut. Mimpi tidak dipandang sekadar sebagai produk aktivitas neurobiologis saat tidur, melainkan sebagai sebuah gerbang epistemologis menuju

realitas yang lebih tinggi. Dzikir bukan hanya pengulangan formula verbal, melainkan sebuah laku pemurnian hati (*taṣfiyat al-qalb*) yang mengkondisikan jiwa untuk menerima pengetahuan ilahiah. Puncak dari interseksi keduanya adalah terbukanya jalan menuju transendensi diri, yakni pelampauan ego yang terbatas untuk menyadari hakikat sejatinya dalam Samudra Wujud Ilahi. Analisis komprehensif terhadap relasi ini menyingkapkan sebuah arsitektur spiritual di mana pengalaman onirik (mimpi) berfungsi sebagai barometer sekaligus kompas yang validitasnya dikalibrasi melalui intensitas dan kemurnian dzikir.<sup>1337</sup>

Dalam magnum opusnya, *al-Futūḥāt al-Makkiyyah* (Mekkah Terbuka), Muḥyiddīn Ibn ‘Arabī, yang digelar al-Shaykh al-Akbar (Guru Teragung), menyajikan sebuah pandangan kosmologis dan ontologis yang menempatkan mimpi pada posisi yang sangat terhormat. Bagi Ibn ‘Arabī, mimpi bukanlah ilusi, melainkan persepsi otentik yang terjadi dalam sebuah alam pertengahan yang ia sebut sebagai *‘ālam al-khayāl* atau *al-barzakh* (isthmus). Alam ini merupakan dunia imajinal yang secara ontologis nyata, berfungsi sebagai perantara antara dunia indrawi yang material (*‘ālam al-shahādah*) dan dunia spiritual yang murni (*‘ālam al-arwāḥ*).<sup>1338</sup> Di dalam alam inilah makna-makna ruhani mengenakan bentuk-bentuk simbolik yang dapat dipersepsi oleh jiwa seorang yang tidur. Oleh karena itu, mimpi dalam pandangan Ibn ‘Arabī adalah sebuah *isyārah ruhani* sebuah sinyal atau petunjuk spiritual yang datang dari sumber ilahiah, yang validitasnya melampaui data-data empiris dan kesimpulan rasional semata.

Lebih jauh, Ibn 'Arabī mengkonsepsikan mimpi sebagai salah satu bentuk *tajallī* (teofani atau penyingkapan diri Tuhan). Tuhan senantiasa menyingkapkan Diri-Nya dalam setiap momen di seluruh tingkatan wujud, namun persepsi manusia sering kali terhibab oleh kepekatan indra dan dominasi ego. Dalam kondisi tidur, ketika belunggu indrawi melonggar, jiwa memiliki keleluasaan lebih besar untuk menyaksikan teofani ini dalam cermin imajinasi (*khayāl*).<sup>1339</sup> Pengalaman ini dianggap sebagai kelanjutan dari wahyu kenabian, sebagaimana disabdakan oleh Nabi Muhammad SAW, "Mimpi yang benar (*al-ru'yā al-ṣāliḥah*) adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian."<sup>1340</sup> Hadis ini menjadi fondasi teologis yang menegaskan bahwa mimpi yang benar bukanlah fantasi acak, melainkan fragmen dari komunikasi ilahi yang juga diterima oleh para nabi. Dengan demikian, mimpi menjadi sebuah sarana pengetahuan langsung (*ma'rifah*) yang krusial bagi para pejalan spiritual (*sālik*) untuk memahami realitas diri dan Tuhannya.

Relasi antara mimpi sebagai *isyārah ruhani* dan praktik dzikir menjadi sangat jelas dalam kerangka ini. Ibn 'Arabī menggambarkan hati manusia laksana cermin (*mir'āt al-qalb*). Ketika cermin ini kotor dan berkarat akibat kelalaian (*ghaflah*) dan keterikatan pada dunia, ia tidak mampu merefleksikan cahaya ilahi dengan jernih. Mimpi yang muncul dari hati yang demikian cenderung merupakan refleksi dari hasrat nafsu dan kecemasan ego (*aḍghāth aḥlām*).<sup>1341</sup> Sebaliknya, dzikir yang dilakukan secara konsisten dan dengan kehadiran hati (*ḥuḍūr*) berfungsi sebagai laku pemolesan (*ṣaqaḥ*) cermin tersebut. Setiap lafal dzikir membersihkan satu noda dari

cermin hati, membuatnya semakin bening dan reflektif. Sebagaimana firman Allah SWT dalam Al-Qur'an, "...hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram." (QS. Ar-Ra'd: 28).<sup>1342</sup> Ketenangan ini bukanlah sekadar kondisi psikologis, melainkan keadaan ontologis di mana hati menjadi reseptif terhadap *isyārah* dari alam gaib.

Ketika hati seorang *sālik* telah dimurnikan melalui dzikir, maka mimpi-mimpinya bertransformasi menjadi *ru'yā ṣādiqah* (mimpi yang benar). Mimpi-mimpi ini tidak lagi bersifat personal-subjektif, melainkan menjadi pesan objektif dari Realitas Hakiki. Ia bisa berupa peneguhan atas suatu maqam (stasiun spiritual) yang telah dicapai, peringatan atas bahaya spiritual yang mengancam, pengetahuan laduni yang tidak terjangkau akal, atau bahkan visi simbolik mengenai takdir universal.<sup>1343</sup> Dalam konteks inilah mimpi menjadi instrumen transendensi diri. Melalui mimpi yang benar, seorang pejalan spiritual "diperlihatkan" hakikat dirinya yang melampaui identitas ego-sentris. Ia mulai menyadari bahwa dirinya adalah lokus bagi penampakan Asma dan Sifat Tuhan. Mimpi menjadi bukti empiris-batiniah atas kebenaran doktrin-doktrin metafisika yang ia pelajari, mengubah pengetahuan konseptual (*'ilm*) menjadi pengalaman eksistensial (*dhawq*). Dengan demikian, dalam kosmos Ibn 'Arabī, siklus dzikir pemurnian hati mimpi yang benar dan transendensi diri membentuk sebuah spiral dialektis yang terus mengangkat kesadaran sang hamba menuju penyaksian Tuhannya.<sup>1344</sup>

### **Simbolisme Mimpi: Arketipe (Jung) atau Tajalli (Sufi)?**

Alam mimpi, sebuah lanskap misterius yang terbentang di perbatasan antara kesadaran dan ketidaksadaran, telah lama menjadi subjek kontemplasi manusia. Dari firau Mesir kuno hingga para analis modern, mimpi dianggap bukan sekadar bunga tidur, melainkan sebuah medium yang sarat akan makna dan simbol. Dalam upaya untuk membedah tirai simbolisme ini, dua kerangka pemikiran besar dari tradisi yang berbeda menawarkan lensa yang unik namun berpotensi konvergen: psikologi analitis Carl Gustav Jung dengan konsep Arketipe, dan mistisisme Islam (Sufisme) dengan doktrin Tajalli. Pertanyaan yang muncul bukanlah sebuah dikotomi yang saling menafikan, melainkan sebuah dialog mendalam: apakah simbol-simbol yang kita temui dalam mimpi merupakan gema dari memori kolektif psikis manusia (Arketipe), atautkah ia merupakan penyingkapan Realitas Ilahi (Tajalli)?

Carl Jung, dalam upayanya memetakan geografi jiwa manusia, mengemukakan eksistensi *kolektif bawah sadar (collective unconscious)*, sebuah lapisan psikis yang lebih dalam dan bersifat universal, diwariskan oleh seluruh umat manusia.<sup>1345</sup>Lapisan ini tidak berisi memori personal, melainkan pola-pola primordial atau citra-citra purba yang disebut Arketipe. Arketipe seperti *Sang Orang Tua Bijak (the Wise Old Man)*, *Anima/Animus*, *Sang Bayangan (the Shadow)*, dan *Sang Ibu Agung (the Great Mother)* bukanlah citra yang tetap, melainkan predisposisi atau kecenderungan untuk membentuk representasi-representasi simbolik yang memiliki pola serupa di berbagai budaya dan zaman.<sup>1346</sup>Dalam perspektif Jungian, mimpi menjadi panggung utama di mana arketipe-arketipe ini

bermanifestasi. Ketika seorang individu bermimpi bertemu dengan figur tua yang memberikan nasihat, psikologi Jungian akan menafsirkannya sebagai aktivasi arketipe *Sang Orang Tua Bijak*, sebuah upaya dari kolektif bawah sadar untuk mengkomunikasikan kebijaksanaan yang terakumulasi dalam psikis manusia kepada kesadaran ego. Tujuan akhir dari dialog antara ego dan arketipe ini adalah proses *individuasi*: sebuah perjalanan menuju keutuhan psikologis dengan mengintegrasikan aspek-aspek sadar dan bawah sadar dari sang diri (*the Self*).<sup>1347</sup>

Berpindah dari lanskap psikologi analitis Barat, kita memasuki cakrawala mistisisme Islam, di mana konsep Tajalli menjadi kunci untuk memahami realitas, termasuk realitas mimpi. Tajalli, secara harfiah berarti "penampakan diri", "manifestasi", atau "penyingkapan", adalah doktrin sentral Sufi yang menyatakan bahwa seluruh kosmos adalah tempat Tuhan (Al-Haqq) menyingkapkan Diri-Nya melalui Nama-Nama dan Sifat-Sifat-Nya.<sup>1348</sup> Segala sesuatu di alam semesta, dari atom hingga galaksi, adalah cermin yang memantulkan aspek-aspek Realitas Ilahi. Al-Qur'an sendiri secara konsisten merujuk pada fenomena alam sebagai *ayat* (tanda-tanda), yang menunjuk kepada Sang Pencipta.<sup>1349</sup> Dalam konteks ini, mimpi khususnya *ru'ya shadiqah* (mimpi yang benar) dianggap sebagai salah satu arena Tajalli yang paling intim dan personal. Sebuah hadis menegaskan bahwa mimpi yang benar adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, menandakan potensinya sebagai saluran pengetahuan ilahiah.<sup>1350</sup> Dalam perspektif Sufi, simbol yang muncul dalam mimpi bukanlah berasal dari reservoir psikis manusia semata,

melainkan manifestasi dari Nama-Nama Ilahi (*al-asma' al-husna*) yang relevan dengan kondisi spiritual sang pemimpi. Ketika seseorang bermimpi tentang lautan yang luas, seorang sufi mungkin tidak hanya melihatnya sebagai simbol ketidaksadaran (seperti dalam Jungian), tetapi sebagai Tajalli dari Sifat Tuhan *Al-Wasi'* (Yang Maha Luas) atau *Al-Bahr* (Lautan Tak Bertepi). Symbolisme ini tidak bersifat statis, melainkan dinamis, bergantung pada tingkat kesiapan spiritual (*isti'dad*) sang penerima. Bagi para sufi, mimpi adalah cermin hati (*qalb*); jika hati itu bening, ia akan memantulkan Cahaya Ilahi dengan jernih. Tujuan dari interpretasi mimpi (*ta'bir*) dalam Sufisme bukanlah sekadar integrasi psikologis, melainkan pencapaian *ma'rifah* pengetahuan gnosis langsung tentang Tuhan dan pemurnian jiwa (*tazkiyat an-nafs*) untuk semakin dekat dengan-Nya.<sup>1351</sup>

Pada titik ini, sebuah dialog antara Arketipe dan Tajalli menjadi mungkin. Keduanya sama-sama mengakui bahwa mimpi memiliki makna yang melampaui pengalaman personal dan menggunakan bahasa simbol universal. Baik kolektif bawah sadar maupun Realitas Ilahi (*Al-Haqq*) berfungsi sebagai sumber transpersonal dari simbol-simbol tersebut. Proses individuasi Jungian, yang bertujuan untuk menyatukan polaritas dalam diri, memiliki resonansi yang mengejutkan dengan tujuan Sufi untuk menyeimbangkan atribut-atribut kemanusiaan dalam rangka mencerminkan Keseimbangan Ilahi. Keduanya melihat penafsiran simbol sebagai jalan transformatif menuju realisasi diri yang lebih utuh. *Figure Sang Orang Tua Bijak* dalam mimpi, bagi Jung adalah arketipe kebijaksanaan internal; bagi sufi, bisa jadi itu adalah Tajalli dari

Nama Tuhan *Al-Hakim* (Yang Maha Bijaksana) atau representasi dari pembimbing spiritual (*mursyid*) di *Alam al-Mithal* (Dunia Imaji).<sup>1352</sup>

Meskipun demikian, perbedaan fundamental terletak pada sumber dan tujuan akhir (*telos*). Bagi Jung, sumbernya imanen: arketipe adalah struktur yang melekat dalam psikis manusia. Tujuannya adalah keutuhan psikologis di dalam ranah kemanusiaan. Sebaliknya, bagi Sufisme, sumbernya transenden: Tajalli berasal dari Tuhan Yang Mutlak, yang berada di luar sekaligus di dalam ciptaan. Tujuannya adalah *fana'* (peleburan diri dalam Tuhan) dan *baqa'* (kekal bersama-Nya), sebuah tujuan yang melampaui psikologi menuju ontologi dan teologi. Arketipe menjelaskan *bagaimana* pola-pola universal muncul dalam jiwa manusia dari perspektif fenomenologis, sementara Tajalli menjelaskan *mengapa* pola-pola itu ada dari perspektif metafisik karena seluruh eksistensi adalah jejak dan penampakan dari Sumber Tunggal.<sup>1353</sup>

Memandang simbolisme mimpi melalui lensa "Arketipe atau Tajalli" bukanlah pilihan biner yang saling meniadakan. Keduanya menawarkan tingkat analisis yang berbeda namun saling melengkapi. Psikologi Jungian menyediakan peta yang sangat berharga mengenai arsitektur internal jiwa manusia dan dinamika psikisnya. Di sisi lain, doktrin Tajalli dalam Sufisme menawarkan bingkai metafisik yang menempatkan jiwa dan mimpinya dalam konteks hubungan kosmik antara hamba dan Sang Pencipta. Mungkin saja, Arketipe adalah jejak-jejak psikologis yang

ditinggalkan oleh Tajalli Ilahi dalam struktur kolektif manusia. Dengan demikian, penjelajahan simbolisme mimpi pada akhirnya membawa kita pada sebuah pertanyaan kontemplatif yang lebih dalam: saat kita menyelami lautan jiwa kita, apakah kita hanya menemukan harta karun kemanusiaan yang terpendam, ataukah kita juga menyaksikan kilauan Mutiara Ilahi yang terpantul di dalamnya?

### **Dzikir sebagai Katalis Penjernihan Hati dan Pembukaan Khayāl**

Dalam diskursus psikologi spiritual Islam, khususnya dalam tradisi tasawuf, dzikir (*dzikrullāh*) menempati posisi sentral bukan sekadar sebagai ritus ibadah, melainkan sebagai sebuah teknologi spiritual yang canggih untuk transformasi kesadaran. Dzikir berfungsi sebagai katalis utama dalam proses penjernihan hati (*tazkiyat an-nafs*) yang, pada gilirannya, menjadi prasyarat fundamental bagi terbukanya fakultas persepsi imajinal atau *khayāl*. Analisis ini akan menguraikan secara mendalam bagaimana praktik dzikir secara metodis mengkondisikan hati (*qalb*) untuk menjadi reseptif terhadap realitas meta-empiris, dengan mengaktifkan *khayāl* sebagai instrumen epistemologis untuk menangkap pengetahuan yang tidak terjangkau oleh indra lahiriah semata. Proses ini merepresentasikan sebuah perjalanan dari kegelapan kealpaan (*ghaflah*) menuju cahaya kehadiran (*hudūr*) ilahi, di mana hati yang telah dijernihkan menjadi cermin yang mampu memantulkan citra-citra dari alam-alam yang lebih tinggi.

Landasan dari seluruh proses ini adalah konsepsi Islam mengenai hati (*qalb*) sebagai lokus kesadaran dan organ persepsi spiritual. Berbeda dengan pandangan biomedis modern yang membatasi jantung pada fungsi fisiologisnya, tradisi Islam, sebagaimana ditegaskan dalam Al-Quran dan Hadis, memandang *qalb* sebagai pusat inteleksi, emosi, dan intuisi. Sebuah hadis yang masyhur menyatakan bahwa di dalam tubuh terdapat segumpal daging yang apabila ia baik, maka baik pula seluruh tubuh, dan apabila ia rusak, maka rusak pula seluruh tubuh; itulah *qalb*.<sup>1354</sup>Hati, dalam kondisi primordialnya (*fithrah*), adalah instrumen perseptual yang murni, mampu menerima pancaran cahaya kebenaran ilahi secara langsung. Namun, akibat keterikatan pada dunia material, dorongan hawa nafsu, dan dosa, hati dapat menjadi "berkarat" atau "terselubung" (*rān*), sehingga kehilangan kepekaan spiritualnya. Al-Quran secara eksplisit menyebutkan kondisi ini: "Sekali-kali tidak! Bahkan apa yang mereka kerjakan itu telah menutupi hati mereka."<sup>1355</sup>Dalam keadaan terselubung inilah, hati tidak lagi berfungsi sebagai cermin kebenaran, melainkan menjadi proyektor bagi ilusi dan keinginan ego.

Di sinilah dzikir memainkan peran instrumentalnya sebagai agen pemurni. Dzikir, yang secara harfiah berarti "mengingat", adalah sebuah tindakan kognitif-spiritual untuk secara sadar dan berkelanjutan memfokuskan seluruh atensi pada Tuhan. Melalui repetisi lafal-lafal suci seperti nama-nama Tuhan (*Asmā' al-Husnā*) atau kalimat tahlil, seorang pejalan spiritual (*sālik*) secara sistematis membersihkan "karat" yang menempel pada cermin hatinya. Proses

ini dapat dipahami melalui analogi pemolesan: setiap pengulangan dzikir ibarat satu usapan yang mengikis lapisan kotoran dari permukaan cermin, sedikit demi sedikit mengembalikannya pada kejernihan aslinya. Efek psikologis dari dzikir adalah menenangkan gejala pikiran dan emosi, menggantikan keramaian pikiran (*hadīts an-nafs*) dengan kesadaran akan kehadiran Tuhan. Al-Quran menegaskan fungsi penenangan ini: "(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram."<sup>1356</sup> Keadaan tenteram (*ithmi'nān*) inilah yang merupakan tanda awal dari hati yang mulai jernih, sebuah kondisi yang memungkinkan persepsi yang lebih subtil untuk muncul.

Ketika hati telah mencapai tingkat kejernihan yang signifikan melalui disiplin dzikir, fakultas kognitif-spiritual yang dikenal sebagai *khayāl* mulai aktif. Penting untuk membedakan *khayāl* dari fantasi atau imajinasi dalam pengertian modern yang sering kali bersifat subyektif dan tidak berdasar. Dalam kosmologi sufistik, terutama dalam pemikiran Ibn 'Arabi, *khayāl* adalah sebuah fakultas persepsi dan sekaligus sebuah alam eksistensi yang otonom, yang disebut '*ālam al-khayāl* atau *mundus imaginalis*.<sup>1357</sup> Alam ini merupakan dunia perantara (*barzakh*) di antara alam ruhani murni yang tak berbentuk (*'ālam al-arwāh*) dan alam fisik yang dapat diindra (*'ālam al-ajsām*). Di dalam '*ālam al-khayāl*, makna-makna spiritual dan realitas ruhani mengambil bentuk-bentuk simbolik yang dapat dipersepsi. Fakultas *khayāl* dalam diri

manusia adalah "mata hati" yang mampu melihat ke dalam alam perantara ini.<sup>1358</sup>

Koneksi katalitik antara dzikir dan terbukanya *khayāl* terletak pada prinsip korespondensi: kondisi internal subjek menentukan kualitas persepsinya. Hati yang telah dipoles oleh dzikir menjadi cermin yang jernih dan stabil. Kejernihan ini memungkinkannya untuk secara akurat merefleksikan citra-citra yang berasal dari *'ālam al-khayāl*, tanpa distorsi yang disebabkan oleh ego (*nafs*) atau residu duniawi. Tanpa proses penjernihan ini, fakultas *khayāl* tetap aktif namun operasinya akan "tercemar"; ia hanya akan memproyeksikan bentuk-bentuk yang lahir dari ketakutan, hasrat, dan ilusi pribadi, bukan menangkap realitas simbolik yang objektif. Dengan demikian, dzikir tidak secara langsung "menciptakan" visi spiritual, melainkan menyiapkan wadah (hati) agar menjadi layak untuk menerima penyingkapan (*kashf*) melalui instrumen *khayāl*. Pengalaman-pengalaman visioner, mimpi-mimpi yang benar (*ru'yā shādiqah*), dan intuisi-intuisi mendalam yang dialami oleh para sufi seringkali merupakan manifestasi dari aktifnya fakultas *khayāl* yang telah dimurnikan ini.<sup>1359</sup>

Secara konklusif, dzikir merupakan fondasi praktik spiritual dalam Islam yang memiliki implikasi psikologis dan epistemologis yang mendalam. Ia beroperasi sebagai katalis yang memicu proses penjernihan hati dari "penyakit-penyakit" spiritual yang menghalanginya dari persepsi kebenaran. Puncak dari proses pemurnian ini adalah teraktivasi dan tertajamkannya

fakultas *khayāl*, yang membuka gerbang bagi manusia untuk mengakses dimensi realitas yang lebih luas dan memperoleh pengetahuan yang bersifat langsung dan transformatif. Dengan demikian, dzikir bukan hanya tentang pengucapan di lisan, tetapi sebuah perjalanan alkimia internal yang mengubah hati dari sepotong "daging" yang buta menjadi "mata" yang mampu menyaksikan jejak-jejak Tuhan di alam semesta, baik yang tampak maupun yang gaib.

### **Visualisasi Mimpi Transformatif setelah Praktik Dzikir**

Persinggungan antara praktik spiritualitas dan dinamika psikologi manusia telah lama menjadi ranah kontemplasi yang kaya, baik dalam tradisi keagamaan maupun diskursus ilmiah modern. Salah satu fenomena yang paling subtil namun mendalam dalam konteks ini adalah munculnya mimpi-mimpi transformatif yang dialami oleh individu setelah melakukan praktik dzikir secara intensif. Dzikir, yang secara harfiah berarti "mengingat," dalam tradisi Islam bukan sekadar pengulangan verbal frasa-frasa suci, melainkan sebuah latihan meditatif yang dirancang untuk memfokuskan kesadaran sepenuhnya kepada Tuhan.<sup>1360</sup> Fenomena ini memunculkan pertanyaan fundamental: bagaimana sebuah praktik spiritual yang sadar (*conscious practice*) mampu menginduksi visualisasi bawah sadar (*subconscious visualization*) yang begitu kuat hingga mampu mengubah persepsi, emosi, dan arah kehidupan seseorang? Teks ini akan menguraikan mekanisme psiko-spiritual di balik visualisasi mimpi transformatif pasca-dzikir,

dengan mengintegrasikan perspektif neurosains, psikologi analitis, dan esoterisme Islam.

Secara psikodinamis, praktik dzikir bekerja sebagai sebuah mekanisme untuk menenangkan "ego" atau kesadaran rasional yang sering kali riuh dan mendominasi. Repetisi ritmis dari nama atau sifat Tuhan, seperti "Allah" atau "La ilaha illallah," yang dilakukan secara konstan, terbukti secara ilmiah mampu memodulasi aktivitas gelombang otak. Praktik ini mengalihkan otak dari gelombang Beta (kondisi waspada dan analitis) ke gelombang Alfa dan bahkan Theta (kondisi relaksasi mendalam, meditasi, dan gerbang menuju alam bawah sadar).<sup>1361</sup> Dalam kondisi ini, filter kritis dari pikiran sadar menjadi lebih permeabel. Secara teologis, kondisi ini selaras dengan janji Al-Quran bahwa dengan mengingat Allah, hati akan menjadi tenang (QS. Ar-Ra'd: 28).<sup>1362</sup> Ketenangan ini bukanlah kekosongan pasif, melainkan sebuah kondisi reseptivitas mendalam, di mana jiwa menjadi lebih peka terhadap impuls-impuls yang berasal dari lapisan kesadaran yang lebih dalam. Dengan demikian, dzikir mempersiapkan panggung internal bagi munculnya konten-konten bawah sadar yang selama ini terpendam atau tidak terakses. Ketika individu memasuki fase tidur setelah "pemograman" spiritual melalui dzikir, pikiran bawah sadar mulai memproses materi yang telah diinternalisasi. Di sinilah konsep "mimpi transformatif" menjadi relevan. Berbeda dari mimpi biasa yang sering kali merupakan kompilasi acak dari residu aktivitas harian, mimpi transformatif memiliki struktur naratif yang koheren, sarat dengan muatan simbolis, dan memberikan dampak emosional

yang mendalam (*numinous experience*). Psikolog Carl Jung menyebut mimpi semacam ini sebagai wahana bagi proses "individuasi," di mana ego sadar berdialog dengan *Self* totalitas psikis yang mencakup alam sadar dan bawah sadar kolektif.<sup>1363</sup> Simbol-simbol yang muncul dalam mimpi ini bukanlah ciptaan acak, melainkan arketipe pola-pola universal makna yang beresonansi dengan perjalanan spiritual sang pemimpi. Praktik dzikir berfungsi sebagai katalisator yang mengaktifkan arketipe-arketipe ini, menghadirkannya dalam bentuk visual yang dapat dipahami oleh jiwa.

Visualisasi yang terjadi dalam mimpi-mimpi ini sering kali memiliki tema yang khas dalam ikonografi Islam. Para praktisi melaporkan mimpi melihat cahaya (*nur*) yang menyilaukan namun menenangkan, bertemu dengan figur-figur suci seperti para nabi atau wali, berada di taman yang hijau dan subur (simbol surga), atau bahkan melihat Ka'bah. Symbolisme ini tidak dapat dipisahkan dari materi dzikir itu sendiri. Misalnya, pengulangan nama "An-Nur" (Yang Maha Bercahaya) dapat secara langsung memanifestasikan dirinya sebagai pengalaman visual cahaya dalam mimpi. Ini bukan sekadar halusinasi, melainkan terjemahan bahasa spiritual ke dalam bahasa gambar oleh pikiran bawah sadar. Sebagaimana disebutkan dalam sebuah hadis, mimpi yang benar (*ar-ru'ya ash-shadiqah*) adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, menandakan potensinya sebagai medium komunikasi ilahiah atau intuisi tingkat tinggi.<sup>1364</sup> Pengalaman visual ini berfungsi untuk memberikan penegasan (*confirmation*), bimbingan (*guidance*), atau pemurnian

(*purification*) bagi jiwa sang pejalan spiritual (*salik*). Interpretasi terhadap mimpi-mimpi ini menjadi langkah krusial dalam proses transformasi. Visualisasi yang dialami bukanlah tujuan akhir, melainkan sebuah pesan yang perlu diintegrasikan ke dalam kehidupan sadar. Mimpi melihat air jernih, misalnya, dapat diartikan sebagai panggilan untuk pemurnian diri atau sebagai pertanda datangnya ilmu yang bermanfaat.<sup>1365</sup> Integrasi ini mengubah mimpi dari sekadar fenomena nokturnal menjadi sebuah peta jalan spiritual. Kesadaran yang diperoleh dari mimpi baik itu berupa ketenangan, keyakinan yang diperbarui, maupun arahan untuk memperbaiki perilaku adalah inti dari sifat "transformatif" tersebut. Proses ini mencerminkan sebuah dialog vertikal antara hamba dan Tuhannya, yang difasilitasi oleh praktik dzikir sebagai pembuka gerbang dan mimpi sebagai medium penyampaian pesan.

Visualisasi mimpi transformatif setelah praktik dzikir adalah sebuah fenomena psiko-spiritual yang kompleks dan multifaset. Ia berakar pada kemampuan dzikir untuk meregulasi kondisi kesadaran, menurunkan ambang batas ego, dan menanamkan benih-benih makna sakral ke dalam alam bawah sadar. Selama tidur, benih ini bertumbuh menjadi narasi simbolis yang kaya, memanfaatkan arketipe universal yang diartikulasikan melalui lensa ikonografi Islam. Mimpi yang dihasilkan bukan hanya produk sampingan dari relaksasi, melainkan sebuah instrumen aktif untuk pertumbuhan jiwa, peneguhan iman, dan navigasi dalam perjalanan spiritual. Fenomena ini secara indah menunjukkan bagaimana praktik keagamaan kuno dapat memiliki dasar mekanisme

psikologis yang mendalam, menjembatani dunia empiris dan transendental dalam pengalaman manusia yang paling personal: mimpi.

## **Mimpi sebagai Ruang Intervensi Kesadaran Ilahiyah**

### **Ontologi Mimpi dalam Tasawuf: *Ru'yā* sebagai Wasilah Tajalli**

Dalam diskursus modern yang didominasi oleh psikoanalisis dan neurosains, mimpi kerap kali direduksi menjadi sekadar manifestasi alam bawah sadar atau aktivitas neural acak selama fase tidur REM. Perspektif ini, meskipun valid dalam kerangka materialis-empirisnya, cenderung mengabaikan dimensi transenden dan metafisis dari pengalaman manusia yang telah dieksplorasi secara mendalam oleh tradisi-tradisi spiritual kuno. Di antara tradisi-tradisi tersebut, tasawuf atau mistisisme Islam menawarkan sebuah paradigma yang kaya dan kompleks, di mana mimpi tidak dipandang sebagai produk sampingan psikologis, melainkan sebagai sebuah ruang ontologis yang valid, sebuah arena di mana intervensi dari Kesadaran Ilahiyah dapat terjadi secara langsung. Teks ini akan mendalami bagaimana mimpi, khususnya dalam wujud *ru'yā ṣāliḥah* (mimpi yang benar), berfungsi sebagai medium epistemologis untuk memperoleh *ma'rifah* (makrifat/gnosis) dan menjadi saksi atas penampakan diri (*tajalli*) Sang Realitas Absolut.

Untuk memahami posisi mimpi dalam tasawuf, kita harus terlebih dahulu beranjak dari pemahaman ontologis yang semata-mata bersifat fisik. Para sufi, terutama para filsuf dalam mazhab Ibnu 'Arabi, memetakan realitas ke dalam berbagai tingkatan wujud

(*marātib al-wujūd*). Di antara alam ruhani yang murni (*‘ālam al-arwāḥ*) dan alam jasmani yang empiris (*‘ālam al-ajsām*), terdapat sebuah alam perantara yang disebut *‘ālam al-mithāl* atau *mundus imaginalis*.<sup>1366</sup> Alam ini bukanlah alam fantasi subjektif, melainkan sebuah dimensi realitas yang objektif di mana entitas-entitas non-fisik mengambil bentuk-bentuk simbolis. Menurut para sufi, inilah ranah ontologis di mana sebagian besar pengalaman mimpi yang signifikan terjadi. Mimpi, dengan demikian, bukanlah ketiadaan realitas, melainkan perpindahan kesadaran dari realitas fisik ke realitas imaginal yang memiliki hukum dan logikanya sendiri.<sup>1367</sup>

Signifikansi metafisik ini diperkuat oleh klasifikasi mimpi dalam tradisi Islam itu sendiri, yang bersumber dari sabda Nabi Muhammad SAW. Beliau membedakan tiga jenis mimpi: pertama, *ru’yā ṣāliḥah* (mimpi yang benar dan baik) yang merupakan salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian dan berasal dari Allah; kedua, *hulm* (mimpi buruk atau kacau) yang berasal dari hembusan setan untuk menimbulkan kesedihan; dan ketiga, mimpi yang merupakan refleksi dari gejolak jiwa (*ḥadīth al-nafs*) atau pengalaman sehari-hari seseorang.<sup>1368</sup> Pembedaan ini secara fundamental memvalidasi bahwa tidak semua mimpi setara. Ada mimpi yang murni bersifat psikologis (*ḥadīth al-nafs*), dan ada pula *ru’yā* yang merupakan kanal otentik bagi komunikasi Ilahi. Fokus tasawuf terletak pada *ru’yā* sebagai ruang intervensi sakral ini. Dalam kerangka ini, *ru’yā* menjadi salah satu wasilah (medium) utama bagi terjadinya *tajalli*, atau penampakan diri Tuhan. *Tajalli* bukanlah penampakan Zat Tuhan secara fisik, yang

dianggap mustahil, melainkan manifestasi Nama-Nama (*Asmā'*), Sifat-Sifat (*Ṣifāt*), atau Af'al (Perbuatan-Perbuatan) Tuhan dalam bentuk-bentuk simbolis di alam *mithāl*. Ketika indra-indra eksternal seorang hamba tertidur, "mata hati" (*baṣīrat al-qalb*) menjadi lebih aktif dan reseptif. Imam Al-Ghazali menganalogikan hati (*qalb*) sebagai cermin; jika cermin itu bersih dari kabut hawa nafsu dan kesibukan duniawi, ia mampu merefleksikan cahaya dari alam malakut.<sup>1369</sup> Tidur, dalam kondisi tertentu, menyediakan keheningan yang diperlukan bagi cermin hati untuk menangkap percikan-percikan ilham dan penglihatan-penglihatan ruhani yang termanifestasi sebagai *ru'yā*. Oleh karena itu, *ru'yā* dalam ontologi sufi adalah sebuah peristiwa epistemologis sebuah cara untuk mengetahui. Ia adalah jembatan yang menghubungkan kesadaran manusia yang terbatas dengan lautan Kesadaran Ilahiyah yang tak terbatas. Kisah Nabi Yusuf AS dalam Al-Quran menjadi arketipe paripurna mengenai fungsi mimpi ini. Mimpinya melihat sebelas bintang, matahari, dan bulan bersujud kepadanya bukanlah fantasi kekanak-kanakan, melainkan sebuah wahyu simbolis yang menyingkapkan takdirnya di masa depan.<sup>1370</sup> Kemampuannya untuk menakwilkan mimpi Firaun pun menjadi sebab terhindarnya sebuah bangsa dari bencana kelaparan, yang menunjukkan bahwa *ru'yā* dapat membawa petunjuk yang bersifat praktis dan menyangkut kemaslahatan komunal.<sup>1371</sup> Pengalaman Nabi Ibrahim AS yang diperintahkan melalui mimpi untuk menyembelih putranya juga menegaskan status *ru'yā* sebagai medium perintah Ilahi yang valid bagi para nabi.

Pada akhirnya, bagi seorang salik (penempuh jalan spiritual), *ru'yā* bukan sekadar bunga tidur, melainkan sebuah barometer spiritual dan peta jalan. Kejernihan dan frekuensi *ru'yā ṣāliḥah* yang dialami seseorang seringkali berkorelasi langsung dengan tingkat kesucian batinnya (*tazkiyat al-nafs*). Semakin bersih hati dari keterikatan duniawi, semakin ia menjadi reseptakel yang layak untuk menerima pesan-pesan dari langit. Dengan demikian, ontologi mimpi dalam tasawuf secara inheren bersifat transformatif. Ia mengangkat mimpi dari ranah psikologi semata ke panggung teofani, di mana setiap simbol yang hadir adalah gema dari firman *Al-Haqq* (Sang Realitas Sejati), dan setiap penglihatan adalah undangan untuk semakin mendekat kepada-Nya. Mimpi menjadi ruang intim di mana seorang hamba, dalam keheningan tidurnya, dapat merasakan sentuhan langsung dari intervensi kesadaran Ilahiyah.<sup>1372</sup>

### **Mimpi sebagai Wahana Self-Transcendence**

Dalam lanskap penjelajahan kesadaran manusia, mimpi menempati posisi yang unik dan enigmatik. Ia bukan sekadar bunga tidur atau residu acak dari aktivitas neurologis malam hari, melainkan sebuah portal menuju dimensi-dimensi terdalam dari *psikhe*. Sejak zaman kuno, berbagai tradisi spiritual dan filsafat telah memandang mimpi sebagai wahana komunikasi dengan yang ilahi atau sebagai cerminan realitas yang lebih tinggi. Dalam diskursus psikologi modern, dua pemikir visioner Carl Gustav Jung dan Stanislav Grof secara khusus telah mengangkat mimpi dari

ranah patologi atau anomali menjadi instrumen esensial bagi pertumbuhan spiritual dan *self-transcendence*.

Carl Jung, sebagai salah satu pionir psikologi analitis, secara radikal merevolusi pemahaman tentang mimpi yang sebelumnya didominasi oleh pandangan Freudian. Jika Freud melihat mimpi sebagai pemenuhan hasrat terlarang yang terdistorsi (*wish-fulfillment*), Jung memandangnya sebagai mekanisme kompensasi alami dari *psikhe* yang bertujuan untuk mencapai keseimbangan dan keutuhan.<sup>1373</sup> Bagi Jung, mimpi adalah suara dari alam bawah sadar kolektif (*collective unconscious*), sebuah repositori universal yang berisi pengalaman, simbol, dan citra primordial yang diwarisi oleh seluruh umat manusia. Di dalam mimpi, individu berdialog dengan *arketipe-arketipe* pola-pola dasar seperti *Shadow* (sisi gelap diri), *Anima/Animus* (aspek feminin/maskulin dalam diri), dan yang terpenting, *Self* (arketipe keutuhan dan totalitas). Proses ini, yang disebut Jung sebagai *individuasi*, adalah perjalanan seumur hidup untuk mengintegrasikan aspek-aspek sadar dan bawah sadar dari kepribadian. Dalam konteks ini, *self-transcendence* terjadi ketika ego yang terbatas tidak lagi menjadi pusat *psikhe*, melainkan tunduk dan berelasi secara harmonis dengan *Self*. Mimpi menjadi panggung utama di mana drama individuasi ini dipentaskan; ia menyajikan simbol-simbol yang, jika dipahami dan diintegrasikan, akan menuntun individu melampaui identitas personalnya untuk menyentuh esensi dirinya yang lebih transenden dan holistik.<sup>1374</sup>

Membangun di atas fondasi Jungian, Stanislav Grof memperluas peta kesadaran manusia secara dramatis melalui penelitiannya dengan keadaan kesadaran non-ordiner (*non-ordinary states of*

*consciousness*), termasuk yang diinduksi oleh Holotropic Breathwork. Grof mengusulkan bahwa *psikhe* tidak hanya terdiri dari alam bawah sadar personal (biografis) dan kolektif (arketipal), tetapi juga mencakup domain perinatal (terkait dengan proses kelahiran) dan transpersonal.<sup>1375</sup> Mimpi, dalam pandangan Grof, adalah salah satu manifestasi alami dari keadaan non-ordiner ini, yang mampu membuka akses ke seluruh spektrum kesadaran tersebut. Ia memperkenalkan konsep *COEX Systems* (Systems of Condensed Experience), yaitu gugusan memori bermuatan emosional kuat dari berbagai periode kehidupan yang saling terkait oleh tema atau emosi yang sama. Mimpi sering kali mengaktifasi sistem ini, membawa materi dari masa bayi, trauma kelahiran, hingga pengalaman transpersonal ke permukaan kesadaran. Pengalaman transpersonal inilah yang menjadi wahana langsung bagi *self-transcendence*. Melalui mimpi, seseorang dapat mengalami identifikasi dengan orang lain, hewan, elemen alam, kesadaran kosmik, atau bahkan mengalami episode yang tampak seperti memori kehidupan lampau. Dengan demikian, mimpi melarutkan batas-batas ego dan membuktikan secara fenomenologis bahwa kesadaran individu bukanlah entitas yang terisolasi, melainkan bagian tak terpisahkan dari matriks kesadaran universal.<sup>1376</sup>

Jika kita letakkan kedua perspektif ini secara berdampingan, akan terlihat sebuah alur pemikiran yang koheren dan saling melengkapi. Jung menyediakan landasan teoretis dan simbolis mengenai bagaimana mimpi berfungsi untuk mencapai keutuhan *intrapsikis* melalui proses individuasi, di mana

transendensi adalah buah dari integrasi ego dengan *Self*. Sementara itu, Grof menyediakan kartografi atau peta fenomenologis yang lebih rinci mengenai wilayah-wilayah yang dapat diakses melalui mimpi dan keadaan serupa. Ia menegaskan bahwa pengalaman transendensi bukanlah sekadar konsep abstrak atau simbolis, melainkan pengalaman nyata yang dapat diakses, dideskripsikan, dan memiliki potensi terapeutik yang luar biasa. Keduanya sepakat bahwa mimpi bukanlah pesan yang harus "diterjemahkan" secara kaku, melainkan pengalaman yang harus "dirasakan" dan diintegrasikan. Mereka memandang mimpi sebagai manifestasi dari kecerdasan inheren dalam *psikhe* yang senantiasa mendorong organisme menuju penyembuhan, keutuhan, dan pelampauan diri, sebuah proses yang oleh banyak tradisi spiritual disebut sebagai pencerahan atau penyatuan dengan Yang Absolut.

Perspektif ini ternyata memiliki resonansi yang mendalam dengan tradisi-tradisi spiritual kuno, termasuk dalam pandangan Islam mengenai mimpi. Dalam Islam, mimpi tidak hanya dipandang sebagai produk psikologis, tetapi juga memiliki dimensi spiritual yang signifikan. Terdapat pembedaan antara mimpi biasa (*adhghatsu ahlam*) dan mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*), yang dianggap sebagai salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian.<sup>1377</sup> Kisah Nabi Yusuf dalam Al-Qur'an, misalnya, secara eksplisit menunjukkan bagaimana mimpi dapat menjadi medium wahyu dan premonisi yang melampaui pemahaman rasional semata, mengungkapkan takdir ilahi yang tersembunyi.<sup>1378</sup> Konsep *ru'ya shadiqah* ini sejajar dengan gagasan Jung dan Grof tentang mimpi sebagai pesan dari realitas yang lebih tinggi atau

dimensi kesadaran yang lebih luas. Baik dalam psikologi transpersonal maupun teologi Islam, mimpi diakui memiliki potensi epistemologis kemampuan untuk memberikan pengetahuan yang melampaui batas-batas indrawi dan ego personal, menjadikannya sebuah wahana transendensi yang otentik.

Baik perspektif Jung maupun Grof secara meyakinkan memposisikan mimpi sebagai lebih dari sekadar teater malam hari bagi ego. Keduanya mengembangkannya menjadi sebuah arena suci di mana proses transendensi diri berlangsung. Jung melihatnya sebagai jalan menuju keutuhan melalui individuasi dan penyatuan dengan *Self*, sedangkan Grof memetakan lanskap transpersonal yang dapat diakses melaluinya. Mimpi, dalam kerangka ini, adalah undangan dari kedalaman *psikhe* untuk melakukan perjalanan melampaui batas-batas diri yang sempit, mengeksplorasi warisan kolektif kemanusiaan, dan pada akhirnya, menyadari bahwa kesadaran kita adalah bagian dari sesuatu yang jauh lebih agung dan tak terbatas. Dengan memberikan perhatian yang khusyuk pada dunia mimpi kita, kita tidak hanya menyembuhkan luka-luka psikologis, tetapi juga membuka diri pada dimensi spiritual dari eksistensi, menapaki jembatan menuju realitas yang transenden.

### **Mi'rāj Ruhani: Mimpi Sebagai Simulasi Naik ke Alam Ilahiah**

Dalam kosmologi spiritual Islam, peristiwa Mi'rāj Nabi Muhammad SAW merupakan arketipe perjalanan transendental tertinggi sebuah kenaikan fisik (*jismani*) dan spiritual (*rūḥānī*) menembus lapisan-lapisan langit menuju Hadirat Ilahi. Peristiwa unik dan tak terulang ini menjadi puncak pengalaman teofani

seorang hamba. Namun, dalam tradisi tasawuf, diyakini bahwa bayangan atau gema dari pengalaman agung ini dapat diakses oleh para pencari Tuhan (*sālikīn*) dalam bentuk yang berbeda, yakni melalui *Mi'rāj Rūḥānī* atau kenaikan spiritual. Salah satu wahana paling signifikan dan misterius untuk simulasi pengalaman ini adalah melalui mimpi yang benar (*ru'yā ṣādiqah*), di mana jiwa, untuk sementara waktu, terlepas dari kungkungan jasad dan diberi kesempatan untuk menyaksikan realitas-realitas alam yang lebih tinggi.

Dasar teologis dan ontologis bagi signifikansi mimpi dalam Islam sangatlah kokoh. Al-Quran sendiri mengabadikan kisah Nabi Yusuf AS yang dianugerahi kemampuan menakwilkan mimpi, yang digambarkan sebagai bagian dari pengetahuan yang diajarkan langsung oleh Tuhan kepadanya.<sup>1379</sup> Lebih jauh lagi, Nabi Muhammad SAW menegaskan status epistemologis mimpi dengan sabdanya bahwa "mimpi yang benar adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian."<sup>1380</sup> Pernyataan ini mengangkat mimpi dari sekadar bunga tidur menjadi sebuah medium potensial untuk menerima ilham dan petunjuk ilahiah. Para pemikir sufi, khususnya Ibnu 'Arabi, mengartikulasikan bahwa mimpi terjadi dalam sebuah alam perantara yang disebut *'Ālam al-Mithāl* (Alam Imajinal), sebuah dimensi ontologis di antara dunia fisik dan dunia ruhani murni. Di alam inilah makna-makna spiritual dan realitas abstrak mengambil bentuk-bentuk simbolik yang dapat dipersepsi oleh "mata hati" (*baṣīrat al-qalb*).<sup>1381</sup> Dengan demikian, mimpi bukanlah ilusi, melainkan sebuah jendela menuju realitas yang lebih dalam,

sebuah teater sakral di mana jiwa dapat berinteraksi dengan arketipe surgawi.

Dalam konteks inilah mimpi berfungsi sebagai sebuah "simulasi" kenaikan ke alam ilahiah. Kata simulasi di sini digunakan untuk menggambarkan sebuah pengalaman yang mereplikasi kondisi esensial dari sebuah peristiwa nyata dalam hal ini, Mi'rāj tanpa harus melibatkan aspek fisik-materialnya. Selama tidur, ketika indra-indra eksternal terdiam dan belenggu kesadaran rasional-duniawi melonggar, ruh (*rūḥ*) memiliki keleluasaan yang lebih besar untuk melakukan perjalanannya sendiri. Bagi jiwa yang telah melalui proses penyucian (*tazkiyat al-nafs*), mimpi menjadi arena untuk mengalami *musyadah* (penyaksian spiritual) dan menerima *ma'rifah* (pengetahuan gnosis) secara langsung. Pengalaman ini dapat bermanifestasi dalam berbagai bentuk simbolik: terbang melintasi angkasa, mendaki gunung cahaya, bertemu dengan para nabi atau wali, atau menerima gulungan bertuliskan hikmah yang tidak terpikirkan saat terjaga.<sup>1382</sup> Setiap simbol dalam mimpi ini merupakan representasi dari pendakian jiwa melintasi berbagai stasiun spiritual (*maqāmāt*), sebuah gema dari perjalanan Nabi melintasi tujuh lapis langit.

Perjalanan dalam mimpi ini, bagaimanapun, bukanlah proses pasif atau acak, melainkan buah dari kesungguhan spiritual saat terjaga. Para sufi menekankan bahwa kualitas mimpi seorang hamba sangat bergantung pada kondisi hatinya (*qalb*). Hati yang senantiasa dipoles dengan zikir (*dhikr*), tafakur (*fikr*), dan kepatuhan pada syariat akan menjadi cermin yang jernih, mampu

merefleksikan cahaya dari alam malakut. Al-Ghazali, dalam magnum opusnya *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn*, menjelaskan bahwa hati memiliki pintu yang menghadap ke alam gaib, dan pintu ini hanya akan terbuka bagi mereka yang telah membersihkan diri dari kabut hawa nafsu.<sup>1383</sup> Oleh karena itu, *Mi'rāj Rūḥānī* dalam mimpi adalah sebuah anugerah (*wahb*) yang didahului oleh usaha (*kasb*). Ia adalah konfirmasi ilahiah atas kemajuan spiritual seorang hamba, sebuah pratinjau dari kenikmatan-kenikmatan surgawi dan pengetahuan-pengetahuan rahasia yang menanti di akhir perjalanan.

Tentu saja, urgensi untuk membedakan antara *ru'yā ṣādiqah* dengan mimpi biasa yang berasal dari ego (*ḥadīth al-nafs*) atau bisikan setan (*takhwīf al-shayṭān*) menjadi sangat krusial. Perbedaannya sering kali terletak pada dampak transformatif yang ditinggalkannya setelah terjaga. Mimpi yang benar akan meninggalkan jejak ketenangan (*sakīnah*), keyakinan (*yaqīn*), dan pemahaman spiritual yang mendalam, serta selaras dengan prinsip-prinsip syariat. Sering kali, mimpi semacam ini memerlukan penafsiran (*ta'bīr*) dari seorang pembimbing spiritual (*shaykh*) yang arif untuk membuka lapisan-lapisan maknanya, sebagaimana Nabi Yusuf menafsirkan mimpi raja Mesir.<sup>1384</sup> Tanpa bimbingan, seorang pejalan spiritual bisa tersesat dalam labirin simbolisme atau jatuh ke dalam perangkap kesombongan ruhani.

*Mi'rāj Rūḥānī* melalui mimpi merupakan sebuah fenomena spiritual yang mendalam, yang menegaskan bahwa pintu menuju pengalaman ilahiah tidak sepenuhnya tertutup setelah era kenabian. Mimpi yang benar berfungsi sebagai simulasi sakral,

sebuah ruang virtual di mana jiwa yang telah disucikan dapat berlatih untuk "naik" dan merasakan sekelumit pengalaman transendental yang dicontohkan secara sempurna oleh Nabi Muhammad SAW. Ia adalah jembatan antara yang terlihat (*shahādah*) dan yang gaib (*ghayb*), sebuah bukti bahwa perjalanan menuju Tuhan bukanlah sekadar pergerakan spasial, melainkan sebuah transformasi kesadaran yang puncaknya adalah kedekatan dengan Sang Realitas Absolut, sebuah pengalaman yang dapat dicicipi bahkan dalam keheningan malam dan misteri sebuah mimpi.

### **Apakah Mimpi Bisa Mengubah Takdir? Perspektif Teologis dan Psikologis**

Sejak permulaan peradaban, mimpi telah menjadi kanvas misterius tempat kesadaran manusia melukiskan ketakutan, harapan, dan teka-teki. Fenomena universal ini melintasi batas budaya dan waktu, memunculkan pertanyaan fundamental yang terus menggema hingga kini: Apakah mimpi sekadar bunga tidur, atau ia membawa pesan yang mampu memengaruhi, bahkan mengubah, alur kehidupan yang kita sebut takdir? Pertanyaan ini menempati persimpangan krusial antara iman dan nalar, wahyu dan analisis. Untuk mengurainya, diperlukan sebuah investigasi multidisipliner yang menyelami dua domain pemikiran yang kerap dianggap terpisah: perspektif teologis yang memandang mimpi sebagai isyarat Ilahi, dan perspektif psikologis yang melihatnya sebagai manifestasi dari alam bawah sadar.

Dalam kerangka teologi Islam, konsep takdir (*qadar*) merupakan salah satu rukun iman yang fundamental. Takdir dipahami dalam dua dimensi: *Qadha'*, yaitu ketetapan azali Tuhan yang absolut dan tidak dapat diubah, serta *Qadar*, yaitu perwujudan ketetapan tersebut di alam semesta yang berjalan sesuai dengan hukum sebab-akibat dan di dalamnya terdapat ruang bagi ikhtiar (usaha) manusia<sup>1385</sup>. Dalam konteks inilah mimpi menemukan tempatnya yang signifikan. Islam tidak menolak mimpi sebagai fenomena psikis semata, melainkan memberinya status epistemologis yang istimewa, terutama melalui konsep *Ru'ya ash-Shadiqah* atau mimpi yang benar. Sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari mengklasifikasikan mimpi ke dalam tiga jenis: mimpi baik yang merupakan kabar gembira dari Allah, mimpi buruk dari setan untuk menimbulkan kesedihan, dan mimpi yang berasal dari gejala pikiran seseorang<sup>1386</sup>.

*Ru'ya*, sebagai bagian dari wahyu kenabian, menempati posisi sentral dalam Al-Qur'an. Kisah Nabi Yusuf AS adalah contoh paling paradigmatis. Mimpinya melihat sebelas bintang, matahari, dan bulan bersujud kepadanya bukanlah ramalan pasif, melainkan sebuah prolog kenabian yang menjadi energi pendorong narasi hidupnya<sup>1387</sup>. Demikian pula, interpretasinya terhadap mimpi Raja Mesir tentang tujuh sapi gemuk dan tujuh sapi kurus tidak "mengubah" takdir datangnya musim kemarau, melainkan memberikan pengetahuan antisipatif. Pengetahuan inilah yang memicu serangkaian ikhtiar manajemen lumbung dan distribusi pangan yang pada akhirnya mengubah dampak bencana tersebut

bagi bangsa Mesir<sup>1388</sup>. Di sini, mimpi tidak mengubah ketetapan (*Qadha'*), tetapi ia berfungsi sebagai peta navigasi ilahiah yang memungkinkan manusia untuk berikhtiar secara optimal dalam koridor *Qadar*. Hal serupa terlihat pada kisah Nabi Ibrahim AS yang menerima perintah untuk menyembelih putranya, Ismail AS, melalui mimpi. Mimpi tersebut menjadi ujian ketaatan tertinggi yang, ketika dijalani dengan ikhlas, justru mendatangkan anugerah pengganti dari Allah<sup>1389</sup>.

Dari perspektif ini, mimpi tidak secara magis menulis ulang takdir yang telah ditetapkan. Sebaliknya, mimpi yang benar berfungsi sebagai *isyarat* atau *peringatan*. Ia memberikan informasi, wawasan, atau imperatif moral yang, jika direspons dengan doa, kesabaran, dan tindakan yang tepat, dapat mengarahkan individu ke hasil yang lebih baik dalam skema takdirnya. Mimpi menjadi katalisator bagi ikhtiar, memperkuat hubungan vertikal antara hamba dan Tuhannya, dan membuktikan bahwa takdir bukanlah fatalisme buta, melainkan sebuah dialog dinamis antara ketetapan Ilahi dan kehendak bebas manusia.

Beralih ke ranah psikologi, mimpi didudukkan dalam kerangka yang berbeda secara ontologis. Ia tidak dilihat sebagai pesan eksternal, melainkan sebagai produk internal dari aktivitas mental. Sigmund Freud, dalam karyanya yang monumental *The Interpretation of Dreams*, memandang mimpi sebagai "jalan utama menuju alam bawah sadar" (*the royal road to the unconscious*), sebuah panggung di mana hasrat-hasrat terlarang dan konflik-konflik yang tertekan menemukan penyalurannya secara

simbolis<sup>1390</sup>. Bagi Freud, mimpi adalah pemenuhan keinginan (*wish-fulfillment*) yang terdistorsi. Dalam pandangan ini, mimpi tidak meramalkan masa depan, tetapi merefleksikan masa lalu dan masa kini yang tersembunyi di lubuk jiwa.

Carl Jung, murid Freud yang kemudian mengembangkan teorinya sendiri, memberikan pandangan yang lebih luas. Jung melihat mimpi tidak hanya sebagai gudang represi, tetapi juga sebagai alat komunikasi dari "Diri" (*the Self*) yang lebih utuh. Mimpi berfungsi sebagai mekanisme kompensasi psikis, menyeimbangkan kesadaran yang mungkin terlalu sempit atau berat sebelah, dan mendorong individu menuju proses *individuasi* realisasi potensi diri yang sejati<sup>1391</sup>. Mimpi, menurut Jung, dapat mengungkapkan arketipe dari ketidaksadaran kolektif dan menunjukkan kepada si pemimpi masalah yang perlu ia selesaikan atau potensi yang perlu ia kembangkan.

Dari perspektif psikologis modern, khususnya neurosains kognitif, fungsi mimpi dijelaskan melalui berbagai teori, seperti teori simulasi ancaman (*Threat Simulation Theory*), yang menyatakan bahwa mimpi adalah arena latihan biologis untuk menghadapi situasi berbahaya di dunia nyata<sup>1392</sup>. Teori lain menekankan peran mimpi dalam konsolidasi memori dan pemrosesan emosional, membantu kita memilah informasi dan meredakan beban emosi dari hari sebelumnya<sup>1393</sup>.

Lantas, bagaimana mimpi bisa "mengubah takdir" dari sudut pandang ini? Jawabannya terletak pada pengaruh mimpi terhadap *si pemimpi*. Mimpi tidak mengubah realitas eksternal

secara langsung, tetapi ia dapat secara fundamental mengubah realitas internal individu. Sebuah mimpi tentang kegagalan dalam ujian, misalnya, bukanlah sebuah nujum. Ia adalah manifestasi proyektif dari kecemasan si pemimpi. Namun, pengalaman emosional yang kuat dalam mimpi tersebut dapat menjadi motivator yang sangat efektif. Terinspirasi (atau ditakuti) oleh mimpinya, individu tersebut mungkin akan belajar lebih giat, mencari bantuan, dan mempersiapkan diri lebih baik. Tindakan-tindakan inilah yang dipicu oleh mimpi yang pada akhirnya mengubah hasil potensial dari kegagalan menjadi kesuksesan. Dengan demikian, takdir, yang dalam konteks ini dipahami sebagai lintasan hidup yang dibentuk oleh pilihan dan tindakan, dapat diubah karena mimpi bertindak sebagai agen perubahan internal yang kuat, mendorong kesadaran diri, motivasi, dan perilaku baru.

Pada pandangan pertama, perspektif teologis dan psikologis tampak seperti dua garis paralel yang tidak akan pernah bertemu. Yang satu berpusat pada Tuhan (teosentris), yang lain pada manusia (antroposentris). Namun, jika kita melihat lebih dalam, sebuah sintesis yang menarik dapat ditemukan. Keduanya sama-sama sepakat bahwa kekuatan transformatif mimpi tidak terletak pada mimpi itu sendiri, melainkan pada *respons individu terhadapnya*.

Baik sebagai isyarat Ilahi maupun sebagai cermin batin, mimpi adalah sebuah pesan yang menuntut interpretasi dan tindakan. Perspektif teologis tidak menafikan bahwa mimpi diproses melalui psikis manusia; wahyu pun diterima melalui indra dan kesadaran seorang nabi. Sebaliknya, perspektif psikologis, meskipun agnostik

terhadap sumber supranatural, tidak dapat menyangkal kekuatan mimpi untuk memicu refleksi mendalam yang oleh sebagian orang disebut sebagai pengalaman spiritual.

Mungkin dikotomi antara "eksternal" dan "internal" tidaklah sekaku yang dibayangkan. Sebuah isyarat Ilahi (*Ru'ya*) bisa jadi bermanifestasi melalui mekanisme psikologis yang dijelaskan oleh Jung atau bahkan neurosains. Pesan tersebut mungkin "ditanamkan" ke dalam alam bawah sadar untuk kemudian muncul dalam bentuk narasi simbolik yang sarat dengan arketipe personal dan kolektif. Dengan demikian, kedua perspektif ini bisa jadi menjelaskan dua sisi dari koin yang sama: yang satu menjelaskan *sumber* dan *tujuan* utama pesan (teologi), sementara yang lain menjelaskan *mekanisme* pemrosesan dan dampaknya pada jiwa (psikologi).

Jadi, apakah mimpi bisa mengubah takdir? Jawabannya adalah "ya" dan "tidak," tergantung pada bagaimana kita mendefinisikan "mengubah" dan "takdir." Mimpi tidak memiliki kekuatan kausal untuk secara ajaib membelokkan ketetapan kosmis yang telah digariskan (*Qadha'*). Namun, mimpi memiliki kapasitas yang luar biasa untuk mengubah *pelaku* takdir itu sendiri: manusia.

Baik dipahami sebagai bisikan wahyu dari langit maupun sebagai gema dari kedalaman jiwa, mimpi adalah sebuah undangan untuk berhenti, merenung, dan bertindak. Ia adalah katalisator bagi ikhtiar, doa, dan introspeksi. Mimpi menyadarkan kita akan kecemasan tersembunyi, mengingatkan kita pada potensi yang belum tergali, dan dalam keyakinan teologis, memberikan kita

petunjuk dalam menavigasi lautan takdir (*Qadar*). Pada akhirnya, kekuatan sejati sebuah mimpi bukanlah untuk meramal masa depan secara pasif, melainkan untuk memberdayakan kita agar dapat menulis prosa kehidupan kita dengan lebih sadar, lebih bijaksana, dan lebih bertanggung jawab. Takdir bukanlah naskah yang kaku, melainkan sebuah narasi dinamis yang terus kita ciptakan bersama setiap pilihan, di mana mimpi menjadi salah satu pembisik paling misterius dan berpengaruh di sepanjang perjalanan.

### **Tahapan Transformasi Diri: dari Kognitif ke Spiritual**

#### **Tasykhīs (Diagnosis Jiwa): Kesadaran terhadap Problem Eksistensial**

Perjalanan transformasi diri merupakan sebuah proses dialektis yang kompleks, bergerak dari ranah kesadaran kognitif menuju kedalaman pengalaman spiritual. Proses ini bukanlah sebuah lompatan mendadak, melainkan sebuah pendakian bertahap yang menuntut kesadaran, introspeksi, dan keberanian untuk menghadapi realitas batiniah. Dalam tradisi pemikiran Islam, transformasi ini sering digambarkan sebagai perjalanan (suluk) menuju Tuhan, sebuah eksodus dari kegelapan diri menuju cahaya Ilahi.<sup>1394</sup> Tahapan awal yang paling krusial dalam perjalanan agung ini adalah apa yang dapat kita istilahkan sebagai *Tasykhīs*, atau diagnosis jiwa, yang secara esensial merupakan momen pencerahan kognitif terhadap problem-problem eksistensial yang melingkupi kehidupan manusia.

*Tasykhīs*, sebuah istilah yang dipinjam dari terminologi medis yang berarti "diagnosis", dalam konteks spiritual merujuk pada upaya sadar untuk mengidentifikasi "penyakit" atau disfungsi fundamental dalam jiwa (*nafs*). Ini bukanlah sekadar inventarisasi dosa-dosa atau kesalahan moral secara superfisial, melainkan sebuah penyelaman kontemplatif untuk mengenali akar dari kegelisahan, kehampaan, dan perasaan keterasingan yang kerap menghantui eksistensi manusia modern.<sup>1395</sup> Problem eksistensial ini muncul ketika individu mulai merasakan adanya disonansi yang mendalam antara realitas kehidupan yang dijalani dengan panggilan primordial jiwanya, atau *fitrah* yakni, disposisi bawaan untuk mengakui dan terhubung dengan Sang Pencipta.<sup>1396</sup> Kesadaran ini adalah percikan pertama yang menyalakan api transformasi; sebuah momen *yaqazah* (keterjagaan) dari tidur panjang *ghafalah* (kelalaian).

Problem eksistensial yang didiagnosis dalam tahap *Tasykhīs* ini termanifestasi dalam berbagai gejala. Di antaranya adalah rasa hampa makna di tengah kelimpahan materi, kecemasan (*anxiety*) yang tidak jelas sumbernya, keterasingan (*alienation*) dari diri sendiri, sesama, dan alam, serta siklus pengejaran kenikmatan sesaat yang tidak pernah berujung pada kepuasan sejati (*true contentment*).<sup>1397</sup> Dari perspektif teologis, kondisi ini berakar pada keterputusan manusia dari tujuan penciptaannya yang paling hakiki, sebagaimana firman Allah SWT dalam Al-Quran, "Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdikan kepada-Ku."<sup>1398</sup> Ketika poros kehidupan tidak lagi berpusat pada

pengabdian ini, jiwa akan mengalami disorientasi, layaknya sebuah kompas yang kehilangan medan magnetnya. Jiwa menjadi terfragmentasi, ditarik oleh berbagai keinginan duniawi yang saling bertentangan, yang pada akhirnya melahirkan penderitaan psikologis dan spiritual.

Proses diagnosis ini secara operasional dilakukan melalui dua instrumen kognitif utama: *muḥāsabah* (introspeksi atau akuntansi diri) dan *tafakkur* (kontemplasi mendalam). *Muḥāsabah* adalah tindakan individu secara jujur dan kritis "mengaudit" pikiran, niat, dan perbuatannya. Ini adalah implementasi dari perintah Al-Quran, "Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat)."<sup>1399</sup> Praktik ini mendorong individu untuk berhenti sejenak dari arus kehidupan yang deras dan mengajukan pertanyaan-pertanyaan fundamental: Untuk apa aku hidup? Ke mana tujuanku? Apakah tindakanku selaras dengan nilai-nilai yang kuyakini? Praktik ini ditegaskan lebih lanjut dalam sebuah hadis Nabi Muhammad SAW, "Orang yang cerdas adalah dia yang melakukan introspeksi diri (*man dāna nafsah*) dan beramal untuk kehidupan setelah kematian."<sup>1400</sup>

Sementara *muḥāsabah* berfokus pada evaluasi diri, *tafakkur* memperluas cakrawala perenungan kepada eksistensi itu sendiri merenungkan kerapuhan hidup, keniscayaan kematian, keluasan alam semesta, dan tanda-tanda kebesaran Tuhan yang tersebar di dalamnya. *Tafakkur* inilah yang mengubah data hasil *muḥāsabah* dari sekadar informasi kognitif menjadi sebuah

kesadaran eksistensial yang menggetarkan jiwa. Psikolog eksistensial seperti Viktor Frankl, dalam analisisnya mengenai "kekosongan eksistensial" (*existential vacuum*), sampai pada kesimpulan bahwa dorongan utama manusia adalah "kehendak untuk hidup bermakna" (*will to meaning*).<sup>1401</sup> Kegagalan menemukan makna inilah yang menjadi sumber neurosis di zaman modern. Temuan ini secara luar biasa paralel dengan konsep *Tasykhīs* dalam spiritualitas Islam, yang menempatkan kesadaran akan ketiadaan makna (akibat keterputusan dari Tuhan) sebagai titik awal menuju penyembuhan.

Dengan demikian, *Tasykhīs* adalah tahap diagnosis yang esensial, sebuah momen kejujuran radikal di hadapan diri sendiri dan Tuhan. Ia adalah pengakuan kognitif yang berani bahwa ada sesuatu yang "tidak beres" secara fundamental dalam matriks eksistensi seseorang. Tanpa melewati gerbang kesadaran ini, setiap upaya perbaikan diri hanya akan bersifat tambal sulam, menyentuh gejala tanpa pernah mengobati penyakit akarnya. Imam Al-Ghazali, dalam magnum opusnya *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn*, mengibaratkan proses ini seperti seorang dokter yang tidak akan memberikan resep sebelum ia benar-benar memahami penyakit pasiennya.<sup>1402</sup> Oleh karena itu, *Tasykhīs* bukanlah sebuah akhir yang membawa pada keputusan, melainkan sebuah permulaan yang penuh harapan. Ia adalah fajar kesadaran yang memungkinkan individu untuk secara sadar memulai perjalanan transformatif berikutnya, beralih dari sekadar mengetahui masalah secara kognitif menuju upaya untuk menyelesaikannya secara spiritual.

## **Tazkiyah (Pembersihan): Dzikir dan Perjuangan Melawan Hawa Nafsu**

Dalam lanskap pemikiran spiritual Islam, konsep *Tazkiyatun Nafs* atau purifikasi jiwa menempati posisi sentral sebagai tujuan esensial dari keberagaman itu sendiri. Ia merepresentasikan sebuah perjalanan transformatif yang mendalam, di mana seorang individu secara sadar berupaya membersihkan dimensi batiniah (*qalb, ruh, dan nafs*) dari berbagai penyakit spiritual seperti kesombongan (*kibr*), iri hati (*hasad*), kemarahan (*ghadab*), dan keterikatan duniawi (*hubb al-dunya*) untuk mencapai keadaan fitrah yang suci dan meraih kedekatan otentik dengan Sang Pencipta (*taqarrub ilallah*). Proses yang rumit dan berkelanjutan ini tidak dapat dicapai semata-mata melalui ritual formal, melainkan menuntut implementasi dua instrumen spiritual yang fundamental dan saling berkelindan: *dzikir* (mengingat Allah) dan *mujahadah an-nafs* (perjuangan melawan hawa nafsu).

Fundamen konseptual tazkiyah tertanam kuat dalam sumber primer Islam. Al-Qur'an secara tegas menggarisbawahi urgensi penyucian jiwa sebagai penentu keberhasilan hakiki seorang manusia. Allah berfirman, "Sungguh beruntung orang yang menyucikannya (jiwa itu), dan sungguh rugi orang yang mengotorinya."<sup>1403</sup> Ayat ini menjadi postulat utama bahwa kesuksesan dan kegagalan eksistensial manusia bergantung pada upayanya dalam mengelola dan membersihkan fakultas batinnya. Misi kenabian Muhammad SAW pun salah satunya adalah untuk melakukan tazkiyah ini kepada umatnya. Dalam kerangka

ini, *nafs* (jiwa atau diri) dipandang sebagai entitas dinamis yang memiliki potensi untuk condong kepada kebaikan (*an-nafs al-muthma'innah*) maupun keburukan (*an-nafs al-ammarah bis-su'*), atau jiwa yang memerintahkan kepada kejahatan. Perjuangan untuk membersihkan jiwa, oleh karena itu, adalah peperangan internal untuk menundukkan tendensi negatif *nafs* dan mengarahkannya menuju kepatuhan total kepada Tuhan.

Dalam dinamika ini, *dzikir* berperan sebagai katalisator spiritual yang esensial. Jauh melampaui pengucapan lisan semata, dzikir dalam makna sufistiknya adalah sebuah kondisi kesadaran dan kehadiran hati yang konstan bersama Allah. Ia berfungsi ibarat pemoles yang mengikis karat-karat yang menutupi cermin hati (*qalb*). Sebuah hadis secara metaforis menggambarkan bahwa hati dapat berkarat sebagaimana besi, dan pembersihnya adalah dzikir kepada Allah.<sup>1404</sup> Dzikir yang dihayati secara mendalam akan membanjiri hati dengan cahaya ilahi (*nur*), yang secara bertahap menyingkirkan kegelapan yang disebabkan oleh kelalaian (*ghafalah*) dan bisikan-bisikan setan (*waswasah*). Energi spiritual yang lahir dari dzikir memberikan kekuatan, ketenangan, dan wawasan batin (*bashirah*) yang diperlukan untuk mengidentifikasi dan melawan penyakit-penyakit jiwa. Tanpa bahan bakar spiritual dari dzikir, perjuangan melawan hawa nafsu akan menjadi upaya yang kering, rapuh, dan cenderung gagal karena hanya mengandalkan kekuatan ego yang terbatas. Cendekiawan klasik seperti Ibn Qayyim al-Jawziyya menekankan bahwa dzikir adalah "makanan pokok bagi hati dan ruh," yang tanpanya, jiwa akan mati.<sup>1405</sup>

Di sisi lain, *mujahadah an-nafs* merupakan arena praktis di mana proses pembersihan itu diwujudkan secara aktif. Mujahadah adalah perjuangan yang sadar, disengaja, dan gigih untuk melawan, mendisiplinkan, dan mengendalikan dorongan-dorongan hawa nafsu yang bertentangan dengan kehendak ilahi. Ini bukanlah upaya untuk memusnahkan nafsu karena nafsu adalah bagian inheren dari kemanusiaan melainkan untuk mengelolanya agar selaras dengan koridor syariat. Al-Qur'an mengapresiasi perjuangan ini dengan janji surga: "Dan adapun orang-orang yang takut kepada kebesaran Tuhannya dan menahan diri dari (keinginan) hawa nafsunya, maka sesungguhnya surgalah tempat tinggal(nya)."<sup>1406</sup> Praktik mujahadah mencakup spektrum yang luas, mulai dari menahan amarah, menjaga lisan dari ucapan sia-sia, melawan rasa malas dalam beribadah, hingga memerangi sifat kikir dengan bersedekah. Setiap tindakan perlawanan terhadap dorongan negatif merupakan satu langkah konkret dalam membersihkan ruang batin, menjadikannya lebih reseptif terhadap cahaya dzikir.

Relasi antara dzikir dan mujahadah bersifat dialektis dan resiprokal; keduanya tidak dapat dipisahkan dan saling menguatkan. William C. Chittick, dalam analisisnya mengenai pemikiran Sufi, menjelaskan bahwa pengetahuan spiritual tidak dapat diraih tanpa transformasi diri, yang mencakup kedua aspek ini.<sup>1407</sup> Dzikir memberikan cahaya dan energi untuk mujahadah, sementara mujahadah menciptakan wadah yang bersih agar cahaya dzikir dapat menetap dan bersinar terang. Analogi yang sering digunakan adalah dzikir ibarat air bersih, sedangkan mujahadah

adalah tindakan membersihkan wadah yang kotor. Menuangkan air bersih ke dalam wadah yang kotor tidak akan menghasilkan air yang jernih. Sebaliknya, membersihkan wadah tanpa mengisinya dengan air akan menjadikannya kosong dan tidak bermanfaat. Demikian pula, seseorang yang rajin berdzikir namun terus-menerus menuruti hawa nafsunya akan mendapati dzikirnya kurang berpengaruh. Sebaliknya, orang yang bersusah payah melawan nafsunya tanpa membentengi diri dengan dzikir akan mudah lelah dan kembali jatuh ke dalam kelalaian. Keduanya harus berjalan seiring, menciptakan sebuah siklus positif di mana dzikir yang khuyuk mempermudah mujahadah, dan mujahadah yang berhasil akan meningkatkan kualitas dan kedalaman dzikir.

*Tazkiyatun Nafs* adalah sebuah proses holistik dan seumur hidup yang menuntut keseimbangan harmonis antara kontemplasi batin dan aksi nyata. Dialektika antara dzikir sebagai sumber kekuatan dan cahaya spiritual dengan mujahadah sebagai arena perjuangan dan pembersihan praktis merupakan jantung dari perjalanan ini. Kombinasi keduanya membentuk sebuah spiral menaik yang secara progresif mengangkat seorang hamba dari level *nafs* yang paling rendah menuju tingkatan jiwa yang tenang dan diridhai Tuhan. Proses ini bukanlah tentang pengekangan diri yang menyiksa, melainkan sebuah seni luhur dalam memahat jiwa, mengubah materi kasar kemanusiaan menjadi sebuah mahakarya spiritual yang merefleksikan sifat-sifat keindahan (*jamal*) dan keagungan (*jalal*) Ilahi, yang pada akhirnya mengantarkan pada keberuntungan abadi sebagaimana yang telah dijanjikan.<sup>1408</sup>

### **Tajalli (Penyingkapan): Hadirnya Cahaya dalam Mimpi atau Intuisi**

Dalam lanskap pemikiran metafisika Islam, khususnya dalam tradisi tasawuf, konsep *Tajalli* menduduki posisi sentral sebagai jembatan epistemologis antara Yang Absolut (Al-Haqq) dan yang relatif (al-khalq). Secara etimologis, *Tajalli* berasal dari akar kata Arab *j-l-w* (ج-ل-و), yang bermakna menyingkap, membuka, atau memanifestasikan diri.<sup>1409</sup> Konsep ini bukan sekadar teori filosofis, melainkan sebuah deskripsi fenomenologis mengenai pengalaman spiritual di mana realitas ilahiah menyingkapkan diri-Nya kepada kesadaran seorang hamba. Penyingkapan ini tidak terjadi secara telanjang atau langsung dalam esensi-Nya suatu hal yang diyakini mustahil bagi persepsi manusia melainkan melalui manifestasi Nama-Nama (Asma) dan Sifat-Sifat (Sifat) Allah. Manifestasi ini sering kali dialami melalui dua medium subtil yang melampaui indra fisik: mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*) dan intuisi batiniah (*kashf* atau *ilham*), yang keduanya sering kali disimbolkan dengan hadirnya cahaya (*nur*).

Secara teoretis, diskursus paling mendalam mengenai *Tajalli* dikembangkan oleh para sufi, terutama Muhyiddin Ibn 'Arabi. Beliau membedakan antara tingkatan *Tajalli* yang berbeda, mulai dari *Tajalli al-Af'al* (manifestasi perbuatan Tuhan di alam semesta), *Tajalli al-Sifat* (manifestasi sifat-sifat Tuhan pada hati seorang mukmin), hingga *Tajalli al-Dhat* (manifestasi Esensi Tuhan) yang merupakan pengalaman transformatif tertinggi.<sup>1410</sup> Landasan Al-Quran untuk konsep ini dapat ditemukan

dalam kisah Nabi Musa AS di Gunung Sinai, di mana ia memohon untuk melihat Tuhan secara langsung. Allah berfirman: "Engkau tidak akan (sanggup) melihat-Ku, tetapi lihatlah ke gunung itu; jika ia tetap di tempatnya (sebagai sedia kala), niscaya engkau dapat melihat-Ku." Ketika Tuhannya *bertajalli* (menampakkan diri) kepada gunung itu, gunung itu hancur luluh dan Musa pun jatuh pingsan.<sup>1411</sup> Ayat ini secara paradigmatis mengilustrasikan bahwa manifestasi ilahi, bahkan pada level yang paling terbatas sekalipun, memiliki kekuatan dahsyat yang melampaui kapasitas daya tahan makhluk. Ini menggarisbawahi sifat *Tajalli* yang bersifat simbolik dan termediasi, bukan literal dan langsung.

Metafora cahaya (*nur*) menjadi simbol universal dalam menjelaskan pengalaman *Tajalli*. Cahaya secara inheren diasosiasikan dengan pengetahuan, kebenaran, petunjuk, dan realitas itu sendiri, sementara kegelapan melambangkan kebodohan, keraguan, dan ketiadaan. Al-Quran dalam Surah An-Nur secara eksplisit menyebut Allah sebagai "Cahaya langit dan bumi."<sup>1412</sup> Ayat ini dilanjutkan dengan perumpamaan yang kompleks tentang sebuah ceruk, pelita, kaca, dan minyak yang diberkahi, yang semuanya mengarah pada pemahaman bahwa Cahaya Ilahi bukanlah cahaya fisik, melainkan sumber dari segala petunjuk dan eksistensi. Ketika seorang salik (penempuh jalan spiritual) mengalami *Tajalli*, ia sering kali mendeskripsikannya sebagai kilatan cahaya yang menerangi "mata hati" (*'ayn al-qalb*), menyingkapkan hakikat-hakikat spiritual yang sebelumnya tersembunyi dalam kegelapan ketidaktahuan. Cahaya ini bersifat

epistemik; ia tidak dilihat dengan mata fisik, tetapi dirasakan dan dipahami oleh fakultas batiniah yang telah dimurnikan.

Mimpi menjadi salah satu arena utama di mana *Tajalli* dalam bentuk cahaya ini dapat dialami. Tradisi Islam membedakan secara tegas antara mimpi biasa yang merupakan produk dari imajinasi atau kondisi psikologis (*ahlam*), dengan mimpi yang benar dan berasal dari sumber ilahiah (*ru'ya shadiqah*). Nabi Muhammad SAW menyatakan bahwa mimpi yang benar adalah "satu dari empat puluh enam bagian kenabian,"<sup>1413</sup> yang memberinya status sebagai sumber pengetahuan spiritual yang valid. Dalam keadaan tidur, ketika indra-indra eksternal teristirahatkan, jiwa menjadi lebih reseptif terhadap masukan dari alam spiritual (*'alam al-malakut*). Imam Al-Ghazali dalam karyanya, *Ihya' 'Ulum al-Din*, menjelaskan bahwa hati manusia ibarat cermin. Dalam keadaan terjaga, cermin ini sibuk memantulkan objek-objek duniawi. Namun dalam tidur, ia dapat berpaling dari dunia fisik dan menghadap ke *Lauh al-Mahfuz* (Tablet yang Terpelihara), sehingga memantulkan pengetahuan dan simbol-simbol ilahiah.<sup>1414</sup> Hadirnya cahaya yang menyilaukan, perasaan damai yang mendalam, atau visi simbolik yang sarat makna dalam mimpi dapat ditafsirkan sebagai bentuk *Tajalli al-Sifat*, di mana sifat-sifat Tuhan seperti Al-'Alim (Yang Maha Mengetahui) atau As-Salam (Yang Maha Sejahtera) memanifestasikan dirinya dalam kesadaran si pemimpi. Selain mimpi, intuisi menjadi medium *Tajalli* dalam keadaan terjaga. Dalam terminologi sufi, intuisi ini disebut *kashf* (penyingkapan), *ilham* (inspirasi), atau *firāsah* (kearifan firasat). Ini adalah pengetahuan langsung yang "dilemparkan" (*ilqa*) oleh Tuhan ke

dalam hati seorang hamba tanpa melalui proses penalaran rasional atau persepsi inderawi. Pengalaman ini sering kali digambarkan sebagai "kilatan cahaya" atau "pencerahan" mendadak yang memberikan kepastian (*yaqin*) tentang suatu kebenaran. Untuk mencapai tingkat reseptivitas ini, para sufi menekankan pentingnya *tazkiyat al-nafs* (penyucian jiwa) dan *dhikr* (mengingat Tuhan). Praktik-praktik ini diibaratkan seperti memoles cermin hati dari karat dosa dan kelalaian. Ketika cermin hati telah menjadi jernih dan berkilau, ia mampu memantulkan Cahaya Ilahi yang senantiasa memancar.<sup>1415</sup> *Tajalli* melalui intuisi adalah puncak dari proses kontemplasi yang mendalam, di mana seorang hamba, dalam kesunyian dan kepasrahannya, membuka dirinya untuk menerima pengetahuan langsung dari Sumber segala pengetahuan.

*Tajalli* sebagai manifestasi Cahaya Ilahi dalam mimpi atau intuisi merupakan sebuah fenomena spiritual-epistemologis yang mendalam. Ia menandakan bahwa akses menuju pengetahuan hakiki tidak terbatas pada jalur rasional dan empiris semata. Melalui medium mimpi yang benar dan intuisi yang tajam keduanya merupakan anugerah dari Tuhan seorang individu dapat mengalami penyingkapan Sifat-Sifat Ilahi yang mencerahkan jiwa, memberikan petunjuk, dan memperkuat keyakinan. Pengalaman ini, meski bersifat personal dan subjektif, memiliki landasan teologis yang kokoh dalam Al-Quran dan Hadis serta kerangka teoretis yang sistematis dalam tradisi tasawuf. Ia adalah bukti bahwa di balik tabir dunia material, terdapat realitas cahaya yang senantiasa siap menyingkapkan dirinya kepada hati yang bersih dan mencari.

## **Tahaqquq (Realisasi): Peneguhan Identitas Ruhani sebagai Khalifah**

Eksistensi manusia dalam panorama pemikiran Islam merupakan sebuah dialektika agung antara keterbatasan material dan potensi spiritual yang tak terbatas. Manusia diciptakan dari tanah liat (*tīn*) yang melambangkan sifat rendah dan terikat pada bumi, namun di saat yang sama, ia adalah penerima tiupan Ruh Ilahi (*nafakhtu fīhi min rūḥī*) yang memberinya martabat dan kapasitas untuk transendensi. Puncak dari potensi ini terartikulasi dalam mandat kosmiknya sebagai *khalīfah fil arḍ* atau wakil Tuhan di muka bumi<sup>1416</sup>. Mandat ini bukanlah sekadar gelar kehormatan yang pasif, melainkan sebuah fungsi aktif yang menuntut realisasi diri pada level tertinggi. Dalam tradisi tasawuf, proses pencapaian dan peneguhan identitas ruhani sebagai khalifah ini dikenal dengan terminologi *Tahaqquq* sebuah stasiun spiritual (*maqām*) di mana seorang hamba tidak lagi sekadar meniru sifat-sifat Tuhan, tetapi menjadi cermin yang memmanifestasikan sifat-sifat tersebut secara nyata dan otentik dalam dirinya.

Konsep *khalīfah* seringkali dipahami secara dangkal sebagai status yang diberikan secara cuma-cuma kepada spesies manusia. Namun, pembacaan yang lebih mendalam terhadap teks-teks suci menunjukkan bahwa ia adalah sebuah *amānah* (amanat atau kepercayaan) yang berat, yang bahkan langit, bumi, dan gunung pun enggan menerimanya<sup>1417</sup>. Amanat ini mengandung tanggung jawab untuk mengelola alam semesta dengan keadilan, kasih sayang, dan kebijaksanaan yang bersumber dari Sang Pemberi Amanat. Oleh

karena itu, menjadi khalifah sejati bukanlah persoalan keturunan atau status, melainkan persoalan pencapaian kapasitas ruhani. William C. Chittick, dalam analisisnya mengenai pemikiran Ibn 'Arabi, menjelaskan bahwa hanya *al-insān al-kāmil* (Manusia Sempurna) yang dapat sepenuhnya merealisasikan fungsi kekhalifahan ini. Manusia Sempurna adalah ia yang telah memoles cermin hatinya hingga mampu merefleksikan seluruh Nama dan Sifat Ilahi (*Asmā' al-Ḥusnā*), sehingga tindakannya di dunia menjadi manifestasi dari tindakan Tuhan<sup>1418</sup>. Di sinilah *Tahaqquq* mengambil peran sentralnya sebagai proses realisasi diri tersebut.

Perjalanan menuju *Tahaqquq* secara tradisional dipetakan melalui tiga tahap spiritual yang saling berkaitan: *Takhalli*, *Tahalli*, dan *Tajalli*. *Takhalli* adalah proses pengosongan diri dari sifat-sifat tercela (*madhmūmah*) seperti egoisme, keserakahan, dan kebodohan. Ini adalah fase purifikasi fundamental di mana jiwa dibersihkan dari segala sesuatu yang menghalangi cahaya Ilahi. Tahap selanjutnya adalah *Tahalli*, yaitu menghiasi diri dengan sifat-sifat terpuji (*maḥmūdah*) yang merupakan bayangan dari Sifat-Sifat Ilahi, seperti kasih sayang (*Raḥmah*), keadilan ('*Adl*), dan pengetahuan ('*Ilm*). Namun, *Tahaqquq* melampaui kedua tahap ini. Jika *Tahalli* adalah proses "meniru" atau "berakhlak dengan akhlak Tuhan", maka *Tahaqquq* adalah realisasi (*realization*) dan verifikasi (*verification*) dari sifat-sifat tersebut hingga menyatu dengan esensi diri seorang hamba. Annemarie Schimmel menggambarkannya sebagai momen di mana sang mistikus tidak lagi "melihat dengan

mata Tuhan" secara metaforis, tetapi penglihatannya telah menjadi instrumen bagi Penglihatan Tuhan itu sendiri<sup>1419</sup>. Ini bukanlah panteisme atau penyatuan esensi (*ittihad*), melainkan sebuah kondisi di mana kehendak, pengetahuan, dan tindakan hamba telah sepenuhnya selaras dengan Kehendak Ilahi.

Mekanisme utama dalam proses *Tahaqquq* adalah internalisasi dan realisasi *Asmā' al-Ḥusnā*. Manusia adalah satu-satunya makhluk yang diajarkan "seluruh nama-nama" (Q.S. 2:31), yang oleh para sufi ditafsirkan sebagai potensi untuk menjadi lokus manifestasi (*mazhar*) bagi seluruh Nama Ilahi. Proses *Tahaqquq* adalah perjalanan aktualisasi potensi ini. Seorang hamba yang ingin merealisasikan kekhalifahannya sebagai penebar kasih harus melakukan *Tahaqquq* dengan nama *Ar-Rahmān* dan *Ar-Rahīm*, tidak hanya dengan memahami artinya, tetapi dengan menjadi perwujudan kasih sayang itu sendiri di muka bumi. Verifikasi tertinggi dari proses ini digambarkan secara mendalam dalam sebuah Hadis Qudsi yang masyhur: "...Hamba-Ku senantiasa mendekatkan diri kepada-Ku dengan amalan-amalan sunnah hingga Aku mencintainya. Ketika Aku telah mencintainya, maka Aku adalah pendengarannya yang ia gunakan untuk mendengar, penglihatannya yang ia gunakan untuk melihat, tangannya yang ia gunakan untuk memukul, dan kakinya yang ia gunakan untuk berjalan..."<sup>1420</sup>. Hadis ini secara presisi melukiskan kondisi *Tahaqquq*, di mana atribut-atribut hamba telah terlebur dan menjadi saluran bagi manifestasi Atribut Ilahi. Hamba tersebut kini bertindak bukan lagi atas dorongan egonya, melainkan sebagai

instrumen sadar dari Kehendak Tuhan<sup>1421</sup>. Implikasi dari tercapainya *Tahaqquq* sangatlah besar, baik pada level mikro (individu) maupun makro (kosmik). Pada level individu, seorang yang telah mencapai *Tahaqquq (muḥaqqiq)* menemukan kedamaian dan keutuhan sejati karena ia telah selaras dengan fitrah dan tujuan penciptaannya. Identitas ruhaninya sebagai khalifah tidak lagi menjadi sebuah konsep teoretis, melainkan sebuah realitas yang hidup dan teralami. Pada level kosmik, individu ini menjadi "jantung alam semesta" (*qalb al-‘ālam*) dan cermin kosmik (*mir’āt al-kawn*). Kehadirannya di dunia berfungsi menstabilkan tatanan moral dan spiritual, serta menjadi bukti nyata (*ḥujjah*) akan rahmat Tuhan bagi semesta alam. Ia adalah agen transformasi sosial yang menegakkan keadilan, menyebarkan ilmu, dan memelihara keharmonisan ekologis, bukan karena kewajiban legalistik, melainkan karena semua itu adalah ekspresi natural dari Sifat-Sifat Ilahi yang telah terealisasi dalam dirinya<sup>1422</sup>. Sosok khalifah yang sesungguhnya ini, sebagaimana dideskripsikan oleh para pemikir sufi, menjadi jembatan antara langit dan bumi, antara Yang Absolut dan dunia ciptaan<sup>1423</sup>.

*Tahaqquq* merupakan puncak dari pendakian ruhani dalam Islam, sebuah proses realisasi dan peneguhan identitas sejati manusia sebagai khalifah Tuhan. Ia bergerak melampaui pemahaman intelektual dan imitasi moral, menuju sebuah kondisi di mana sang hamba menjadi cermin jernih yang memanifestasikan Nama dan Sifat Tuannya. Perjalanan ini, yang ditempuh melalui pemurnian diri (*Takhalli*) dan penghiasan diri (*Tahalli*), mencapai

kulminasinya pada *Tahaqquq*, di mana amanat kekhalifahan diemban dengan kesadaran dan kapasitas penuh. Dengan merealisasikan potensi ini, manusia tidak hanya mencapai kesempurnaan dirinya, tetapi juga memenuhi tujuan eksistensialnya: menjadi wakil Tuhan yang membawa rahmat, keadilan, dan pengetahuan bagi seluruh alam semesta, menegaskan kembali martabat agung yang dianugerahkan kepadanya sejak awal penciptaan<sup>1424</sup>.

## **Studi Kasus Mimpi Transformasional**

### **Apa itu Mimpi Transformasional? Ciri, Fungsi, dan Dampaknya**

Dalam lanskap kesadaran manusia yang luas dan misterius, mimpi menempati ruang yang unik sebuah teater pikiran di mana logika ditangguhkan dan simbolisme berkuasa. Selama berabad-abad, peradaban telah mencoba menafsirkan pesan-pesan samar yang muncul dari alam bawah sadar ini, memandangnya sebagai gema acak dari aktivitas saraf, jendela menuju keinginan tertekan, atau bahkan bisikan ilahi. Namun, di antara spektrum pengalaman onirik yang beragam, terdapat sebuah kategori fenomena yang secara kualitatif berbeda dan memiliki dampak mendalam: mimpi transformasional. Fenomena ini bukan sekadar bunga tidur, melainkan peristiwa psikospiritual yang mampu mengubah arah hidup seseorang secara fundamental.

Mimpi transformasional didefinisikan sebagai pengalaman mimpi yang sangat kuat, jelas, dan bermakna yang mengkatalisasi perubahan signifikan dan permanen dalam identitas, sistem

kepercayaan, sikap, atau perilaku seseorang<sup>1425</sup>. Berbeda dengan mimpi biasa yang sering kali merupakan fragmen dari residu harian (*day-residue*) atau manifestasi kecemasan sesaat, mimpi transformasional memiliki bobot eksistensial yang begitu besar sehingga efeknya terus terasa lama setelah individu terbangun. Pengalaman ini sering digambarkan sebagai sebuah epifani atau pencerahan yang terjadi dalam keadaan tidur, memberikan wawasan yang sebelumnya tidak dapat dijangkau oleh pikiran sadar.

Untuk dapat diklasifikasikan sebagai transformasional, sebuah mimpi umumnya menunjukkan beberapa karakteristik yang membedakannya dari pengalaman tidur lainnya:

1. **Kejelasan dan Intensitas Emosional (Vividness and Emotional Intensity):** Mimpi ini sangat jelas, hiper-realistis, dan penuh warna. Emosi yang dirasakan baik itu kekaguman, kedamaian surgawi, ketakutan yang mendalam, atau sukacita yang luar biasa begitu kuat sehingga melampaui rentang emosi yang biasa dialami dalam kehidupan nyata. Intensitas ini yang menanamkan mimpi tersebut secara permanen dalam memori<sup>1426</sup>.
2. **Muatan Simbolik dan Arketipal:** Mimpi transformasional kaya akan simbolisme universal atau arketipe, sebagaimana dijelaskan oleh Carl Jung. Individu mungkin bertemu dengan figur-figur arketipal seperti orang bijak tua (*wise old man*), ibu agung (*great mother*), atau bayangan (*shadow*) dirinya sendiri. Simbol-simbol ini berasal dari ketidaksadaran kolektif dan

membawa pesan yang melampaui pengalaman pribadi si pemimpi, menyentuh tema-tema universal kemanusiaan<sup>1427</sup> .

3. **Narasi yang Koheren dan Bermakna:** Berbeda dengan sifat kacau dari banyak mimpi, mimpi transformasional sering kali memiliki alur naratif yang jelas dan logis. Ada awal, tengah, dan akhir yang mengarah pada sebuah kesimpulan atau pesan yang kuat. Koherensi inilah yang membuatnya mudah ditafsirkan dan diintegrasikan ke dalam kehidupan sadar si pemimpi.
4. **Sensasi Numinositas atau Kehadiran Ilahiah:** Banyak laporan tentang mimpi transformasional menyertakan perasaan akan kehadiran sesuatu yang sakral, agung, dan transenden. Pengalaman ini, yang oleh teolog Rudolf Otto disebut sebagai "numinous," menciptakan rasa kekaguman dan hormat yang mendalam, seolah-olah si pemimpi telah menyentuh dimensi realitas yang lebih tinggi<sup>1428</sup> . Dalam tradisi Islam, mimpi semacam ini dikenal sebagai *Ru'ya Sadiqah* (mimpi yang benar), yang dianggap sebagai salah satu bagian dari kenabian<sup>1429</sup> .

Fungsi mimpi ini melampaui sekadar konsolidasi memori atau regulasi emosi. Fungsi utamanya bersifat integratif dan evolusioner bagi kejiwaan individu.

- **Integrasi Psikologis dan Resolusi Konflik:** Mimpi transformasional sering kali berfungsi sebagai mekanisme bagi jiwa untuk menyembuhkan dirinya sendiri. Mimpi ini dapat memunculkan solusi kreatif untuk konflik internal yang telah berlangsung lama, mengintegrasikan aspek-aspek kepribadian

yang terpecah (misalnya, antara *persona* dan *shadow*), atau membantu memproses dan menyembuhkan trauma mendalam. Penelitian menunjukkan bahwa mimpi yang bermakna dapat memfasilitasi pemulihan pasca-trauma dengan membingkai ulang narasi traumatik tersebut<sup>1430</sup>.

- **Sumber Inspirasi dan Kreativitas:** Sejarah dipenuhi dengan contoh-contoh penemuan ilmiah dan karya seni yang lahir dari mimpi. August Kekulé menemukan struktur cincin benzena setelah bermimpi tentang seekor ular yang menggigit ekornya sendiri (simbol Ouroboros)<sup>1431</sup>. Mimpi semacam ini berfungsi sebagai inkubator ide, di mana pikiran bawah sadar bebas dari batasan konvensional dan mampu menciptakan koneksi-koneksi baru yang radikal.
- **Bimbingan Spiritual dan Eksistensial:** Bagi banyak orang, mimpi transformasional menjadi titik balik spiritual. Mimpi ini dapat memperkuat keyakinan yang ada, memicu konversi agama, atau memberikan rasa tujuan dan makna hidup yang baru. Kisah Nabi Yusuf (Joseph) dalam Al-Qur'an yang menafsirkan mimpi raja Mesir untuk menyelamatkan bangsa dari kelaparan adalah contoh klasik bagaimana mimpi dapat berfungsi sebagai wahana bimbingan ilahi<sup>1432</sup>. Demikian pula, mimpi Nabi Ibrahim tentang perintah untuk mengorbankan putranya menjadi ujian fundamental atas imannya<sup>1433</sup>. Pengalaman ini menggeser paradigma individu dari fokus materialistis ke pencarian makna yang lebih dalam.

- **Transformasi Perilaku Jangka Panjang:** Dampak paling signifikan dari mimpi transformasional adalah perubahan nyata dalam perilaku. Seseorang yang bermimpi tentang konsekuensi merusak dari gaya hidupnya mungkin akan berkomitmen untuk berubah secara total. Orang lain yang mengalami mimpi tentang panggilan sejatinya mungkin akan meninggalkan karier yang mapan untuk mengejar hasratnya. Perubahan ini bukan bersifat sementara, melainkan menjadi bagian permanen dari identitas baru individu tersebut, didorong oleh keyakinan mendalam yang lahir dari pengalaman onirik tersebut.

Mimpi transformasional bukanlah anomali neurologis semata, melainkan fenomena psikologis dan spiritual yang kuat dengan potensi untuk membentuk kembali kehidupan manusia secara mendalam. Dengan ciri khas berupa kejelasan, muatan simbolik yang kaya, dan intensitas emosional yang luar biasa, mimpi-mimpi ini berfungsi sebagai katalisator untuk integrasi psikis, penyembuhan, kreativitas, dan pencerahan spiritual. Mengabaikannya berarti mengabaikan salah satu sumber kebijaksanaan dan bimbingan paling kuat yang tersedia bagi pikiran manusia. Mempelajari dan menghargai mimpi-mimpi ini membuka pintu menuju pemahaman yang lebih dalam tentang misteri kesadaran dan potensi tak terbatas untuk pertumbuhan pribadi.

### **Studi Naratif-Hermeneutik terhadap Pengalaman Mimpi**

Pengalaman mimpi, sebuah fenomena universal yang telah memikat sekaligus membingungkan umat manusia sepanjang

sejarah, seringkali berada di persimpangan antara kesadaran subjektif dan realitas objektif. Dalam lanskap penelitian ilmiah, upaya untuk memahami mimpi seringkali terbentur pada tantangan metodologis: bagaimana cara mengkaji sebuah "teks" internal yang begitu personal, simbolik, dan acapkali tidak logis? Pendekatan kuantitatif atau positivistik yang berfokus pada frekuensi, durasi, atau konten manifes semata terbukti tidak memadai untuk menggali kedalaman makna yang terkandung di dalamnya.<sup>1434</sup> Sebagai respons terhadap keterbatasan ini, studi naratif-hermeneutik hadir sebagai sebuah metodologi kualitatif yang kuat, menawarkan kerangka kerja yang komprehensif untuk membongkar dan menginterpretasi dunia pengalaman mimpi yang kaya dan berlapis. Pendekatan ini tidak hanya melihat mimpi sebagai kumpulan data psikologis, tetapi sebagai sebuah narasi eksistensial yang ditunen oleh individu untuk memahami diri dan dunianya.<sup>1435</sup>

Fondasi filosofis dari metodologi ini bersandar pada dua pilar utama: narasi dan hermeneutika. Pilar naratif, yang dipelopori oleh pemikir seperti Paul Ricoeur, berargumen bahwa manusia mengkonstitusikan identitas dan pengalamannya melalui penceritaan (storytelling).<sup>1436</sup> Dalam kerangka ini, mimpi dipandang sebagai narasi internal sebuah drama nokturnal di mana sang pemimpi adalah penulis, sutradara, dan aktor utama. Pengalaman mimpi yang dilaporkan bukanlah sekadar laporan acak, melainkan sebuah plot yang terstruktur dengan karakter, latar, konflik, dan resolusi, meskipun seringkali dalam bentuk yang sureal. Pilar kedua, hermeneutika, sebagaimana dikembangkan oleh Hans-Georg

Gadamer, adalah seni dan ilmu interpretasi.<sup>1437</sup> Hermeneutika mengajarkan bahwa pemahaman tidak pernah terjadi dalam ruang hampa; ia selalu merupakan "peleburan cakrawala" (fusion of horizons) antara teks (dalam hal ini, narasi mimpi) dan sang penafsir (peneliti dan partisipan). Dengan demikian, tujuan studi naratif-hermeneutik bukanlah untuk menemukan satu "makna benar" yang tersembunyi, melainkan untuk terlibat dalam dialog interpretatif guna mengkonstruksi pemahaman yang kaya dan kontekstual atas pengalaman tersebut.

Secara historis dan teologis, tradisi interpretasi mimpi memiliki akar yang mendalam, salah satunya dalam peradaban Islam. Al-Qur'an menyajikan kisah Nabi Yusuf AS sebagai arketipe penafsir mimpi ulung, di mana kemampuannya untuk menginterpretasi mimpi (*ta'wil al-ahadits*) menjadi kunci bagi takdirnya dan keselamatan sebuah bangsa.<sup>1438</sup> Kisah ini menggarisbawahi bahwa mimpi dapat menjadi medium bagi pengetahuan dan petunjuk ilahi (*ru'ya shadiqah* atau mimpi yang benar). Tradisi kenabian (Hadis) lebih lanjut mengklasifikasikan mimpi ke dalam tiga kategori: mimpi baik yang berasal dari Allah, mimpi buruk yang berasal dari godaan setan (*hulm*), dan mimpi yang berasal dari pikiran atau pengalaman seseorang di saat terjaga.<sup>1439</sup> Diferensiasi ini secara implisit mengakui kompleksitas asal-usul mimpi dan melegitimasi upaya interpretatif sebagai sebuah disiplin ilmu. Dalam konteks metodologi modern, warisan hermeneutik Islam ini memberikan resonansi yang kuat dengan pendekatan naratif-hermeneutik, di mana proses *ta'wil* (interpretasi mendalam) menjadi paralel dengan upaya menggali makna laten di balik narasi manifes mimpi.

Proses penelitian dalam studi naratif-hermeneutik dimulai dengan pengumpulan data yang berorientasi pada kedalaman, bukan keluasan. Peneliti tidak sekadar meminta partisipan untuk menuliskan mimpinya, melainkan melakukan wawancara naratif yang mendalam (*in-depth narrative interview*).<sup>1440</sup> Tujuannya adalah untuk memperoleh "deskripsi tebal" (*thick description*), sebuah konsep yang dipopulerkan oleh Clifford Geertz, yang mencakup tidak hanya alur cerita mimpi, tetapi juga emosi yang menyertainya, simbol-simbol yang muncul, serta koneksi yang dibuat oleh partisipan sendiri dengan kehidupan nyatanya.<sup>1441</sup> Transkrip wawancara kemudian tidak diperlakukan sebagai data mentah yang harus dikodekan, melainkan sebagai sebuah teks yang utuh. Peneliti, seringkali bersama dengan partisipan, menyusun kembali transkrip tersebut menjadi sebuah narasi yang koheren, mengidentifikasi titik awal, puncak, dan akhir dari cerita mimpi tersebut.

Tahap analisis merupakan inti dari pendekatan ini dan beroperasi dalam sebuah "lingkaran hermeneutik" (*hermeneutic circle*). Ini adalah proses interpretatif yang bergerak bolak-balik antara bagian-bagian narasi (simbol, dialog, adegan spesifik) dan keseluruhan narasi dalam konteks kehidupan partisipan.<sup>1442</sup> Makna dari sebuah simbol hanya dapat dipahami dalam kaitannya dengan keseluruhan cerita mimpi, dan sebaliknya, pemahaman terhadap keseluruhan cerita diperdalam oleh analisis mendalam terhadap simbol-simbol di dalamnya. Dalam proses ini, peneliti bertindak sebagai seorang fasilitator dialogis, bukan sebagai seorang ahli yang memegang otoritas tunggal atas makna. Penafsiran yang dihasilkan

bersifat ko-konstruktif, lahir dari perpaduan antara kerangka teoretis peneliti dan pengalaman hidup partisipan. Pertanyaan kunci yang diajukan bukanlah "Apa arti simbol X secara universal?", melainkan "Apa signifikansi simbol X bagi individu ini, dalam narasi mimpi ini, pada titik ini dalam hidupnya?".

Pada akhirnya, metodologi studi naratif-hermeneutik menawarkan sebuah jalan untuk mendekati misteri mimpi dengan penghargaan yang mendalam terhadap subjektivitas manusia. Pendekatan ini mengatasi reduksionisme dengan mengakui bahwa mimpi adalah fenomena yang sarat makna, berfungsi sebagai sebuah teks eksistensial di mana individu bergulat dengan harapan, ketakutan, konflik, dan aspirasi mereka.<sup>1443</sup> Dengan memadukan ketelitian naratif dan kedalaman interpretatif hermeneutika, peneliti dapat mengakses pemahaman yang lebih holistik dan otentik tentang bagaimana manusia menavigasi dunia internal mereka. Metodologi ini tidak hanya menghasilkan data, tetapi juga wawasan yang mencerahkan, mengubah lanskap penelitian mimpi dari sekadar observasi fenomena neurologis menjadi sebuah eksplorasi kontemplatif terhadap pencarian makna di dalam teater nokturnal jiwa manusia.

### **Mimpi sebagai Perintah Spiritual untuk Berubah**

Sejak awal peradaban, manusia telah terpesona oleh dunia mimpi. Ia merupakan sebuah ranah misterius di mana logika realitas terjaga ditanggihkan, digantikan oleh narasi simbolik yang sering kali penuh teka-teki. Bagi masyarakat kuno, mimpi adalah jembatan antara dunia profan dan sakral, sebuah medium di mana dewa-

dewa, leluhur, atau kekuatan ilahiah berkomunikasi dengan manusia.<sup>1444</sup> Dalam tradisi Abrahamik, mimpi memegang peranan krusial sebagai wahana pewahyuan dan petunjuk ilahi, seperti yang dialami oleh para nabi, misalnya Nabi Yusuf AS dalam menafsirkan mimpi raja Mesir atau Nabi Ibrahim AS yang menerima perintah untuk menyembelih putranya melalui sebuah visi dalam tidur.<sup>1445</sup> Di era kontemporer, sementara sains cenderung mereduksi mimpi menjadi mekanisme konsolidasi memori atau pemrosesan emosi selama tidur REM,<sup>1446</sup> pengalaman subjektif jutaan manusia terus memberikan kesaksian tentang kekuatan transenden mimpi. Teks ini akan memfokuskan analisis pada satu arketipe pengalaman: mimpi yang hadir sebagai sebuah "perintah spiritual" (*spiritual command*), sebuah panggilan yang menuntut perubahan radikal dan tak terelakkan.

Dalam tradisi Islam, mimpi diklasifikasikan secara cermat, dengan salah satu kategori tertingginya adalah *ru'ya shadiqah* (mimpi yang benar atau visi kenabian). Mimpi jenis ini dianggap berasal dari Allah SWT dan membawa kebenaran atau petunjuk yang jelas. Nabi Muhammad SAW bersabda bahwa mimpi yang benar adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, menandakan signifikansi spiritualnya yang mendalam.<sup>1447</sup> *Ru'ya* semacam ini sering kali berfungsi sebagai peneguhan (*tathbit*), kabar gembira (*bushra*), atau peringatan (*indhar*). Ketika mimpi tersebut mengandung sebuah perintah, ia memiliki bobot otoritas spiritual yang memaksa individu untuk merenungkan kembali jalan hidupnya. Perintah ini tidak selalu

bersifat verbal, melainkan dapat hadir melalui simbol-simbol kuat yang resonansinya terasa hingga ke lubuk jiwa (*qalb*), menciptakan sebuah urgensi yang tidak dapat diabaikan.<sup>1448</sup>

Secara paralel, psikologi analitis yang dipelopori oleh Carl Gustav Jung menawarkan kerangka yang berharga untuk memahami fenomena ini. Jung menolak pandangan Freud yang cenderung mereduksi mimpi menjadi pemenuhan hasrat terpendam. Sebaliknya, ia melihat mimpi sebagai manifestasi dari *collective unconscious* (ketidaksadaran kolektif), sebuah gudang arketipe pola-pola universal dan primordial yang diwarisi oleh seluruh umat manusia.<sup>1449</sup> Dalam konteks ini, mimpi yang memerintahkan perubahan dapat dipandang sebagai aktivasi arketipe "Diri" (*the Self*), yaitu pusat totalitas psikis yang mendorong individu menuju proses "individuasi" realisasi potensi diri seutuhnya. Mimpi semacam itu berfungsi untuk mengkompensasi sikap ego yang terlalu satu sisi atau materialistis, memanggil individu untuk kembali ke jalur keseimbangan dan keutuhan spiritual.<sup>1450</sup> Dengan demikian, perintah dalam mimpi adalah suara dari kedalaman jiwa itu sendiri yang menuntut integrasi dan transformasi.

Mari kita selami sebuah studi kasus fenomenologis. Bayangkan seorang individu yang selama bertahun-tahun tenggelam dalam gaya hidup hedonistik dan materialistis. Kariernya sukses, namun jiwanya terasa hampa, terasing dari nilai-nilai luhur dan makna eksistensial. Suatu malam, ia mengalami mimpi yang sangat jelas dan mengguncang. Dalam mimpi itu, ia tidak melihat narasi yang rumit, melainkan berdiri di hadapan sebuah cahaya yang tak

menyilaukan namun memancarkan otoritas absolut. Dari cahaya itu, atau mungkin dari dalam dirinya sendiri, ia mendengar atau lebih tepatnya, *merasakan* sebuah perintah yang sederhana namun bergema: "Kembalilah." Tidak ada ancaman, tidak ada janji, hanya sebuah imperatif yang tenang dan tak terbantahkan.

Saat terbangun, individu tersebut tidak merasakan kebingungan seperti pada mimpi biasa. Sebaliknya, ia diliputi oleh perasaan kepastian dan urgensi yang luar biasa. Perintah "Kembalilah" itu terus terngiang bukan sebagai kata-kata, melainkan sebagai sebuah kebenaran yang menembus lapisan pertahanan rasionalnya. Pengalaman ini menjadi titik balik (*turning point*) yang disruptif. Ia mulai mempertanyakan seluruh fondasi hidupnya: tujuan kariernya, sifat hubungannya dengan orang lain, dan pengabaianya terhadap dimensi spiritual. Mimpi itu tidak memberikan peta jalan yang terperinci, tetapi ia menanamkan benih perubahan yang tak bisa dicabut. Ia berfungsi sebagai "panggilan untuk bertindak" (*call to action*) yang bersifat non-negosiable, sebuah mandat dari sumber yang ia akui lebih tinggi dari ego dan kehendak pribadinya.

Transformasi yang terjadi setelahnya bersifat gradual namun fundamental. Ia mulai mencari pengetahuan spiritual, memperbaiki ibadahnya, menjauhkan diri dari lingkungan yang toksik, dan mengarahkan hidupnya pada tujuan yang lebih altruistik. Mimpi tersebut tidak lagi hanya menjadi kenangan; ia menjadi kompas internal, sebuah standar kebenaran yang memandu setiap keputusannya. Fenomena ini menunjukkan bahwa mimpi sebagai perintah spiritual bekerja dengan cara melampaui intelek. Ia

berkomunikasi langsung dengan inti kesadaran manusia (*fitrah*), membangkitkan pengetahuan primordial tentang tujuan sejati keberadaan.<sup>1451</sup>

Kasus mimpi sebagai perintah spiritual untuk berubah menyoroti konvergensi antara teologi, psikologi, dan pengalaman eksistensial. Dari perspektif teologis, mimpi ini adalah manifestasi rahmat dan petunjuk ilahi (*hidayah*), sebuah intervensi langsung untuk mengembalikan seorang hamba ke jalan yang benar. Dari lensa Jungian, ini adalah panggilan dari arketipe Diri untuk mengoreksi ketidakseimbangan psikis dan memulai perjalanan individuasi. Secara fenomenologis, pengalaman ini bersifat transformatif karena kekuatannya yang imperatif dan kemampuannya untuk merestrukturisasi realitas subjektif individu secara total.

Penting untuk dicatat bahwa validitas "perintah" semacam ini tidak dapat dibuktikan secara empiris di laboratorium. Kkuatannya terletak pada dampak transformatifnya yang nyata dalam kehidupan si pemimpi. Ia menjadi "kebenaran" karena ia menghasilkan buah kebaikan, kedamaian batin, dan keselarasan yang lebih besar antara tindakan dan nilai-nilai spiritual.<sup>1452</sup> Perintah ini membebaskan individu dari penjara ego dan materialisme, bukan dengan memberikan jawaban, tetapi dengan mengajukan pertanyaan yang paling mendasar: "Untuk apa engkau hidup?"

Mimpi, dalam kasus tertentu, bukanlah sekadar teater malam hari bagi pikiran yang lelah. Ia mampu berfungsi sebagai medium sakral, sebuah portal di mana perintah untuk transformasi spiritual dapat disampaikan dengan kekuatan yang tak tertandingi. Dengan

menganalisis fenomena ini melalui prisma teologi Islam, psikologi Jungian, dan pendekatan fenomenologis, kita memahami bahwa mimpi tersebut dapat menjadi katalisator utama bagi perubahan hidup yang radikal. Ia bertindak sebagai imperatif eksistensial yang membangkitkan individu dari "tidur" spiritualnya, memaksanya untuk berintrospeksi, dan membimbingnya dalam perjalanan "kembali" kepada sumber makna yang sejati. Pada akhirnya, mimpi sebagai perintah spiritual adalah pengingat kuat bahwa di balik realitas yang kita lihat, ada dimensi kesadaran yang lebih dalam yang terus-menerus memanggil kita menuju keutuhan.

### **Mimpi sebagai Perjumpaan dengan Figur Ilahiah**

Mimpi, sebagai sebuah fenomena universal dalam pengalaman manusia, telah lama menjadi subjek misteri, kontemplasi, dan interpretasi. Di antara spektrum pengalaman onirik yang luas, salah satu yang paling mendalam dan transformatif adalah mimpi yang di dalamnya individu merasakan perjumpaan dengan figur ilahiah baik itu Tuhan, nabi, malaikat, atau entitas suci lainnya. Pengalaman semacam ini melampaui sekadar bunga tidur; ia sering kali membawa dampak psikologis dan spiritual yang signifikan, membentuk keyakinan, memberikan ketenangan, atau bahkan memicu krisis eksistensial bagi yang mengalaminya.<sup>1453</sup>

Dari sudut pandang psikologi, khususnya mazhab psikologi analitis yang dipelopori oleh Carl Jung, mimpi adalah jembatan menuju alam bawah sadar kolektif (collective unconscious). Dalam kerangka ini, perjumpaan dengan figur ilahiah dalam mimpi dapat

dipahami sebagai manifestasi dari *arketipe* (archetype). Arketipe adalah pola-pola primordial dan citra universal yang terkandung dalam alam bawah sadar kolektif, diwariskan dari leluhur manusia.<sup>1454</sup> Figur ilahiah dalam mimpi sering kali merupakan representasi dari arketipe *Diri (Self)*, yang melambangkan totalitas dan kesatuan psikis, atau arketipe *Orang Tua Bijak (Wise Old Man)*, yang merepresentasikan kebijaksanaan, bimbingan, dan makna. Dengan demikian, mimpi ini bukanlah perjumpaan harfiah dengan entitas eksternal, melainkan sebuah dialog internal di mana alam bawah sadar memproyeksikan kebutuhan mendalam akan arahan, integrasi, dan pemahaman spiritual ke dalam simbol yang paling luhur yang dikenal oleh individu tersebut.<sup>1455</sup> Proses ini bersifat konstitutif bagi kesehatan jiwa, di mana ego yang sadar berinteraksi dengan kebijaksanaan yang terpendam dalam lapisan psikis yang lebih dalam untuk mencapai keseimbangan atau *individuasi*.

Berbeda secara fundamental dengan pendekatan psikologis, tradisi teologis, terutama dalam Islam, memandang mimpi tertentu sebagai saluran valid untuk komunikasi ilahiah. Al-Qur'an dan Hadis mengkategorikan mimpi menjadi beberapa jenis, di antaranya adalah *Ru'ya Shadiqah* atau mimpi yang benar, yang dianggap berasal langsung dari Tuhan.<sup>1456</sup> Kisah Nabi Yusuf (Joseph) dalam Al-Qur'an menjadi preseden utama, di mana mimpinya melihat sebelas bintang, matahari, dan bulan bersujud kepadanya menjadi nubuat kenabian dan takdir masa depannya (QS. Yusuf[12]: 4). Mimpinya bukan sekadar produk psikis, melainkan sebuah wahyu simbolis yang kebenarannya terbukti secara empiris di kemudian hari.<sup>1457</sup> Lebih jauh, sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Imam al-Bukhari

menyatakan bahwa Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar dari orang yang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian."<sup>1458</sup> Pernyataan ini memberikan legitimasi teologis yang kokoh bahwa mimpi dapat berfungsi sebagai medium perjumpaan dengan kebenaran ilahiah, meskipun bukan dalam kapasitas wahyu legislatif seperti yang diterima para nabi. Dalam konteks ini, melihat figur suci seperti nabi dalam mimpi dianggap sebagai sebuah anugerah dan peneguhan spiritual yang otentik.

Ilmu saraf modern menawarkan penjelasan mekanistik mengenai bagaimana pengalaman mimpi yang intens dan terasa nyata dapat terjadi. Sebagian besar mimpi yang hidup dan naratif terjadi selama fase tidur *Rapid Eye Movement* (REM). Selama fase ini, aktivitas otak menunjukkan pola yang paradoks: area korteks visual dan motorik sangat aktif, sama seperti saat terjaga, sementara korteks prefrontal yang bertanggung jawab atas logika, penalaran kritis, dan kontrol impuls menunjukkan aktivitas yang menurun secara signifikan.<sup>1459</sup> Pada saat yang sama, sistem limbik, khususnya amigdala yang merupakan pusat emosi, menjadi sangat aktif. Kombinasi dari korteks prefrontal yang "tertidur" dan sistem limbik yang "terjaga" ini menciptakan kondisi ideal untuk pengalaman yang sangat emosional, visual, tetapi sering kali tidak logis atau aneh.<sup>1460</sup> Perjumpaan dengan figur ilahiah, dari perspektif neurobiologis, dapat dijelaskan sebagai produk dari keadaan otak yang unik ini, di mana memori, keyakinan, dan emosi yang kuat yang tersimpan dalam jejaring saraf diaktifkan dan dirangkai menjadi sebuah narasi onirik yang terasa sangat nyata dan signifikan secara personal bagi si pemimpi.

Menganalisis fenomena mimpi ilahiah secara eksklusif melalui satu lensa akan menghasilkan pemahaman yang tidak lengkap. Ketiga perspektif psikologis, teologis, dan neurosains tidak harus saling meniadakan, melainkan dapat saling melengkapi untuk membentuk gambaran yang holistik. Neurosains menjelaskan *bagaimana* otak secara biologis mampu menghasilkan pengalaman mimpi yang begitu nyata dan emosional. Psikologi Jung memberikan kerangka untuk memahami *mengapa* mimpi tersebut mengambil bentuk simbol-simbol universal yang sarat makna, sebagai proyeksi dari kebutuhan psikis yang mendalam. Sementara itu, teologi menawarkan paradigma untuk menafsirkan *signifikansi* spiritual dari pengalaman tersebut, menempatkannya dalam kerangka iman dan hubungan personal dengan Yang Transenden.<sup>1461</sup> Bagi seorang individu yang beriman, fakta bahwa otaknya berada dalam kondisi biologis tertentu (penjelasan neurosains) tidak mengurangi kemungkinan bahwa Tuhan menggunakan mekanisme natural tersebut sebagai saluran untuk menyampaikan pesan atau memberikan penghiburan (penafsiran teologis). Pada akhirnya, mimpi sebagai perjumpaan dengan figur ilahiah tetap menjadi salah satu persimpangan paling menarik antara dunia batin dan keyakinan spiritual, sebuah ruang kontemplatif di mana misteri kesadaran manusia bertemu dengan pencarian abadi akan makna.

### **Dzikir dan Kemunculan Simbol Arketipal: Laut, Cahaya, Gunung**

Dzikir, yang secara harfiah berarti "mengingat," merupakan sebuah disiplin spiritual yang bertujuan untuk memfokuskan

seluruh kesadaran kepada Tuhan, sehingga melampaui hiruk pikuk ego dan dunia material.<sup>1462</sup>Praktik ini, ketika dilakukan dengan intensitas dan kekhusyukan, dapat menginduksi keadaan kesadaran yang lebih tinggi, membuka akses ke lapisan-lapisan jiwa yang lebih dalam. Dalam tradisi tasawuf, pengalaman-pengalaman yang muncul dari kedalaman jiwa ini sering kali bersifat visioner dan simbolik. Dari perspektif psikologi analitis, lapisan-lapisan jiwa yang dalam ini berkorespondensi dengan apa yang disebut oleh Carl Jung sebagai "ketidaksadaran kolektif" (*collective unconscious*), sebuah gudang universal berisi pola-pola primordial yang diwariskan, yang ia sebut sebagai arketipe (*archetypes*).<sup>1463</sup>

Arketipe adalah bentuk-bentuk instingtif dalam memahami, yang diekspresikan melalui citra-citra simbolik universal seperti Sang Pahlawan, Ibu Agung, atau dalam kasus ini, fenomena alam fundamental seperti Laut, Cahaya, dan Gunung. Kemunculan simbol-simbol ini dalam pengalaman dzikir menandakan sebuah dialog antara kesadaran individu dengan realitas psikis dan spiritual yang universal.

Simbol Laut adalah salah satu arketipe paling kuat dan ambivalen. Secara universal, laut melambangkan ketidakterbatasan, kekacauan primordial, sumber segala kehidupan, sekaligus kedalaman misterius dari alam ketidaksadaran.<sup>1464</sup> Ketika seorang *salik* dalam dzikirnya "melihat" atau "merasakan" lautan luas, ini dapat diinterpretasikan sebagai tahap awal dari perjalanan spiritual: konfrontasi dengan totalitas dirinya. Lautan ini adalah metafora bagi jiwa (*nafs*) itu sendiri,

dengan segala potensi, ketakutan, dan hasrat yang tersembunyi di bawah permukaan kesadaran sehari-hari.

Menyelam ke dalam lautan simbolik ini adalah proses penyingkapan diri. Ia merupakan pengakuan akan keluasan dan kedalaman realitas batin yang sering kali diabaikan. Dalam konteks Islam, lautan juga dapat melambangkan Samudra Tauhid, di mana eksistensi individual larut dalam kesadaran akan keesaan Tuhan yang tak terbatas. Pengalaman ini bisa terasa menakutkan, seperti tersesat di tengah samudera tanpa batas, yang mencerminkan keadaan fana' (*annihilation of the self*), di mana ego mulai runtuh di hadapan Kebesaran (*Jalal*) Ilahi.<sup>1465</sup> Namun, dari kedalaman laut inilah mutiara-mutiara kebijaksanaan (*hikmah*) dan pengenalan diri (*ma'rifah*) dapat ditemukan, sebagai langkah pertama menuju pemurnian.

Setelah fase penyelaman ke dalam kedalaman yang sering kali gelap, kemunculan simbol Cahaya menandakan tahap selanjutnya yang krusial: iluminasi atau pencerahan. Cahaya (*Nur*) adalah arketipe universal untuk kesadaran, pengetahuan, kebenaran, dan kehadiran Ilahi. Dalam tradisi Islam, simbolisme Cahaya memiliki posisi sentral, sebagaimana ditegaskan dalam Al-Qur'an: "Allah (Pemberi) cahaya (kepada) langit dan bumi..." (QS. An-Nur[24]: 35).<sup>1466</sup>

Kemunculan cahaya dalam pengalaman dzikir sering digambarkan sebagai cahaya yang menyilaukan namun menenangkan, yang menerangi kegelapan batin dan memberikan kejelasan spiritual. Ini adalah manifestasi dari *hidayah* (petunjuk)

dan *kashf* (penyingkapan tabir) yang dianugerahkan Tuhan kepada hamba-Nya yang tulus.<sup>1467</sup> Dari sudut pandang psikologis, cahaya melambangkan integrasi. Bayang-bayang (*shadow*) dari ketidaksadaran yang sebelumnya dihadapi (dilambangkan oleh kedalaman Laut) kini disinari oleh cahaya kesadaran, memungkinkan individu untuk memahami dan menerima aspek-aspek dirinya yang sebelumnya tertekan. Ini adalah momen *insight* yang mendalam, di mana dualitas mulai teratasi dan kesatuan batin mulai terbentuk, dipandu oleh Cahaya Ilahi yang transenden sekaligus imanen.

Jika Laut melambangkan kedalaman dan Cahaya melambangkan iluminasi, maka Gunung (*Jabal*) adalah arketipe untuk stabilitas, keteguhan, dan pencapaian puncak spiritual. Gunung adalah simbol universal dari poros dunia (*axis mundi*), titik pertemuan antara langit dan bumi, antara yang profan dan yang sakral.<sup>1468</sup> Dalam sejarah para nabi, gunung sering kali menjadi lokasi wahyu dan komunikasi ilahi, seperti Nabi Musa di Gunung Sinai atau Nabi Muhammad menerima wahyu pertama di Gua Hira di Jabal an-Nur (Gunung Cahaya) sebuah nama yang secara signifikan menghubungkan arketipe Cahaya dan Gunung.<sup>1469</sup>

Bagi seorang *salik*, "melihat" atau "menjadi" sebuah gunung dalam pengalaman dzikirnya melambangkan pencapaian *maqam* (stasiun spiritual) yang kokoh dan mapan. Imannya menjadi seteguh gunung, tidak tergoyahkan oleh badai kehidupan atau bisikan ego. Gunung juga merepresentasikan tantangan spiritual yang telah berhasil didaki dan ditaklukkan, yaitu

pendakian melawan hawa nafsu untuk mencapai puncak kesadaran akan Tuhan. Ini adalah simbol dari keadaan *baqa'* (kekal bersama Tuhan) setelah melalui *fana'*, di mana sang hamba telah mencapai tingkat ketenangan (*mutma'innah*) dan kedekatan (*qurb*) yang mendalam dengan Sang Pencipta.<sup>1470</sup> Jiwanya menjadi stabil, berlabuh dalam fondasi Tauhid yang tak tergoyahkan.

Kemunculan simbol-simbol arketipal Laut, Cahaya, dan Gunung dalam pengalaman dzikir bukanlah sekadar imajinasi liar, melainkan sebuah narasi psikospiritual yang koheren dan bermakna. Ketiganya memetakan sebuah perjalanan transformatif: dari konfrontasi dengan kedalaman jiwa yang tak terbatas (Laut), menuju pencerahan dan bimbingan ilahi (Cahaya), dan akhirnya mencapai puncak kemapanan iman dan kedekatan spiritual (Gunung). Kerangka psikologi analitis Jung memberikan bahasa modern untuk memahami mekanisme psikis di balik pengalaman mistik ini, sementara tradisi tasawuf memberikan konteks teologis dan tujuan spiritualnya. Integrasi kedua perspektif ini menunjukkan bahwa perjalanan menuju Tuhan adalah sebuah proses universal yang terukir dalam struktur jiwa manusia, yang dapat diakses dan dialami melalui praktik spiritual yang mendalam seperti *dzikrullah*.

## **Analisis Naratif: Pengalaman Mimpi dan Dzikir**

### **Pendekatan Naratif dalam Studi Kesadaran Transformasional**

Eksplorasi terhadap kesadaran manusia merupakan salah satu perjalanan intelektual paling kuno dan paling persisten dalam sejarah peradaban. Jauh melampaui data empiris dan observasi

eksternal, ranah kesadaran yang paling dalam seringkali terungkap melalui pengalaman-pengalaman subjektif yang intim, seperti mimpi dan praktik spiritual dzikir. Pengalaman-pengalaman ini, yang kaya akan simbolisme dan makna personal, seringkali berfungsi sebagai titik picu bagi pergeseran fundamental dalam persepsi diri dan realitas sebuah fenomena yang dapat kita sebut sebagai kesadaran transformasional. Namun, bagaimana kita dapat secara ilmiah mendekati dan memahami pengalaman yang begitu personal dan tak terukur ini? Jawabannya terletak pada penggunaan pendekatan naratif, sebuah metodologi yang tidak hanya mencatat peristiwa, tetapi juga menggali makna yang dibangun oleh individu di sekitar peristiwa tersebut.

Pada intinya, pengalaman manusia tidak dialami sebagai serangkaian data mentah, melainkan sebagai sebuah cerita yang berkelanjutan. Individu secara konstan menafsirkan, menyusun, dan menceritakan kembali pengalaman mereka untuk menciptakan rasa koherensi dan identitas. Mimpi dan dzikir, dalam konteks ini, bukanlah sekadar peristiwa neurobiologis atau ritual mekanis, melainkan episode-episode signifikan dalam narasi kehidupan seseorang. Mimpi, dengan lanskapnya yang surreal dan simbolis, menawarkan akses ke gudang arsip alam bawah sadar, tempat ketakutan, harapan, dan arketipe universal bersemayam.<sup>1471</sup> Sementara itu, dzikir, atau laku ingat kepada Tuhan, merupakan sebuah praktik intensional untuk melampaui riak-riak pikiran diskursif dan menyelam ke dalam keheningan batin, menuju inti kesadaran itu sendiri. Ketika seorang individu menceritakan

pengalaman mimpi yang mendalam atau momen transendental saat berdzikir, mereka tidak hanya melaporkan sebuah kejadian; mereka sedang melakukan *tindakan naratif* yang membentuk dan mengartikulasikan sebuah transformasi yang sedang atau telah terjadi.

Pendekatan naratif dalam studi psikologi dan kesadaran memandang manusia sebagai *homo narrans* makhluk pencerita. Identitas kita, menurut para teoretisi seperti Dan P. McAdams, bukanlah entitas yang statis, melainkan sebuah "cerita kehidupan" yang terus berkembang yang kita konstruksikan untuk memberikan tujuan dan makna pada masa lalu, sekarang, dan masa depan kita.<sup>1472</sup> Dalam konteks kesadaran transformasional, pendekatan ini menjadi sangat relevan. Transformasi kesadaran jarang terjadi secara tiba-tiba tanpa konteks; ia seringkali merupakan puncak dari sebuah proses internal yang kemudian diintegrasikan ke dalam cerita hidup seseorang. Analisis naratif memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi "titik balik" (*turning points*) dalam narasi partisipan, yaitu momen-momen ketika alur cerita lama tidak lagi memadai dan narasi baru yang lebih luas mulai terbentuk.

Sebagai contoh, analisis terhadap narasi mimpi seringkali mengungkapkan bagaimana individu bergulat dengan simbol-simbol yang muncul dari kedalaman psikis mereka. Psikoanalisis Carl Jung berpendapat bahwa mimpi adalah dialog antara kesadaran ego dan *Self* totalitas psikis yang lebih besar.<sup>1473</sup> Sebuah mimpi tentang lautan luas, misalnya, dapat dinarasikan oleh seseorang sebagai titik awal dari kesadarannya akan ketidakterbatasan potensi

spiritualnya, sebuah tema yang sebelumnya absen dari cerita hidupnya yang berpusat pada pencapaian material. Narasi ini, yang diulang dan direfleksikan, secara bertahap merekonfigurasi identitas individu. Al-Qur'an sendiri menyajikan narasi mimpi Nabi Yusuf sebagai katalisator utama bagi seluruh alur kehidupannya, menunjukkan kekuatan sebuah visi profetik (*ru'ya*) dalam membentuk takdir dan kesadaran.<sup>1474</sup>

Demikian pula, pengalaman dalam dzikir menjadi subjek yang kaya bagi analisis naratif. Praktik repetitif dalam dzikir bertujuan untuk mengikis identifikasi diri dengan ego yang terbatas (*nafs*) dan menumbuhkan kesadaran akan kehadiran Ilahi yang melampaui dualitas. Seorang praktisi mungkin menarasikan pengalamannya sebagai sebuah perjalanan dari pikiran yang kacau (*ghaflah* atau kelalaian) menuju ketenangan hati (*sakinah*), dan akhirnya, ke momen penyatuan mistis (*fana'*) di mana kesadaran subjektif larut dalam Realitas Absolut. Narasi ini bukanlah deskripsi klinis tentang perubahan frekuensi gelombang otak, meskipun penelitian neurosains modern menunjukkan korelasi antara meditasi mendalam dan perubahan aktivitas di korteks prefrontal.<sup>1475</sup> Sebaliknya, ia adalah sebuah cerita tentang kematian ego dan kelahiran kembali dalam kesadaran yang lebih tinggi. Hadis Nabi Muhammad SAW yang menyatakan bahwa di dalam tubuh ada segumpal daging yang jika baik maka baiklah seluruh tubuh, yaitu hati (*qalb*), menunjuk pada lokus transformasi ini bukanlah di otak rasional, melainkan di pusat kesadaran spiritual.<sup>1476</sup> Ketika narasi mimpi dan dzikir dianalisis secara bersamaan, kita sering

menemukan sebuah intertekstualitas yang kuat. Sebuah mimpi simbolik dapat mendorong seseorang untuk memulai atau memperdalam praktik dzikirnya. Sebaliknya, keadaan kesadaran yang hening dan reseptif yang dicapai melalui dzikir dapat membuka pintu bagi mimpi-mimpi yang lebih jernih dan bermakna. Proses ini menciptakan sebuah siklus umpan balik positif di mana cerita-cerita dari dunia batin saling memperkuat dan memperkaya, mendorong individu sepanjang lintasan transformatif. Studi tentang keadaan kesadaran non-ordiner, seperti yang dirintis oleh Stanislav Grof, menunjukkan bahwa pengalaman semacam ini dapat menyembuhkan trauma dan secara radikal mengubah pandangan dunia seseorang.<sup>1477</sup> Narasi yang dibangun di sekitar pengalaman-pengalaman ini adalah mekanisme kunci melalui mana perubahan tersebut diintegrasikan secara permanen ke dalam struktur psikis individu. Pendekatan naratif menawarkan sebuah lensa yang unik dan tak ternilai untuk memahami dinamika kesadaran transformasional yang dipicu oleh mimpi dan dzikir. Ia menghormati realitas subjektif individu dan mengakui bahwa makna tidak ditemukan, melainkan diciptakan melalui tindakan penceritaan. Dengan menganalisis bagaimana seseorang merangkai pengalaman-pengalaman batiniahnya yang paling mendalam ke dalam sebuah narasi yang koheren, kita tidak hanya menjadi saksi, tetapi juga dapat memahami arsitektur dari sebuah jiwa yang sedang membangun kembali dirinya sendiri. Melalui cerita-cerita inilah, peta menuju lanskap kesadaran yang lebih luas dan lebih terintegrasi dapat dilacak dan dipahami.<sup>1478</sup>

### **Tiga Tahap Naratif**

Mimpi, sebuah fenomena universal yang melintasi batas budaya dan waktu, telah lama menjadi objek kontemplasi bagi para filsuf, ilmuwan, teolog, dan seniman. Ia bukan sekadar bunga tidur atau rangkaian gambar acak yang diproyeksikan oleh otak saat istirahat. Lebih dari itu, mimpi merupakan sebuah narasi kompleks yang memiliki struktur, logika internal, dan fungsi psikospiritual yang mendalam. Untuk membedah kompleksitas ini, pengalaman mimpi dapat dianalisis melalui kerangka naratif tiga tahap: Pra-Mimpi, Peristiwa Mimpi, dan Pascamimpi. Kerangka ini memungkinkan kita untuk memahami mimpi bukan sebagai peristiwa terisolasi, melainkan sebagai sebuah proses berkelanjutan yang berakar pada realitas terjaga dan berdampak pada kesadaran setelahnya.

#### **Tahap I: Pra-Mimpi Anteseden Eksistensial dan Emosional**

Mimpi tidak lahir dari ruang hampa; ia merupakan kelanjutan dialektis dari kondisi eksistensial dan emosional individu pada tahap pra-sadar. Fase ini, yang dapat disebut sebagai "anteseden mimpi," adalah wadah tempat benih-benih narasi mimpi ditanam. Psikologi klasik, terutama melalui pemikiran Sigmund Freud, mengenalkan konsep "sisa-sisa hari" (day's residues), yang menyatakan bahwa fragmen pengalaman, pikiran, dan emosi yang tidak terproses sepenuhnya selama keadaan terjaga menjadi materi mentah bagi mimpi.<sup>1479</sup> Kecemasan tentang tenggat waktu pekerjaan, kebahagiaan dari perjumpaan tak terduga, atau konflik interpersonal yang belum terselesaikan adalah residu-residu emosional yang dibawa individu ke ambang tidur. Kondisi ini secara

aktif membentuk lanskap dan tema yang akan muncul dalam panggung mimpi.

Dari perspektif neurosains, fase ini terkait dengan penurunan aktivitas korteks prefrontal yang bertanggung jawab atas logika dan kontrol impuls, sementara area limbik seperti amigdala yang memproses emosi tetap aktif.<sup>1480</sup> Hal ini menciptakan kondisi ideal bagi emosi untuk mengambil alih kemudi narasi. Secara spiritual, banyak tradisi yang mengakui pentingnya tahap pra-mimpi ini. Dalam tradisi Islam, misalnya, kondisi jiwa sebelum tidur sangat ditekankan. Praktik seperti berwudu (bersuci) dan berdoa sebelum tidur dapat dipandang sebagai upaya sadar untuk memurnikan "anteseden emosional" ini, dengan harapan mengundang mimpi yang baik (ru'ya) dan melindungi diri dari mimpi yang buruk (hulm). Sebagaimana diajarkan dalam sebuah hadis, membaca ayat-ayat perlindungan sebelum tidur adalah upaya untuk menciptakan benteng spiritual, yang secara tidak langsung membentuk kondisi psikologis yang lebih tenang dan aman sebelum memasuki dunia mimpi.<sup>1481</sup> Dengan demikian, tahap Pra-Mimpi adalah fondasi krusial yang menentukan arsitektur, atmosfer, dan muatan simbolik dari peristiwa mimpi yang akan datang.

## **Tahap II: Peristiwa Mimpi Panggung Simbol, Dialog, dan Visualitas**

Ketika individu telah melintasi gerbang kesadaran dan memasuki tidur REM, panggung utama mimpi pun dimulai. Di sinilah narasi terungkap dalam segala keanehan dan kekayaannya. Tahap Peristiwa Mimpi ditandai oleh visualitas yang hidup, dialog yang terkadang absurd, dan yang terpenting, penggunaan bahasa

simbolik yang kental. Di sini, logika linear dunia terjaga digantikan oleh "logika mimpi" yang asosiatif dan metaforis. Carl Jung berpendapat bahwa mimpi adalah medium di mana alam bawah sadar kolektif (collective unconscious) berkomunikasi melalui arketipe simbol-simbol universal seperti figur orang tua bijak, bayangan (shadow), atau perjalanan heroik.<sup>1482</sup> Simbol-simbol ini bukan sekadar representasi acak, melainkan manifestasi dari pola-pola psikis fundamental yang dimiliki oleh seluruh umat manusia.

Visualitas mimpi sering kali bersifat surealistik dan terfragmentasi, mencerminkan cara otak mengolah informasi tanpa filter rasional yang ketat. Sebuah rumah mungkin melambangkan diri, sementara badai bisa menjadi simbol dari kekacauan emosional internal. Dialog dalam mimpi juga memiliki keunikan tersendiri; ia bisa terdengar sangat nyata atau justru terputus-putus dan tidak logis, sering kali menyuarakan pikiran atau perasaan yang tertekan. Al-Qur'an menyajikan salah satu contoh paling kuat tentang mimpi simbolik dalam kisah Nabi Yusuf. Mimpinya melihat sebelas bintang, matahari, dan bulan bersujud kepadanya bukanlah ramalan literal, melainkan sebuah narasi visual-simbolik yang sangat kaya makna mengenai masa depannya, keluarganya, dan posisinya kelak.<sup>1483</sup> Peristiwa mimpi, dengan demikian, adalah sebuah teater imajinatif di mana konflik internal, harapan, dan ketakutan diekspresikan bukan melalui bahasa verbal yang lugas, melainkan melalui sandiwara simbol yang mendalam dan personal.

### **Tahap III: Pascamimpi Matriks Refleksi, Perubahan, dan Pencarian Makna**

Narasi mimpi tidak berakhir saat mata terbuka. Justru, tahap Pascamimpi adalah babak di mana makna dari peristiwa mimpi diintegrasikan ke dalam kesadaran. Fase ini dimulai dengan residu emosional yang tertinggal sesaat setelah bangun rasa damai, takut, bingung, atau gembira. Inilah titik awal bagi proses refleksi, di mana individu secara sadar atau tidak sadar mencoba menafsirkan dan memberi makna pada pengalaman semalam. Penelitian modern dalam psikologi menunjukkan bahwa proses ini memiliki fungsi adaptif yang penting, salah satunya adalah regulasi emosi (emotional regulation). Dengan "memainkan kembali" skenario emosional dalam lingkungan yang aman (mimpi), otak membantu individu memproses dan mengurangi intensitas emosi negatif dari pengalaman nyata.<sup>1484</sup>

Pada tahap ini, individu menjadi seorang hermeneutikawan bagi dirinya sendiri, mencoba menerjemahkan bahasa simbolik mimpi ke dalam pemahaman yang dapat diterapkan dalam kehidupan. Di sinilah terjadi potensi perubahan sebuah insight atau pencerahan yang dapat mengubah perspektif, memotivasi tindakan, atau menyelesaikan dilema batin. Tradisi keagamaan kembali memberikan panduan terstruktur untuk tahap ini. Dalam Islam, misalnya, terdapat anjuran yang jelas tentang bagaimana merespons mimpi. Mimpi yang baik dianjurkan untuk disyukuri dan diceritakan kepada orang yang dipercaya, sementara mimpi yang buruk dianjurkan untuk tidak diceritakan, dan individu diminta untuk memohon perlindungan kepada Tuhan.<sup>1485</sup> Panduan ini bukan sekadar ritual, melainkan sebuah kerangka psikologis untuk

mengelola dampak emosional mimpi dan mengarahkan proses refleksi ke arah yang konstruktif. Dengan demikian, tahap Pascamimpi adalah jembatan krusial yang menghubungkan dunia internal yang misterius dengan realitas eksternal yang konkret, mengubah pengalaman tidur yang fana menjadi bahan bakar untuk pertumbuhan pribadi dan pemahaman diri yang lebih mendalam.

Menganalisis mimpi melalui kerangka naratif tiga tahap Pra-Mimpi, Peristiwa Mimpi, dan Pascamimpi mengungkapkan bahwa mimpi adalah sebuah ekosistem psikologis yang dinamis dan terintegrasi. Ia berawal dari realitas emosional kita, berkembang menjadi sebuah drama simbolik di panggung bawah sadar, dan akhirnya kembali ke kesadaran kita sebagai materi untuk refleksi dan transformasi. Pendekatan ini memungkinkan kita bergerak melampaui sekadar interpretasi simbol secara terpisah, menuju pemahaman yang lebih holistik tentang bagaimana mimpi berfungsi sebagai dialog berkelanjutan antara diri kita yang terjaga dan diri kita yang tersembunyi, antara pengalaman duniawi dan kebutuhan jiwa yang transenden.

### **Kesadaran sebagai Teks Hidup**

Eksistensi manusia secara fundamental adalah sebuah proses penafsiran. Kita tidak sekadar menjalani hidup sebagai rangkaian peristiwa objektif, melainkan sebagai subjek yang terus-menerus merangkai makna dari pengalaman-pengalaman tersebut. Dalam ranah filsafat dan psikologi kontemporer, kesadaran tidak lagi dipandang sebagai entitas statis atau cermin pasif yang

merefleksikan dunia, melainkan sebagai sebuah "teks hidup" sebuah naskah dinamis yang secara kontinu ditulis, dibaca, dan disunting oleh sang individu. Konsep ini menempatkan narasi cerita yang kita bangun tentang diri kita sebagai mekanisme sentral dalam pembentukan identitas dan, yang lebih penting lagi, dalam proses transformasi lanskap afektif kita. Dengan memahami kesadaran sebagai teks, kita membuka kemungkinan untuk secara sadar mengarahkan alur cerita kita, dan dengan demikian, mengubah muatan emosional yang menyertainya.

Konstruk "diri naratif" (*narrative self*) merupakan fondasi dari pemahaman ini. Manusia adalah makhluk pencerita (*homo narrans*); kita mengorganisasi pengalaman-pengalaman acak kemenangan, kegagalan, suka, dan duka ke dalam sebuah plot yang koheren dengan masa lalu, masa kini, dan proyeksi masa depan.<sup>1486</sup> Cerita ini bukanlah sekadar rekapitulasi fakta, melainkan sebuah interpretasi kreatif yang memberikan kita rasa kontinuitas dan tujuan. Cerita tentang "siapa saya" yang kita sampaikan kepada diri sendiri dan orang lain berfungsi sebagai jangkar psikologis, yang mendefinisikan identitas kita di tengah arus perubahan. Tanpa narasi ini, pengalaman hidup akan terasa seperti fragmen-fragmen yang terputus dan tak bermakna, sebuah kekacauan eksistensial. Oleh karena itu, tindakan menceritakan adalah tindakan penciptaan diri.

Lebih jauh lagi, narasi memiliki kekuatan transformatif yang luar biasa terhadap dunia afektif kita. Emosi tidak lahir dalam ruang hampa; ia terikat erat pada makna yang kita lekatkan pada suatu

peristiwa. Sebuah kegagalan dapat dimaknai sebagai bukti ketidakmampuan menghasilkan perasaan putus asa dan malu atau dapat dibingkai ulang sebagai "babak pembelajaran" dalam sebuah narasi pertumbuhan, yang memunculkan resiliensi dan harapan. Di sinilah letak inti dari "transformasi afektif": dengan mengubah narasi, kita mengubah emosi. Proses ini merupakan inti dari berbagai pendekatan terapeutik, di mana individu dibantu untuk "menulis ulang" cerita hidup mereka yang problematik, beralih dari narasi korban (*victim narrative*) menjadi narasi penyintas atau bahkan pahlawan (*survivor/hero narrative*).<sup>1487</sup> Kemampuan untuk merevisi teks batiniah ini adalah sebuah bentuk agensi personal yang paling mendalam.

Metafora "kesadaran sebagai teks hidup" menjadi sangat relevan di sini. Tidak seperti buku yang telah tercetak, teks kesadaran kita bersifat cair dan senantiasa terbuka untuk revisi. Setiap momen baru adalah kesempatan untuk menambahkan kalimat baru, setiap refleksi adalah kesempatan untuk menyunting paragraf lama, dan setiap pemahaman baru dapat mengubah keseluruhan genre cerita kita. Filsuf Paul Ricœur menjelaskan dialektika ini melalui konsep identitas *ipse* (kesiapaan diri yang dinamis dan naratif) yang terus bernegosiasi dengan identitas *idem* (kesamaan diri yang statis).<sup>1488</sup> Kesadaran diri sejati, dengan demikian, adalah kemampuan untuk menjadi pembaca sekaligus penulis teks hidup kita sendiri menyadari pola-pola naratif yang telah terbentuk, mempertanyakan asumsi-asumsi yang

mendasarinya, dan dengan sengaja memilih alur yang lebih memberdayakan.

Perspektif ini menemukan resonansi yang kuat dalam tradisi spiritual, termasuk Islam. Konsep *muhasabah* atau introspeksi diri secara esensial adalah sebuah praktik membaca dan mengevaluasi teks amal perbuatan harian. Al-Qur'an sendiri dapat dipandang sebagai sebuah meta-narasi ilahi yang menyediakan kerangka makna ultimat bagi narasi-narasi personal umat manusia. Ayat-ayatnya mengajak individu untuk merenungkan kisah hidupnya dalam konteks tujuan yang lebih besar, yakni pertanggungjawaban di hadapan Sang Pencipta. Firman Allah, "Wahai orang-orang yang beriman! Bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap orang memerhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat),"<sup>1489</sup> adalah panggilan langsung untuk menjadi editor yang sadar atas teks hidup kita. Praktik ini diperkuat oleh anjuran untuk senantiasa melakukan evaluasi diri, sebagaimana tercermin dalam ungkapan masyhur, "Hisablah dirimu sebelum kamu dihisab," yang secara mendalam mendorong individu untuk mengaudit narasinya sebelum diserahkan pada penghakiman akhir.<sup>1490</sup>

Pada hakikatnya, memandang kesadaran sebagai teks hidup yang dapat ditulis ulang adalah sebuah manifesto kebebasan dan tanggung jawab. Ini menggeser kita dari posisi objek pasif yang dibentuk oleh takdir menjadi subjek aktif yang turut serta dalam menenun takdirnya sendiri. Transformasi afektif bukanlah sekadar teknik psikologis untuk merasa lebih baik, melainkan sebuah laku spiritual dan eksistensial dalam mengarahkan hidup menuju makna

yang lebih tinggi. Dengan memegang pena kepenulisan kita sendiri, kita tidak hanya mengubah perasaan kita saat ini, tetapi juga membentuk warisan makna yang akan kita tinggalkan di akhir naskah kehidupan kita. Ini adalah kekuatan dan sekaligus amanah terbesar yang diemban oleh kesadaran manusia: menjadi penulis dari kisah perjalanan jiwa.<sup>1491</sup>

### **Mimpi dan Dzikir sebagai Struktur Penyingkapan Ruhani dalam Narasi Diri**

Dalam lanskap eksistensial manusia, pencarian makna dan pemahaman diri merupakan sebuah perjalanan fundamental yang membentuk narasi personal seseorang. Narasi diri ini bukan sekadar kronologi peristiwa, melainkan sebuah konstruksi dinamis yang ditunen dari pengalaman, interpretasi, dan aspirasi yang mendefinisikan identitas.<sup>1492</sup> Di tengah diskursus psikologi modern yang sering kali membatasi pemahaman diri pada ranah kognitif dan psikoanalitis, tradisi spiritual Islam menawarkan sebuah kerangka kerja yang lebih transendental. Tepat di jantung kerangka ini, terdapat dua pilar praktik ruhani mimpi (*ru'ya*) dan dzikir (*dhikr*) yang berfungsi sebagai struktur komplementer untuk menyingkap dimensi ruhani (*kashf*) dan, pada gilirannya, merekonstruksi narasi diri secara mendalam. Tulisan ini akan mengeksplorasi dialektika antara mimpi dan dzikir sebagai sebuah metodologi penyingkapan yang membentuk kembali pemahaman seorang individu tentang dirinya dan realitas. Mimpi, dalam kosmologi Islam, melampaui sekadar produk aktivitas neurologis acak atau residu psikis dari

kesadaran saat terjaga. Ia dipandang sebagai sebuah portal epistemologis, sebuah ruang liminal di mana batas antara dunia inderawi (*alam al-shahadah*) dan dunia gaib (*alam al-ghayb*) menjadi lebih permeabel. Tradisi kenabian secara tegas memposisikan mimpi yang benar (*al-ru'ya al-sadiqah*) sebagai salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, menandakan potensinya sebagai medium komunikasi ilahiah.<sup>1493</sup> Mimpi dalam konteks ini tidak berfungsi untuk meramal masa depan secara deterministik, melainkan sebagai cermin simbolik yang merefleksikan kondisi batiniah seseorang dan memberikan petunjuk (*isharah*) subtil terkait perjalanan ruhaninya. Bagi sang penempuh jalan spiritual (*salik*), mimpi menjadi peta kontemplatif yang menyingkapkan simpul-simpul ego (*nafs*) yang belum terurai, potensi-potensi ruh yang belum teraktualisasi, atau bahkan peringatan dan penguahan dari sumber yang lebih tinggi. Dengan demikian, mimpi bukanlah akhir dari sebuah proses, melainkan awal dari sebuah hermeneutika diri yang memerlukan interpretasi mendalam (*ta'wil*) dan refleksi.

Jika mimpi adalah penyingkapan pasif yang diterima dalam keadaan ketidaksadaran, maka dzikir adalah teknologi ruhani aktif yang secara sadar ditempuh untuk mempersiapkan wadah bagi penyingkapan tersebut. Dzikir, yang secara harfiah berarti "mengingat," merupakan praktik sentral dalam Islam yang bertujuan untuk memoles cermin kalbu (*saql al-qalb*) dari karat kelalaian dan keakuan. Al-Quran menegaskan, "Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram."<sup>1494</sup>

Ketenangan ini bukanlah sekadar keadaan emosional yang damai, melainkan sebuah kondisi ontologis di mana kegaduhan ego mereda, memungkinkan kesadaran ruhani untuk bangkit. Melalui repetisi nama-nama Tuhan atau formula suci, dzikir berfungsi sebagai proses purifikasi yang mengalihkan fokus kesadaran dari dunia eksternal yang fragmentatif ke pusat batin yang menyatukan. Praktik ini secara bertahap membongkar identifikasi diri dengan pikiran, emosi, dan sensasi fisik, menciptakan ruang hampa yang suci (*sacred emptiness*) di dalam diri, sebuah kondisi yang para sufi sebut sebagai *hudur* (kehadiran).<sup>1495</sup> Ruang inilah yang menjadi lahan subur bagi benih-benih ilham dan mimpi-mimpi bermakna untuk tumbuh.

Struktur penyingkapan ruhani yang sesungguhnya terletak pada sinergi dan dialektika antara mimpi dan dzikir. Keduanya membentuk sebuah siklus umpan balik yang saling menguatkan. Dzikir yang konsisten dan tulus akan memurnikan kalbu, menjadikannya lebih reseptif terhadap pesan-pesan simbolik yang hadir melalui mimpi. Tanpa pemurnian ini, mimpi akan lebih cenderung menjadi cerminan dari kecemasan dan hasrat duniawi (*hadith al-nafs*) atau bahkan bisikan negatif (*hulm*). Sebaliknya, mimpi yang benar (*ru'ya*) memberikan validasi, arahan, dan pemahaman baru yang menyuntikkan semangat dan kedalaman pada praktik dzikir. Misalnya, seorang *salik* mungkin menerima mimpi yang secara simbolis menunjukkan sifat kesombongan tersembunyi dalam dirinya. Wawasan ini kemudian mendorongnya untuk memfokuskan dzikirnya dengan niat untuk meluruhkan sifat

tersebut. Proses dialektis ini menciptakan sebuah spiral menaik: dzikir mempertajam kejernihan mimpi, dan kejernihan mimpi memperdalam kualitas dzikir. Interaksi inilah yang menjadi mekanisme utama *kashf*, yakni penyingkapan tirai-tirai yang menghalangi pandangan ruhani dari kebenaran hakiki tentang diri dan Tuhan.

Pada akhirnya, proses penyingkapan melalui mimpi dan dzikir ini secara fundamental merekonstruksi narasi diri individu. Kerangka naratif yang sebelumnya mungkin dibangun di atas pencapaian material, status sosial, atau trauma masa lalu, kini mulai bergeser. Subjek "aku" dalam narasi tersebut tidak lagi dipahami sebagai entitas otonom yang terisolasi, melainkan sebagai seorang hamba yang berada dalam dialog konstan dengan Sang Pencipta. Peristiwa-peristiwa dalam hidup baik suka maupun duka diinterpretasikan ulang bukan sebagai kejadian acak, melainkan sebagai bagian dari sebuah kurikulum ilahi yang lebih besar. Narasi diri bertransformasi dari sebuah biografi ego menjadi sebuah epik ruhani; sebuah kisah tentang perjalanan pulang dari keterasingan menuju penyatuan, dari kelalaian menuju kesadaran. Sebagaimana Paul Ricoeur berteori bahwa identitas naratif dibentuk melalui plot yang mengintegrasikan peristiwa-peristiwa menjadi satu kesatuan yang koheren,<sup>1496</sup> struktur mimpi dan dzikir menyediakan plot transendental yang memberikan makna terdalam pada eksistensi manusia. Ia mengubah narasi dari sekadar "apa yang terjadi padaku" menjadi "apa yang Tuhan komunikasikan kepadaku melalui apa yang terjadi."

Mimpi dan dzikir bukanlah dua praktik spiritual yang terpisah, melainkan sebuah struktur integral yang saling terkait untuk memfasilitasi penyingkapan dimensi ruhani. Mimpi menyediakan konten simbolik dan wawasan intuitif, sementara dzikir menciptakan kondisi kesadaran yang murni dan reseptif untuk menerima serta memahaminya. Interaksi dinamis di antara keduanya menginisiasi sebuah proses transformasi mendalam yang membongkar dan membangun kembali narasi diri individu. Narasi yang dihasilkan bukan lagi cerita tentang ego yang berjuang di dunia, melainkan kisah tentang ruh yang belajar untuk mengenali asal-usul dan tujuannya, menyingkap lapis demi lapis hakikat dalam perjalanan sakralnya menuju Realitas Tertinggi.<sup>1497</sup>

### **Komparasi Tradisi**

Dalam lanskap pemikiran manusia, pencarian akan makna, pembebasan diri, dan transendensi merupakan sebuah dorongan universal yang melintasi batas-batas geografis, budaya, dan zaman. Setiap peradaban besar telah melahirkan tradisi kebijaksanaan yang menawarkan peta dan metodologi untuk menavigasi medan batiniah manusia, menuju suatu keadaan kesadaran yang lebih tinggi dan terintegrasi. Meskipun diekspresikan melalui leksikon teologis dan metafisik yang berbeda, tradisi-tradisi agung seperti Islam, Buddhisme, dan Hinduisme, bersama dengan penyelidikan modern dalam psikologi transpersonal, secara konvergen menunjuk pada sebuah proses fundamental: transformasi kesadaran dari

kutub ego yang terbatas menuju realitas yang lebih luas dan adimanusiawi.

Dalam tradisi mistisisme Islam, atau Tasawuf, puncak perjalanan spiritual adalah pengalaman penyatuan atau kedekatan dengan Realitas Absolut (Tuhan). Proses ini bukanlah pencapaian intelektual semata, melainkan sebuah transformasi eksistensial yang digambarkan melalui konsep *Tajalli*, yakni penyingkapan atau manifestasi diri Tuhan dalam kesadaran seorang hamba.<sup>1498</sup> Perjalanan menuju *Tajalli* ini sering dilambangkan sebagai *Mi'rāj Rūḥānī* (kenaikan spiritual), sebuah pendakian batin di mana seorang pejalan spiritual (*sālik*) secara bertahap melepaskan segenap keakuan dan keterikatan duniawi untuk "larut" dalam samudera Ilahi. Pengalaman langsung dalam perjalanan ini disebut *Kasyf* (penyingkapan), yaitu sebuah pengetahuan intuitif dan supra-rasional yang dianugerahkan Tuhan, yang menyingkap hakikat realitas di balik tabir fenomena. Kitab-kitab klasik seperti *Futūḥāt al-Makkiyyah* karya Ibn 'Arabī, *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn* karya al-Ghazali, dan *al-Risālah al-Qusyairiyyah* oleh al-Qushayri secara ekstensif memetakan stasiun-stasiun (*maqāmāt*) dan keadaan-keadaan (*aḥwāl*) dalam perjalanan transformatif ini, yang pada intinya adalah proses kematian ego (*fanā'*) untuk hidup abadi di dalam Tuhan (*baqā'*).<sup>1499</sup>

Jalan transformasi dalam Buddhisme, di sisi lain, berpusat pada pembebasan dari penderitaan (*dukkha*) melalui pemahaman mendalam tentang hakikat realitas. Konsep sentral dalam pemahaman ini adalah *Śūnyatā* (kekosongan), yang sering

disalahpahami sebagai nihilisme. *Śūnyatā* sejatinya merujuk pada ketiadaan eksistensi yang inheren, mandiri, dan permanen pada segala fenomena, termasuk pada entitas yang kita sebut "diri" (*anatta*).<sup>1500</sup> Metode utama untuk merealisasikan wawasan ini adalah melalui meditasi, khususnya *Vipassanā*, yang berarti "melihat secara jernih" atau "melihat sesuatu sebagaimana adanya." Melalui praktik *Vipassanā*, seorang praktisi secara sistematis mengamati sensasi tubuh dan aktivitas batin tanpa reaksi, yang secara bertahap melarutkan identifikasi dengan ego dan cengkeraman keinginan. Puncak dari realisasi *Śūnyatā* adalah pencapaian *Nirvāṇa*, sebuah keadaan pembebasan total dari siklus kelahiran kembali (*samsara*), penderitaan, dan kebodohan batin. Ini adalah kondisi damai yang tak terkondisikan, lahir dari padamnya api keserakahan, kebencian, dan delusi.<sup>1501</sup>

Tradisi Hindu menawarkan kerangka metafisik yang kaya untuk transformasi diri, yang berakar pada pemahaman tentang hubungan antara *Atman* dan *Brahman*. *Atman* adalah Diri individual, percikan Ilahi yang bersemayam dalam setiap makhluk, sementara *Brahman* adalah Diri Semesta, Realitas Tertinggi yang non-dual dan mencakup segalanya. Tujuan spiritual tertinggi dalam Hinduisme adalah *Mokṣa*, yaitu pembebasan dari ilusi keterpisahan (*māyā*) dan siklus kelahiran kembali (*samsara*), yang dicapai melalui realisasi kesatuan esensial antara *Atman* dan *Brahman*.<sup>1502</sup> Salah satu jalan utama untuk mencapai realisasi ini adalah *Jñāna Yoga*, jalan pengetahuan dan kebijaksanaan, yang seringkali ditopang oleh praktik *Dhyāna* (meditasi). Melalui *Dhyāna*, pikiran yang bergejolak

ditenangkan, memungkinkan praktisi untuk berkontemplasi secara mendalam terhadap ajaran-ajaran suci (seperti *mahāvākya* dalam Upanishad: "*Tat Tvam Asi*," "Engkau adalah Itu") dan akhirnya mengalami secara langsung non-dualitas antara diri dan alam semesta. Realisasi ini bukan sekadar keyakinan, melainkan sebuah pergeseran ontologis dalam kesadaran.

Memasuki abad ke-20, psikologi Barat mulai mengeksplorasi dimensi-dimensi kesadaran yang sebelumnya menjadi domain eksklusif agama dan spiritualitas. Psikologi transpersonal, yang dipelopori oleh tokoh-tokoh seperti Abraham Maslow, Stanislav Grof, dan Ken Wilber, menyediakan bahasa ilmiah modern untuk fenomena transformatif ini. Maslow mengidentifikasi apa yang disebutnya *Peak Experience* (pengalaman puncak), yaitu momen-momen transendensi diri yang intens, di mana individu merasakan kebahagiaan, kesatuan, dan makna yang mendalam.<sup>1503</sup> Stanislav Grof mengembangkan *Holotropic Breathwork*, sebuah teknik pernapasan yang kuat untuk menginduksi keadaan kesadaran non-ordiner, yang memungkinkan individu mengakses dan menyembuhkan lapisan-lapisan psikis yang dalam, sering kali menghasilkan pengalaman mistis yang serupa dengan yang dijelaskan dalam tradisi kuno.<sup>1504</sup>

Kerangka yang paling komprehensif mungkin ditawarkan oleh Ken Wilber melalui Model *Spektrum Kesadaran*. Wilber memetakan perkembangan manusia sebagai sebuah spektrum yang bergerak dari tingkat pra-personal (infantil), ke personal (ego rasional yang sehat), hingga ke tingkat trans-personal (kesadaran kosmis atau

non-dual).<sup>1505</sup> Dalam model ini, *Self-Transcendence* (transendensi diri) adalah kelanjutan alami dari perkembangan psikologis yang sehat, bukan sebuah regresi atau patologi.

Perjalanan dari ego menuju kesadaran kosmis dalam model Wilber sejajar secara menakjubkan dengan perjalanan sālik menuju fanā', realisasi Anatta oleh umat Buddha, dan penyatuan Atman dengan Brahman dalam tradisi Hindu. Secara komparatif, benang merah yang menyatukan keempat tradisi ini adalah proses transendensi ego. Islam menyebutnya *fanā' al-nafs* (kematian nafsu/ego). Buddhisme menggambarkannya sebagai realisasi *Anatta* (tanpa-diri). Hinduisme mengartikulasikannya sebagai peleburan *Atman* ke dalam *Brahman*. Psikologi transpersonal melabelinya sebagai *Self-Transcendence* atau pergerakan melampaui tingkat kesadaran personal. Meskipun terminologi dan kerangka metafisiknya berbeda teistik dalam Islam dan sebagian Hindu, non-teistik dalam Buddhisme, dan sekuler-ilmiah dalam psikologi transpersonal fenomenologi pengalaman transformatif ini menunjukkan kesamaan yang luar biasa.

Metodologinya pun memiliki paralel yang kuat: Dzikir dan murāqabah dalam Islam, Vipassanā dan Samatha dalam Buddhisme, serta Dhyāna dalam Hinduisme, semuanya berfungsi sebagai teknik untuk menenangkan pikiran diskursif dan memfokuskan kesadaran, yang memungkinkan realitas yang lebih dalam untuk tersingkap, sebagaimana Holotropic Breathwork berfungsi dalam konteks modern. Jalan transformasi yang ditawarkan oleh Islam, Buddhisme, Hinduisme, dan psikologi transpersonal, meskipun berasal dari

sumber dan bahasa yang berbeda, pada hakikatnya adalah peta-peta yang menunjuk pada tujuan yang sama: pembebasan dari kungkungan identitas ego yang sempit menuju pengalaman kesadaran yang lebih luas, terhubung, dan utuh. Komparasi ini tidak bertujuan untuk mereduksi kekayaan unik dari setiap tradisi, melainkan untuk menyoroiti warisan kebijaksanaan kolektif umat manusia dalam memahami potensi tertingginya. Setiap tradisi menawarkan dialek yang khas dari sebuah bahasa spiritual universal, sebuah bahasa yang mengundang setiap individu untuk melakukan perjalanan paling fundamental perjalanan kembali ke Hakikat Diri yang sejati.

### **Mimpi dan Dzikir sebagai Jalan Epistemik dan Transformasional**

Kajian yang telah diuraikan dalam bab-bab sebelumnya mengantarkan kita pada sebuah simpulan yang mendalam mengenai posisi sentral praktik spiritual dalam kerangka epistemologi dan ontologi Islam. Fenomena mimpi dan amalan dzikir, yang seringkali dipandang secara terpisah atau direduksi menjadi sekadar pengalaman psikologis semata, sesungguhnya merupakan dua pilar fundamental dalam sebuah arsitektur agung menuju pengetahuan (episteme) dan transformasi diri (metanoia). Dalam bagian penutup ini, kita akan mensintesis bagaimana kedua jalan ini yang satu bersifat pasif-reseptif (mimpi) dan yang lain aktif-kontemplatif (dzikir) berkonvergensi menjadi sebuah metodologi spiritual yang utuh, menawarkan implikasi signifikan

tidak hanya bagi individu pencari kebenaran (*sālik*), tetapi juga bagi diskursus filsafat Islam dan psikologi transpersonal kontemporer.

Dalam tradisi intelektual dan spiritual Islam, pencarian pengetahuan tidak pernah terpisahkan dari penyucian jiwa. Pengetahuan sejati (*ma'rifah*) bukanlah sekadar akumulasi data empiris atau konstruksi rasional, melainkan sebuah pencerahan yang disingkapkan Tuhan kepada hati yang siap menerimanya. Di sinilah mimpi (*ru'yā*) dan dzikir (peringatan kepada Tuhan) memainkan peranan krusial sebagai instrumen epistemik sekaligus katalisator transformasional. Keduanya berfungsi sebagai jembatan yang menghubungkan alam imanen manusia dengan realitas transendental, sebuah persimpangan di mana yang gaib dapat menyentuh yang nyata dan yang fana dapat mencicipi yang abadi.

Jalan epistemik mimpi, khususnya *ru'yā al-shādiqah* (mimpi yang benar), diakui secara definitif dalam sumber-sumber primer Islam sebagai salah satu gerbang pengetahuan Ilahiah. Al-Quran mengabadikan kisah Nabi Yusuf AS, di mana mimpinya tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud kepadanya menjadi sebuah cetak biru profetik atas takdirnya di masa depan.<sup>1506</sup> Lebih dari itu, kemampuannya menakwilkan mimpi Firaun telah menyelamatkan sebuah bangsa dari kelaparan, menunjukkan bahwa mimpi dapat membawa informasi valid yang melampaui batas-batas persepsi inderawi dan analisis logis pada masanya. Validasi epistemik ini diperkuat oleh sabda Nabi Muhammad SAW yang menyatakan bahwa mimpi yang benar dari seorang yang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian

kenabian.<sup>1507</sup> Ini menegaskan bahwa mimpi bukanlah sekadar bunga tidur atau residu acak dari aktivitas otak, melainkan sebuah medium potensial bagi komunikasi transendental. Ia adalah bahasa simbolik dari alam malakut yang, jika ditafsirkan dengan benar, dapat memberikan petunjuk, peringatan, atau peneguhan iman. Tokoh sufi seperti Ibn 'Arabi bahkan mengembangkan teori yang kompleks mengenai alam imajinal (*'ālam al-khayāl* atau *mundus imaginalis*), sebuah alam perantara di mana spirit menjadi tubuh dan tubuh menjadi spirit, dan mimpi adalah salah satu akses utamanya.<sup>1508</sup>

Sementara mimpi merupakan karunia pasif yang diterima jiwa saat kesadaran rasional tertidur, dzikir adalah upaya aktif untuk memoles cermin hati (*qalb*) saat terjaga. Para sufi, seperti Imam Al-Ghazali, secara konsisten menggunakan metafora hati sebagai cermin. Dalam kondisi lalai, hati dipenuhi "karat" dosa dan keterikatan duniawi sehingga tidak mampu merefleksikan cahaya kebenaran. Dzikir baik secara lisan (*jahr*), dalam hati (*khafī*), maupun dalam kesadaran konstan (*dzikr al-dawām*) berfungsi sebagai proses pemurnian (*tazkiyah*) yang mengikis karat tersebut.<sup>1509</sup> Saat cermin hati menjadi bening dan berkilau, ia mulai mampu merefleksikan pengetahuan-pengetahuan laduni, yakni pengetahuan yang datang langsung dari sisi Tuhan tanpa perantaraan belajar formal. Al-Quran sendiri mengisyaratkan hubungan kausal ini: “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.”<sup>1510</sup> Ketenangan

(*sakīnah*) ini bukanlah sekadar kondisi emosional, melainkan prasyarat epistemologis. Dalam keheningan dan kejernihan hati yang ditimbulkan oleh dzikirilah, intuisi spiritual (*firāsah*) menjadi tajam dan mampu menangkap realitas yang lebih tinggi.

Konvergensi antara mimpi dan dzikir menciptakan sebuah siklus spiritual yang saling menguatkan dan mempercepat proses transformasi diri. Praktik dzikir yang tekun dan ikhlas akan menyucikan jiwa, menjadikannya wadah yang lebih layak untuk menerima mimpi-mimpi yang benar dan bermakna. Sebaliknya, petunjuk atau pencerahan yang diterima melalui mimpi dapat menjadi motivasi kuat untuk meningkatkan kuantitas dan kualitas dzikir. Dengan demikian, individu tidak lagi menjadi subjek yang terombang-ambing oleh pengalaman psikis yang tak menentu. Ia menjadi seorang penjelajah spiritual yang aktif, di mana kesadaran di waktu terjaga digunakan untuk mendekat kepada Tuhan melalui dzikir, dan alam bawah sadar di waktu tidur menjadi ladang subur untuk menerima bimbingan-Nya melalui mimpi. Perpaduan ini secara perlahan tapi pasti mentransformasi ontologi seorang hamba. Perilakunya termoderasi, persepsinya tentang realitas bergeser dari yang materialistik ke yang teosentris, dan tujuan hidupnya terkalibrasi ulang menuju keridhaan Ilahi. Jalur ini menolak dualisme Cartesian yang kaku antara pikiran dan materi, serta melampaui kerangka psikoanalisis Freudian yang seringkali mereduksi mimpi menjadi manifestasi hasrat terpendam.<sup>1511</sup> Sebaliknya, ia menawarkan model holistik di mana jiwa, ruh, dan

jasad berkolaborasi dalam sebuah perjalanan vertikal menuju Sang Pencipta.

Implikasi dari pemahaman ini sangatlah luas. Bagi individu, ia menawarkan sebuah "teknologi spiritual" yang teruji untuk pengembangan diri yang otentik, melampaui sekadar teknik-teknik motivasi sekuler. Bagi diskursus keilmuan Islam, ia menegaskan kembali validitas sumber-sumber pengetahuan non-empiris dan non-rasional-diskursif, memperkaya khazanah epistemologi Islam yang tidak terbatas pada *bayani* (tekstual) dan *burhani* (rasional) saja, tetapi juga mencakup *'irfani* (intuitif-gnostik).<sup>1512</sup> Pada akhirnya, menempatkan mimpi dan dzikir sebagai jalan epistemik dan transformasional adalah sebuah pengakuan bahwa perjalanan manusia yang paling hakiki adalah perjalanan ke dalam dirinya sendiri, untuk menemukan jejak Sang Pencipta yang terukir di kedalaman jiwanya.

### **Potensi Narasi Mimpi dalam Psikoterapi dan Pembinaan Ruhani**

Mimpi, sebuah fenomena universal yang menghiasi sepertiga kehidupan manusia, telah lama menjadi subjek daya tarik, misteri, dan spekulasi dalam peradaban. Dari tablet-tablet kuno Mesopotamia hingga laboratorium neurosains modern, manusia terus berupaya mengurai makna di balik lanskap imajinatif yang terbentang saat kesadaran terlelap. Namun, di luar interpretasi profetik atau analisis sebagai bunga tidur semata, mimpi menyimpan potensi yang jauh lebih dalam ketika dipandang sebagai sebuah teks naratif. Dalam diskursus psikologi dan spiritualitas,

narasi mimpi yakni alur cerita, simbol, dan emosi yang terkandung di dalamnya muncul sebagai sebuah medium yang kaya untuk intervensi terapeutik dan pembinaan ruhani. Narasi ini bukanlah rangkaian acak citra visual, melainkan sebuah cerminan terstruktur dari dinamika batin, konflik yang tak terucap, dan kerinduan jiwa yang paling mendasar.<sup>1513</sup>

Secara teoretis, fondasi penggunaan mimpi dalam psikoterapi modern diletakkan oleh para pelopor psikologi dalam, terutama Sigmund Freud dan Carl Gustav Jung. Freud, dalam karyanya yang monumental, *The Interpretation of Dreams*, memandang mimpi sebagai "jalan utama menuju alam bawah sadar" (*the royal road to the unconscious*).<sup>1514</sup> Ia mengemukakan bahwa mimpi memiliki konten manifes (cerita yang kita ingat) dan konten laten (makna tersembunyi yang merepresentasikan hasrat atau konflik yang direpresi). Dari perspektif ini, analisis narasi mimpi menjadi sebuah proses dekripsi, di mana terapis membantu klien menerjemahkan simbol-simbol personal untuk mengungkap dinamika psikoseksual dan konflik masa kanak-kanak yang belum terselesaikan. Di sisi lain, Jung memperluas cakrawala ini dengan memperkenalkan konsep alam bawah sadar kolektif dan arketipe. Bagi Jung, narasi mimpi tidak hanya bersifat personal, tetapi juga mengandung simbol-simbol universal yang diwarisi oleh seluruh umat manusia, seperti arketipe *Anima/Animus*, *Shadow* (Bayangan), dan *Self* (Diri).<sup>1515</sup> Proses menafsirkan narasi mimpi, dalam kerangka Jungian, adalah bagian dari perjalanan individuasi sebuah proses seumur hidup

untuk mengintegrasikan berbagai aspek kepribadian yang terpecah menjadi satu kesatuan yang utuh dan otentik.

Dalam praktik psikoterapi kontemporer, potensi narasi mimpi dieksploitasi melalui berbagai modalitas. Dalam terapi Gestalt, misalnya, klien tidak hanya menceritakan mimpi, tetapi didorong untuk "menjadi" setiap elemen dalam narasi mimpinya baik itu manusia, objek, maupun suasana dan melakukan dialog di antara mereka.<sup>1516</sup> Pendekatan fenomenologis ini memungkinkan klien untuk merasakan secara langsung konflik internal yang diproyeksikan ke dalam mimpi, sehingga memfasilitasi katarsis emosional dan wawasan (*insight*) yang mendalam. Sementara itu, dalam terapi naratif, mimpi dipandang sebagai "cerita subordinat" yang dapat menantang "cerita dominan" yang problematik dalam kehidupan klien. Dengan mengeksplorasi tema, metafora, dan alur dalam mimpi, klien dapat menemukan sumber daya, kekuatan, dan perspektif baru untuk "menulis ulang" (*re-authoring*) narasi hidup mereka yang lebih membebaskan dan berdaya.<sup>1517</sup> Proses ini mengubah posisi klien dari korban pasif dalam ceritanya menjadi penulis aktif yang memiliki agensi atas makna hidupnya.

Melampaui ranah psikologis, narasi mimpi memiliki dimensi transendental yang sangat relevan dalam konteks pembinaan ruhani (*spiritual coaching*). Sejak zaman kuno, mimpi dianggap sebagai salah satu medium komunikasi antara manusia dan Yang Ilahi. Tradisi Abrahamik, khususnya Islam, memberikan tempat yang terhormat bagi mimpi sebagai sumber petunjuk dan kebijaksanaan. Al-Quran mengabadikan kisah Nabi Yusuf AS yang kemampuannya

menakwilkan mimpi menjadi instrumen penyelamatan sebuah bangsa dari kelaparan dan penegasan kenabiannya (QS. Yusuf: 4-6, 43-49).<sup>1518</sup> Dalam tradisi Hadis, Nabi Muhammad SAW juga menegaskan bahwa mimpi yang benar (*ar-ru'ya ash-shadiqah*) adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, sebuah sisa wahyu di akhir zaman.<sup>1519</sup> Dalam konteks pembinaan ruhani modern, seorang pembina (*murshid* atau *spiritual director*) dapat menggunakan narasi mimpi klien sebagai titik masuk untuk mengeksplorasi pergulatan spiritual, kerinduan akan makna, atau isyarat-isyarat Ilahiah. Mimpi tentang cahaya, air jernih, atau perasaan damai yang mendalam bisa menjadi peneguhan atas jalan spiritual yang ditempuh, sementara mimpi tentang kegelapan atau labirin dapat menandakan adanya hambatan spiritual yang perlu diurai melalui doa, zikir, atau refleksi mendalam.

Sintesis antara pendekatan psikoterapi dan pembinaan ruhani terhadap narasi mimpi menawarkan sebuah kerangka kerja holistik yang sangat berharga. Konflik psikologis yang muncul dalam mimpi seperti kecemasan akan kegagalan yang disimbolkan dengan jatuh dari ketinggian dapat dilihat secara bersamaan sebagai sebuah krisis spiritual, yakni kurangnya rasa tawakal atau penyerahan diri kepada Tuhan.<sup>1520</sup> Dengan demikian, intervensi terapeutik untuk membangun resiliensi psikologis dapat diperkaya dengan praktik spiritual untuk memperkuat keyakinan. Proses ini menjembatani jurang antara penyembuhan psikis (*healing the psyche*) dan penyucian jiwa (*purifying the soul*). Narasi mimpi menjadi arena di mana dialog antara *Self* (Diri psikologis) dan *Ruh* (Spirit) dapat

berlangsung secara intim. Dengan meminjam bahasa simbolik dari mimpi, individu dapat memetakan lanskap batinnya, mengidentifikasi di mana aspek psikologis dan spiritualnya bertemu, berkonflik, dan pada akhirnya, berpotensi untuk berintegrasi.<sup>1521</sup>

Memandang mimpi sebagai sebuah teks naratif membuka potensi luar biasa yang melampaui sekadar rasa penasaran akan masa depan atau analisis mekanistik fungsi otak. Narasi yang terungkap dalam tidur adalah sebuah dokumen personal yang otentik, sebuah surat dari kedalaman diri yang ditujukan kepada kesadaran. Baik dalam ruang terapi yang aman maupun dalam sesi pembinaan ruhani yang kontemplatif, penggalian narasi mimpi secara sadar dan terstruktur menawarkan jalan menuju pemahaman diri yang lebih dalam, resolusi konflik internal, dan koneksi yang lebih kuat dengan dimensi transenden kehidupan. Dengan mendengarkan secara saksama cerita-cerita yang dibisikkan oleh malam, kita tidak hanya menyembuhkan luka-luka psikologis, tetapi juga menapaki jalan menuju keutuhan dan pencerahan spiritual yang lebih tinggi.

### **Integrasi Keilmuan dan Spiritualitas: Ilmu, Amal, dan Hakikat**

**Abstrak** Wacana modern sering kali menempatkan keilmuan (sains) dan spiritualitas dalam dua kutub yang berlawanan, sebuah dikotomi warisan dari Pencerahan Barat yang memisahkan dunia fisik dari realitas metafisik. Pemisahan ini, meskipun mendorong

kemajuan teknologi yang pesat, telah meninggalkan kekosongan makna dan krisis eksistensial bagi manusia kontemporer.

Parigma keilmuan modern, yang berakar pada positivisme dan empirisme, cenderung mereduksi realitas hanya pada apa yang dapat diobservasi dan diukur secara material. Akibatnya, dimensi spiritual, etika, dan makna sering kali dikesampingkan sebagai ranah subjektif yang tidak relevan dengan pencarian kebenaran objektif<sup>1522</sup>. Namun, pandangan dunia yang terfragmentasi ini mengabaikan sebuah kearifan kuno yang dipegang oleh banyak peradaban, termasuk peradaban Islam di masa keemasannya, di mana ilmu pengetahuan (ilm) dipandang sebagai jalan untuk mengenal Tuhan. Dalam tradisi ini, mengeksplorasi keteraturan alam semesta dari pergerakan galaksi hingga kompleksitas sel bukanlah tindakan sekuler, melainkan sebuah ibadah intelektual. Al-Qur'an sendiri secara konsisten mendorong manusia untuk menggunakan akal dan pengamatannya (tafakkur dan tadabbur) terhadap ayat-ayat kauniyah (tanda-tanda kebesaran Tuhan di alam). Dengan demikian, integrasi keilmuan dan spiritualitas bukanlah upaya sinkretisme yang dipaksakan, melainkan sebuah panggilan untuk mengembalikan ilmu pengetahuan ke akar filosofisnya yang paling dalam: pencarian kebenaran yang utuh.

Dalam perspektif integratif, Ilmu melampaui sekadar akumulasi data atau penguasaan teori. Ia adalah alat epistemologis yang memungkinkan manusia untuk membaca "dua buku" sekaligus: buku alam semesta (makrokosmos) dan buku wahyu (Al-Qur'an). Keduanya dianggap berasal dari sumber yang sama, yaitu Tuhan,

sehingga tidak mungkin terjadi kontradiksi fundamental di antara keduanya. Seyyed Hossein Nasr, seorang filsuf sains Muslim terkemuka, berpendapat bahwa krisis lingkungan dan teknologi yang tak terkendali saat ini adalah akibat langsung dari sains yang tercerabut dari matriks spiritualnya. Ketika ilmu hanya menjadi alat untuk eksploitasi tanpa disertai kesadaran akan kesucian alam (sacredness of nature), maka yang terjadi adalah kerusakan. Sebaliknya, Ilmu yang terintegrasi memandang setiap penemuan ilmiah sebagai pengungkapan jejak-jejak (āthār) kebijaksanaan Ilahi. Seorang fisikawan yang mengkaji keanggunan hukum-hukum kuantum atau seorang ahli biologi yang terpesona oleh efisiensi proses fotosintesis, dalam kerangka ini, sedang melakukan sebuah perjalanan spiritual yang mendekatkannya pada pengakuan akan keagungan Sang Desainer.

Pengetahuan yang sejati tidak akan pernah berhenti pada level teoretis; ia menuntut untuk diwujudkan dalam tindakan. Inilah esensi dari Amal. Tanpa Amal, Ilmu menjadi mandul, ibarat pohon yang tak berbuah. Hubungan antara Ilmu dan Amal bersifat resiprokal dan tak terpisahkan. Ilmu memberikan peta dan kompas, sementara Amal adalah perjalanan itu sendiri. Dalam konteks ini, Amal mencakup dua ranah utama: amal ibadah ritual (hablun min Allah) dan amal sosial-etis (hablun min al-nas). Pengetahuan tentang fisika nuklir, misalnya, menuntut sebuah pertanggungjawaban etis yang bersumber dari spiritualitas: apakah ia akan digunakan untuk energi yang bersih atau untuk senjata pemusnah massal? Demikian pula, pengetahuan di bidang

kedokteran dan genetika harus dipandu oleh prinsip-prinsip bioetika yang luhur untuk menjaga martabat manusia. Spiritualitas menyediakan kerangka kerja moral (framework of morality) yang memastikan bahwa kemajuan ilmu pengetahuan senantiasa diarahkan untuk kebaikan (masalah) dan bukan kerusakan (mafsadah). Hal ini sejalan dengan sabda Nabi Muhammad SAW yang menekankan pentingnya ilmu yang bermanfaat, yaitu ilmu yang termanifestasi dalam tindakan positif bagi sesama<sup>1523</sup>.

Jika Ilmu adalah visi dan Amal adalah jalan, maka Hakikat adalah tujuan akhir dari perjalanan tersebut. Hakikat adalah realitas terdalam, kebenaran esensial yang berada di balik bentuk-bentuk formal pengetahuan dan tindakan. Ia adalah tingkat kesadaran di mana seorang ilmuwan tidak lagi melihat dirinya sebagai pengamat yang terpisah dari objek yang diamati, melainkan merasakan kesatuan ontologis dengan seluruh ciptaan. Ini adalah puncak pengalaman spiritual yang oleh para sufi disebut sebagai ma'rifah pengenalan langsung dan intuitif kepada Tuhan. Al-Ghazali, dalam magnum opusnya *Ihya' Ulum al-Din*, menggambarkan perjalanannya dari seorang teolog dan filsuf yang hanya mengandalkan rasio ('aql) menuju seorang sufi yang menemukan kepastian melalui pengalaman batin (dzawq)<sup>1524</sup>. Pada tingkat Hakikat, ilmu pengetahuan tidak lagi sekadar informasi, melainkan menjadi cahaya (nur) yang menerangi hati. Tindakan tidak lagi terasa sebagai kewajiban, melainkan sebagai ekspresi cinta dan kerinduan yang tulus kepada Sang Sumber Realitas. Di

sinilah integrasi mencapai kesempurnaannya: akal, hati, dan perbuatan menyatu dalam sebuah harmoni ilahiah.

Integrasi antara keilmuan dan spiritualitas melalui pilar Ilmu, Amal, dan Hakikat menawarkan sebuah paradigma alternatif yang lebih holistik dan manusiawi. Ia menolak reduksionisme materialistik tanpa jatuh ke dalam obskurantisme anti-ilmiah. Sebaliknya, ia mengajak manusia modern untuk kembali menjadi Ulul Albab insan yang berakal budi dan berhati nurani yang mampu melihat jejak Tuhan dalam setiap partikel alam semesta dan menerjemahkan pengetahuannya menjadi amal saleh yang menebar rahmat. Dengan menjalin kembali benang yang terputus antara dunia fisik dan metafisik, kita tidak hanya dapat menyelesaikan berbagai krisis global yang dihadapi saat ini, tetapi juga menemukan kembali makna dan tujuan keberadaan kita di alam raya ini. Pada akhirnya, pencarian ilmu menjadi sebuah zikir, dan setiap tindakan menjadi sebuah doa<sup>1525</sup>.

### **Rekomendasi Kajian Lintas Tradisi untuk Spiritualitas Kontemporer**

Di tengah arus globalisasi dan disrupsi digital, lanskap spiritualitas manusia kontemporer mengalami pergeseran paradigmatis yang fundamental. Individu modern, yang sering kali dijuluki sebagai pencari spiritual (spiritual seeker), tidak lagi merasa terikat secara eksklusif pada satu wadah tradisi keagamaan institusional. Sebaliknya, mereka cenderung merajut permadani spiritualitas personal yang kaya warna, meminjam benang-benang

kearifan dari berbagai sumber mulai dari meditasi Buddhis, mistisisme Sufi, hingga filsafat Stoa dan kearifan pribumi. Fenomena ini menghadirkan sebuah tantangan sekaligus peluang: bagaimana studi akademis dan praktik spiritual dapat merespons dahaga akan makna ini tanpa jatuh ke dalam sinkretisme yang dangkal atau relativisme yang menihilkan keunikan setiap tradisi? Kajian lintas tradisi yang cermat, mendalam, dan bertanggung jawab tampil sebagai sebuah imperatif, bukan sekadar pilihan akademis. Rekomendasi berikut dirancang untuk memetakan jalan bagi pendekatan semacam itu, sebuah jalan yang menghargai kedalaman partikular sambil merayakan potensi universalitas.

Langkah pertama dan paling mendasar dalam merumuskan kajian lintas tradisi yang kokoh adalah membangun fondasi filosofis yang jelas, yang bergerak melampaui perennialisme klasik. Filsafat perenial, yang dipopulerkan oleh pemikir seperti Aldous Huxley dan Frithjof Schuon, berargumen bahwa di balik keragaman bentuk-bentuk eksoteris agama-agama dunia, terdapat satu kebenaran esoteris atau realitas transenden yang sama.<sup>1526</sup> Meskipun pendekatan ini berjasa dalam membuka pintu dialog antaragama, ia sering kali dikritik karena kecenderungannya untuk mereduksi kekayaan kontekstual dan mengabaikan perbedaan-perbedaan ontologis yang otentik di antara tradisi.<sup>1527</sup> Sebagai evolusinya, pendekatan "post-perennialisme" yang diartikulasikan oleh pemikir seperti Jorge N. Ferrer menawarkan jalan tengah yang lebih bernuansa. Post-perennialisme mengakui kemungkinan adanya kebenaran-kebenaran spiritual yang beragam dan jamak (multiple

spiritual truths) yang muncul dari partisipasi transformatif dalam realitas misterius yang sama, tanpa harus mengasumsikan adanya inti universal yang tunggal. Dengan demikian, kajian lintas tradisi tidak lagi bertujuan untuk menemukan "kesamaan" semata, melainkan untuk terlibat dalam "dialog partisipatoris" yang memungkinkan setiap tradisi untuk memperkaya dan bahkan menantang pemahaman kita tentang spiritualitas itu sendiri.<sup>1528</sup>

Di atas fondasi filosofis tersebut, rekomendasi kedua menekankan pada penerapan metodologi dialogis dan hermeneutika komparatif yang kritis. Kajian lintas tradisi yang efektif tidak dapat dilakukan secara monologis dari menara gading akademis. Ia menuntut keterlibatan aktif dalam dialog baik dengan teks-teks suci, para praktisi, maupun para cendekiawan dari tradisi yang berbeda. Metodologi dialogis, sebagaimana diusulkan oleh teolog seperti Paul F. Knitter, menekankan pentingnya mendengarkan secara mendalam (deep listening) dan kerentanan untuk berubah (vulnerability to transformation) sebagai prasyarat etis untuk pemahaman yang sejati.<sup>1529</sup> Secara praktis, ini dapat diwujudkan melalui hermeneutika komparatif, di mana sebuah konsep dari satu tradisi digunakan untuk menerangi konsep dari tradisi lain. Sebagai contoh, perenungan terhadap konsep Śūnyatā (kekosongan) dalam Buddhisme Mahayana dapat memberikan perspektif baru yang mendalam saat membaca tentang Kenosis (pengosongan diri Kristus) dalam teologi Kristen, atau konsep Fanā' (peleburan diri) dalam tasawuf Islam.<sup>1530</sup> Proses interpretatif timbal-balik ini bukan tentang menyamakan konsep,

melainkan tentang memperluas cakrawala pemahaman dan membuka dimensi-dimensi makna yang sebelumnya tersembunyi.

Rekomendasi ketiga adalah integrasi yang seimbang antara dimensi teoretis-intelektual dengan dimensi praktis-eksperiensial. Spiritualitas, pada hakikatnya, bukanlah sekadar wacana filosofis; ia adalah sebuah jalan hidup yang dihayati (*lived spirituality*). Oleh karena itu, kajian lintas tradisi yang komprehensif harus melampaui analisis tekstual dan teoretis untuk juga mengeksplorasi praktik-praktik spiritual konkret. Sebagaimana William James tunjukkan dalam karyanya yang monumental, pengalaman keagamaan personal merupakan data primer yang tak ternilai bagi pemahaman fenomena spiritual.<sup>1531</sup> Kajian ini harus berani melibatkan penelitian pada praktik-praktik seperti Vipassanā dalam tradisi Theravada, Zikr dalam tarekat Sufi, *Lectio Divina* dalam tradisi monastik Kristen, atau praktik Asana dalam Yoga. Memahami bagaimana praktik-praktik ini membentuk kesadaran, memengaruhi kesejahteraan psikologis, dan menumbuhkan kebajikan etis memberikan data empiris yang krusial. Keterlibatan dalam praktik-praktik ini (secara etis dan penuh hormat) dapat menawarkan wawasan transformatif yang tidak akan pernah bisa diakses hanya melalui pembacaan buku, sejalan dengan adagium dalam banyak tradisi hikmah, termasuk sebuah hadis yang menekankan pentingnya ilmu yang diamalkan.<sup>1532</sup>

Terakhir, kajian lintas tradisi untuk spiritualitas kontemporer harus secara sadar mengontekstualisasikan dirinya dalam isu-isu global yang mendesak. Spiritualitas yang relevan bukanlah pelarian

dari dunia, melainkan sumber daya untuk mentransformasikannya. Rekomendasi keempat ini mendorong agar dialog lintas tradisi diarahkan untuk memberikan respons kolektif terhadap krisis ekologis, ketidakadilan sosial, dan epidemi kesehatan mental. Bagaimana, misalnya, konsep Islam tentang manusia sebagai khalīfah fī al-ardh (wakil Tuhan di muka bumi)<sup>1533</sup> dapat bersinergi dengan etika welas asih (Karuṇā) Buddhis dan teologi penciptaan Kristen untuk merumuskan sebuah eko-spiritualitas yang tangguh?<sup>1534</sup> Bagaimana tradisi-tradisi kontemplatif yang berbeda dapat secara bersama-sama menawarkan perangkat untuk menavigasi kecemasan dan keterasingan di era digital? Dengan menjembatani kearifan kuno dan tantangan modern, kajian lintas tradisi tidak hanya memperkaya individu, tetapi juga memberikan kontribusi profetik bagi kelangsungan hidup dan kesejahteraan kolektif umat manusia. Sintesis pluralistik yang lahir dari upaya ini bukanlah sebuah produk akhir yang statis, melainkan sebuah proses dinamis yang terus-menerus merajut benang-benang kearifan menjadi permadani makna yang selalu baru dan relevan.

# MIMPI SEBAGAI OBJEK PENGETAHUAN FILOSOFIS-SPIRITUAL

## **Validitas Pengetahuan Melalui Mimpi**

### **Definisi dan Status Epistemik Mimpi dalam Filsafat**

Fenomena mimpi, sebuah pengalaman universal yang dialami manusia dalam lelapnya, telah lama menjadi subjek kontemplasi yang mendalam di ranah filsafat, teologi, dan sains. Lebih dari sekadar bunga tidur, mimpi memunculkan pertanyaan-pertanyaan fundamental mengenai hakikat realitas, kesadaran, dan yang terpenting, pengetahuan. Apakah mimpi hanya sekadar ilusi acak yang dihasilkan oleh aktivitas neurobiologis, atau mungkinkah ia berfungsi sebagai medium untuk memperoleh pengetahuan yang valid? Pertanyaan ini menempatkan mimpi di persimpangan jalan epistemologi, memaksa kita untuk menginterogasi kembali batas-batas antara apa yang kita ketahui dan apa yang kita yakini sebagai kenyataan. Diskursus mengenai validitas pengetahuan melalui mimpi bukanlah perdebatan baru; ia berakar pada tradisi pemikiran kuno hingga perdebatan kontemporer, merefleksikan pergeseran paradigma dalam cara manusia memahami dirinya dan alam semesta.

Secara definitif, mimpi dapat dipahami sebagai pengalaman sensorik, kognitif, dan emosional yang terjadi secara tak sadar selama tidur. Namun, dalam konteks filsafat, definisi ini diperluas

menjadi kajian tentang status epistemik dari fenomena onirik tersebut. Status epistemik merujuk pada nilai atau kedudukan mimpi sebagai sumber pengetahuan yang dapat dijustifikasi. Di sinilah letak inti perdebatan filosofis yang telah berlangsung selama ribuan tahun, terutama dalam dialektika antara mimpi sebagai sumber pengetahuan versus ilusi.

Dalam tradisi filsafat Yunani kuno, dua pandangan yang kontras diajukan oleh Platon dan muridnya, Aristoteles. Bagi Platon, dengan Teori Bentuk (Theory of Forms) yang menjadi landasan ontologisnya, dunia inderawi yang kita alami saat terjaga sudah merupakan bayang-bayang atau salinan tidak sempurna dari Dunia Bentuk yang abadi dan sejati. Dalam kerangka ini, mimpi berada pada tingkatan realitas yang lebih rendah lagi; ia adalah bayangan dari bayangan, sebuah distorsi dari dunia fisik yang sudah tidak sempurna. Konsekuensinya, mimpi tidak dapat dianggap sebagai sumber pengetahuan yang andal tentang kebenaran tertinggi (Bentuk), melainkan lebih sebagai ilusi yang menjauhkan jiwa dari realitas sejati.<sup>1535</sup>Kendati demikian, dalam beberapa dialognya, Platon juga mengisyaratkan bahwa jiwa, saat terbebas dari belenggu tubuh dalam tidur, mungkin dapat menangkap sekilas kilasan dari Dunia Bentuk, meskipun pengalaman ini bersifat kabur dan sulit diinterpretasikan.

Berbeda dengan Platon, Aristoteles mengadopsi pendekatan yang lebih empiris dan naturalistik. Dalam karyanya *On Dreams*, ia berpendapat bahwa mimpi bukanlah kiriman ilahi atau jendela menuju realitas lain, melainkan sisa-sisa atau gema dari

pengalaman inderawi yang dialami sepanjang hari (*phantasmata*). Aktivitas sensorik yang diterima saat terjaga meninggalkan jejak dalam organ indera, dan jejak-jejak inilah yang kemudian diolah kembali oleh jiwa saat tidur, menciptakan citra-citra mimpi. Dengan demikian, bagi Aristoteles, mimpi tidak memiliki nilai prediktif atau epistemik tentang dunia eksternal. Namun, ia bisa memberikan informasi diagnostik tentang kondisi fisik dan emosional seseorang, menjadikannya relevan secara medis atau psikologis, bukan secara filosofis.<sup>1536</sup>

Diskursus ini kemudian berevolusi dan mencapai puncaknya dalam perdebatan antara rasionalisme dan empirisisme di era modern. René Descartes, seorang rasionalis terkemuka, menggunakan fenomena mimpi sebagai alat skeptisisme radikal dalam *Meditations on First Philosophy*. Argumennya yang terkenal menyatakan bahwa tidak ada tanda-tanda pasti yang dapat membedakan secara absolut antara keadaan terjaga dan keadaan bermimpi. Pengalaman dalam mimpi seringkali terasa begitu nyata sehingga kita baru menyadarinya sebagai mimpi setelah terbangun. Skeptisisme ini menggoyahkan fondasi pengetahuan yang bersumber dari indera, karena jika kita tidak bisa yakin bahwa kita sedang tidak bermimpi saat ini, maka seluruh pengalaman inderawi kita menjadi diragukan.<sup>1537</sup> Bagi Descartes, mimpi bukanlah sumber pengetahuan, melainkan alasan fundamental untuk meragukan segala sesuatu demi menemukan satu kepastian yang tak terbantahkan: *Cogito, ergo sum* (Aku berpikir, maka aku ada). Di sisi lain spektrum, para empirisis seperti John Locke berpendapat

bahwa semua pengetahuan berasal dari pengalaman inderawi (*experience*). Dalam konsepsi *tabula rasa* (papan tulis kosong), pikiran manusia pada awalnya kosong dan diisi oleh ide-ide yang berasal dari sensasi (dunia eksternal) dan refleksi (dunia internal). Dalam kerangka ini, mimpi dipandang sebagai produk dari fakultas imajinasi yang hanya menggabungkan, menyusun ulang, dan memodifikasi ide-ide yang telah diperoleh sebelumnya saat terjaga. Mimpi tidak dapat menciptakan ide-ide sederhana yang baru; ia sepenuhnya bergantung pada "bahan baku" dari pengalaman sadar. Dengan demikian, mimpi tidak memiliki status epistemik sebagai sumber pengetahuan primer tentang realitas.<sup>1538</sup>

Pandangan kontemporer, yang diperkaya oleh wawasan dari neurosains dan psikologi kognitif, cenderung menawarkan perspektif yang lebih bernuansa. Filsuf seperti Owen Flanagan berargumen bahwa meskipun mimpi mungkin tidak memberikan pengetahuan proposisional (fakta-fakta tentang dunia), ia bisa menjadi sumber pengetahuan diri (*self-knowledge*) yang berharga. Mimpi dapat merefleksikan ketakutan, harapan, dan konflik bawah sadar kita, sehingga berfungsi sebagai alat introspeksi untuk memahami kondisi psikologis internal.<sup>1539</sup> Dengan kata lain, validitas mimpi tidak terletak pada korespondensinya dengan realitas eksternal, melainkan pada kemampuannya untuk menyingkap realitas internal sang pemimpi.

Di luar tradisi filsafat Barat, epistemologi Islam menawarkan kerangka yang secara eksplisit mengakui potensi mimpi sebagai sumber pengetahuan yang valid. Dalam tradisi ini, mimpi

diklasifikasikan menjadi tiga jenis: *Ru'ya* (mimpi yang benar dan datang dari Allah), mimpi dari setan yang bertujuan menakut-nakuti, dan mimpi yang berasal dari pikiran atau pengalaman sehari-hari seseorang.<sup>1540</sup> *Ru'ya* dianggap memiliki nilai kebenaran dan dapat membawa pesan, petunjuk, atau pengetahuan nubuat. Kisah Nabi Yusuf (Joseph) dalam Al-Qur'an, yang mampu menafsirkan mimpi raja untuk menyelamatkan Mesir dari kelaparan, menjadi contoh paradigmatis bagaimana mimpi dapat mengandung pengetahuan valid dan prediktif.<sup>1541</sup>

Status epistemik mimpi tetap menjadi medan diskursus yang kompleks dan belum terselesaikan. Ia membentangi dari penolakan total sebagai ilusi dalam pandangan empiris yang ketat, penggunaannya sebagai alat skeptis oleh kaum rasionalis, hingga penerimaannya sebagai sumber pengetahuan ilahi dalam tradisi teologis. Jawaban atas pertanyaan apakah mimpi dapat menjadi sumber pengetahuan yang valid pada akhirnya sangat bergantung pada komitmen ontologis dan epistemologis yang mendasari kerangka berpikir seseorang. Mimpi, dengan sifatnya yang ambigu dan misterius, akan terus menantang para pemikir untuk mendefinisikan ulang batas-batas antara kenyataan, ilusi, dan pengetahuan itu sendiri.

### **Pendekatan Epistemologi Transenden: Pengalaman dan Wahyu**

Wacana epistemologi, atau teori pengetahuan, dalam peradaban Barat modern sering kali membatasi sumber pengetahuan yang sah pada dua domain utama: pengalaman

inderawi (empirisme) dan penalaran logis (rasionalisme). Namun, dalam khazanah pemikiran Islam, kerangka epistemologis terbentang jauh melampaui batas-batas imanen ini, merengkuh sebuah dimensi transenden di mana pengetahuan dapat diperoleh secara langsung dari sumber Ilahiah. Epistemologi transenden ini tidak menafikan validitas indera dan akal, tetapi menempatkannya dalam sebuah hierarki yang lebih luas, di mana puncak perolehan pengetahuan adalah melalui anugerah langsung dari Tuhan.<sup>1542</sup>Kerangka ini menjadi fundamental, khususnya dalam tradisi sufistik, yang secara mendalam mengeksplorasi mekanisme perolehan pengetahuan melalui wahyu (*wahy*), penyingkapan tabir gaib (*kasyf*), dan ilmu yang dianugerahkan secara langsung (*'ilm ladunni*).

Konsep *'ilm ladunni* secara harfiah berarti "ilmu dari sisi Kami" berakar langsung dari Al-Quran, khususnya dalam kisah pertemuan Nabi Musa a.s. dengan seorang hamba saleh yang diidentifikasi oleh para mufasir sebagai Khidr a.s. Allah berfirman, "Lalu mereka bertemu dengan seorang hamba di antara hamba-hamba Kami, yang telah Kami berikan kepadanya rahmat dari sisi Kami, dan yang telah Kami ajarkan kepadanya ilmu dari sisi Kami (*wa 'allamnāhu min ladunnā 'ilmā*)."<sup>1543</sup>Ayat ini menjadi landasan ontologis bagi eksistensi suatu jenis pengetahuan yang sumbernya bukan berasal dari proses belajar formal (*'ilm husuli*) yang melibatkan perolehan data melalui indera dan analisis oleh akal. Sebaliknya, *'ilm ladunni* adalah pengetahuan prezentatif (*'ilm huduri*), di mana

realitas pengetahuan itu sendiri "hadir" dalam kesadaran individu tanpa perantara konseptual.<sup>1544</sup>

Dalam tradisi sufistik, perolehan *'ilm ladunni* bukan merupakan kebetulan, melainkan buah dari perjalanan spiritual yang intensif. Para sufi seperti Imam Al-Ghazali dan Ibn Arabi berpendapat bahwa hati manusia (*qalb*) pada hakikatnya adalah cermin yang diciptakan untuk memantulkan cahaya Kebenaran Ilahi. Namun, akibat keterikatan pada dunia materi dan noda-noda dosa, cermin tersebut menjadi kusam dan tertutup hijab. Melalui proses penyucian jiwa (*tazkiyat al-nafs*) yang meliputi zikir, tafakur, dan kepatuhan total pada syariat hijab tersebut secara bertahap disingkapkan. Ketika hati telah menjadi jernih dan terpoles (*saqal al-qalb*), ia menjadi reseptif terhadap pancaran pengetahuan langsung dari Tuhan.<sup>1545</sup> Pengetahuan ini bisa berupa pemahaman mendalam atas rahasia alam semesta, hikmah di balik takdir, atau makna batin dari ayat-ayat suci yang tidak terjangkau oleh analisis linguistik semata.

Hubungan antara *'ilm ladunni* dan mimpi menjadi sangat relevan dalam konteks ini. Ketika kesadaran rasional dan aktivitas inderawi menurun saat tidur, jiwa menjadi lebih bebas untuk terhubung dengan alam yang lebih tinggi (*'alam al-malakūt* atau *'alam al-mithāl*). Dalam kondisi inilah, mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*) dapat berfungsi sebagai salah satu saluran utama bagi tercurahnya *'ilm ladunni* kepada seorang hamba yang hatinya telah dipersiapkan. Mimpi menjadi arena di mana informasi Ilahiah, yang

melampaui logika linear, dikomunikasikan melalui simbol-simbol yang sarat makna.<sup>1546</sup>

Signifikansi mimpi sebagai instrumen epistemologis dalam Islam ditegaskan secara kuat oleh Nabi Muhammad saw., yang bersabda, "Mimpi yang baik (benar) dari seorang yang saleh adalah satu bagian dari empat puluh enam bagian kenabian."<sup>1547</sup> Hadis ini tidak hanya melegitimasi mimpi sebagai sumber informasi yang valid tetapi juga menempatkannya dalam spektrum pengalaman kenabian, meskipun dalam derajat yang berbeda. Para pemikir sufi mengembangkan implikasi hadis ini menjadi sebuah teori epistemologi yang komprehensif, membedakan antara mimpi yang berasal dari Tuhan (*ru'ya*), mimpi yang berasal dari bisikan setan (*hulm*), dan mimpi yang merupakan refleksi dari aktivitas jiwa dan pikiran sehari-hari (*hadith al-nafs*).<sup>1548</sup>

Dalam konteks epistemologi transenden, mimpi yang relevan adalah *ru'ya shadiqah*. Bagi para nabi, mimpi merupakan salah satu bentuk wahyu (*wahy*). Wahyu yang diterima Nabi Ibrahim a.s. untuk menyembelih putranya, Ismail a.s., datang melalui mimpi, yang menunjukkan statusnya sebagai perintah Ilahi yang absolut.<sup>1549</sup> Setelah kenabian ditutup dengan wafatnya Nabi Muhammad saw., wahyu dalam bentuk penetapan syariat (*wahy tasyri'i*) telah berakhir. Namun, pintu bagi "kabar gembira" (*mubasysyirat*), yang diidentifikasi oleh Nabi sebagai mimpi yang benar, tetap terbuka bagi orang-orang beriman.<sup>1550</sup> Ini adalah bentuk komunikasi Ilahiah yang tidak membawa hukum baru, tetapi berfungsi sebagai peneguhan iman, petunjuk personal, atau peringatan.

Di sinilah konsep *kasyf* (penyingkapan) memainkan peranan sentral. *Kasyf* adalah terbukanya "mata hati" (*'ayn al-basirah*) sehingga seseorang mampu menyaksikan realitas-realitas gaib yang tersembunyi di balik tirai alam inderawi. Menurut para sufi, mimpi adalah salah satu arena utama terjadinya *kasyf*. Dalam keadaan tidur, jiwa yang oleh Ibn Arabi disebut sebagai *imaginasi kreatif* (*al-khayāl*) dapat mengakses *'ālam al-mithāl*, sebuah dunia perantara antara alam fisik dan alam ruh murni. Di alam inilah makna-makna abstrak dan realitas spiritual mengambil bentuk-bentuk simbolis yang dapat ditangkap oleh kesadaran.<sup>1551</sup> Sebagai contoh, melihat susu dalam mimpi dapat ditafsirkan sebagai simbol ilmu, atau melihat taman yang indah sebagai representasi kondisi spiritual yang subur. Dengan demikian, mimpi yang berisi *kasyf* bukan sekadar bunga tidur, melainkan sebuah pengalaman kognitif yang valid di mana jiwa menerima data dari dimensi realitas yang lebih tinggi, yang kemudian perlu ditafsirkan (*ta'wil*) untuk dipahami maknanya oleh akal.

Pendekatan epistemologi transenden dalam Islam menawarkan sebuah paradigma pengetahuan yang holistik, di mana pengalaman spiritual dan anugerah Ilahi diakui sebagai sumber pengetahuan yang sah di samping indera dan akal. Konsep *'ilm ladunni* menegaskan bahwa pengetahuan tertinggi bukanlah hasil usaha manusia semata, melainkan rahmat yang dianugerahkan Tuhan kepada hati yang suci. Dalam kerangka ini, mimpi khususnya *ru'ya shadiqah* memegang posisi krusial sebagai salah satu medium utama bagi manifestasi pengetahuan transenden ini.

Ia dapat berfungsi sebagai saluran wahyu inspiratif (*ilham*) maupun sebagai arena bagi penyingkapan spiritual (*kasyf*), di mana jiwa yang terbebaskan dari kungkungan jasmani dapat menerima informasi dan hikmah langsung dari alam gaib. Meskipun pengetahuan yang diperoleh melalui jalur ini bersifat subjektif dan tidak dapat dijadikan landasan hukum publik, ia memiliki nilai epistemologis yang tak ternilai bagi perkembangan spiritual individu, memperdalam *ma'rifah* (pengenalan akan Tuhan), dan menjadi bukti nyata bahwa pintu komunikasi antara hamba dengan Sang Khalik senantiasa terbuka.

### **Kritik dan Skeptisisme terhadap Pengetahuan Mimpi**

Sejak zaman kuno, mimpi telah menduduki posisi yang ambigu dalam epistemologi manusia. Di satu sisi, ia dipandang sebagai portal menuju dunia ilahi, sumber ramalan, atau jendela ke dalam jiwa yang tersembunyi, sebuah pandangan yang dianut oleh banyak peradaban dan tradisi spiritual.<sup>1552</sup> Namun, di sisi lain, seiring dengan evolusi pemikiran rasional dan kebangkitan paradigma ilmiah, status mimpi sebagai sumber pengetahuan yang sah telah mengalami kritik yang tajam dan skeptisisme yang mendalam. Pergeseran ini, yang dipelopori oleh filsafat modern dan dikukuhkan oleh positivisme, secara fundamental menantang validitas mimpi sebagai data pengetahuan yang dapat diandalkan. Analisis kritis ini berpusat pada dua pilar utama: subjektivitas radikal dari pengalaman mimpi dan ketidakmungkinan verifikasi empiris, yang

secara kolektif meruntuhkan klaim epistemologisnya dalam kerangka ilmiah kontemporer.

Pendekatan kritis dari filsafat modern dimulai dengan keraguan metodologis yang diajukan oleh para pemikir seperti René Descartes. Dalam karyanya *Meditations on First Philosophy*, Descartes secara terkenal menggunakan argumen mimpi untuk meragukan keandalan data indrawi. Ia berargumen bahwa tidak ada tanda pasti yang dapat membedakan antara keadaan terjaga dan keadaan bermimpi, sehingga segala sesuatu yang kita anggap sebagai realitas berbasis indra bisa jadi hanyalah ilusi.<sup>1553</sup> Meskipun argumen ini menempatkan mimpi di pusat perdebatan epistemologis, tujuannya bukanlah untuk memvalidasi mimpi sebagai sumber pengetahuan, melainkan sebaliknya: untuk menunjukkan betapa tidak dapat diandalkannya pengalaman subjektif termasuk mimpi sebagai fondasi pengetahuan yang pasti. Fondasi itu, bagi Descartes, hanya ditemukan dalam rasio murni (*cogito, ergo sum*). Tradisi empiris, yang diwakili oleh John Locke, melanjutkan skeptisisme ini dengan menyatakan bahwa pengetahuan berasal dari pengalaman indrawi terhadap dunia eksternal. Dalam kerangka ini, mimpi dikategorikan sebagai "ide-ide kompleks" yang dibentuk oleh pikiran dari memori dan imajinasi, bukan persepsi langsung dari realitas. Dengan demikian, mimpi tidak memiliki status sebagai data primer tentang dunia, melainkan sebagai produk sekunder dari aktivitas mental internal.<sup>1554</sup>

Gelombang kritik yang lebih sistematis datang dari positivisme, sebuah aliran filsafat yang dipopulerkan oleh Auguste Comte dan

kemudian diperkuat oleh Lingkaran Wina (Vienna Circle) dalam bentuk positivisme logis. Positivisme menegaskan bahwa satu-satunya pengetahuan otentik adalah pengetahuan ilmiah (*wissen*), yang dapat diverifikasi melalui observasi empiris, eksperimen, dan analisis logis. Klaim apa pun yang tidak dapat diuji secara publik dan objektif dianggap tidak bermakna secara kognitif (metafisik atau emotif).<sup>1555</sup> Dalam perspektif ini, mimpi secara inheren gagal memenuhi standar pengetahuan yang valid. Pengalaman mimpi bersifat pribadi secara absolut; tidak ada pengamat eksternal yang dapat mengakses atau mengukur isi mimpi secara langsung saat ia terjadi. Yang ada hanyalah laporan verbal atau tulisan sang pemimpi setelah ia terjaga, yang merupakan data sekunder, sebuah narasi yang telah melalui filter interpretasi, memori, dan bahasa. Laporan ini tidak dapat diverifikasi kebenarannya terhadap pengalaman mimpi itu sendiri, sehingga klaim apa pun yang didasarkan padanya tidak dapat diterima dalam domain sains.

Evaluasi terhadap validitas mimpi sebagai data pengetahuan dengan demikian terbentur pada masalah-masalah fundamental yang sulit diatasi. Pertama adalah **masalah subjektivitas radikal**. Isi, emosi, dan sensasi dalam mimpi hanya dapat diakses oleh individu yang mengalaminya. Hal ini menciptakan jurang epistemologis yang tidak dapat dijembatani antara pengalaman orang pertama (*first-person experience*) dan verifikasi orang ketiga (*third-person verification*) yang menjadi syarat mutlak metode ilmiah. Kedua, mimpi menghadapi **masalah verifikasi dan falsifikasi**. Sebagaimana ditegaskan oleh Karl Popper, sebuah teori atau klaim ilmiah harus

dapat difalsifikasi harus ada cara untuk membuktikan bahwa ia salah.<sup>1556</sup> Klaim yang berasal dari mimpi (misalnya, "Saya bermimpi akan terjadi bencana") sering kali terlalu kabur atau bersifat post-hoc sehingga tidak dapat diuji. Jika bencana itu terjadi, hal itu dianggap konfirmasi; jika tidak, ia dapat dengan mudah diabaikan atau diinterpretasikan ulang. Sifatnya yang tidak dapat disangkal ini menempatkannya di luar batas-batas penyelidikan ilmiah dan lebih dekat ke ranah pseud Sains.

Bahkan dalam psikologi, di mana mimpi diterima sebagai data yang signifikan, statusnya tetap kontroversial. Sigmund Freud, dalam *The Interpretation of Dreams*, memandang mimpi sebagai "jalan utama menuju alam bawah sadar," menawarkan pengetahuan bukan tentang realitas eksternal, melainkan tentang dinamika psikis internal individu.<sup>1557</sup> Carl Jung melangkah lebih jauh dengan melihat mimpi sebagai manifestasi dari arketipe dalam ketidaksadaran kolektif, memberikan wawasan tentang pola-pola universal dalam pengalaman manusia.<sup>1558</sup> Namun, meskipun pendekatan psikoanalitik ini memberikan nilai heuristik pada mimpi sebagai alat terapeutik atau pemahaman diri, teori-teori mereka sendiri sering dikritik karena kurangnya landasan empiris yang kuat dan sulit untuk diuji secara eksperimental, yang kembali menggarisbawahi ketegangan antara mimpi dan tuntutan rigor ilmiah.

Skeptisisme modern dan positivistik terhadap pengetahuan mimpi bukanlah penolakan terhadap eksistensi atau makna personal dari mimpi itu sendiri, melainkan sebuah evaluasi kritis

terhadap status epistemologisnya. Dihadapkan pada kriteria objektivitas, verifikasiabilitas, dan falsifiabilitas yang menjadi tulang punggung pengetahuan ilmiah, mimpi terbukti menjadi fondasi yang rapuh. Subjektivitasnya yang inheren, ketidakmungkinan untuk melakukan verifikasi independen, dan kerentanannya terhadap distorsi naratif menjadikannya data yang problematis bagi sains empiris. Meskipun mimpi terus mempesona dan memberikan wawasan mendalam tentang kondisi manusia dari perspektif psikologis dan budaya, posisinya sebagai sumber pengetahuan yang objektif dan andal tentang realitas tetap berada di bawah bayang-bayang keraguan filosofis dan ilmiah yang kuat.

## **Tafsir Simbolik dan Makna Esoterik**

### **Teori Simbolisme dalam Mimpi**

Alam mimpi merupakan sebuah lanskap misterius yang telah memikat pemikiran manusia sepanjang sejarah. Dari firasat para nabi hingga refleksi personal di pagi hari, mimpi dipandang bukan sekadar bunga tidur, melainkan sebuah portal menuju realitas yang lebih dalam. Dalam diskursus ilmiah modern, mimpi tidak lagi dianggap sebagai pesan ilahiah semata, melainkan sebagai produk kompleks dari *psike* (jiwa) yang sarat dengan bahasa simbolik. Tafsir simbolik dan penggalian makna esoterik (tersembunyi) dari mimpi menjadi sebuah upaya untuk memetakan wilayah tak sadar dan memahami pesan-pesan yang terkandung di dalamnya. Analisis ini menuntut sebuah kerangka teoretis yang kuat, yang dapat ditemukan dalam persimpangan antara psikoanalisis dan

hermeneutika, khususnya melalui pemikiran Sigmund Freud, Carl Jung, dan Paul Ricoeur.

Penyelidikan ilmiah terhadap mimpi secara revolusioner dipelopori oleh Sigmund Freud, yang mendeklarasikan mimpi sebagai *via regia* atau "jalan utama" menuju alam tak sadar.<sup>1559</sup> Bagi Freud, mimpi adalah panggung bagi pemenuhan hasrat-hasrat terlarang (*wish-fulfillment*) yang ditekan (represi) dari kesadaran. Ia membedakan antara konten manifes (jalan cerita mimpi yang kita ingat) dan konten laten (makna tersembunyi yang sesungguhnya). Simbol-simbol dalam mimpi, menurut Freud, berfungsi sebagai mekanisme sensor atau penyamaran yang dilakukan oleh ego untuk menyembunyikan dorongan-dorongan primitif terutama yang bersifat seksual dan agresif agar tidak mengejutkan kesadaran sang pemimpi. Oleh karena itu, tafsir mimpi dalam kaca mata Freudian adalah sebuah proses "pembongkaran" untuk mengungkap hasrat tersembunyi di balik simbol yang sering kali bersifat personal dan berakar pada pengalaman masa kanak-kanak.<sup>1560</sup>

Berbeda dengan pandangan Freud yang cenderung reduktif, Carl Jung menawarkan perspektif yang lebih luas dan kontemplatif. Sebagai murid Freud yang kemudian memisahkan diri, Jung memandang mimpi tidak hanya sebagai gudang hasrat tertekan, tetapi juga sebagai medium komunikasi vital dari keseluruhan *psike* yang bertujuan untuk mencapai keseimbangan dan keutuhan sebuah proses yang ia sebut *individuasi*.<sup>1561</sup> Di sinilah fungsi simbol dan arketipe menjadi sentral. Jung memperkenalkan konsep *kolektif tak sadar* (collective unconscious), sebuah lapisan

psikis yang lebih dalam dan bersifat universal, diwariskan dari leluhur dan dimiliki oleh seluruh umat manusia. Di dalam kolektif tak sadar inilah bersemayam *arketipe* pola-pola dasar primordial, citra, dan motif universal seperti *Sang Bayangan* (The Shadow), *Anima/Animus*, dan *Orang Tua Bijak* (The Wise Old Man).<sup>1562</sup>

Dalam kerangka Jungian, simbol mimpi bukanlah sekadar penyamaran, melainkan ekspresi terbaik yang mungkin dari sesuatu yang belum diketahui atau dipahami sepenuhnya oleh kesadaran. Arketipe muncul dalam mimpi melalui simbol-simbol yang kaya makna, berfungsi sebagai pemandu yang membantu individu mengintegrasikan aspek-aspek kepribadiannya yang terabaikan. Misalnya, bertemu dengan figur bayangan dalam mimpi bukanlah manifestasi kejahatan murni, melainkan sebuah undangan dari *psike* untuk mengakui dan berdamai dengan sisi gelap diri yang selama ini ditolak. Dengan demikian, proses pemaknaan mimpi menurut Jung adalah dialog konstruktif dengan alam tak sadar untuk mencapai realisasi diri yang lebih tinggi, bukan sekadar menggali "sampah" psikologis yang terpendam.<sup>1563</sup>

Melangkah lebih jauh dari ranah psikoanalisis murni, hermeneutika Paul Ricoeur menawarkan jembatan konseptual yang krusial untuk memahami analisis simbol dalam konteks spiritual. Ricoeur memandang teks dan dalam hal ini, mimpi dapat diperlakukan sebagai "teks" dari jiwa sebagai sebuah dunia otonom yang maknanya melampaui intensi asli penulis atau pemimpi.<sup>1564</sup> Ia memperkenalkan dialektika antara "hermeneutika kecurigaan"

(*hermeneutics of suspicion*) dan "hermeneutika pemulihan" (*hermeneutics of retrieval*). Psikoanalisis Freud adalah contoh utama dari hermeneutika kecurigaan; ia mencurigai makna permukaan untuk membongkar ilusi dan motif tersembunyi. Namun, Ricoeur berpendapat bahwa setelah kecurigaan, harus ada tahap pemulihan makna yang lebih kaya dan sakral.

Dalam konteks analisis mimpi, pendekatan Ricoeur memungkinkan kita untuk melampaui tafsir psikologis semata menuju dimensi spiritual. Setelah "mencurigai" simbol mimpi (menggali kemungkinan konflik personal à la Freud atau Jung), kita dapat "memulihkan" maknanya sebagai pesan eksistensial atau spiritual. Simbol tidak lagi hanya representasi konflik internal, tetapi menjadi wahana yang membuka cakrawala pemahaman baru tentang realitas, tujuan hidup, dan hubungan individu dengan yang transenden. Analisis hermeneutik ini memandang mimpi sebagai narasi suci personal, di mana setiap simbol adalah kata dalam kalimat ilahiah yang ditujukan secara unik kepada sang pemimpi. Proses interpretasi menjadi sebuah laku spiritual, sebuah meditasi mendalam terhadap teks jiwa untuk menemukan kearifan yang lebih besar.

Dalam kerangka ini, tafsir esoterik terhadap mimpi menemukan landasan filosofisnya. Simbol-simbol mimpi tidak lagi dibatasi oleh biografi personal atau arketipe universal semata, melainkan diakui sebagai jembatan potensial menuju *numinous* pengalaman akan yang ilahi. Praktik ini sejatinya memiliki akar yang dalam pada berbagai tradisi spiritual, seperti yang dicontohkan dalam kisah Nabi

Yusuf AS dalam Al-Qur'an, di mana kemampuannya menafsirkan mimpi (misalnya, mimpi tujuh sapi kurus dan gemuk) bukan hanya analisis psikologis, tetapi sebuah penyingkapan takdir ilahi yang memiliki implikasi profetik dan sosial yang luas.<sup>1565</sup> Dengan demikian, melalui perpaduan psikoanalisis Jungian dan hermeneutika Ricoeurian, tafsir mimpi simbolik berevolusi dari sekadar diagnosis psikologis menjadi sebuah praksis transformatif yang memungkinkan jiwa untuk mendengar bisikan dari kedalaman eksistensinya sendiri, menjembatani dunia sadar dengan misteri kosmos yang tak terbatas.

### **Tafsir Mimpi dalam Tradisi Klasik Tasawuf**

Mimpi, dalam lintasan sejarah peradaban manusia, senantiasa menjadi sebuah fenomena misterius yang mengundang perenungan mendalam. Dari perspektif psikologi modern hingga tradisi spiritual kuno, mimpi dipandang sebagai jendela menuju alam bawah sadar, wadah bagi ketakutan dan harapan, atau bahkan sebagai medium komunikasi ilahiah. Dalam tradisi Islam, mimpi (*ru'ya*) menempati posisi epistemologis yang luhur, berakar pada kisah para nabi seperti Yusuf AS<sup>1566</sup> dan Ibrahim AS, serta ditegaskan dalam sabda Nabi Muhammad SAW bahwa "mimpi yang baik (benar) dari seorang yang saleh adalah satu bagian dari empat puluh enam bagian kenabian."<sup>1567</sup> Hadis ini secara fundamental mengangkat mimpi dari sekadar bunga tidur menjadi sebuah kanal potensial bagi pengetahuan spiritual (*ma'rifah*). Di jantung tradisi intelektual Islam, para sufi mengembangkan wacana tafsir mimpi ke

tingkat yang paling esoterik dan mendalam. Bagi mereka, mimpi bukanlah peristiwa acak, melainkan cerminan dari kondisi batin seorang pejalan spiritual (*salik*), pesan simbolik dari alam gaib, dan manifestasi dari kebenaran hakiki.

Sebelum menyelami pemikiran ketiga tokoh sufi, penting untuk memahami kerangka umum tafsir mimpi dalam tasawuf. Para sufi membedakan secara tegas antara tiga jenis mimpi: *ru'ya shadiqah* (mimpi yang benar dan berasal dari Allah), *hulm* (mimpi buruk yang diilhami oleh setan untuk menimbulkan kesedihan), dan *hadits al-nafs* (gejolak jiwa atau pikiran bawah sadar yang terbawa ke dalam tidur).<sup>1568</sup> Fokus utama para sufi adalah pada *ru'ya*, yang dianggap sebagai bentuk ilham (*ilham*) atau firasat (*firasah*) yang diterima oleh hati yang bersih. Hati (*qalb*) dalam kosmologi sufi adalah organ persepsi spiritual. Ketika hati suci dari noda duniawi, ia berfungsi laksana cermin yang mampu memantulkan cahaya dari "Alam Malakut" atau alam spiritual.<sup>1569</sup> Mimpi, dalam konteks ini, adalah citra-citra yang terpantul dalam cermin hati tersebut. Oleh karena itu, penafsiran mimpi tidak bisa dilepaskan dari kondisi spiritual sang pemimpi.

Imam Al-Qushayri (w. 465 H/1072 M), dalam magnum opusnya, *Risalat al-Qusyairiyah*, mendekati mimpi dari perspektif yang sangat praktis dan etis, terikat erat dengan kondisi-kondisi spiritual (*ahwal*) dan tingkatan-tingkatan (*maqamat*) yang dialami seorang *salik*. Bagi Al-Qushayri, mimpi adalah alat diagnostik spiritual. Apa yang dilihat seseorang dalam tidurnya adalah representasi simbolik dari keadaan batinnya yang sesungguhnya. Misalnya, seorang sufi yang bermimpi melihat cahaya terang

benderang bisa jadi sedang mengalami kondisi spiritual pencerahan atau kedekatan dengan Tuhan. Sebaliknya, mimpi berjalan di lumpur atau kegelapan dapat diartikan sebagai simbol keterikatan pada hawa nafsu atau kelalaian spiritual.<sup>1570</sup> Simbol dalam mimpi tidak memiliki makna tetap, melainkan harus ditafsirkan sesuai dengan konteks perjalanan spiritual individu tersebut. Dengan demikian, Al-Qushayri menjadikan tafsir mimpi sebagai bagian integral dari *muhasabah* (introspeksi diri), di mana seorang murid, dengan bimbingan mursyidnya, dapat memahami kemajuan atau kemunduran spiritualnya melalui bahasa simbolik mimpinya.

Hujjatul Islam Imam Al-Ghazali (w. 505 H/1111 M) menyajikan analisis yang lebih sistematis dan filosofis dalam kitabnya *Ihya' 'Ulumuddin*, khususnya dalam bab '*Aja'ib al-Qalb* (Keajaiban-Keajaiban Hati). Al-Ghazali menjelaskan bahwa hati manusia memiliki dua "pintu": satu pintu terbuka ke alam inderawi dan satu lagi terbuka ke alam gaib (*al-malakut*). Ketika panca indera beristirahat saat tidur, pintu menuju alam gaib menjadi lebih terbuka.<sup>1571</sup> Melalui pintu inilah, hati dapat menerima kilasan pengetahuan dari *Lauhul Mahfuz* (Tablet yang Terpelihara), tempat di mana segala takdir dan pengetahuan tersimpan.

Namun, pengetahuan murni ini tidak selalu diterima secara langsung. Ia seringkali "dibungkus" dalam selubung imajinasi (*khayal*), yang mengubah makna abstrak menjadi bentuk-bentuk simbolik yang konkret. Tugas seorang penafsir mimpi (*mu'abbir*) yang bijaksana adalah seperti seorang apoteker spiritual: ia harus mampu "membuka bungkus" simbol tersebut untuk menemukan esensi maknanya. Al-Ghazali memberi contoh, melihat matahari

dalam mimpi bisa berarti seorang raja yang adil, seorang alim besar, atau bahkan ayah sang pemimpi, tergantung pada konteks dan kondisi spiritual orang tersebut.<sup>1572</sup> Tafsir mimpi, bagi Al-Ghazali, adalah sebuah ilmu hermeneutika spiritual yang menuntut tidak hanya kecerdasan intelektual, tetapi juga kesucian hati dan ketajaman *firasah*.

Puncak wacana metafisika mimpi ditemukan dalam karya-karya Syaikh al-Akbar Muhyiddin Ibn 'Arabi (w. 638 H/1240 M). Bagi Ibn 'Arabi, mimpi terjadi di sebuah alam ontologis yang spesifik, yaitu *'alam al-khayal* atau *mundus imaginalis*, sebuah alam perantara (*barzakh*) antara dunia spiritual murni dan dunia fisik. Di dalam inilah, makna-makna spiritual (*ma'ani*) mengambil wujud inderawi (*shuwar*), dan wujud-wujud fisik ditelanjangi hingga menampakkan esensi spiritualnya.<sup>1573</sup> Dengan demikian, seluruh eksistensi, bagi Ibn 'Arabi, pada dasarnya bersifat simbolik, dan mimpi adalah pengalaman paling gamblang dari realitas *barzakh* tersebut.

Dalam *Futuh al-Makkiyyah*, Ibn 'Arabi menjelaskan bahwa setiap simbol dalam mimpi adalah manifestasi (*tajalli*) dari salah satu Nama Ilahi (*Asma'ul Husna*) yang relevan dengan kondisi sang hamba. Misalnya, melihat air jernih dapat menjadi manifestasi dari Nama *al-'Alim* (Yang Maha Mengetahui) yang berwujud sebagai ilmu yang menyegarkan. Melihat api bisa menjadi manifestasi dari Nama *al-Qahhar* (Yang Maha Memaksa) atau *al-Mun'im* (Yang Maha Memberi Nikmat), tergantung pada apakah api itu membakar atau menerangi.<sup>1574</sup> Proses interpretasi mimpi adalah sebuah perjalanan hermeneutik untuk melacak kembali sebuah bentuk

imajinal ke Asal Ilahiahnya. Ini adalah ilmu tentang *ta'wil* mengembalikan sesuatu ke asalnya yang merupakan inti dari seluruh ajaran Ibn 'Arabi.

Meskipun Al-Qushayri, Al-Ghazali, dan Ibn 'Arabi menyajikannya dengan penekanan yang berbeda etis-praktis, filosofis-epistemologis, dan metafisik-ontologis terdapat sebuah benang merah yang koheren dalam pemikiran mereka. Ketiganya sepakat bahwa mimpi dalam konteks tasawuf bukanlah fantasi, melainkan sebuah realitas simbolik yang kaya makna. Mimpi adalah bahasa batin, sebuah jembatan antara yang tampak (*syahadah*) dan yang gaib, yang memungkinkan seorang hamba untuk memahami kondisi dirinya dan menerima petunjuk dari Tuhannya. Studi terhadap ketiga karya klasik ini menunjukkan bahwa tafsir mimpi dalam tasawuf bukanlah sekadar kamus simbol yang kaku, melainkan sebuah seni spiritual yang dinamis, yang menuntut sang penafsir untuk memiliki hati yang tercerahkan sebagaimana yang diharapkan dari sang pemimpi. Pada akhirnya, mimpi mengajak manusia untuk melakukan perjalanan ke dalam dirinya sendiri, menemukan bahwa di balik tabir simbol-simbol malam hari, terbentang samudra pengetahuan ilahiah yang tak bertepi.

### **Symbolisme Mimpi sebagai Bahasa Universal dan Individu**

Mimpi, sebagai fenomena universal yang dialami oleh setiap insan, telah lama menjadi subjek kontemplasi filsafat, spiritualitas, dan investigasi ilmiah. Jauh dari sekadar aktivitas neural acak saat tidur, mimpi merupakan sebuah kanvas di mana alam bawah sadar melukiskan narasi yang kaya akan simbol. Simbol-simbol ini

berfungsi sebagai bahasa yang unik ia bersifat universal dalam arketipe dasarnya, namun sekaligus sangat individual dalam manifestasi dan maknanya bagi sang pemimpi.<sup>1575</sup>Teks simbolik dalam mimpi bukanlah bahasa verbal yang harfiah, melainkan sebuah dialek visual dan emosional yang menjembatani kesadaran ego sehari-hari dengan realitas psikologis dan spiritual yang lebih dalam. Analisis terhadap simbolisme ini membuka sebuah portal untuk memahami tidak hanya konflik internal dan kondisi psikologis individu, tetapi juga perannya sebagai medium antara dunia empiris yang terukur dan dunia ruhani yang transenden.

Relasi antara simbol mimpi dengan kondisi psikologis dan spiritual individu bersifat resiprokal dan sangat mendalam. Dari perspektif psikodinamika, terutama dalam tradisi Carl Gustav Jung, mimpi adalah cermin dari jiwa (*psyche*). Simbol yang muncul, seperti bayangan (*shadow*), persona, anima/animus, dan arketipe lainnya, berasal dari apa yang disebut Jung sebagai "ketidaksadaran kolektif" sebuah gudang warisan pengalaman dan citra primordial manusia.<sup>1576</sup>Ketika seorang individu bermimpi dikejar oleh sosok gelap yang tak dikenal, simbol ini bisa merepresentasikan aspek-aspek dari dirinya yang ditolak, ditekan, atau tidak diakui dalam kehidupan sadarnya. Dengan demikian, simbol tersebut menjadi manifestasi dari konflik psikologis internal yang menuntut perhatian dan integrasi. Pada saat yang sama, mimpi tentang terbang tinggi atau menemukan sumber air jernih di tengah gurun dapat melambangkan proses transendensi diri, pembebasan dari belenggu psikis, atau penemuan sumber kekuatan spiritual yang

sebelumnya tersembunyi. Simbol-simbol ini tidak hanya mendiagnosis kondisi kejiwaan, tetapi juga menunjukkan potensi pertumbuhan dan penyembuhan, menjadi peta jalan bagi proses individuasi perjalanan menuju keutuhan diri.

Lebih jauh lagi, peran fundamental simbol dalam mimpi adalah sebagai jembatan yang menghubungkan realitas empiris dengan dimensi ruhani. Dunia empiris adalah dunia yang kita alami melalui panca indera terukur, logis, dan konkret. Sebaliknya, dunia ruhani atau metafisik bersifat abstrak, transenden, dan sering kali hanya dapat diakses melalui intuisi, iman, dan pengalaman batiniah. Simbol menjadi medium esensial karena ia memiliki kaki di kedua dunia tersebut; ia adalah objek atau citra dari dunia nyata (misalnya, pohon, air, matahari) yang sarat dengan makna yang melampaui eksistensi fisiknya.<sup>1577</sup> Dalam banyak tradisi spiritual, mimpi dianggap sebagai salah satu wahana utama komunikasi ilahiah. Dalam tradisi Islam, mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*) diyakini sebagai satu dari empat puluh enam bagian kenabian, sebuah cara bagi Allah untuk menyampaikan pesan, petunjuk, atau peringatan kepada hamba-Nya.<sup>1578</sup> Kisah Nabi Yusuf AS dalam Al-Qur'an menjadi contoh paradigmatik tentang bagaimana simbol-simbol dalam mimpi sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud merupakan wahyu simbolik tentang takdir dan perannya di masa depan.<sup>1579</sup> Di sini, simbol tidak lagi hanya produk dari psikis individu, melainkan sebuah teofani, sebuah penampakan kebenaran ilahiah yang dibalut dalam bahasa alam bawah sadar manusia.

Dengan demikian, pemahaman terhadap simbolisme mimpi menuntut sebuah pendekatan holistik yang tidak memisahkan antara yang psikologis dan yang spiritual. Simbol yang sama, seperti air, dapat diinterpretasikan secara psikologis sebagai representasi dari alam bawah sadar, emosi, dan feminitas, namun secara spiritual ia juga melambangkan penyucian, kelahiran kembali, dan rahmat ilahiah.<sup>1580</sup> Keduanya tidak saling meniadakan; sebaliknya, mereka menawarkan lapisan makna yang saling melengkapi. Ketika individu mulai berdialog dengan simbol-simbol dalam mimpinya, ia pada dasarnya sedang melakukan perjalanan introspektif yang melintasi batas-batas kesadaran biasa. Ia belajar membaca bahasa jiwanya sendiri, sebuah bahasa yang intim dan personal, namun juga terhubung dengan pola-pola universal kemanusiaan dan bahkan bisikan dari Yang Transenden. Pada akhirnya, simbolisme mimpi menegaskan bahwa realitas manusia tidak terbatas pada apa yang terlihat dan tersentuh, melainkan juga mencakup lanskap batin yang luas, di mana makna, tujuan, dan koneksi dengan yang sakral dapat ditemukan.

### **Mimpi sebagai Epistemologi Transenden**

#### **Pengalaman Transenden dan Kesadaran Mistik**

Dalam lanskap pemikiran modern yang sering kali didominasi oleh positivisme-empiris, mimpi kerap kali direduksi menjadi sekadar fenomena neurobiologis semata-mata dari aktivitas otak selama tidur atau manifestasi simbolik dari konflik psikis yang belum terselesaikan. Namun, jika kita menelusuri lorong-lorong sejarah

pemikiran manusia, baik dalam tradisi keagamaan maupun penyelidikan kesadaran kontemporer, kita akan menemukan perspektif yang jauh lebih agung: mimpi sebagai sebuah instrumen epistemologis, sebuah gerbang menuju pengetahuan yang melampaui batas-batas indrawi (transenden). Teks ini akan mengelaborasi bagaimana mimpi, dalam kerangka filsafat agama dan psikologi transpersonal, dapat berfungsi sebagai medium untuk pengalaman transenden dan kesadaran mistik, sebuah arena di mana kesadaran manusia dapat menyentuh realitas yang lebih fundamental.

Hubungan antara mimpi dan pengalaman mistik telah menjadi subjek kontemplasi mendalam di berbagai peradaban. Dalam banyak tradisi spiritual, kondisi mimpi dianggap sebagai keadaan antara (*in-between state*) yang memungkinkan jiwa untuk terlepas sejenak dari kungkungan raga dan ego, sehingga lebih reseptif terhadap pesan-pesan ilahiah atau kebenaran universal. Filsafat agama mengakui validitas pengalaman subjektif sebagai sumber pengetahuan spiritual, yang sering kali bersifat *ineffable* sulit diungkapkan dengan kata-kata namun meninggalkan dampak transformatif yang mendalam pada individu.<sup>1581</sup> Dalam konteks ini, mimpi tidak dipandang sebagai ilusi, melainkan sebagai *ru'ya shadiqah* (mimpi yang benar) yang memiliki muatan ontologis dan epistemologis. Tradisi Islam, misalnya, menempatkan mimpi pada posisi yang sangat terhormat. Nabi Muhammad SAW menyatakan bahwa mimpi yang benar adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, mengindikasikan bahwa mimpi dapat menjadi

kanal wahyu atau ilham dari Tuhan.<sup>1582</sup> Kisah Nabi Yusuf AS dalam Al-Quran yang menafsirkan mimpi raja Mesir untuk menyelamatkan bangsanya dari kelaparan menjadi bukti naratif yang kuat tentang kapasitas mimpi sebagai sumber pengetahuan prediktif dan kebijaksanaan ilahiah.<sup>1583</sup> Perspektif teologis ini menegaskan bahwa dalam arsitektur kesadaran manusia, Tuhan telah menyediakan sebuah pintu yaitu mimpi untuk berkomunikasi dengan hamba-Nya di luar jalur kesadaran biasa.

Wacana ini kemudian menemukan gema modernnya dalam disiplin psikologi transpersonal, sebuah cabang psikologi yang secara eksplisit mengakui dan meneliti dimensi spiritual dan transenden dari pengalaman manusia. Para pionir seperti Stanislav Grof dan Ken Wilber memperluas peta kesadaran manusia jauh melampaui model psikoanalitik Freudian atau behaviorisme. Grof, melalui penelitiannya dengan keadaan kesadaran non-ordiner, memetakan "kartografi jiwa" yang mencakup level perinatal (terkait kelahiran) dan transpersonal (melampaui individu). Baginya, mimpi adalah salah satu jalan alami untuk mengakses alam-alam kesadaran ini, sebuah wahana yang dapat membawa individu melintasi batas ruang-waktu dan ego personal.<sup>1584</sup> Dalam mimpi-mimpi tertentu, seseorang bisa mengalami penyatuan dengan kosmos, merasakan arketipe universal, atau mengakses memori leluhur semua merupakan ciri khas dari pengalaman transenden yang dilaporkan oleh para mistikus sepanjang zaman. Mimpi, dari sudut pandang ini, bukanlah sekadar produk internal pikiran, melainkan sebuah interaksi dinamis antara kesadaran individu

dengan matriks kesadaran yang lebih luas. Lebih lanjut, fenomena yang oleh Abraham Maslow disebut sebagai "*peak experience*" (pengalaman puncak) dapat ditemukan korelasinya dalam dunia mimpi. Pengalaman puncak adalah momen-momen kebahagiaan, pemahaman, dan keterhubungan yang luar biasa intens, di mana individu merasa lebih utuh, sadar, dan menyatu dengan kehidupan.<sup>1585</sup> Ken Wilber, dalam kerangka "spektrum kesadaran"-nya yang komprehensif, menempatkan pengalaman semacam ini dalam spektrum transpersonal. Menurut Wilber, dalam kondisi terjaga, ego sering kali bertindak sebagai filter atau penghalang yang membatasi akses kita ke tingkat kesadaran yang lebih tinggi. Namun, dalam mimpi terutama mimpi jernih (*lucid dream*) atau mimpi yang sangat mendalam penjagaan ego ini bisa melemah atau bahkan larut sama sekali.<sup>1586</sup> Dalam kekosongan ego inilah, sebuah "pencerahan" sesaat bisa terjadi. Individu dapat merasakan kesatuan non-dual dengan realitas, sebuah pengalaman yang identik dengan deskripsi pencerahan dalam tradisi Zen (*satori*) atau Hinduisme (*samadhi*). Mimpi, dengan demikian, tidak hanya menjadi sumber informasi simbolik, tetapi juga laboratorium batin untuk melatih dan mengalami kesadaran mistik, sebuah ruang suci di mana batas antara "aku" dan "yang lain," antara yang profan dan yang sakral, menjadi kabur dan transparan. Dengan demikian, menempatkan mimpi sebagai epistemologi transenden bukan lagi sebuah klaim mistis semata, melainkan sebuah hipotesis yang didukung oleh persilangan antara kearifan kuno dan penyelidikan psikologis kontemporer, yang mengajak kita untuk menghargai

setiap malam sebagai potensi perjalanan menuju pemahaman diri dan realitas yang paling dalam.

### **Mimpi dan Ilmu Laduni**

Dalam diskursus epistemologi, pencarian hakikat pengetahuan sering kali terpusat pada dua pilar utama: empirisme yang berbasis pada pengalaman inderawi dan rasionalisme yang mengandalkan kapabilitas akal budi. Namun, tradisi pemikiran Islam, khususnya dalam spektrum tasawuf, memperkenalkan sebuah dimensi pengetahuan yang melampaui keduanya sebuah pengetahuan yang tidak diperoleh (*kasbi*), melainkan diterima (*wahbi*). Dimensi ini dikenal sebagai *ilmu laduni*, sebuah pengetahuan yang bersumber langsung dari sisi Tuhan. Kajian ini secara mendalam akan menelusuri konsep ilmu laduni, dengan fokus khusus pada peran mimpi (*ru'ya*) sebagai salah satu medium utamanya yang beroperasi di luar koridor rasio konvensional. Lebih lanjut,

Ilmu laduni secara etimologis berasal dari frasa Al-Quran dalam Surah Al-Kahfi, ayat 65, yang mengisahkan pertemuan Nabi Musa a.s. dengan seorang hamba saleh (yang diyakini sebagai Khidir a.s.): "...yang telah Kami ajarkan kepadanya ilmu dari sisi Kami (*'allamnāhu min ladunnā 'ilmā*)".<sup>1587</sup> Ayat ini menjadi landasan teologis bagi sebuah kategori pengetahuan yang bersifat ilhamiah, intuitif, dan transendental, yang dianugerahkan oleh Allah secara langsung ke dalam hati (*qalb*) seorang hamba tanpa melalui proses belajar formal. Al-Ghazali dalam karyanya, *Ihya Ulum ad-Din*, membedakan secara tegas antara ilmu yang diperoleh melalui

usaha inderawi dan intelektual dengan ilmu yang diterima melalui "ketersingkapan" (*mukasyafah*) atau pencahayaan ilahi (*ilham*).<sup>1588</sup> Menurutnya, hati manusia ibarat cermin; jika ia dibersihkan dari kabut hawa nafsu dan disucikan melalui laku spiritual (*riyadhah*), ia mampu memantulkan cahaya pengetahuan langsung dari alam malakut.

Mimpi, terutama *ru'ya shadiqah* (mimpi yang benar), dipandang dalam tradisi Islam bukan sekadar bunga tidur atau manifestasi alam bawah sadar sebagaimana ditafsirkan oleh psikoanalisis modern. Sebaliknya, ia adalah salah satu gerbang menuju *alam al-mitsal* atau dunia imajinal (*mundus imaginalis*) sebuah dimensi antara dunia fisik dan dunia ruhani murni, di mana makna-makna spiritual mengambil bentuk simbolis.<sup>1589</sup> Ketika indera-indera fisik terlelap, jiwa manusia menjadi lebih bebas untuk menerima pesan-pesan dari sumber yang lebih tinggi. Hal ini ditegaskan oleh sebuah hadis Nabi Muhammad SAW yang menyatakan bahwa mimpi yang benar adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian (*nubuwwah*).<sup>1590</sup> Ini mengindikasikan bahwa mimpi yang otentik berfungsi sebagai bentuk wahyu personal, sebuah komunikasi ilahiah yang tidak dimediasi oleh analisis rasional.

Mimpi Nabi Ibrahim a.s. untuk menyembelih putranya, Ismail a.s., bukanlah produk angan-angan, melainkan sebuah perintah ilahi yang menuntut kepatuhan mutlak.<sup>1591</sup> Demikian pula, kemampuan Nabi Yusuf a.s. untuk menakwilkan mimpi Firaun menyelamatkan Mesir dari bencana kelaparan, menunjukkan bahwa mimpi dapat memuat informasi preskriptif dan prediktif tentang masa depan

yang tidak dapat diakses melalui kalkulasi logis semata.<sup>1592</sup> Fenomena ini menantang paradigma pengetahuan yang secara eksklusif membatasi validitas pada data empiris atau deduksi logis. Mimpi sebagai medium ilmu laduni menegaskan adanya realitas supra-rasional yang dapat diakses, di mana pengetahuan tidak "dikonstruksi" oleh akal, melainkan "diterima" oleh hati yang reseptif.

Pengakuan terhadap ilmu laduni dan mimpi sebagai saluran pengetahuan memiliki implikasi yang mendalam bagi epistemologi kontemporer, yang hingga kini masih didominasi oleh positivisme dan materialisme ilmiah. Paradigma modern cenderung mereduksi kesadaran dan pengetahuan menjadi sekadar produk aktivitas neuro-kimiawi di otak, sehingga mengesampingkan atau bahkan menolak validitas pengalaman spiritual dan intuitif. Konsep ilmu laduni menawarkan sebuah koreksi kritis dengan menegaskan bahwa realitas tidak terbatas pada apa yang dapat diukur secara fisik.<sup>1593</sup> Ia mengajak kita untuk mempertimbangkan kembali hierarki pengetahuan, di mana intuisi (*'aql al-qalb* atau intelek hati) memiliki otoritasnya sendiri yang setara, bahkan terkadang melampaui, akal diskursif (*'aql al-fikr*). Validasi terhadap pengetahuan semacam ini memang tidak dapat dilakukan melalui eksperimen laboratorium, melainkan melalui koherensinya dengan prinsip-prinsip wahyu primer (Al-Quran dan Sunnah), dampak transformatifnya terhadap karakter dan moralitas individu, serta afirmasi dari komunitas spiritual yang memiliki pengalaman serupa.<sup>1594</sup>

Implikasinya tidak berhenti pada tataran teoretis, tetapi juga merambah ke ranah praktis, khususnya dalam pendidikan spiritual (*tarbiyah ruhiyyah*). Jika tujuan pendidikan bukan hanya untuk mengisi pikiran dengan informasi (pendidikan informatif), melainkan juga untuk membentuk jiwa dan membuka kesadaran terhadap realitas yang lebih tinggi (pendidikan transformatif), maka ilmu laduni menjadi tujuannya. Pendidikan spiritual dalam perspektif ini tidak sekadar transfer pengetahuan kognitif tentang agama, tetapi sebuah proses penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*). Praktik-praktik seperti zikir (*dzikrullah*), tafakur (*contemplation*), dan shalat malam (*tahajjud*) bukanlah ritual kosong, melainkan metode untuk "memoles cermin hati" agar siap menerima cahaya ilmu laduni.<sup>1595</sup> Tujuannya adalah untuk menggeser pusat kesadaran dari ego yang terbatas menuju hati yang terhubung dengan Sumber segala pengetahuan. Mengintegrasikan kembali wacana ilmu laduni ke dalam pemikiran modern bukanlah sebuah langkah mundur ke pra-rasionalisme, melainkan sebuah langkah maju menuju epistemologi yang lebih holistik dan integral. Di tengah dunia yang dibanjiri oleh data dan informasi, kesadaran akan adanya pengetahuan yang bersumber dari dimensi ilahiah yang diterima melalui keheningan, intuisi, dan mimpi yang benar menjadi penyeimbang yang krusial. Ia mengingatkan bahwa menjadi manusia tidak hanya berarti berpikir dan menganalisis, tetapi juga merasa, merenung, dan menerima anugerah pengetahuan dari "sisi-Nya", sebuah proses yang menyempurnakan eksistensi manusia dalam perjalanannya menuju Tuhan.

## **Epistemic Justification dan Pengujian Validitas Mimpi**

Mimpi, sebuah fenomena universal yang menghiasi sepertiga kehidupan manusia, telah lama berdiri di persimpangan antara kebisingan neurobiologis dan pesan transendental. Dalam tidur, realitas subjektif terbentang tanpa batas, memunculkan pertanyaan fundamental yang telah menghantui para filsuf dan mistikus selama berabad-abad: dapatkah pengetahuan yang diperoleh dari mimpi dianggap absah? Diskursus mengenai reliabilitas mimpi sebagai sumber pengetahuan atau justifikasi epistemiknya mengungkapkan jurang yang dalam namun juga titik-titik dialog yang menarik antara tradisi spiritual, khususnya tasawuf, dan kerangka kerja skeptis filsafat ilmu modern. Sementara filsafat ilmu menuntut verifikasi empiris yang ketat, tasawuf menawarkan metodologi internal yang canggih untuk memvalidasi pengalaman onirik, yang berpusat pada konsistensi, pengalaman kolektif, dan yang terpenting, transformasi diri.

Dari perspektif filsafat ilmu, khususnya yang berakar pada positivisme logis dan falsifikasionisme Popperian, mimpi secara inheren merupakan subjek epistemologis yang problematis. Klaim pengetahuan yang valid menuntut objektivitas, keterulangan (replicability), dan kemampuan untuk diuji secara empiris oleh pengamat independen.<sup>1596</sup> Mimpi, sebagai pengalaman sadar yang bersifat pribadi, tertutup, dan tidak dapat direplikasi secara sengaja, gagal memenuhi standar-standar fundamental ini. Bagi seorang ilmuwan, sebuah mimpi tidak lebih dari produk aktivitas otak acak selama fase tidur REM sebuah teater mental yang merefleksikan

kecemasan, harapan, dan memori, tetapi bukan jendela menuju realitas objektif atau kebenaran yang lebih tinggi. Upaya untuk memvalidasinya terbentur pada "masalah pikiran lain" (problem of other minds); tidak ada cara bagi dunia luar untuk mengakses atau memverifikasi konten kualitatif dari pengalaman mimpi seseorang, menjadikannya data yang tidak dapat difalsifikasi dan, oleh karena itu, berada di luar lingkup penyelidikan ilmiah yang sah.<sup>1597</sup>

Namun, dalam tradisi tasawuf, mimpi tidak dipandang sebagai sekadar gejala psikologis, melainkan sebagai salah satu arena potensial bagi terbukanya realitas spiritual. Tradisi ini membuat perbedaan tajam antara mimpi biasa atau mimpi kacau (*adhghats al-ahlam*) dan mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*), yang dianggap sebagai salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, sebagaimana disebutkan dalam sebuah hadis Nabi Muhammad SAW.<sup>1598</sup> Al-Qur'an sendiri memberikan preseden kuat melalui kisah-kisah para nabi, seperti mimpi Nabi Yusuf tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud kepadanya, yang merupakan visi profetik tentang masa depannya.<sup>1599</sup> Dengan demikian, bagi para sufi, persoalannya bukanlah *apakah* mimpi dapat menjadi sumber pengetahuan, melainkan *bagaimana* membedakan mimpi yang bermakna dari yang tidak, dan bagaimana menguji validitas pesan yang terkandung di dalamnya. Untuk tujuan ini, mereka mengembangkan serangkaian kriteria validasi yang canggih.

Kriteria pertama dan paling mendasar dalam pengujian validitas mimpi adalah **konsistensi (al-ittisaaq)** dengan sumber-sumber

pengetahuan yang lebih tinggi dan mapan. Dalam kerangka Islam, otoritas epistemik tertinggi adalah wahyu yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Sunnah (tradisi Nabi). Sebuah mimpi, betapapun jelas dan kuatnya, secara otomatis dianggap tidak valid jika isinya secara eksplisit bertentangan dengan prinsip-prinsip syariah yang jelas (*qath'i*), ajaran akidah yang pokok, atau nilai-nilai etika fundamental dalam Islam. Misalnya, jika seseorang bermimpi menerima perintah untuk melakukan perbuatan yang dilarang, para ulama tasawuf, seperti Imam Al-Ghazali, akan dengan tegas menyatakan bahwa mimpi tersebut berasal dari godaan setan atau nafsu, bukan dari sumber ilahiah.<sup>1600</sup> Prinsip koherensi ini berfungsi sebagai filter epistemologis pertama yang melindungi individu dari interpretasi yang sesat dan memastikan bahwa pengetahuan yang berasal dari pengalaman subjektif tetap berlabuh pada fondasi teologis yang objektif.

Kriteria kedua adalah validasi melalui **pengalaman kolektif (al-tajribah al-jama'iyah)**, yang terwujud dalam tradisi penafsiran mimpi (*ta'bir al-ru'ya*) yang kaya. Meskipun setiap mimpi adalah unik bagi individu, simbol-simbol dan arketipe yang muncul di dalamnya sering kali memiliki gema dalam pengalaman manusia yang lebih luas. Tokoh-tokoh seperti Muhammad ibn Sirin, seorang penafsir mimpi legendaris, mengumpulkan dan menganalisis ribuan laporan mimpi untuk mengidentifikasi pola-pola simbolik yang berulang.<sup>1601</sup> Kerangka kerja interpretatif ini, yang dibangun di atas data kolektif selama berabad-abad, memberikan semacam validasi komparatif. Hal ini secara konseptual tidak sepenuhnya berbeda

dari gagasan "alam bawah sadar kolektif" dan arketipe yang diajukan oleh Carl Jung, di mana citra-citra tertentu dianggap memiliki makna universal yang melintasi budaya dan individu.<sup>1602</sup> Dengan merujuk pada korpus pengetahuan interpretatif ini, seorang individu dapat memeriksa apakah mimpinya selaras dengan pola makna simbolik yang telah dikenali secara komunal, sehingga mengurangi kadar subjektivitas murni.

Namun, kriteria yang paling subtil dan dianggap paling menentukan dalam tradisi tasawuf adalah dampak transformatif dari mimpi tersebut pada diri si pemimpi, atau **transformasi diri (al-tahawwul al-dhati)**. Sebuah *ru'ya shadiqah* sejati diyakini akan meninggalkan jejak yang nyata pada jiwa. Dampaknya bukan sekadar informasi, melainkan iluminasi yang mendorong peningkatan kesalehan, kerendahan hati, kebijaksanaan, atau ketenangan batin (*sakinah*). Mimpi tersebut harus menghasilkan "buah" yang baik dalam karakter dan perilaku seseorang di dunia nyata. Jika sebuah mimpi justru menyebabkan seseorang menjadi sombong, cemas, atau menyimpang dari jalan spiritualnya, maka mimpi itu dianggap gagal dalam uji validitas eksistensial ini. Di sini, justifikasi epistemik bergeser dari verifikasi eksternal ke bukti internal yang termanifestasi secara etis dan spiritual. Pengetahuan dianggap valid bukan hanya karena "terasa benar," tetapi karena ia *membuat* si penerima menjadi lebih benar dan lebih baik.<sup>1603</sup>

Pada akhirnya, dialog antara filsafat ilmu dan tasawuf mengenai validitas mimpi menyoroti perbedaan fundamental dalam definisi "pengetahuan" dan "justifikasi" itu sendiri. Filsafat ilmu mencari

pengetahuan yang bersifat universal, impersonal, dan dapat diverifikasi secara publik, sebuah ranah di mana mimpi tampaknya tidak memiliki tempat. Sebaliknya, tasawuf mengakui adanya tatanan pengetahuan yang bersifat personal, transformatif, dan terjustifikasi melalui koherensinya dengan kebenaran ilahiah serta dampaknya pada penyucian jiwa (*tazkiyat al-nafs*). Keduanya menggunakan metodologi yang ketat dalam domainnya masing-masing. Alih-alih melihatnya sebagai kontradiksi yang tidak dapat didamaikan, kita dapat memandangnya sebagai dua pendekatan komplementer terhadap realitas manusia yang kompleks, di mana satu lensa membedah dunia material yang dapat diobservasi, sementara lensa yang lain mencoba memetakan lanskap batin yang penuh makna. Diskursus ini memaksa kita untuk merenungkan bahwa validitas sebuah pengalaman mungkin tidak selalu terletak pada kemampuannya untuk dibuktikan secara objektif kepada orang lain, tetapi pada kemampuannya untuk secara konsisten, koheren, dan transformatif mengarahkan seseorang menuju kebenaran yang lebih dalam.

## **Kontribusi Mimpi dalam Evolusi Kesadaran Spiritual**

### **Mimpi sebagai Medium Evolusi Kesadaran**

Alam mimpi merupakan sebuah lanskap misterius yang sejak Anbeginan peradaban telah memantik rasa ingin tahu, ketakutan, dan penghormatan dalam diri manusia. Melintasi batas-batas budaya dan zaman, mimpi secara konsisten dipandang bukan sekadar bunga tidur atau residu acak dari aktivitas neurobiologis

semata. Sebaliknya, ia sering kali diinterpretasikan sebagai sebuah portal menuju dimensi realitas yang lebih dalam, sebuah medium komunikasi dengan yang ilahi, atau cermin yang merefleksikan dinamika tersembunyi dari jiwa. Dalam diskursus modern yang mempertemukan psikologi, neurosains, dan spiritualitas, mimpi kini dikaji sebagai salah satu wahana fundamental dalam proses evolusi kesadaran spiritual manusia. Ia tidak lagi dipandang sebagai fenomena pasif, melainkan sebuah proses aktif yang berkontribusi secara signifikan terhadap pematangan dan pendalaman pemahaman individu akan eksistensi dirinya dan hubungannya dengan kosmos.

Evolusi kesadaran spiritual dapat didefinisikan sebagai proses bertahap di mana seorang individu bergerak dari pemahaman diri yang terbatas pada ego-materialistik menuju kesadaran yang lebih luas, terhubung, dan transenden. Proses ini bukanlah sebuah perjalanan linear, melainkan sebuah spiral dinamis yang sarat dengan krisis, pencerahan, dan integrasi. Dalam kerangka ini, mimpi berfungsi sebagai katalisator dan arena internal bagi berlangsungnya evolusi tersebut. Ia menyediakan ruang aman di mana jiwa dapat bereksperimen dengan realitas-realitas alternatif, menghadapi ketakutan-ketakutan arketipal, dan menerima wawasan yang sulit diakses oleh kesadaran saat terjaga (ego-consciousness). Kontribusi mimpi dalam proses ini bersifat multifaset, mulai dari penyajian simbol-simbol transformatif hingga fasilitasi dialog antara aspek sadar dan bawah sadar dari kepribadian. Secara teoretis, mimpi merupakan medium par

excellence untuk evolusi kesadaran karena ia beroperasi menggunakan bahasa simbol. Berbeda dengan bahasa verbal yang cenderung logis, linear, dan terbatas, bahasa simbolik mimpi bersifat polisemi (multi-makna), afektif, dan mampu menjembatani jurang antara yang diketahui dan yang tak-terketahui.

Psikolog analitis Carl Gustav Jung berpendapat bahwa mimpi adalah jalan utama menuju *individuasi* sebuah proses psikologis seumur hidup untuk menjadi diri yang utuh dengan mengintegrasikan aspek-aspek sadar dan bawah sadar, termasuk *Anima/Animus* dan *Shadow* (sisi gelap).<sup>1604</sup> Dalam pandangan Jung, mimpi sering kali menghadirkan simbol-simbol arketipal pola-pola universal seperti Orang Tua Bijak, Pahlawan, atau Mandala yang berasal dari *alam bawah sadar kolektif* (collective unconscious). Kemunculan arketipe-arketipe ini dalam mimpi bukanlah sebuah kebetulan, melainkan upaya jiwa untuk mengkompensasi sikap ego yang terlalu sempit dan membimbing individu menuju totalitas psikis yang lebih besar, sebuah kondisi yang secara fenomenologis sangat dekat dengan pencerahan spiritual.

Pengalaman simbolik dalam mimpi, seperti terbang, jatuh ke dalam jurang, menemukan harta karun, atau bertemu dengan sosok bercahaya, merepresentasikan drama internal dari evolusi spiritual. Terbang dapat melambangkan transendensi dan pembebasan dari batasan duniawi; jatuh melambangkan keharusan untuk turun ke kedalaman jiwa dan menghadapi aspek-aspek yang tertekan; sementara menemukan harta karun sering kali menjadi metafora

untuk penemuan Diri Sejati (*True Self*).<sup>1605</sup> Pengalaman-pengalaman ini, ketika direnungkan, mendorong individu untuk mempertanyakan asumsi-asumsi dasarnya tentang realitas, nilai, dan tujuan hidup, yang pada akhirnya memicu pergeseran kesadaran.

Lebih dari sekadar menyajikan simbol, mimpi juga berfungsi sebagai wadah untuk internalisasi makna transenden. Transendensi merujuk pada pengalaman melampaui batas-batas diri yang normal dan merasakan keterhubungan dengan sesuatu yang lebih agung baik itu Tuhan, Alam Semesta, atau Kemanusiaan secara kolektif. Mimpi sering kali menjadi panggung bagi pengalaman-pengalaman numinus (pengalaman akan yang ilahi dan suci) yang begitu kuat sehingga meninggalkan jejak mendalam bahkan setelah seseorang terbangun. Pengalaman ini bisa berupa perasaan damai yang tak terlukiskan, keindahan yang melumpuhkan, atau wawasan mendadak tentang hakikat realitas (*gnosis*). Proses internalisasi terjadi ketika individu tidak hanya mengingat mimpi tersebut, tetapi juga mengintegrasikan muatan emosional dan kognitifnya ke dalam struktur kesadarannya.

Dari perspektif Islam, fenomena ini dikenal sebagai *Ru'ya Sadiqah* (mimpi yang benar), yang dianggap sebagai salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian.<sup>1606</sup> Tradisi ini secara eksplisit mengakui mimpi sebagai saluran potensial untuk petunjuk ilahi. Kisah Nabi Yusuf (Joseph) dalam Al-Quran menjadi arketipe utama tentang bagaimana mimpi dapat membawa makna transenden yang tidak hanya mengubah takdir seorang individu tetapi juga sebuah bangsa. Kemampuannya menafsirkan mimpi tentang tujuh

sapi kurus yang memakan tujuh sapi gemuk menjadi kunci untuk menyelamatkan Mesir dari kelaparan.<sup>1607</sup> Ini mengilustrasikan bahwa internalisasi makna transenden dari mimpi bukanlah sekadar proses psikologis pasif, melainkan sebuah panggilan untuk tindakan dan transformasi di dunia nyata.

Secara neurobiologis, proses ini mungkin terkait dengan aktivitas di korteks prefrontal yang menurun selama tidur REM (Rapid Eye Movement), memungkinkan asosiasi yang lebih bebas dan tidak logis, sementara sistem limbik (terutama amigdala) tetap aktif, menanamkan muatan emosional yang kuat pada narasi mimpi.<sup>1608</sup> Ketika individu terbangun, korteks prefrontal kembali aktif dan berusaha untuk "memahami" atau memberi makna pada pengalaman yang kaya secara emosional dan simbolis tersebut. Upaya rekonsiliasi antara narasi mimpi yang non-linear dan kebutuhan pikiran sadar akan koherensi inilah yang menjadi mekanisme internalisasi makna, yang secara bertahap membentuk kembali jaringan konseptual dan spiritual individu.

Mimpi bukanlah sekadar teater malam hari bagi ego, melainkan sebuah laboratorium alkimia bagi jiwa. Di dalamnya, elemen-elemen paling dasar dari psikis ketakutan, hasrat, potensi, dan bayangan dicampur, dipanaskan, dan diolah melalui api simbolisme arketipal. Hasil dari proses alkimia internal ini adalah internalisasi makna yang lebih dalam dan transenden, yang secara perlahan namun pasti mendorong evolusi kesadaran individu dari keadaan yang terfragmentasi menuju keutuhan yang tercerahkan.

## **Pendidikan Ruhani dan Mimpi**

Dalam lanskap kesadaran manusia, mimpi menempati ruang misterius yang berada di persimpangan antara dunia fisik dan metafisik, antara realitas empiris dan dimensi batiniah. Sejak peradaban kuno, mimpi telah dianggap bukan sekadar bunga tidur atau residu acak dari aktivitas neurologis, melainkan sebagai portal signifikan yang menyajikan pesan, petunjuk, dan bahkan wahyu Ilahi.<sup>1609</sup> Dalam konteks pendidikan ruhani (tarbiyah ruhiyyah), mimpi memegang peranan krusial sebagai medium pedagogis dan diagnostik.

Dalam tradisi Islam, khususnya dalam korpus pemikiran sufistik, mimpi yang benar (ru'ya shadiqah) diakui sebagai salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, sebuah jejak wahyu yang masih dapat diakses oleh manusia setelah era para nabi berakhir.<sup>1610</sup> Validasi teologis ini termanifestasi secara gamblang dalam Al-Quran melalui kisah Nabi Yusuf AS, yang kemampuannya menakwilkan mimpi menjadi poros utama dalam narasi kehidupannya, menunjukkan bahwa mimpi adalah wahana komunikasi Ilahi yang valid dan bermakna.<sup>1611</sup> Berlandaskan fondasi ini, para sufi memandang mimpi sebagai cermin yang memantulkan kondisi spiritual seorang pencari Tuhan (salik atau murid). Mimpi menjadi alat diagnostik esensial bagi seorang pembimbing spiritual (mursyid) untuk mengukur kemajuan, mengidentifikasi hambatan, dan memvalidasi pengalaman batiniah muridnya.

Proses pendidikan dalam sebuah tarekat sufi sering kali melibatkan pelaporan dan interpretasi mimpi secara sistematis.

Seorang murid yang secara konsisten menjalankan praktik spiritual seperti zikir, wirid, dan muraqabah (meditasi-kontemplatif) akan mengalami pemurnian jiwa (tazkiyatun nafs). Proses pemurnian ini secara langsung memengaruhi kualitas dan isi mimpinya.<sup>1612</sup> Mimpi yang pada awalnya mungkin dipenuhi oleh simbol-simbol ego (nafs al-ammarah), seperti binatang buas atau kegelapan, secara bertahap akan bertransformasi menjadi mimpi yang dipenuhi oleh cahaya, bertemu dengan para wali, atau menerima petunjuk simbolis yang jernih. Bagi seorang mursyid, perubahan lanskap onirik ini adalah data empiris dari dunia batin yang menunjukkan pergerakan murid dari satu tingkatan spiritual (maqam) ke tingkatan berikutnya. Dengan demikian, mimpi tidak hanya menjadi refleksi pasif, tetapi juga menjadi bagian integral dari kurikulum spiritual, di mana penafsirannya memberikan umpan balik yang mengarahkan praktik harian sang murid.<sup>1613</sup>

Seiring dengan pergeseran paradigma dalam dunia psikologi Barat, muncullah psikologi transpersonal sebagai "kekuatan keempat" yang berani mengeksplorasi dimensi spiritual dan transenden dari pengalaman manusia sebuah ranah yang sering kali diabaikan oleh psikoanalisis, behaviorisme, dan psikologi humanistik.<sup>1614</sup> Dalam kerangka ini, mimpi kembali mendapatkan tempat terhormat, bukan hanya sebagai manifestasi dari alam bawah sadar personal, tetapi juga sebagai jendela menuju alam bawah sadar kolektif dan arketipe universal, sebuah konsep yang dipopulerkan oleh Carl Gustav Jung.<sup>1615</sup> Jung sendiri mengakui bahwa proses individuasi perjalanan psikologis menuju keutuhan

diri sering kali dipandu oleh serangkaian mimpi yang mengungkapkan arketipe seperti Shadow (sisi gelap), Anima/Animus (aspek feminin/maskulin), dan Self (Sang Diri yang utuh). Dalam praktik terapi spiritual dan psikologi transpersonal, analisis mimpi digunakan sebagai alat untuk membantu individu mengintegrasikan aspek-aspek terfragmentasi dari dirinya dan menemukan makna yang lebih dalam dari krisis eksistensial atau spiritual yang dihadapinya. Sebagai studi kasus hipotetis, bayangkan seorang klien yang mengalami depresi dan perasaan hampa setelah mencapai kesuksesan material. Ia melaporkan mimpi berulang tentang tersesat di sebuah padang pasir yang luas di bawah langit malam yang penuh bintang. Dari perspektif psikologi transpersonal, mimpi ini tidak semata-mata diinterpretasikan sebagai simbol kecemasan atau kehilangan arah. Lebih dari itu, padang pasir bisa dilihat sebagai arketipe dari "malam gelap jiwa" (dark night of the soul), sebuah fase inisiasi spiritual yang diperlukan untuk melepaskan keterikatan ego pada hal-hal duniawi.<sup>1616</sup> Langit berbintang bisa melambangkan kesadaran akan sesuatu yang transenden dan tak terbatas.

Seorang terapis transpersonal akan membimbing klien untuk tidak lari dari perasaan tersesat tersebut, melainkan untuk "memasuki" padang pasir dalam imajinasi aktif atau meditasi, menggunakan mimpi itu sebagai peta. Tujuannya bukan sekadar menghilangkan gejala depresi, melainkan memfasilitasi transformasi kesadaran klien, dari identitas yang berpusat pada ego menuju pemahaman diri yang lebih luas dan terhubung dengan

dimensi spiritual. Dengan cara ini, terapi menjadi sebuah perjalanan spiritual yang terpandu, di mana mimpi berfungsi sebagai kompas batiniah, mirip dengan perannya dalam tradisi sufistik. Mimpi menjadi bukti bahwa di dalam jiwa manusia terdapat dorongan inheren menuju transendensi dan keutuhan, sebuah perjalanan pulang menuju Diri yang sejati.<sup>1617</sup> Baik dalam tradisi sufistik yang kaya akan warisan spiritual maupun dalam pendekatan mutakhir psikologi transpersonal, mimpi diakui sebagai fenomena yang jauh melampaui sekadar aktivitas otak saat tidur. Ia adalah jembatan vital yang menghubungkan kesadaran ego dengan kedalaman jiwa, dunia yang terlihat dengan yang tak terlihat. Melalui penafsiran yang cermat dan integrasi dalam praktik spiritual atau terapeutik, mimpi dapat berfungsi sebagai guru, penyembuh, dan penunjuk jalan yang tak ternilai dalam perjalanan manusia menuju pemahaman diri yang lebih utuh dan pencerahan ruhani.

### **Implikasi Sosial dan Etis dari Pengetahuan Mimpi**

Mimpi, dalam lintasan sejarah peradaban manusia, telah lama melampaui sekadar produk sampingan aktivitas neurologis saat tidur. Ia dipandang sebagai sebuah portal menuju dimensi pengetahuan yang berbeda, sebuah ruang fenomenologis di mana individu dapat berdialog dengan aspek terdalam dari diri, alam semesta, bahkan yang transenden. Lebih dari sekadar pengalaman personal yang terisolasi, pengetahuan yang diperoleh dari dunia oniris atau dunia mimpi memiliki daya transformatif yang riak-riaknya mampu menjalar ke dalam struktur interaksi sosial dan

fondasi perilaku etis. Analisis mendalam terhadap implikasi ini membuka diskursus tentang bagaimana pengalaman yang paling privat sekalipun dapat menjadi katalisator bagi perubahan kolektif, baik dalam konteks spiritual-religius maupun sosiokultural kontemporer.

Transformasi spiritual yang dipicu oleh mimpi sering kali berawal dari sebuah epifani atau pengalaman numinus yang mendalam, yang mengubah secara fundamental persepsi individu terhadap realitas, tujuan hidup, dan relasinya dengan sesama. Psikolog analitis Carl Gustav Jung ber teori bahwa mimpi adalah jembatan menuju alam bawah sadar kolektif, tempat tersimpannya arketipe-arketipe universal yang mengandung kebijaksanaan primordial umat manusia. Melalui proses yang disebutnya "individuasi," mimpi dapat memfasilitasi integrasi antara kesadaran ego dengan aspek-aspek diri yang lebih dalam, yang pada akhirnya melahirkan pribadi yang lebih utuh, bijaksana, dan berkesadaran.<sup>1618</sup> Ketika seorang individu mengalami pergeseran paradigma semacam ini melalui mimpi misalnya, mimpi yang memberikan pemahaman mendalam tentang penderitaan orang lain atau visi tentang kesatuan kosmik kerangka etisnya pun turut berevolusi. Ia tidak lagi beroperasi semata-mata dari logika untung-rugi personal, melainkan dari sebuah kompas moral yang lebih empatik dan altruistik. Perubahan internal ini secara niscaya termanifestasi dalam perilaku eksternal: interaksi sosialnya menjadi lebih welas asih, tindakannya lebih berorientasi pada kebaikan bersama, dan kemampuannya untuk memaafkan serta membangun rekonsiliasi meningkat secara

signifikan. Dalam tradisi Islam, dampak transformatif mimpi diakui sebagai salah satu jalur pengetahuan yang absah, terutama melalui konsep *ru'ya shadiqah* (mimpi yang benar). Kisah Nabi Yusuf AS dalam Al-Qur'an menjadi contoh paradigmatik bagaimana sebuah mimpi tidak hanya mengubah takdir seorang individu, tetapi juga menyelamatkan sebuah bangsa dari bencana kelaparan. Visi tujuh ekor sapi gemuk yang dimakan oleh tujuh ekor sapi kurus, serta tujuh bulir gandum hijau dan tujuh bulir kering, adalah sebuah data oniris yang, setelah ditafsirkan dengan benar, menjadi landasan bagi kebijakan ekonomi dan ketahanan pangan Mesir selama lima belas tahun.<sup>1619</sup> Peristiwa ini mendemonstrasikan secara gamblang bagaimana pengetahuan dari mimpi memiliki implikasi sosial-etis yang luar biasa: ia mendorong perencanaan kolektif, menumbuhkan rasa tanggung jawab kepemimpinan, dan memperkuat kohesi sosial dalam menghadapi krisis. Lebih jauh, sabda Nabi Muhammad SAW yang menyatakan bahwa mimpi yang benar adalah "satu dari empat puluh enam bagian kenabian" menegaskan status epistemologis mimpi sebagai sumber petunjuk ilahiah yang dapat membentuk karakter dan perilaku etis seorang mukmin dalam kehidupan sosialnya.<sup>1620</sup> Dengan demikian, mimpi tidak dipandang sebagai fantasi acak, melainkan sebagai wahana potensial bagi pencerahan etis yang berdampak langsung pada komunitas.

Beranjak ke era kontemporer, kajian tentang mimpi telah meluas ke ranah sosiologi dan studi budaya, di mana mimpi tidak hanya dilihat sebagai refleksi dari kondisi psikologis individu, tetapi juga sebagai cermin dari kegelisahan, harapan, dan dinamika bawah

sadar sebuah masyarakat. Peneliti seperti Deirdre Barrett dalam analisisnya terhadap mimpi selama masa-masa krisis kolektif seperti pasca-serangan 9/11 atau selama pandemi COVID-19 menemukan adanya tema-tema mimpi yang berulang di antara populasi yang luas. Mimpi-mimpi ini berfungsi sebagai mekanisme pemrosesan trauma kolektif dan, pada saat yang sama, dapat menjadi sumber wawasan tentang kebutuhan sosial yang tidak terartikulasikan.<sup>1621</sup> Di sini, mimpi berpotensi menjadi alat diagnostik sosial, yang jika dipahami dan didiskusikan secara komunal, dapat memicu dialog publik dan mendorong lahirnya kebijakan atau gerakan sosial yang lebih responsif terhadap kesejahteraan psikologis warga.

Lebih dari itu, terdapat gerakan yang secara proaktif menggunakan mimpi sebagai alat untuk transformasi sosial dan budaya. Proyek-proyek seperti "dream incubation" komunal, di mana sekelompok orang secara sengaja mencoba memimpikan solusi untuk masalah bersama (misalnya, konflik komunitas atau krisis lingkungan), mulai dieksplorasi. Pendekatan ini didasarkan pada asumsi bahwa alam mimpi, dengan sifatnya yang cair dan asosiatif, mampu menerobos kebuntuan pemikiran rasional dan menawarkan solusi-solusi kreatif yang tidak terduga. Peneliti mimpi Kelly Bulkeley, melalui analisis "big data" dari ribuan laporan mimpi yang dikumpulkan secara daring, berpendapat bahwa mimpi adalah sumber daya alamiah imajinasi manusia yang belum dimanfaatkan secara optimal.<sup>1622</sup> Dengan menganalisis tren motif dan narasi dalam basis data mimpi yang masif, kita dapat memetakan evolusi nilai-nilai budaya, mengidentifikasi ketegangan sosial yang

terpendam, dan bahkan meramalkan pergeseran budaya di masa depan. Dalam konteks ini, pengetahuan mimpi bukan lagi sekadar urusan privasi di balik kelambu, melainkan telah menjadi sebuah data kolektif yang berimplikasi pada cara kita memahami dan membentuk masa depan peradaban.

Pengetahuan yang digali dari lanskap oniris memiliki implikasi sosial dan etis yang mendalam dan berlapis. Pada level mikro, ia mampu memicu transformasi spiritual yang mengkalibrasi ulang kompas etis individu, yang kemudian tercermin dalam interaksi sosial yang lebih konstruktif. Pada level makro, baik melalui lensa teologis maupun analisis sosiologis kontemporer, mimpi dapat berfungsi sebagai cermin kondisi kolektif dan bahkan sebagai alat proaktif untuk inovasi sosial dan budaya. Dengan demikian, mengabaikan dimensi sosial-etis dari mimpi berarti menyalakan salah satu sumber kebijaksanaan manusia yang paling kuno dan paling universal, sebuah sumber yang terus menawarkan wawasan berharga bagi perjalanan individu dan masyarakat menuju masa depan yang lebih adil dan berkesadaran.

### **Keterkaitan antara Transformasi Diri dan Epistemologi Mimpi**

Diskursus yang telah dipaparkan dalam bab sebelumnya mengenai transformasi diri (BAB V) mencapai sebuah titik kulminasi yang secara inheren menuntut eksplorasi terhadap dimensi pengetahuan yang melampaui rasionalitas empiris semata. Untuk menjembatani gagasan pemurnian jiwa (*tazkiyatun nafs*) dengan ranah epistemologi mimpi (BAB VI), diperlukan sebuah sintesis

teoretis yang kokoh. Bagian ini berfungsi sebagai *pons arietis* (jembatan penghubung) konseptual, yang mengartikulasikan bagaimana proses transformasi ontologis seorang individu secara langsung memengaruhi dan dipengaruhi oleh validitas serta fungsi mimpi sebagai sumber pengetahuan spiritual (*ma'rifah*). Transisi argumentatif ini tidak bersifat linear, melainkan dialektis: kemajuan dalam transformasi diri mempertajam kapasitas individu untuk menerima dan menafsirkan mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*), dan sebaliknya, mimpi-mimpi tersebut berfungsi sebagai katalisator yang mempercepat dan mengarahkan proses transformasi itu sendiri.

Sintesis antara gagasan transformasi diri dan epistemologi mimpi berakar pada premis fundamental dalam kosmologi sufistik bahwa entitas manusia adalah sebuah mikrokosmos yang merefleksikan makrokosmos.<sup>1623</sup> Jiwa manusia, khususnya kalbu (*qalb*), diibaratkan sebagai sebuah cermin. Ketika cermin ini kotor, berkarat, dan dipenuhi oleh selubung-selubung keakuan (*hijab*), ia hanya akan memantulkan distorsi dari realitas atau proyeksi dari nafsu rendah (*nafs al-ammarah*). Proses transformasi diri yang diuraikan dalam BAB V melalui disiplin spiritual (*riyadhah*) dan perjuangan melawan hawa nafsu (*mujahadah*) adalah, pada esensinya, sebuah proses pemolesan cermin kalbu tersebut. Sebagaimana ditegaskan oleh Al-Ghazali, tujuan utama dari penyucian batin adalah untuk mempersiapkan kalbu agar mampu menerima limpahan cahaya ilahi dan pengetahuan hakiki.<sup>1624</sup> Di sinilah keterkaitan epistemologis menjadi krusial. Ketika kalbu telah

mencapai tingkat kejernihan dan ketenangan (*nafs al-mutma'innah*), ia menjadi reseptif terhadap pengetahuan yang datang dari alam yang lebih tinggi (*'alam al-malakut*). Salah satu saluran utama bagi pengetahuan ini adalah mimpi. Sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari menyatakan bahwa mimpi yang benar adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian,<sup>1625</sup> menandakan statusnya sebagai wahana penyampaian pesan ilahiah yang otentik. Dengan demikian, validitas epistemologis sebuah mimpi tidak dapat dipisahkan dari kondisi ontologis sang pemimpi. Seorang individu yang jiwanya masih terbelenggu oleh sifat-sifat tercela akan cenderung mengalami mimpi yang kacau (*adhghatsu ahlam*), yang merupakan refleksi dari kekacauan batinnya. Sebaliknya, seorang pejalan spiritual (*salik*) yang telah menempuh jalan transformasi secara signifikan akan lebih mungkin menerima mimpi-mimpi yang bersifat instruktif, premonitif, atau simbolik-veridikal yang berasal dari sumber ilahi. Kisah Nabi Yusuf (as) dalam Al-Qur'an menjadi prototipe agung mengenai hal ini, di mana kemampuannya menakwilkan mimpi secara akurat adalah buah dari kesalehan, kesabaran, dan tingkat spiritualitasnya yang luhur.<sup>1626</sup>

### **Mimpi sebagai Ruang Intervensi Ontologis dan Epistemologis**

Melanjutkan jembatan teoretis ini, mimpi tidak hanya berfungsi sebagai "indikator" pasif dari tingkat kemajuan spiritual seseorang, tetapi juga sebagai "arena" aktif untuk intervensi ilahi yang bersifat ontologis dan epistemologis. Dalam tidur, ketika indra-indra eksternal dan kesadaran rasional-diskursif beristirahat, jiwa

menjadi lebih bebas untuk melakukan perjalanan ke alam imajinal (*'alam al-mitsal*) sebuah dunia perantara di mana makna-makna spiritual mengambil bentuk-bentuk inderawi.<sup>1627</sup> Dunia ini, seperti yang dijelaskan secara mendalam oleh para filsuf seperti Ibn 'Arabi dan dieksplorasi dalam konteks Barat oleh Henry Corbin, adalah panggung di mana intervensi dapat terjadi.

**Intervensi Epistemologis** terjadi ketika seorang *salik* menerima pengetahuan atau petunjuk (*irsyad*) dalam mimpi yang tidak dapat diaksesnya dalam keadaan terjaga. Mimpi dapat berfungsi sebagai diagnosis spiritual, menyingkapkan penyakit hati yang tersembunyi seperti kesombongan atau iri hati yang mungkin tidak disadari oleh sang individu. Ia juga bisa memberikan solusi, mengarahkan sang *salik* untuk melakukan amalan tertentu, memohon ampun atas dosa spesifik, atau mencari bimbingan dari seorang guru spiritual. Dengan demikian, mimpi menjadi alat pedagogis ilahi yang personal dan presisi, memberikan kurikulum transformasi yang disesuaikan secara unik untuk setiap individu.

**Intervensi Ontologis**, di sisi lain, bersifat lebih mendalam karena ia secara langsung mengubah "substansi" atau keadaan *being* sang pemimpi. Pengalaman spiritual yang dialami dalam mimpi seperti merasakan keindahan cahaya ilahi, bertemu dengan para nabi atau orang-orang saleh, atau bahkan berjuang dan mengalahkan representasi simbolis dari nafsunya bukanlah sekadar fantasi psikologis. Dalam kerangka metafisika Islam, pengalaman ini adalah peristiwa nyata yang terjadi pada tingkat eksistensi imajinal dan meninggalkan jejak permanen pada jiwa.<sup>1628</sup> Pertemuan dalam

mimpi dengan seorang mursyid dapat menanamkan *barakah* dan kekuatan spiritual yang nyata. Mengalami pengampunan ilahi dalam mimpi dapat merekonstruksi identitas diri dari seorang pendosa menjadi seorang yang berharap. Dengan demikian, mimpi menjadi ruang di mana "menjadi" (*being*) seorang individu dibentuk, dimurnikan, dan diangkat ke tingkat eksistensi yang lebih tinggi. Arketipe-arketipe yang muncul, yang dalam psikologi Jungian dilihat sebagai manifestasi dari alam bawah sadar kolektif,<sup>1629</sup> dalam perspektif ini dipandang sebagai teofani atau manifestasi Nama-nama dan Sifat-sifat Ilahi yang berinteraksi dengan jiwa untuk mendorong evolusi spiritualnya.

Secara konklusif, jembatan antara transformasi diri dan epistemologi mimpi dibangun di atas hubungan timbal-balik yang dinamis. Transformasi diri (BAB V) adalah syarat imperatif untuk membuka gerbang menuju mimpi yang bermakna, sementara mimpi (BAB VI) menyediakan peta jalan, bahan bakar, dan intervensi transformatif yang esensial bagi kelanjutan perjalanan spiritual. Keduanya menyatu dalam sebuah siklus yang saling menguatkan, di mana pemurnian *being* membuka gerbang *knowing*, dan *knowing* yang diterima melalui mimpi menyempurnakan proses *being*.

### **Metodologi Penafsiran dan Validasi Pengetahuan Mimpi**

Mimpi, sebagai sebuah fenomena universal dalam pengalaman manusia, telah lama menjadi objek kontemplasi, ketakutan, dan pencarian makna. Dari penceritaan lisan di peradaban kuno hingga

analisis neurosaintifik di laboratorium modern, dunia mimpi merepresentasikan salah satu batas akhir pemahaman kesadaran manusia. Tantangan fundamental yang terus mengemuka bukanlah sekadar mengakui eksistensi mimpi, melainkan membangun sebuah metodologi yang kokoh untuk menafsirkan narasinya dan memvalidasi pengetahuan yang mungkin terkandung di dalamnya. Pada titik inilah, pendekatan hermeneutik hadir sebagai jembatan esensial yang menghubungkan pengalaman mimpi yang bersifat personal dan seringkali simbolis dengan pemahaman filosofis-spiritual yang lebih dalam. Lebih jauh, integrasi narasi mimpi ke dalam studi kesadaran kontemporer menawarkan sebuah jalan untuk menguji validitas pengetahuan tersebut, bukan dalam kerangka positivisme empiris, melainkan melalui lensa pragmatis dan fenomenologis.

Pendekatan hermeneutik menyediakan kerangka kerja metodologis yang paling subur untuk memahami mimpi. Hermeneutika, atau seni interpretasi, memandang mimpi bukan sebagai sekumpulan simbol acak yang dapat diterjemahkan secara harfiah melalui kamus mimpi, melainkan sebagai sebuah "teks" yang kaya makna dan terikat erat dengan konteks kehidupan sang pemimpi<sup>1630</sup>. Filsuf Hans-Georg Gadamer mengemukakan konsep "peleburan cakrawala" (fusion of horizons), di mana pemahaman lahir dari dialog antara cakrawala teks (dalam hal ini, narasi mimpi) dan cakrawala penafsir (sang pemimpi atau analis). Dengan demikian, makna sebuah simbol dalam mimpi seperti air, ular, atau terbang tidak bersifat universal, tetapi memperoleh signifikansinya

dari sejarah personal, kondisi emosional, latar belakang budaya, dan bahkan keyakinan spiritual individu tersebut. Dalam tradisi Islam, misalnya, kemampuan Nabi Yusuf AS menafsirkan mimpi tidak didasarkan pada formula kaku, melainkan pada kebijaksanaan ilahiah yang mampu membaca konteks sosial dan personal di balik simbol-simbol tersebut, seperti mimpi tentang tujuh sapi gemuk dan tujuh sapi kurus yang merepresentasikan siklus kemakmuran dan kekeringan<sup>1631</sup>. Pendekatan ini secara inheren bersifat spiritual-filosofis karena ia tidak berhenti pada pertanyaan "apa arti mimpi ini?", tetapi meluas menjadi "apa yang ingin diungkapkan oleh mimpi ini tentang diriku, kehidupanku, dan hubunganku dengan sesuatu yang lebih besar dari diriku?".

Seiring dengan pendalaman makna melalui hermeneutika, validasi pengetahuan yang berasal dari mimpi menuntut integrasi ke dalam disiplin ilmu yang lebih luas, khususnya studi kesadaran (*consciousness studies*). Selama berabad-abad, ilmu pengetahuan Barat cenderung memandang konten mimpi sebagai produk sampingan acak dari aktivitas neuronal selama tidur REM, seperti yang awalnya diusulkan dalam model aktivasi-sintesis<sup>1632</sup>. Namun, paradigma ini mulai bergeser. Para ilmuwan kognitif dan neurosaintis kini semakin mengakui bahwa narasi mimpi menunjukkan tingkat organisasi, koherensi tematik, dan kontinuitas dengan kehidupan saat terjaga yang tidak dapat diabaikan. Narasi mimpi dipandang sebagai data fenomenologis orang pertama yang tak ternilai, yang memberikan wawasan tentang proses kognitif seperti konsolidasi memori, regulasi emosi, dan simulasi skenario

sosial atau ancaman<sup>1633</sup>. Dengan mengintegrasikan laporan naratif mimpi dengan data pencitraan otak (neuroimaging), para peneliti dapat mulai memetakan korelasi antara pengalaman subjektif dalam mimpi dan pola aktivitas saraf yang mendasarinya.

Validasi pengetahuan yang diperoleh dari mimpi, oleh karena itu, tidak dapat diukur dengan standar objektivitas yang sama seperti dalam ilmu fisika. Sebaliknya, validitasnya bersifat pragmatis dan transformatif. Pengetahuan dari mimpi dianggap "valid" sejauh interpretasinya yang diperoleh melalui proses hermeneutik menghasilkan wawasan yang fungsional dan bermakna bagi individu. Psikolog Carl Jung menyebut proses ini sebagai "individuasi," di mana integrasi konten dari alam bawah sadar (termasuk mimpi) ke dalam kesadaran membantu seseorang menjadi pribadi yang lebih utuh dan seimbang<sup>1634</sup>. Validasi terjadi ketika penafsiran mimpi berhasil memecahkan kebuntuan psikologis, memberikan kejernihan emosional, menginspirasi kreativitas, atau memperkuat ketahanan spiritual seseorang dalam menghadapi tantangan hidup. Dengan kata lain, bukti validitas tidak terletak pada kemampuan mimpi untuk memprediksi masa depan secara harfiah meskipun tradisi kenabian mencatat adanya mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*)<sup>1635</sup> tetapi pada dampaknya yang konstruktif dan integratif terhadap kesadaran dan perjalanan hidup sang pemimpi.

Metodologi untuk menafsirkan dan memvalidasi pengetahuan mimpi memerlukan pendekatan dualistik yang saling melengkapi. Di satu sisi, hermeneutika menawarkan kedalaman interpretatif,

menjembatani pengalaman subjektif dengan pemahaman filosofis dan spiritual yang kaya akan konteks personal. Di sisi lain, integrasi narasi mimpi ke dalam studi kesadaran menyediakan kerangka ilmiah untuk memahami mekanisme mimpi dan menawarkan sebuah model validasi yang pragmatis, yang berfokus pada dampak transformatif dari wawasan mimpi tersebut. Dengan menyatukan kedua pendekatan ini, kita dapat bergerak melampaui dikotomi kuno antara mimpi sebagai pesan ilahi dan mimpi sebagai kebisingan biologis. Sebaliknya, kita mulai melihat mimpi sebagai arena dinamis di mana pikiran, otak, dan spirit berdialog untuk membentuk narasi yang, jika dipahami dengan benar, dapat menjadi sumber pengetahuan, penyembuhan, dan pertumbuhan yang mendalam bagi kemanusiaan.

### **Membuka Kembali Gerbang Pengetahuan**

Sepanjang sejarah peradaban, mimpi dipandang sebagai jembatan antara dunia kasat mata (alam *syahadah*) dan dimensi tak kasat mata (alam *ghaib*). Dari wahyu yang diterima para nabi hingga inspirasi yang melahirkan karya seni dan penemuan ilmiah, mimpi memegang peranan sentral dalam transmisi pengetahuan. Namun, dominasi positivisme dalam sains modern telah mendorong fenomena ini ke pinggiran diskursus epistemologis. Mimpi dianggap subjektif, tidak dapat diverifikasi, dan oleh karena itu, tidak bernilai sebagai data ilmiah yang valid<sup>1636</sup>. Kajian kontemporer yang ada cenderung terfragmentasi; neurosains mengkajinya sebagai cetusan acak dari batang otak selama tidur REM<sup>1637</sup>, sementara

psikoanalisis menafsirkannya sebagai simbol dari hasrat yang tertekan<sup>1638</sup> .

Keterpisahan ini menciptakan sebuah kekosongan intelektual. Ia gagal menangkap dimensi holistik dari mimpi sebagai sebuah pengalaman yang melibatkan aspek biologis, psikologis, kultural, dan spiritual secara simultan. Maka, menjadi sebuah keniscayaan untuk memposisikan kembali mimpi sebagai objek pengetahuan yang sah dan mendesak untuk dikaji secara lebih mendalam.

Sebuah pemahaman yang komprehensif tentang mimpi tidak akan pernah tercapai jika ia tetap terkurung dalam silo-silo disiplin ilmu. Diperlukan sebuah agenda penelitian kolaboratif yang menyatukan para ahli dari berbagai bidang untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan fundamental. Kolaborasi ini bukan sekadar upaya komparatif, melainkan sebuah sintesis untuk membangun teori yang lebih utuh.

Pertama, interkoneksi antara **neurosains** dan **teologi** menawarkan sebuah ranah penelitian yang sangat menjanjikan. Dalam tradisi Islam, dikenal konsep *ru'ya shadiqah* (mimpi yang benar) yang diyakini berasal dari Tuhan dan merupakan satu dari empat puluh enam bagian kenabian<sup>1639</sup> . Pertanyaan riset yang bisa diajukan adalah: Apakah terdapat korelasi neurofisiologis yang khas seperti pola gelombang otak, aktivitas di korteks prefrontal, atau sinkronisasi neural selama seseorang mengalami mimpi yang kemudian terbukti kebenarannya atau memberikan dampak spiritual mendalam? Studi semacam ini dapat menjembatani deskripsi fenomenologis dari teks-teks suci

dengan data empiris dari laboratorium tidur, tanpa harus mereduksi yang satu kepada yang lain.

Kedua, sinergi antara **psikologi analitis, antropologi, dan studi agama** dapat memperkaya pemahaman kita tentang simbolisme dalam mimpi. Carl Jung, misalnya, ber teori bahwa mimpi adalah jendela menuju "ketidaksadaran kolektif" yang berisi arketipe-arketipe universal<sup>1640</sup>. Di sisi lain, antropologi menunjukkan bagaimana simbol dan narasi dalam mimpi sangat dibentuk oleh konteks budaya spesifik tempat individu tersebut hidup. Penelitian lintas disiplin dapat mengeksplorasi bagaimana arketipe universal berinteraksi dengan simbolisme lokal dan religius. Misalnya, bagaimana simbol air atau ular dalam mimpi seorang Muslim di Maroko ditafsirkan secara berbeda dibandingkan dengan seorang penganut Shinto di Jepang, meskipun keduanya mungkin menyentuh arketipe primordial yang sama?

Ketiga, dialog antara **filsafat dan ilmu kognitif** diperlukan untuk mengkaji status ontologis dan epistemologis mimpi. Apakah mimpi hanyalah simulasi realitas yang tidak memiliki referensi eksternal, ataukah ia merupakan akses menuju bentuk realitas atau pengetahuan yang berbeda?<sup>1641</sup> Para filsuf Muslim seperti Ibn 'Arabi telah lama ber teori tentang alam imajinal (*'alam al-khayal* atau *mundus imaginalis*) sebagai sebuah realitas ontologis yang menjadi perantara antara alam fisik dan alam ruhani murni, di mana mimpi menjadi salah satu gerbang utamanya<sup>1642</sup>. Menguji proposisi filosofis semacam ini dengan perangkat ilmu kognitif modern dapat membuka cakrawala baru tentang hakikat kesadaran

dan realitas itu sendiri. Jika mimpi dapat menjadi sumber pengetahuan, maka konsekuensi logisnya adalah perlunya sebuah metodologi untuk mengakses, menafsirkan, dan mengintegrasikan pengetahuan tersebut secara bertanggung jawab. Dalam konteks ini, tradisi Islam menawarkan landasan yang kaya untuk mengembangkan model pendidikan spiritual (*tarbiyah ruhiyyah*) yang berbasis pada epistemologi mimpi. Al-Qur'an dan Hadis secara eksplisit mengakui mimpi sebagai saluran komunikasi ilahi, seperti yang dicontohkan dalam kisah Nabi Yusuf (QS. Yusuf[12]: 4-6) dan Nabi Ibrahim (QS. Ash-Shaffat[37]: 102).

Pengembangan model pendidikan ini haruslah sistematis dan dapat diajarkan, melampaui sekadar kumpulan takwil mimpi yang bersifat sporadis. Model ini setidaknya harus mencakup tiga komponen utama:

1. **Landasan Teologis dan Etis (Al-Ushul at-Ta'shiliyyah):** Peserta didik pertama-tama harus dibekali pemahaman yang kokoh tentang kedudukan mimpi dalam hierarki sumber pengetahuan Islam. Mereka perlu diajarkan untuk membedakan antara tiga jenis mimpi yang dijelaskan oleh Nabi Muhammad SAW: *ru'ya shadiqah* (mimpi baik dari Allah), mimpi dari setan untuk menakut-nakuti (*tahzin min al-shaytan*), dan mimpi yang berasal dari gejolak jiwa atau pikiran (*hadits al-nafs*)<sup>1643</sup>. Fondasi ini juga mencakup adab atau etika terkait mimpi, seperti tidak menceritakan mimpi buruk dan hanya menceritakan mimpi baik kepada orang yang berilmu dan dapat dipercaya.

2. **Kerangka Metodologis Interpretasi (Al-Manhaj at-Ta'wili):**

Komponen kedua adalah pengajaran metodologi interpretasi (*ta'wil*) yang disiplin. Ini bukan tentang mencari padanan simbol yang kaku layaknya kamus, melainkan sebuah proses hermeneutika spiritual. Para ulama klasik seperti Ibn Qayyim al-Jawziyya menekankan bahwa interpretasi mimpi harus mempertimbangkan kondisi personal si pemimpi tingkat kesalehan, pekerjaan, konteks kehidupan serta menggunakan analogi dari Al-Qur'an, Hadis, dan hikmah universal<sup>1644</sup>. Model pendidikan ini akan melatih individu untuk melakukan refleksi diri (*muhasabah*) dan menghubungkan simbol-simbol dalam mimpinya dengan perjalanan spiritual pribadinya.

3. **Aplikasi untuk Transformasi Diri (Al-Istifadah at-Tarbawiyah):**

Tujuan akhir dari model ini bukanlah keahlian menafsirkan mimpi, melainkan pemanfaatan mimpi sebagai alat untuk penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*). Mimpi dapat berfungsi sebagai cermin yang merefleksikan kondisi batin seseorang, sebagai peringatan (*indzar*) atas kelalaian, atau sebagai kabar gembira (*busyra*) yang menguatkan iman dan semangat<sup>1645</sup>. Dalam model ini, peserta didik akan dibimbing untuk menerjemahkan pesan-pesan dari mimpi mereka menjadi tindakan nyata: memperkuat ibadah, memperbaiki akhlak, atau mengambil keputusan hidup yang lebih selaras dengan nilai-nilai spiritual.

Mimpi adalah sebuah benua tersembunyi dalam lanskap kesadaran manusia yang menyimpan kekayaan pengetahuan yang belum sepenuhnya tergali. Mengabaikannya berarti menyia-

nyiakkan salah satu sumber daya paling intim dan potensial bagi perkembangan kemanusiaan. Agenda penelitian di masa depan harus berani melintasi batas-batas disiplin ilmu untuk membangun sebuah pemahaman yang holistik dan terintegrasi tentang mimpi. Pada saat yang sama, kearifan tradisi-tradisi agung, khususnya Islam, harus diformalkan menjadi model pendidikan yang dapat diakses, memungkinkan individu untuk memanfaatkan mimpi sebagai kompas dalam perjalanan spiritual mereka. Dengan menempuh dua jalur ini secara bersamaan, kita tidak hanya akan memajukan batas-batas ilmu pengetahuan, tetapi juga memberdayakan manusia untuk terhubung kembali dengan dimensi terdalam dari eksistensi mereka.

# MIMPI DALAM RUANG PERTEMUAN AKAL & KALBU

## Mimpi dan Dialektika Rasionalitas & Intuisi

### Peran Akal dalam Memaknai Mimpi: Batasan dan Kekuatan

Mimpi, sebuah fenomena universal yang menghiasi sepertiga kehidupan manusia, telah lama menjadi objek kontemplasi, ketakutan, dan inspirasi. Sejak peradaban kuno hingga era neurosains modern, manusia terus berupaya mengurai misteri di balik layar teater bawah sadar ini. Dalam diskursus pemaknaan mimpi, terjadi sebuah dialektika fundamental antara dua fakultas kognitif utama: rasionalitas (akal) dan intuisi. Keduanya saling beradu, melengkapi, dan terkadang bertentangan dalam upaya menerjemahkan bahasa simbolik mimpi menjadi pengetahuan yang bermakna.

Secara historis, penafsiran mimpi seringkali didominasi oleh pendekatan mistis atau profetik, di mana mimpi dianggap sebagai pesan ilahiah atau pertanda masa depan. Namun, seiring dengan kebangkitan Pencerahan di Eropa, peran akal (rasio) mulai ditempatkan sebagai tolok ukur utama validitas pengetahuan. Paradigma ini secara inheren memunculkan pertanyaan kritis terhadap dunia mimpi yang tampak irasional dan acak. Kajian filosofis modern, terutama dari para pemikir seperti René Descartes dan Immanuel Kant, memberikan landasan epistemologis untuk memahami posisi akal dalam menghadapi fenomena mimpi. Perdebatan tentang validitas pengetahuan yang berasal dari mimpi

secara gamblang diajukan oleh René Descartes dalam karyanya, *Meditations on First Philosophy*. Melalui argumen skeptisnya yang terkenal, Descartes mempertanyakan kemampuannya untuk membedakan secara pasti antara kondisi terjaga dan kondisi bermimpi. Baginya, pengalaman dalam mimpi bisa terasa begitu nyata dan koheren sehingga tidak ada "tanda-tanda pasti" yang dapat membedakannya dari realitas.<sup>1646</sup> Keraguan Cartesian ini menempatkan mimpi di luar ranah pengetahuan yang dapat diandalkan (*certain knowledge*). Dari perspektif ini, batasan pertama akal dalam memaknai mimpi adalah ketidakmampuannya untuk memvalidasi pengalaman mimpi sebagai cerminan realitas objektif. Akal, dalam fungsi dasarnya sebagai alat untuk memahami dunia nyata, secara logis harus menanggukkan kepercayaan pada konten mimpi sebagai fakta literal. Dengan demikian, peran awal rasionalitas adalah sebagai penjaga gerbang skeptisisme, yang mencegah kita menerima narasi mimpi secara naif.

Namun, jika Descartes menyoroti batasan akal, Immanuel Kant secara tidak langsung memberikan kerangka untuk memahami kekuatannya. Dalam *Critique of Pure Reason*, Kant berargumen bahwa pikiran manusia bukanlah wadah pasif yang hanya menerima data sensorik, melainkan secara aktif menstrukturkan pengalaman melalui kategori-kategori pemahaman bawaan (seperti kausalitas, ruang, dan waktu).<sup>1647</sup> Meskipun dalam mimpi kategori-kategori ini tampak kacau dan terdistorsi, keberadaan struktur naratif, simbol, dan emosi menunjukkan bahwa pikiran tetap berusaha mengorganisasi materi-materi acak dari alam bawah sadar. Di

sinilah letak kekuatan akal: bukan untuk memvalidasi mimpi sebagai realitas eksternal, melainkan untuk menganalisis *struktur internal* dan *logika simbolik* yang diciptakan oleh pikiran itu sendiri. Akal berfungsi sebagai alat analisis untuk membedah mimpi menjadi komponen-komponennya tokoh, latar, objek, dan alur dan mencari pola atau hubungan di antara mereka.

Kekuatan analitis akal ini kemudian dikembangkan secara sistematis dalam ranah psikoanalisis. Sigmund Freud, dalam magnum opusnya *The Interpretation of Dreams*, memandang mimpi bukan sebagai peristiwa acak, melainkan sebagai "jalan utama menuju alam bawah sadar" (*the royal road to the unconscious*).<sup>1648</sup> Freud mengusulkan bahwa mimpi adalah pemenuhan terselubung dari hasrat yang tertekan (*repressed wishes*). Untuk menerjemahkannya, ia mengembangkan sebuah metode rasional yang disebut "kerja-mimpi" (*dream-work*), yang melibatkan mekanisme seperti kondensasi (pemadatan beberapa ide menjadi satu simbol) dan pemindahan (pergeseran emosi dari objek asli ke objek pengganti).<sup>1649</sup> Proses interpretasi yang diajukan Freud adalah sebuah latihan rasionalitas yang ketat: menelusuri asosiasi bebas, mengurai simbolisme pribadi, dan merekonstruksi makna laten dari konten manifes mimpi tersebut. Dengan demikian, akal menyediakan kerangka kerja metodologis untuk mendekati dunia mimpi yang tampak absurd dengan cara yang sistematis dan bertujuan.

Meskipun demikian, mengandalkan akal semata dalam menafsirkan mimpi memiliki keterbatasan yang signifikan.

Rasionalitas cenderung mencari hubungan sebab-akibat yang linear dan makna yang definitif, sementara bahasa mimpi bersifat polisemi (memiliki banyak makna), ambigu, dan sangat personal. Terlalu terpaku pada analisis logis dapat mereduksi kekayaan emosional dan nuansa intuitif dari sebuah mimpi menjadi sekadar formula psikologis yang kaku. Simbol yang sama dapat memiliki arti yang sangat berbeda bagi individu yang berbeda, tergantung pada pengalaman hidup, kondisi emosional, dan konteks budayanya. Di sinilah dialektika dengan intuisi menjadi krusial. Akal dapat membedah struktur simbol, tetapi seringkali intuisilah pemahaman yang datang secara tiba-tiba dan holistik yang dapat menangkap resonansi emosional dan makna personal yang terlekat pada simbol tersebut.<sup>1650</sup> Oleh karena itu, peran akal yang paling produktif dalam memaknai mimpi adalah bukan sebagai penentu kebenaran tunggal, melainkan sebagai fasilitator yang menyediakan struktur, metode, dan pertanyaan kritis. Akal membersihkan jalan bagi intuisi untuk bekerja, menciptakan sebuah dialog antara analisis sadar dan pesan-pesan dari kedalaman jiwa yang lebih sulit dipahami.

### **Intuisi Sebagai Wahana Pengetahuan Mimpi**

Dalam lanskap epistemologi, mimpi seringkali diposisikan pada wilayah ambang batas kesadaran dianggap sebagai residu psikologis atau gema acak dari aktivitas neurobiologis. Namun, sejarah pemikiran manusia, baik di Barat maupun Timur, menyimpan tradisi kontemplatif yang memandang mimpi sebagai portal menuju pengetahuan yang lebih dalam dan transenden. Wahana utama

untuk mengakses dan memahami pengetahuan ini bukanlah rasio diskursif, melainkan sebuah fakultas kognitif yang lebih subtil dan langsung: intuisi.

Pemikiran filsafat Barat, meskipun didominasi oleh rasionalisme dan empirisme, tidak sepenuhnya mengabaikan intuisi. Baruch Spinoza, misalnya, menempatkan *scientia intuitiva* sebagai tingkat pengetahuan tertinggi, sebuah pemahaman langsung atas esensi segala sesuatu sebagaimana adanya dalam Tuhan, melampaui data inderawi dan penalaran logis<sup>1651</sup>. Henri Bergson kemudian mengembangkan gagasan ini secara lebih radikal, membedakan intuisi dari intelek. Baginya, intelek bekerja dengan memecah-belah realitas menjadi konsep-konsep statis yang dapat dianalisis, sementara intuisi adalah sebuah "simpati intelektual" yang memungkinkan kita masuk ke dalam objek untuk menyatu dengan esensinya yang unik dan dinamis<sup>1652</sup>. Dalam konteks ini, intuisi adalah metode untuk menangkap *durée* (durasi nyata) atau aliran kehidupan yang tak dapat dibekukan oleh logika. Jika mimpi membawa fragmen dari realitas yang lebih dalam, maka menurut kerangka Bergsonian, hanya intuisi bukan analisis intelektual yang dapat menangkap maknanya yang mengalir dan hidup.

Berpijak pada fondasi ini, pemikiran tasawuf menawarkan elaborasi yang lebih sistematis dan teologis mengenai intuisi sebagai instrumen pengetahuan ilahi. Dalam tradisi sufi, intuisi dikenal dengan berbagai istilah seperti *ma'rifah* (gnosis), *kashf* (penyingkapan), atau *'ilm ladunni* (pengetahuan dari sisi Tuhan). Ini bukan sekadar fakultas

psikologis, melainkan sebuah anugerah spiritual yang lahir dari penyucian hati (*tazkiyat al-nafs*). Hati (*qalb*) yang telah dibersihkan dari hijab-hijab duniawi menjadi cermin yang mampu menerima cahaya ilahi secara langsung. Imam al-Ghazali, dalam perjalanan spiritualnya yang monumental, menemukan bahwa kepastian hakiki tidak dapat diraih melalui teologi dialektis (*kalam*) atau filsafat semata, melainkan melalui cahaya (*nur*) yang Allah Swt. pancarkan ke dalam hati<sup>1653</sup>. Baginya, "mata hati" (*'ayn al-qalb*) inilah yang mampu menyaksikan realitas-realitas spiritual yang tak terjangkau oleh indra fisik.

Hubungan antara intuisi (sebagai *kashf*) dan mimpi menjadi sangat jelas dalam pemikiran al-Ghazali. Ia menegaskan bahwa mimpi yang benar (*al-ru'ya al-sadiqah*) adalah salah satu dari sisa-sisa kenabian yang masih dapat diakses oleh manusia biasa. Hal ini sejalan dengan sabda Nabi Muhammad Saw., "Mimpi yang benar dari orang yang saleh adalah satu bagian dari empat puluh enam bagian kenabian"<sup>1654</sup>. Bagi al-Ghazali, mimpi yang benar bukanlah fantasi, melainkan sebuah bentuk persepsi dari *Lauh al-Mahfuz* (Lauful Mahfuz) yang diterima oleh jiwa ketika indra-indra eksternal terlelap. Namun, pesan-pesan ini seringkali bersifat simbolis dan memerlukan intuisi yang tajam untuk menafsirkannya, sebuah kemampuan yang diasah melalui kedekatan spiritual dengan Sang Sumber Pengetahuan. Mimpi, dengan demikian, menjadi wahana, dan intuisi adalah navigatornya.

Konsep ini mencapai puncak metafisikanya dalam pemikiran Muhyiddin Ibn 'Arabi. Bagi Ibn 'Arabi, alam semesta eksis dalam

berbagai tingkatan, dan di antara dunia spiritual murni dan dunia fisik terdapat alam perantara yang ia sebut '*alam al-khayal* atau *barzakh* (alam imajinal)<sup>1655</sup>. Alam ini adalah ranah di mana makna-makna spiritual mengambil bentuk-bentuk inderawi, dan ide-ide abstrak menjadi citra konkret. Mimpi adalah jendela utama menuju alam imajinal ini. Pengalaman transenden, termasuk wahyu mimpi (*wahyu al-manam*), terjadi ketika jiwa berkelana di '*alam al-khayal* dan menyaksikan realitas-realitas tersebut. Peran intuisi di sini menjadi krusial, bukan hanya untuk menerima, tetapi untuk melakukan *ta'wil* mengembalikan citra simbolis dalam mimpi ke makna spiritual asalnya. Kemampuan menafsirkan mimpi, seperti yang dianugerahkan kepada Nabi Yusuf a.s., adalah bentuk pengetahuan intuitif tingkat tinggi yang langsung diajarkan oleh Tuhan: "Dan demikianlah, Tuhanmu telah memilih engkau dan mengajarkan kepadamu takwil mimpi..." (QS. Yusuf: 6)<sup>1656</sup>.

Dengan demikian, terjalin sebuah benang merah yang kuat antara intuisi, mimpi, dan pengalaman transenden. Baik dalam filsafat Barat maupun tasawuf, intuisi dipahami sebagai modus kognisi yang melampaui batas-batas empiris dan rasional. Namun, dalam tasawuf, fakultas ini diangkat ke level teologis sebagai karunia ilahi yang memungkinkan komunikasi langsung dengan realitas yang lebih tinggi. Mimpi yang benar (*al-ru'ya al-sadiqah*) berfungsi sebagai salah satu medan utama di mana komunikasi ini berlangsung. Ia menjadi sebuah wahana epistemologis, membawa pesan-pesan dari alam gaib dalam bahasa simbolik. Untuk membukanya, diperlukan kunci berupa intuisi yang terasah oleh

kemurnian spiritual. Pada akhirnya, intuisi bukanlah sekadar firasat, melainkan sebuah jembatan sadar yang menghubungkan dunia fenomenal dengan realitas nomena, menjadikan mimpi bukan lagi sebagai ruang tidur kesadaran, tetapi sebagai panggung penyingkapan pengetahuan.

### **Dialektika antara Akal dan Intuisi: Sinergi dan Ketegangan**

Dunia mimpi merupakan sebuah lanskap misterius yang sejak lama memikat sekaligus membingungkan umat manusia. Sebagai fenomena universal, mimpi menjadi arena kontemplasi bagi para filsuf, nabi, ilmuwan, dan individu biasa. Namun, pendekatan untuk memahami pesan-pesan yang terkandung di dalamnya sering kali terpolarisasi antara dua kutub epistemologis utama: akal (*ratio*) dan intuisi (*kalbu* atau *qalb*). Akal menawarkan kerangka kerja yang logis, struktural, dan empiris, sementara intuisi menyajikan pemahaman yang bersifat langsung, holistik, dan sering kali transendental. Perdebatan mengenai superioritas salah satu dari keduanya telah melahirkan ketegangan historis. Akan tetapi, pemahaman yang komprehensif terhadap mimpi justru menuntut bukan sebuah pilihan, melainkan sebuah dialektika proses dinamis di mana akal dan intuisi bersinergi, saling mengoreksi, dan berkolaborasi untuk menyingkap makna yang lebih dalam.

Dalam tradisi pemikiran Barat modern, terutama sejak Pencerahan, akal ditempatkan pada posisi superior sebagai satu-satunya instrumen valid untuk memperoleh pengetahuan. Pendekatan ini melahirkan psikoanalisis Freud yang melihat mimpi

sebagai manifestasi hasrat tertekan yang dapat diurai secara logis, atau neurosains kontemporer yang memandangnya sebagai produk sampingan dari proses konsolidasi memori di otak selama tidur REM (Rapid Eye Movement)<sup>1657</sup>. Pendekatan rasional ini cenderung bersifat reduksionistis, mereduksi pengalaman mimpi yang kaya dan personal menjadi sekadar simbol universal atau aktivitas neuronal. Di sisi lain, tradisi spiritual dan mistik sering kali lebih mengandalkan intuisi atau kalbu, memandang mimpi sebagai pesan ilahiah atau kilasan dari alam bawah sadar kolektif yang maknanya dapat "dirasakan" secara langsung tanpa memerlukan analisis verbal yang rumit. Namun, pendekatan yang murni intuitif berisiko terjebak dalam subjektivitas yang tak terverifikasi dan interpretasi yang fantastis tanpa landasan realitas.

Harmonisasi antara akal dan kalbu menawarkan jalan tengah yang lebih produktif. Dalam kerangka epistemologi Islam, misalnya, akal dan kalbu bukanlah dua entitas yang saling bertentangan, melainkan dua "mata" yang saling melengkapi untuk memandang realitas. Al-Ghazali, dalam karyanya yang monumental *Ihya' Ulum al-Din*, menjelaskan bahwa kalbu adalah wadah bagi ma'rifah (pengetahuan langsung dari Tuhan), sementara akal berfungsi untuk mengolah, menyusun, dan memverifikasi pengetahuan tersebut agar dapat dipahami dan diaplikasikan<sup>1658</sup>. Konsep ini sangat relevan dalam penafsiran mimpi. Al-Qur'an sendiri mengisyaratkan pentingnya kalbu sebagai organ pemahaman yang lebih dalam dari sekadar otak, "Maka apakah mereka tidak berjalan di muka bumi, lalu mereka mempunyai hati

(qulub) yang dengan itu mereka dapat memahami..." (QS. Al-Hajj: 46)<sup>1659</sup> . Hadis Nabi Muhammad SAW juga menekankan sentralitas kalbu sebagai penentu kebaikan seluruh diri, yang secara metaforis menunjukkan perannya sebagai pusat pemahaman dan niat<sup>1660</sup> .

Dalam praktik penafsiran mimpi, harmonisasi ini bekerja secara dialektis. Intuisi (kalbu) menjadi pintu masuk pertama. Ia menangkap nuansa emosional dari mimpi, merasakan signifikansi sebuah simbol, atau memberikan "aha moment" tentang pesan utama mimpi tersebut. Ini adalah fase fenomenologis di mana pengalaman subjektif diakui sebagai data yang valid. Setelah itu, akal mengambil peran kritisnya. Ia mulai mengajukan pertanyaan: "Mengapa simbol ini yang muncul?", "Bagaimana mimpi ini terhubung dengan pengalaman saya dalam beberapa hari terakhir?", "Apakah ada pola yang berulang dalam mimpi-mimpi saya?". Akal menggunakan kerangka teoretis baik dari psikologi, seperti arketipe Jung<sup>1661</sup> , maupun dari tradisi spiritual untuk memberikan struktur dan konteks pada wawasan intuitif tersebut. Dengan demikian, intuisi mencegah interpretasi menjadi kering dan mekanis, sementara akal mencegahnya menjadi liar dan tidak berdasar. Sinergi ini melahirkan pemahaman yang personal sekaligus dapat dipertanggungjawabkan.

Untuk mengilustrasikan proses dialektis ini, mari kita kaji sebuah studi kasus hipotetis. Seorang profesional muda bernama "Alex" berulang kali bermimpi bahwa ia sedang berada di sebuah perpustakaan raksasa dengan rak-rak buku yang menjulang hingga

tak terlihat ujungnya. Namun, semua buku di perpustakaan itu kosong, tanpa satu pun tulisan. Dalam mimpi itu, ia merasakan campuran antara kekaguman dan frustrasi yang mendalam.

**Langkah 1: Pendekatan Intuitif (Kalbu)** Saat terbangun, perasaan pertama yang Alex identifikasi adalah frustrasi dan rasa hampa. Intuisi (kalbu)-nya secara langsung menangkap esensi emosional dari mimpi itu: sebuah potensi besar yang tak terpenuhi. Perpustakaan raksasa secara intuitif ia rasakan sebagai simbol pengetahuan, karier, dan potensi hidupnya. Buku-buku kosong menyiratkan perasaan bahwa, meskipun ia memiliki banyak peluang (banyaknya buku), ia merasa usahanya sia-sia atau ia tidak mampu "mengisi" potensi tersebut dengan makna atau pencapaian nyata. Perasaan kagum pada skala perpustakaan menunjukkan bahwa ia sebenarnya sadar akan potensinya yang besar, namun perasaan frustrasi mendominasi karena potensi itu belum termanifestasi. Ini adalah pemahaman holistik dan langsung yang diterima oleh kalbu.

**Langkah 2: Intervensi Rasional (Akal)** Setelah menangkap pesan intuitif tersebut, Alex menerapkan akalinya untuk menganalisis lebih lanjut.

- **Kontekstualisasi:** Akalnya menghubungkan mimpi ini dengan situasi hidupnya. Ia baru saja menyelesaikan proyek besar di tempat kerja, tetapi tidak menerima pengakuan yang ia harapkan. Ia juga merasa terjebak dalam rutinitas harian yang tidak lagi memberinya tantangan intelektual. Akal

mengidentifikasi pemicu di dunia nyata yang selaras dengan perasaan "buku kosong" dalam mimpinya.

- **Analisis Simbolik Terstruktur:** Akal mulai membedah simbol secara lebih sistematis. Perpustakaan bisa dianalisis menggunakan lensa psikologi Jungian sebagai simbol *collective unconscious* atau potensi diri yang belum tereksplorasi. Buku-buku kosong bisa dilihat sebagai manifestasi dari apa yang disebut psikolog eksistensial sebagai "kekosongan eksistensial" (existential void), sebuah perasaan ketiadaan makna<sup>1662</sup>. Akal memberikan bahasa dan kerangka teoretis pada apa yang sebelumnya hanya "dirasakan" oleh intuisi.
- **Pertanyaan Kritis:** Akal mengajukan pertanyaan untuk tindakan selanjutnya: "Apa yang bisa saya lakukan untuk mulai 'menulis' di buku-buku kosong ini?", "Apakah saya perlu mencari tantangan baru dalam karier saya?", "Bagaimana saya dapat menemukan kembali makna dalam pekerjaan saya?".

**Langkah 3: Sintesis Dialektis** Hasil akhir bukanlah sekadar perasaan intuitif tentang kehampaan atau analisis rasional tentang kondisi kerja. Sintesis dari keduanya menghasilkan sebuah wawasan yang transformatif dan dapat ditindaklanjuti. Alex menyimpulkan: "Mimpi ini adalah panggilan dari alam bawah sadar saya. Intuisi saya memberitahukan tentang rasa frustrasi eksistensial yang mendalam, sementara akal saya membantu saya melacak sumbernya pada karier saya yang stagnan dan kurangnya pengakuan. Mimpi ini bukan sekadar cerminan masalah, tetapi juga

undangan untuk secara proaktif mencari cara baru untuk mengisi 'buku' hidup saya dengan pengetahuan, pengalaman, dan makna yang otentik."

Melalui proses dialektis ini, mimpi tersebut bertransformasi dari sekadar gambaran malam yang aneh menjadi sebuah kompas internal yang kuat. Ketegangan antara misteri yang dirasakan oleh kalbu dan kebutuhan akan kejelasan yang dituntut oleh akal telah melahirkan sebuah sinergi yang produktif. Interpretasi yang dihasilkan menjadi kaya secara emosional, relevan secara personal, dan logis secara struktural. Dengan demikian, dialektika antara akal dan intuisi bukan hanya sebuah metode, melainkan sebuah seni untuk menerjemahkan bahasa simbolik jiwa ke dalam peta jalan menuju pemahaman diri (ma'rifat al-nafs) yang lebih utuh.

### **Filsafat Keheningan dalam Mimpi Keheningan sebagai Dimensi Kesadaran Spiritual**

Dalam diskursus mengenai kesadaran, mimpi seringkali diposisikan sebagai sebuah teater internal panggung bagi manifestasi simbol, memori, dan hasrat yang tertekan. Namun, eksplorasi yang lebih mendalam menyingkapkan bahwa esensi dari pengalaman mimpi tidak hanya terletak pada narasi visual atau emosionalnya, melainkan pada sebuah fondasi yang seringkali terabaikan: keheningan. Keheningan dalam konteks ini bukanlah sekadar absensi suara, melainkan sebuah ruang ontologis yang memungkinkan kesadaran untuk beroperasi pada frekuensi yang berbeda. Ia adalah kanvas sunyi di mana psike melukiskan

realitasnya yang paling otentik. Memahami mimpi melalui lensa filsafat keheningan membuka jalan untuk mengapresiasi fenomena ini bukan sebagai gangguan tidur, melainkan sebagai portal menuju dimensi kesadaran yang lebih murni dan *transendental*.

Keheningan, dalam tradisi kontemplatif maupun filsafat modern, merupakan sebuah kondisi esensial bagi pencapaian wawasan spiritual dan pemahaman diri yang mendalam. Ia berfungsi sebagai jeda dari riuh rendahnya informasi eksternal dan monolog internal yang tak berkesudahan, yang mendominasi kesadaran kita saat terjaga. Dalam keheningan inilah ego yang kalkulatif dan reaktif mulai surut, memberikan ruang bagi bentuk kesadaran yang lebih reseptif dan intuitif untuk muncul ke permukaan. Keterkaitan antara keheningan, kesadaran, dan dunia mimpi menjadi sangat relevan ketika kita menganalisisnya melalui kerangka pemikiran filsuf seperti Martin Heidegger dan komposer-filsuf John Cage.

Konsep filsafat keheningan yang digagas oleh Martin Heidegger, terutama melalui gagasannya tentang *Gelassenheit* (keterlepasan atau membiarkan-ada), memberikan fondasi filosofis yang kuat untuk memahami peran keheningan dalam mimpi.<sup>1663</sup> Heidegger membedakan antara dua mode berpikir: "pemikiran kalkulatif" (*calculative thinking*) yang bertujuan untuk merencanakan, mengatur, dan menguasai dunia, dengan "pemikiran meditatif" (*meditative thinking*) yang bersifat kontemplatif dan terbuka pada hakikat Ada (*Being*). Pemikiran kalkulatif adalah "kebisingan" dari pikiran terjaga analisis, kekhawatiran, dan proyeksi ego. Tidur, secara inheren, memaksa kita untuk melepaskan pemikiran

kalkulatif ini. Dalam "keheningan" paksa inilah, kesadaran memasuki mode yang lebih dekat dengan pemikiran meditatif. Mimpi, dengan demikian, dapat dipandang sebagai manifestasi dari "suara Ada" yang berbicara melalui simbol ketika kebisingan ego telah diredam. Mimpi adalah buah dari *Gelassenheit*, di mana jiwa tidak lagi mencoba mengontrol, melainkan hanya menerima dan menyaksikan apa yang muncul dari kedalaman.

Relevansi ini diperkaya oleh pendekatan radikal John Cage terhadap keheningan. Melalui komposisinya yang terkenal, *4'33"*, Cage mendemonstrasikan bahwa keheningan absolut adalah sebuah ilusi.<sup>1664</sup> Dalam ketiadaan musik yang disengaja, pendengar justru menjadi sadar akan suara-suara ambien yang sebelumnya terabaikan: batuk penonton, deru pendingin udara, suara dari luar gedung. Bagi Cage, keheningan bukanlah kekosongan, melainkan sebuah bingkai yang memungkinkan kita untuk menyadari apa yang sudah ada di sana. Jika diaplikasikan pada mimpi, konsep ini sangat mencerahkan. "Keheningan" tidur bukanlah ruang hampa, melainkan sebuah bingkai yang mengisolasi kesadaran dari stimulus eksternal, sehingga "suara-suara ambien" dari dunia internal arketipe, emosi yang belum terselesaikan, intuisi dapat didengar dengan lebih jelas.<sup>1665</sup> Dalam kebisingan kehidupan sehari-hari, pesan-pesan dari alam bawah sadar ini tenggelam. Namun, dalam keheningan malam, mereka menjadi satu-satunya "musik" yang dimainkan, menuntut untuk didengarkan.

Dengan demikian, keheningan menjadi prasyarat mutlak bagi munculnya wawasan dari mimpi. Ia adalah kondisi fundamental

yang memungkinkan terjadinya transisi dari kesadaran ego yang sempit menuju kesadaran psike yang lebih luas. Tanpa heningnya dunia eksternal dan meredanya pikiran kalkulatif, mimpi akan tetap menjadi fenomena yang tidak dapat diakses atau, jika diingat, hanya akan diinterpretasikan melalui lensa ego yang terbatas. Praktik spiritual kuno telah lama mengakui hal ini. Dalam tradisi Islam, misalnya, malam hari (*lail*) dianjurkan sebagai waktu untuk refleksi mendalam (*tafakkur*) dan komunikasi intim dengan Tuhan, seperti yang tersirat dalam perintah untuk bangun di malam hari untuk beribadah.<sup>1666</sup> Keheningan malam dipandang sebagai waktu terbaik untuk menerima petunjuk ilahi, sebuah paralel langsung dengan bagaimana mimpi berfungsi sebagai medium wawasan dalam keheningan tidur. Nabi Muhammad sendiri menerima wahyu pertamanya dalam keheningan dan kesendirian di Gua Hira, sebuah kondisi yang menekan "kebisingan" dunia Mekkah dan membuka "ruang dengar" untuk wahyu transendental.<sup>1667</sup>

Pada akhirnya, keheningan dalam konteks mimpi adalah sebuah ruang hermeneutik. Ia adalah kondisi yang memungkinkan kita tidak hanya untuk *mengalami* mimpi, tetapi juga untuk *memahaminya*. Ketika kita terbangun dan mencoba menafsirkan mimpi, kita sedang mencoba membawa pesan dari dunia hening itu ke dalam dunia yang bising. Semakin kita mampu membudayakan keheningan dalam kehidupan terjaga kita melalui meditasi, kontemplasi, atau sekadar jeda dari stimulasi konstan semakin terampil kita dalam menerjemahkan bahasa simbolis mimpi. Keheningan, oleh karena itu, bukan hanya latar belakang pasif bagi mimpi, melainkan dimensi

aktif dan esensial dari kesadaran itu sendiri, yang tanpanya, bisikan-bisikan jiwa yang paling dalam akan selamanya tak terdengar.<sup>1668</sup>

### **Keheningan dalam Tradisi Tasawuf dan Meditasi**

Keheningan (*as-samt*), dalam panorama spiritualitas manusia, bukanlah sekadar ketiadaan stimuli auditori. Ia merupakan sebuah kondisi eksistensial yang aktif, sebuah ruang batin yang sengaja diciptakan untuk memfasilitasi perjumpaan dengan dimensi realitas yang lebih subtil. Dalam tradisi tasawuf dan berbagai bentuk meditasi Timur, keheningan dipandang sebagai gerbang utama menuju pengetahuan diri (*ma'rifat an-nafs*) dan pengetahuan Ilahi (*ma'rifatullah*). Praktik ini bukan tentang pengosongan pikiran secara hampa, melainkan tentang pembungkaman diskursus ego yang tak henti-hentinya bergema, sehingga "suara" yang lebih dalam suara hati nurani (*qalb*) dan ilham Ilahi dapat terdengar. Keheningan menjadi laboratorium alkimia spiritual, tempat kesadaran mentah diolah menjadi persepsi yang murni dan intuisi yang tajam. Para sufi meyakini bahwa hati yang bising oleh hiruk pikuk dunia dan gejolak nafsu tak akan mampu menjadi cermin yang memantulkan Cahaya Ilahi; ia harus dipoles melalui disiplin keheningan hingga bening tak bercela.<sup>1669</sup>

Dalam disiplin tasawuf, dzikir (*remembrance*) dan murakabah (*contemplative watchfulness*) adalah dua pilar utama yang menopang bangunan keheningan internal. Dzikir, yang secara esensial adalah pengingatan terus-menerus kepada Tuhan, sebagaimana diperintahkan dalam Al-Qur'an, "*Maka ingatlah kepada-Ku, niscaya Aku akan ingat kepadamu...*" (QS. Al-

Baqarah<sup>1670</sup>: 152), pada tingkat lanjutannya bertransformasi dari dzikir lisan (*jahri*) menjadi dzikir hati (*khafi*).<sup>1671</sup> Dzikir khafi inilah yang merupakan esensi dari keheningan aktif; ia adalah pengulangan Nama Suci dalam kesunyian batin yang paling dalam, yang secara bertahap menyingkirkan segala bentuk "suara" lain yang memenuhi ruang kesadaran. Proses ini secara neuro-saintifik dapat dianalogikan dengan penurunan aktivitas pada *Default Mode Network* (DMN) di otak, yakni jaringan yang bertanggung jawab atas pikiran yang mengembara dan pemikiran berorientasi ego. Dengan memfokuskan atensi pada satu titik sakral, aktivitas DMN mereda, menciptakan kondisi mental yang tenang dan hening.<sup>1672</sup>

Murakabah, di sisi lain, adalah praktik keheningan dalam bentuk kewaspadaan kontemplatif. Seorang *salik* (penempuh jalan spiritual) melatih dirinya untuk senantiasa merasa diawasi oleh Tuhan, sebuah kesadaran yang melahirkan keheningan penuh hormat dan ketakziman. Praktik ini membungkam dorongan impulsif dan dialog internal yang didasari oleh ego, karena sang praktisi menyadari bahwa setiap gerak-gerik hati termonitor oleh Yang Maha Melihat. Dalam kondisi hening yang tercipta dari dzikir dan murakabah inilah, seorang individu menjadi lebih reseptif terhadap pesan-pesan simbolik yang hadir melalui mimpi. Tradisi Islam membedakan secara tegas antara mimpi biasa yang merupakan residu psikologis (*adhghath al-ahlam*) dan mimpi sejati (*ru'ya saliha*), yang dianggap sebagai salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian.<sup>1673</sup> Keheningan batin yang terlatih mempertajam kemampuan untuk membedakan keduanya; ia menyaring "derau" psikologis dan memungkinkan "sinyal" spiritual

dari mimpi sejati untuk diterima dengan jernih. Mimpi tidak lagi menjadi sekadar fragmen acak, melainkan data spiritual yang dapat diinterpretasikan dalam ruang batin yang tenang.

Lebih dari sekadar alat untuk menerima dan menafsirkan mimpi, keheningan adalah arena tempat terjadinya transendensi makna mimpi itu sendiri. Transendensi di sini berarti melampaui level simbolik-naratif dari sebuah mimpi untuk menyentuh realitas hakiki (*haqiqah*) yang dirujuknya. Mimpi, dalam pandangan sufistik, sering kali merupakan sebuah teka-teki atau metafora yang menunjuk pada suatu keadaan spiritual atau kebenaran yang lebih tinggi. Tanpa ruang keheningan, kesadaran akan cenderung terjebak pada analisis literal atau rasionalisasi ego terhadap simbol-simbol tersebut. Namun, ketika seorang praktisi membawa pengalaman mimpinya ke dalam keheningan meditatif pasca-terjaga, ia membuka sebuah ruang kontemplatif di mana makna mimpi dapat terurai secara intuitif.

Keheningan menciptakan jarak psikologis antara sang pengamat (kesadaran murni) dan objek yang diamati (pengalaman mimpi). Dalam jarak ini, ego tidak lagi mendominasi proses interpretasi. Sebaliknya, hati (*qalb*) yang telah menjadi bening melalui latihan spiritual, mengambil alih fungsi sebagai organ persepsi spiritual. Simbol yang muncul dalam mimpi entah itu air, cahaya, gunung, atau figur tertentu tidak lagi dilihat sebagai objek terpisah, melainkan sebagai manifestasi dari arketipe universal atau sebagai pesan langsung yang relevan dengan kondisi batin sang pemimpi.<sup>1674</sup> Keheningan memungkinkan terjadinya *ta'wil*, yaitu proses hermeneutik spiritual yang mengembalikan sebuah simbol

kepada asal-usulnya yang sejati. Dengan demikian, mimpi tidak menjadi titik akhir, melainkan sebuah gerbang pembuka. Keheningan adalah kunci yang membuka gerbang tersebut, memungkinkan pejalan spiritual untuk tidak hanya memahami peta (mimpi), tetapi juga untuk melangkah memasuki wilayah (realitas spiritual) yang digambarkannya. Pada puncaknya, keheningan melarutkan dualitas antara pemimpi, mimpi, dan makna mimpi, menyatukannya dalam sebuah pengalaman kesadaran non-dual yang mencerahkan.

Keheningan dalam tradisi tasawuf dan meditasi bukanlah suatu keadaan pasif, melainkan sebuah disiplin spiritual yang cangguh dan bertujuan. Melalui praktik seperti dzikir dan murakabah, keheningan internal dibudidayakan untuk menjernihkan persepsi, memungkinkan individu untuk menerima dan memahami pesan-pesan subtil dari alam mimpi. Lebih jauh lagi, keheningan menyediakan ruang sakral untuk transendensi, di mana makna simbolik sebuah mimpi dapat dilampaui untuk mencapai pemahaman intuitif tentang realitas spiritual yang mendasarinya. Ia adalah medium esensial yang menghubungkan dunia kesadaran terjaga dengan lanskap batin yang kaya, mengubah mimpi dari sekadar bunga tidur menjadi jembatan menuju pencerahan.

### **Keheningan dan Dimensi Bawah Sadar**

Keheningan, dalam wacana modern yang didominasi oleh kebisingan informasi dan stimulasi sensorik tanpa henti, sering kali disalahartikan sebagai kekosongan atau ketiadaan. Namun, dari perspektif psikologi mendalam dan tradisi spiritual, keheningan

justru merupakan sebuah *locus* ruang subur di mana dimensi-dimensi tersembunyi dari kesadaran manusia dapat bermanifestasi. Ia bukanlah sekadar absensi suara, melainkan sebuah kehadiran yang aktif, sebuah kanvas primordial tempat alam bawah sadar melukiskan realitasnya. Hubungan antara keheningan, alam bawah sadar, dan dunia mimpi membentuk sebuah dialektika yang kompleks, tempat simbol-simbol arkais muncul untuk mengkomunikasikan pesan-pesan yang melampaui batas bahasa verbal. Teks ini akan mengelaborasi bagaimana keheningan berfungsi sebagai jembatan menuju alam bawah sadar, menganalisis manifestasinya dalam simbolisme mimpi, serta menelaah implikasi psikologis dan spiritual yang terkandung di dalamnya.

Relasi antara keheningan dan alam bawah sadar dapat dipahami sebagai sebuah portal. Ketika hiruk pikuk eksternal diredam baik melalui meditasi, kontemplasi, maupun kondisi menjelang tidur ego yang sadar mulai mengendurkan cengkeramannya. Dalam kondisi inilah, alam bawah sadar yang selama ini terdesak oleh tuntutan realitas eksternal mendapatkan ruang untuk bersuara. Psikolog Carl Gustav Jung berteori bahwa alam bawah sadar tidak hanya berisi pengalaman-pengalaman personal yang tertekan, tetapi juga "ketidaksadaran kolektif" yang dihuni oleh arketipe pola-pola universal dan citra-citra primordial yang diwariskan dari leluhur manusia.<sup>1675</sup> Mimpi adalah wahana utama di mana arketipe ini mengemuka, dan keheningan adalah kondisi yang memfasilitasi perjalanan menuju kedalaman tersebut. Dalam keheningan, pikiran

tidak lagi terdistraksi oleh data eksternal, memungkinkannya untuk berpaling ke dalam dan mendengarkan "suara" dari lapisan kesadaran yang lebih dalam. Penelitian neurosains modern mendukung gagasan ini melalui studi tentang *Default Mode Network* (DMN), sebuah jaringan otak yang menjadi aktif justru ketika pikiran sedang beristirahat dan tidak fokus pada tugas eksternal, yang sangat berkorelasi dengan introspeksi dan pemikiran tentang diri.<sup>1676</sup>

Di dalam ruang hening inilah, simbolisme mimpi menemukan ekspresinya yang paling murni. Mimpi tidak berkomunikasi melalui logika linear atau sintaksis formal, melainkan melalui bahasa simbol, metafora, dan alegori. Ketika keheningan mendominasi pengalaman mimpi misalnya, mimpi berada di lanskap yang sunyi senyap, atau ketika sang pemimpi tidak mampu bersuara hal ini sering kali membawa muatan simbolis yang kuat. Keheningan dalam mimpi bisa menjadi representasi dari perasaan terisolasi, ketidakberdayaan, atau ketidakmampuan untuk mengartikulasikan sebuah kebenaran yang terpendam. Sebaliknya, ia juga dapat melambangkan keadaan damai yang mendalam, penerimaan, atau sebuah ruang suci sebelum terjadinya sebuah pencerahan atau transformasi. Dalam tradisi tafsir mimpi Islam, sebagaimana dicontohkan dalam kisah Nabi Yusuf AS, mimpi dipandang sebagai wahana komunikasi ilahiah yang sarat dengan simbol yang perlu ditakwilkan untuk mengungkap kebenaran yang tersembunyi.<sup>1677</sup> Keheningan dalam konteks ini bisa menjadi simbol penyerahan diri (*taslim*) secara total kepada kehendak Ilahi, di mana ego telah sirna

dan jiwa siap menerima petunjuk tanpa distorsi. Implikasi psikologis dari interaksi antara keheningan dan mimpi sangat signifikan. Dari sudut pandang psikoanalisis, mimpi yang muncul dari atau dalam keheningan dapat menjadi sarana katarsis, di mana emosi-emosi yang tertekan seperti kemarahan, kesedihan, atau ketakutan diekspresikan secara simbolis dalam sebuah "teater" internal yang aman.<sup>1678</sup> Proses ini memungkinkan individu untuk menghadapi aspek-aspek "bayangan" (*shadow*) dari dirinya bagian-bagian kepribadian yang tidak diakui atau ditolak oleh kesadaran dan memulai proses integrasi psikologis. Keheningan dalam mimpi, misalnya mimpi berteriak tanpa suara, dapat menandakan trauma yang belum terselesaikan di mana korban merasa suaranya tidak didengar atau direnggut.<sup>1679</sup> Menganalisis dan memahami simbolisme ini dalam terapi dapat menjadi langkah krusial menuju penyembuhan. Dengan demikian, keheningan tidak lagi menjadi tanda kekosongan, melainkan petunjuk penting menuju luka batin yang membutuhkan perhatian dan rekonsiliasi.

Di sisi lain, implikasi spiritual dari keheningan dalam pengalaman mimpi mengarah pada dimensi transendental. Dalam banyak tradisi mistik, keheningan adalah prasyarat untuk mendengar "suara Tuhan" atau mencapai penyatuan dengan Yang Absolut. Praktik *khalwah* (pengasingan diri) dalam sufisme, misalnya, bertujuan untuk meminimalisir gangguan eksternal agar seorang salik dapat menyelami samudra keheningan batin dan menerima *ilham* (inspirasi ilahiah). Mimpi yang dialami dalam kondisi spiritual seperti ini sering kali dianggap sebagai *Ru'ya*

*Sadiqah* (mimpi yang benar), yang menurut tradisi kenabian merupakan "satu dari empat puluh enam bagian kenabian".<sup>1680</sup> Dalam konteks ini, keheningan dalam mimpi bukanlah kekosongan makna, melainkan kepenuhan makna yang melampaui kata-kata. Ia adalah pengalaman langsung akan kehadiran (*presence*) yang sakral, sebuah pengetahuan intuitif (*ma'rifah*) yang tidak dapat diperoleh melalui diskursus rasional. Keheningan menjadi simbol dari realitas ilahiah itu sendiri, yang tidak dapat dibatasi oleh deskripsi verbal namun dapat dialami secara langsung oleh jiwa yang tenang.<sup>1681</sup>

Keheningan bukanlah sebuah ruang hampa, melainkan sebuah portal dinamis menuju dimensi bawah sadar yang kaya akan makna. Melalui medium mimpi, alam bawah sadar memanfaatkan keheningan untuk mengkomunikasikan kebenaran-kebenaran personal dan arketipal melalui bahasa simbol yang puitis dan mendalam. Fenomena ini memiliki implikasi ganda yang saling melengkapi: secara psikologis, ia menawarkan jalur menuju penyembuhan, katarsis, dan integrasi diri dengan mengungkap konflik dan trauma yang terpendam. Secara spiritual, ia membuka pintu bagi pengalaman transendental, kontemplasi mendalam, dan komunikasi dengan dimensi sakral. Dengan belajar menghargai dan "mendengarkan" keheningan, baik dalam keadaan terjaga maupun dalam tidur, manusia dapat memulai perjalanan introspektif untuk memahami lapisan terdalam dari eksistensinya, menemukan harmoni di tengah kekacauan, dan menyentuh esensi realitas yang melampaui dunia inderawi.

## **Mimpi sebagai Medan Peregangan antara Jiwa dan Realitas Mutlak**

### **Konsep Jiwa dan Realitas Mutlak dalam Filsafat dan Tasawuf**

Mimpi, dalam lintasan peradaban manusia, sering kali dipandang sebagai fenomena enigmatik yang bersemayam di perbatasan antara kesadaran dan ketidaksadaran, antara yang profan dan yang sakral. Lebih dari sekadar bunga tidur atau residu psikologis dari aktivitas harian, diskursus filsafat dan tradisi mistik khususnya tasawuf menempatkan mimpi pada posisi yang jauh lebih fundamental. Ia dipahami sebagai sebuah medan peregangan (*field of tension*), sebuah arena metafisik di mana jiwa individual (*al-nafs al-juz'iyah*) mengalami dialektika ontologis yang intens dengan Realitas Mutlak (*al-Haqq*). Dalam ruang liminal ini, batasan-batasan empiris yang membelenggu jiwa dalam keadaan terjaga menjadi lumer, memungkinkan terjadinya sebuah dialog sunyi yang mengungkap hakikat diri dan semesta.

Untuk memahami mimpi sebagai medan peregangan ontologis, pertama-tama kita harus mengurai dua kutub yang terlibat dalam dialektika ini: jiwa dan Realitas Mutlak. Kajian ontologis mengenai jiwa (*psyche, soul, nafs, rūh*) memiliki akar yang mendalam dalam filsafat. Plato, misalnya, memandang jiwa sebagai entitas abadi yang terpenjara dalam tubuh fisik. Sebelum inkarnasinya, jiwa berdiam di dunia Ide (*world of Forms*), sebuah alam non-material yang berisi esensi sejati dari segala sesuatu. Bagi Plato, pengetahuan sejati adalah proses pengingatan kembali (*anamnesis*) terhadap apa yang telah diketahui jiwa di alam luhur

tersebut.<sup>1682</sup> Dalam tradisi Islam, konsep jiwa lebih kompleks dan berlapis. Al-Qur'an menggunakan istilah seperti *nafs* dan *rūḥ*. *Nafs* sering kali merujuk pada diri, ego, atau aspek psikologis yang bertingkat mulai dari *nafs al-ammārah* (jiwa yang memerintahkan keburukan) hingga *nafs al-muṭmainnah* (jiwa yang tenang). Sementara itu, *rūḥ* (roh) memiliki konotasi yang lebih transenden, digambarkan sebagai "urusan Tuhanku," sebuah hembusan ilahi yang menjadikan manusia entitas spiritual.<sup>1683</sup> Misteri *rūḥ* ini mengisyaratkan bahwa pada esensinya, jiwa manusia memiliki koneksi primordial dengan sumber yang melampaui dunia materi.

Di kutub yang berlawanan, terdapat konsep Realitas Mutlak Wujud Tunggal yang menjadi sumber dan tujuan segala eksistensi. Dalam terminologi tasawuf, Realitas Mutlak ini adalah *al-Haqq* (Yang Maha Benar, Yang Maha Nyata), Tuhan itu sendiri. Teori metafisika sufi, terutama yang dirumuskan oleh Muhyiddin Ibn 'Arabi, menegaskan doktrin *Wahdat al-Wujud* (Kesatuan Wujud). Menurut pandangan ini, tidak ada wujud yang hakiki selain Wujud Tuhan. Seluruh alam semesta, dengan segala keragamannya, tidak lain adalah manifestasi (*tajalliyāt*) atau penampakan diri (*theophanies*) dari Asma dan Sifat-Nya.<sup>1684</sup> Dengan demikian, setiap entitas di alam semesta, termasuk jiwa manusia, adalah cermin yang memantulkan salah satu aspek dari Wujud Absolut tersebut. Realitas yang kita alami sehari-hari adalah realitas yang terfragmentasi dan terhibab, sementara Realitas Mutlak adalah

Kesatuan yang tak terbagi dan tak terbatas yang mendasari segalanya.

Peran mimpi sebagai arena dialektika ontologis menjadi sentral di titik ini. Ketika tubuh beristirahat, jiwa terutama dimensi *rūḥ*-nya mengalami semacam kelonggaran dari cengkeraman indra jasmani. Dalam kondisi inilah jiwa mampu mengakses dimensi eksistensi yang lebih halus, yang oleh para filsuf Islam seperti Suhrawardi dan kemudian dipopulerkan oleh Henry Corbin disebut sebagai *'ālam al-mithāl* atau *mundus imaginalis* (alam imajinal).<sup>1685</sup> Alam ini bukanlah alam fantasi subjektif, melainkan sebuah alam perantara (*barzakh*) yang objektif, terletak di antara dunia spiritual murni dan dunia material. Di *'ālam al-mithāl*, makna-makna spiritual mengambil bentuk-bentuk simbolis dan arketipal. Inilah panggung di mana dialektika itu terjadi: jiwa yang partikular (*juz'ī*) bertemu dengan manifestasi dari Realitas yang universal (*kullī*) dalam bahasa simbol yang melampaui logika diskursif dunia terjaga.

Dialektika ini adalah sebuah "peregangan" karena ia memaksa jiwa keluar dari zona kenyamanan perseptualnya. Dalam mimpi yang benar (*ru'yā ṣāliḥah*), yang menurut tradisi kenabian adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian,<sup>1686</sup> jiwa tidak lagi menjadi subjek yang pasif. Ia berinteraksi, diberi peringatan, menerima ilham, atau menyaksikan kebenaran-kebenaran metafisik yang tersembunyi di balik tabir (*hijāb*) dunia inderawi. Pertemuan dengan simbol-simbol arketipal seperti air yang melambangkan ilmu, cahaya yang melambangkan petunjuk, atau kegelapan yang melambangkan kebingungan merupakan

proses *ta'wīl*, atau penyingkapan makna batin dari bentuk lahiriah. Proses ini meregangkan kapasitas epistemologis jiwa, memungkinkannya menangkap realitas melalui modus intuisi (*kashf* atau *mukāshafah*) ketimbang sekadar rasionalitas. Mimpi, dengan demikian, bukan hanya tentang "apa yang akan terjadi," tetapi lebih dalam lagi, tentang "apa hakikat sesuatu" dari perspektif yang lebih dekat dengan Realitas Mutlak. Ia menjadi cermin ontologis yang memantulkan posisi jiwa dalam perjalanannya kembali (*involusi*) menuju Sumbernya, yakni *al-Haqq*. Ini adalah momen di mana keterbatasan diri bertemu dengan ketidakterbatasan Wujud, sebuah peregangan yang bisa jadi menyakitkan, mencerahkan, atau mentransformasikan, namun senantiasa signifikan secara spiritual.<sup>1687</sup>

### **Fenomena Peregangan Kesadaran dalam Mimpi**

Mimpi, dalam lintasan sejarah pemikiran manusia, telah lama menjadi subjek yang mempesona sekaligus misterius. Ia tidak hanya dipandang sebagai serangkaian citra acak yang dihasilkan oleh otak yang beristirahat, tetapi juga sebagai sebuah portal menuju dimensi pengalaman yang lebih dalam. Salah satu fenomena paling menarik dalam studi mimpi adalah apa yang dapat kita sebut sebagai "peregangan kesadaran" (*the stretching of consciousness*). Fenomena ini merujuk pada pengalaman subjektif di mana batasan-batasan normal dari kesadaran seperti persepsi linear terhadap waktu, ruang yang terikat oleh hukum fisika, dan identitas diri yang tunggal menjadi lentur, meluas, atau bahkan lenyap sama sekali.

Analisis terhadap pengalaman ini, baik dari sudut pandang fenomenologis maupun psikologis, membuka sebuah diskursus mendalam tentang fungsi mimpi sebagai jembatan potensial yang menghubungkan realitas lahiriah (empiris) dengan dimensi-dimensi metafisis dari eksistensi.

Secara fenomenologis, pengalaman peregangan kesadaran dalam mimpi termanifestasi secara gamblang dalam distorsi ruang dan waktu. Di dalam lanskap mimpi, seorang individu dapat mengalami peristiwa yang berlangsung selama bertahun-tahun hanya dalam beberapa menit waktu tidur objektif, sebuah fenomena yang dikenal sebagai dilatasi waktu subjektif.<sup>1688</sup>Ruang tidak lagi terikat pada geometri Euklidian yang kaku; seseorang dapat berpindah dari satu lokasi ke lokasi lain secara instan, menembus dinding, atau berada di beberapa tempat sekaligus. Pengalaman ini bukanlah sekadar kegagalan otak dalam mereplikasi realitas, melainkan merupakan sebuah mode eksistensi di mana kesadaran beroperasi di luar kerangka kerja fisik-material yang membatasinya saat terjaga. Sensasi “peregangan” ini juga terjadi pada konsep diri (ego). Identitas pemimpi bisa menjadi sangat cair: ia bisa menjadi dirinya sendiri, seorang pengamat yang tak terlihat dari kejadian, atau bahkan menyatu dengan karakter atau objek lain dalam mimpi.<sup>1689</sup>Disolusi batas ego ini memberikan pengalaman langsung tentang keterhubungan dan peleburan, sebuah kondisi yang jarang sekali tercapai dalam kesadaran normal yang senantiasa terpisah dan terdefinisi.

Dari perspektif psikologis, khususnya dalam tradisi psikoanalisis dan psikologi analitis, peregangan kesadaran ini dipandang sebagai manifestasi dari interaksi antara kesadaran ego dengan lapisan-lapisan jiwa yang lebih dalam. Carl Gustav Jung, misalnya, ber teori bahwa mimpi adalah arena di mana kesadaran personal ber dialog dengan *ketidaksadaran kolektif* sebuah gudang universal berisi pengalaman, simbol, dan arketipe yang diwarisi oleh seluruh umat manusia.<sup>1690</sup> Menurut Jung, ketika ego yang waspada melemah dalam tidur, arketipe-arketipe seperti *Anima/Animus, Shadow,* dan *Self* dapat muncul ke permukaan dalam bentuk citra-citra mimpi yang kuat dan sering kali terasa “lebih nyata dari kenyataan.” Peregangan kesadaran, dalam konteks ini, adalah proses di mana kesadaran individu melampaui batas-batas personalnya untuk menyentuh warisan psikis universal ini, memungkinkan terjadinya wawasan, penyembuhan, dan proses individuasi.

Analisis neurosains modern memberikan landasan biologis bagi fenomena ini. Selama tidur REM (Rapid Eye Movement), fase di mana mimpi yang paling jelas terjadi, aktivitas otak menunjukkan pola yang unik. Korteks prefrontal dorsolateral, yang bertanggung jawab atas pemikiran logis, perencanaan, dan kesadaran diri yang kritis, menunjukkan penurunan aktivitas. Sebaliknya, area-area limbik seperti amigdala (pusat emosi) dan hipokampus (pusat memori), serta korteks visual, menjadi sangat aktif.<sup>1691</sup> Kombinasi dari logika yang tumpul dan emosi serta memori yang meluap-luap inilah yang menciptakan kondisi ideal bagi kesadaran untuk “meregang” bebas dari sensor internal dan batasan rasional,

sehingga mampu merangkai narasi yang fantastis, emosional, dan simbolis. Dengan demikian, kondisi neurologis otak saat bermimpi bukanlah penyebab tunggal dari pengalaman tersebut, melainkan medium fisik yang memungkinkan dimensi kesadaran yang lebih luas untuk berekspresi.

Peran mimpi sebagai jembatan antara dunia lahiriah dan metafisis tidak hanya menjadi wilayah spekulasi filosofis atau psikologis, tetapi juga merupakan bagian integral dari banyak tradisi spiritual dan keagamaan. Dalam epistemologi Islam, mimpi menempati posisi yang istimewa. Terdapat perbedaan yang jelas antara mimpi biasa (*adhghathu ahlam*) dan mimpi yang benar (*al-ru'ya al-sadiqa*), yang dianggap sebagai salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian.<sup>1692</sup> Nabi Muhammad SAW menyatakan bahwa mimpi yang benar berasal dari Allah, berfungsi sebagai pembawa kabar gembira atau peringatan. Kisah Nabi Yusuf AS dalam Al-Qur'an menjadi contoh paradigmatik tentang bagaimana mimpi dapat menyingkap pengetahuan metafisis tentang masa depan dan takdir yang tersembunyi dari persepsi indrawi biasa.<sup>1693</sup> Dalam konteks ini, peregangan kesadaran dalam mimpi bukanlah ilusi, melainkan sebuah pembukaan tabir (*kashf*) yang memungkinkan jiwa untuk mengakses realitas dari *'alam al-ghayb* (dunia gaib).

Dengan demikian, fenomena peregangan kesadaran dalam mimpi dapat dipahami sebagai sebuah peristiwa multifaset. Secara fenomenologis, ia adalah pengalaman otentik tentang kelenturan realitas. Secara psikologis, ia adalah manifestasi dari dinamika jiwa

yang mendalam. Secara neurobiologis, ia adalah produk dari konfigurasi unik aktivitas otak. Namun, ketika dilihat secara holistik, fenomena ini menunjuk pada sebuah fungsi yang lebih agung: mimpi sebagai ruang liminal, sebuah *barzakh* (isthmus) antara yang terlihat (*al-shahadah*) dan yang tak terlihat (*al-ghayb*). Di dalam ruang inilah kesadaran manusia, yang dalam keadaan terjaga terkungkung oleh materi, diberi kesempatan untuk meregang, menyentuh, dan berinteraksi dengan realitas yang lebih luas dan transenden.<sup>1694</sup> Mempelajari mimpi, oleh karena itu, bukan hanya upaya untuk memahami mekanisme tidur, melainkan sebuah penjelajahan terhadap potensi tak terbatas dari kesadaran manusia itu sendiri.

### **Implikasi Spiritualitas dari Peregangan Ontologis**

Peregangan ontologis (ontological stretching) merupakan sebuah fenomena psiko-spiritual di mana batas-batas fundamental antara diri (*self*) dan realitas eksternal menjadi cair, fleksibel, dan dapat dinegosiasikan ulang. Kondisi ini menantang asumsi dasar individu tentang siapa dirinya dan bagaimana realitas beroperasi, memicu pergeseran mendalam pada kerangka eksistensialnya. Salah satu arena paling primordial dan universal di mana peregangan ontologis ini terjadi secara alami adalah dalam pengalaman mimpi. Jauh dari sekadar bunga tidur atau pelepasan acak aktivitas neuronal, mimpi memiliki potensi untuk menjadi laboratorium eksistensial, tempat ego yang kaku ditanggihkan dan persepsi tentang ruang, waktu, serta identitas mengalami distorsi

radikal. Analisis mendalam terhadap pengalaman ini mengungkapkan implikasi spiritual yang signifikan, terutama ketika ditinjau melalui lensa tradisi mistik Islam (tasawuf), yang secara sistematis telah memetakan lanskap kesadaran semacam ini selama berabad-abad. Transformasi eksistensial yang dipicu oleh mimpi menunjukkan resonansi yang kuat dengan konsep sentral tasawuf, yaitu *ma'rifah* (gnosis) dan *fana'* (peleburan diri), menandakan bahwa pengalaman mimpi dapat berfungsi sebagai gerbang awal menuju pemahaman realitas yang lebih tinggi.

Transformasi eksistensial yang lahir dari pengalaman mimpi berakar pada kemampuannya untuk melarutkan ego fenomenal konstruk "aku" yang dalam keadaan terjaga berfungsi sebagai pusat komando persepsi dan identitas. Dalam mimpi, terutama mimpi jernih (*lucid dream*) atau mimpi yang sangat simbolis, individu dapat menyaksikan dirinya dari perspektif orang ketiga, berganti identitas, atau bahkan menyatu dengan objek dan lingkungan sekitarnya. Filsuf dan psikolog Carl Jung berteori bahwa mimpi adalah jembatan menuju alam bawah sadar kolektif, sebuah repositori arketipe dan simbol universal yang melampaui pengalaman individu.<sup>1695</sup> Pengalaman semacam ini secara inheren merupakan bentuk peregangan ontologis; ia memaksa individu untuk mempertanyakan: "Jika 'aku' bisa menjadi orang lain atau bahkan bukan manusia dalam mimpi, maka apa esensi sejati dari 'aku'?" Pergeseran ini bukanlah sekadar latihan intelektual, melainkan sebuah guncangan eksistensial yang dapat mengubah pandangan dunia seseorang secara permanen. Individu yang mengalaminya

sering melaporkan penurunan keterikatan pada identitas egois dan materialistik, serta peningkatan rasa keterhubungan dengan seluruh kosmos, sebuah transformasi yang sering digambarkan dalam literatur psikologi transpersonal sebagai pengalaman puncak (*peak experience*).<sup>1696</sup>

Keterhubungan mendalam dan pengetahuan intuitif yang muncul dari peregangannya ontologis dalam mimpi ini memiliki paralel yang menarik dengan konsep *ma'rifah* dalam tasawuf. *Ma'rifah* bukanlah pengetahuan konseptual (*'ilm*) yang diperoleh melalui studi atau logika, melainkan pengetahuan langsung, partisipatoris, dan eksperiensial tentang Tuhan (Al-Haqq) sebagai satu-satunya Realitas sejati.<sup>1697</sup> Ia adalah sebuah "rasa" (*dzawq*) yang melampaui dualitas subjek-objek. Ketika mimpi melarutkan batas-batas ego, ia memberikan secercah pengalaman non-dualistik ini. Sang pemimpi tidak lagi "melihat" dunia sebagai entitas yang terpisah, melainkan "menjadi" bagian dari tarian kosmik tersebut. Ini adalah cerminan mikro dari realisasi sufi bahwa seluruh eksistensi adalah manifestasi (*tajalli*) dari Tuhan. Al-Qur'an sendiri mengisyaratkan bahwa tanda-tanda (*ayat*) kebesaran Tuhan tidak hanya terdapat di alam semesta, tetapi juga di dalam diri manusia itu sendiri: "Dan (juga) pada dirimu sendiri. Maka apakah kamu tidak memperhatikan?" (QS. Az-Zariyat: 21).<sup>1698</sup> Dengan demikian, pengalaman mimpi yang transformatif dapat dipandang sebagai bentuk *ma'rifah* dalam skala kecil, sebuah pengungkapan (*kashf*) intuitif tentang hakikat diri dan realitas yang lebih dalam, yang tersembunyi di balik selubung kesadaran terjaga.

Lebih jauh lagi, proses pelarutan ego yang menjadi inti dari peregang ontologis sangat beresonansi dengan konsep *fana'* (peleburan atau anihilasi diri). *Fana'* dalam terminologi sufi adalah keadaan di mana kesadaran individu akan egonya yang terpisah (*nafs*) lenyap, larut dalam kesadaran akan Kehadiran Ilahi. Ini bukanlah pemusnahan eksistensi, melainkan transendensi dari eksistensi partikular menuju Realitas Universal. Para mistikus seperti Abu Hamid Al-Ghazali menggambarkan *fana'* sebagai puncak perjalanan spiritual, di mana sang pencari "mati sebelum ia mati", sebuah konsep yang merujuk pada hadis Nabi Muhammad SAW.<sup>1699</sup> Dalam mimpi, ego sering kali mengalami "kematian" sementara. Batasan yang memisahkan "aku" dari "yang lain" runtuh, menciptakan pengalaman kesatuan yang mendalam. Meskipun pengalaman dalam mimpi bersifat sementara dan pasif berbeda dengan *fana'* yang merupakan buah dari disiplin spiritual (*mujahadah*) yang berkelanjutan dan merupakan anugerah Ilahi ia dapat berfungsi sebagai undangan atau penunjuk jalan. Ia memberikan "rasa" awal dari kebebasan yang datang dari pelepasan ego, memotivasi sang pencari untuk menempuh jalan spiritual secara sadar di dunia nyata. William Chittick, seorang sarjana terkemuka dalam studi Ibn 'Arabi, menjelaskan bahwa realisasi non-dualitas adalah inti dari pemahaman sufi, di mana realitas makhluk pada dasarnya tidak ada secara independen dari Realitas Absolut.<sup>1700</sup> Mimpi yang mendalam, dengan menangguk sementara ilusi kemandirian ego, secara efektif mengizinkan individu untuk merasakan bayang-bayang dari

kebenaran ini. Peregangan ontologis yang dialami dalam mimpi membawa implikasi spiritual yang mendalam dan berlapis. Ia bukan sekadar disorientasi psikologis, melainkan sebuah peluang untuk transformasi eksistensial yang fundamental. Dengan melarutkan ego dan menantang persepsi realitas yang kaku, pengalaman mimpi dapat memicu pergeseran menuju pemahaman diri yang lebih luas dan saling terhubung. Fenomena ini menemukan gaung teoretis dan praktisnya dalam tradisi tasawuf, di mana pengalaman tersebut dapat diinterpretasikan sebagai prekursor atau cerminan dari keadaan *ma'rifah* (pengetahuan langsung) dan *fana'* (peleburan diri). Mimpi, dalam konteks ini, bertindak sebagai portal alami yang memungkinkan individu untuk mencicipi suatu keadaan kesadaran yang lebih tinggi, mengisyaratkan bahwa di balik realitas konsensus sehari-hari, terdapat dimensi eksistensi yang lebih dalam dan lebih utuh, menunggu untuk dijelajahi.

## **Melampaui Bahasa: Mimpi dan Simbolisme Transrasional**

### **Keterbatasan Bahasa dalam Memahami Mimpi**

Alam mimpi merupakan sebuah lanskap batin yang paling privat sekaligus paling universal dalam pengalaman manusia. Setiap malam, kesadaran kita tergelincir ke dalam sebuah realitas alternatif yang tidak terikat oleh hukum fisika maupun logika kausalitas. Di sana, narasi-narasi fantastis terungkap, emosi-emosi yang mendalam dirasakan, dan simbol-simbol arkais muncul tanpa undangan. Namun, ketika fajar menyingsing dan kita kembali ke dunia terjaga, upaya untuk menerjemahkan pengalaman enigmatik

ini ke dalam kata-kata sering kali terasa sia-sia. Pengalaman yang begitu hidup dan nyata di dalam pikiran seketika menjadi rapuh, terdistorsi, dan tidak lengkap saat dibingkai oleh struktur bahasa. Di sinilah kita berhadapan dengan sebuah perbatasan fundamental: batas antara pengalaman murni dan representasi linguistiknya, sebuah jurang yang menantang pemahaman kita tentang realitas, kesadaran, dan makna itu sendiri.

Upaya untuk memahami mimpi melalui medium bahasa menempatkan kita di hadapan paradoks filosofis yang mendalam. Ludwig Wittgenstein, dalam penjelajahannya mengenai filsafat bahasa, secara fundamental menegaskan bahwa “batas-batas bahasaku berarti batas-batas duniaku” (*die Grenzen meiner Sprache bedeuten die Grenzen meiner Welt*).<sup>1701</sup> Konsep ini menyiratkan bahwa realitas yang dapat kita pahami dan komunikasikan adalah realitas yang dapat diartikulasikan dalam sebuah sistem linguistik yang memiliki aturan dan makna bersama. Bahasa beroperasi melalui "permainan bahasa" (*language-games*), di mana kata-kata memperoleh maknanya dari penggunaannya dalam konteks sosial yang dapat diverifikasi secara publik. Mimpi, sebaliknya, adalah sebuah "permainan" yang sepenuhnya privat. Simbol yang muncul di dalamnya seperti rumah yang terbakar atau lautan yang tenang tidak memiliki acuan publik yang stabil. Maknanya bersifat idiosinkratik, terikat erat pada riwayat emosional, memori, dan kondisi psikologis individu yang bermimpi. Ketika seorang individu mencoba menarasikan mimpinya, ia sedang melakukan tindakan penerjemahan yang mustahil: menarik fenomena dari dunia pra-linguistik yang solipsistik ke dalam ranah publik yang terstruktur

oleh tata bahasa dan logika. Akibatnya, narasi mimpi bukanlah mimpi itu sendiri, melainkan sebuah konstruksi sekunder sebuah artefak linguistik yang telah kehilangan esensi mentah dari pengalaman aslinya.

Paul Ricoeur menawarkan perspektif hermeneutik yang memperkaya namun sekaligus mengonfirmasi keterbatasan ini. Bagi Ricoeur, ketika mimpi diceritakan, ia bertransformasi dari pengalaman menjadi sebuah "teks".<sup>1702</sup>Teks ini, seperti halnya metafora puitis, memiliki "surplus makna" (*surplus of meaning*) yang mengundang interpretasi. Namun, Ricoeur juga mengakui bahwa proses verbalisasi ini adalah sebuah pengkhianatan sekaligus penciptaan. Pengkhianatan karena ia mereduksi kekayaan visual, emosional, dan sensorik mimpi ke dalam skema naratif yang linear dan terbatas. Penciptaan karena dalam proses penceritaan, kita secara tidak sadar menyusun, mengedit, dan memberikan koherensi pada sesuatu yang pada dasarnya acak dan fragmentaris. Dengan demikian, apa yang kita analisis bukanlah mimpi itu sendiri, melainkan narasi tentang mimpi. Bahasa, dalam pandangan ini, berfungsi sebagai jaring yang mencoba menangkap air ia mungkin bisa menahan beberapa elemen padat (simbol-simbol utama), tetapi esensi cair dan dinamis dari pengalaman itu sendiri akan selalu lolos.

Inti dari persoalan ini terletak pada sifat mimpi sebagai pengalaman yang secara fundamental bersifat non-verbal dan transrasional. Mimpi tidak beroperasi menurut sintaksis kalimat atau silogisme logika; ia berkomunikasi melalui gambar yang berubah bentuk, sensasi visceral, dan "pengetahuan" intuitif yang

tidak memerlukan justifikasi rasional. Dalam mimpi, seseorang bisa terbang tanpa sayap, berbicara dengan orang yang telah tiada, atau berada di dua tempat sekaligus. Fenomena-fenomena ini berada di luar kategori rasional yang menjadi tulang punggung bahasa. Upaya untuk mendeskripsikan "rasa" terbang dalam mimpi, misalnya, akan selalu gagal karena kosakata kita dibangun untuk menjelaskan pengalaman dunia fisik yang terikat gravitasi. Bahasa terbukti tidak memadai untuk menangkap kualitas *qualia* sifat-sifat kualitatif dari pengalaman sadar yang begitu dominan dalam mimpi.<sup>1703</sup> Para ahli neurosains modern pun mengamini hal ini dengan menunjukkan bahwa aktivitas otak selama tidur REM (Rapid Eye Movement), fase di mana mimpi paling jelas terjadi, menunjukkan penurunan fungsi di korteks prefrontal (pusat logika dan penalaran) dan peningkatan aktivitas di area limbik dan visual.<sup>1704</sup> Ini mengindikasikan bahwa otak beroperasi dalam mode yang lebih asosiatif, emosional, dan piktorial, bukan mode analitis dan verbal. Oleh karena itu, mengakui keterbatasan bahasa bukanlah sebuah pernyataan pesimisme, melainkan langkah pertama yang esensial untuk mendekati mimpi dengan cara yang lebih otentik: bukan sebagai teka-teki logis yang harus dipecahkan, melainkan sebagai sebuah puisi simbolik yang maknanya harus dirasakan dan direnungkan melampaui kata-kata.

### **Simbolisme Transrasional: Bahasa Simbol dalam Mimpi**

Mimpi, dalam lintasan sejarah pemikiran manusia, sering kali dipandang lebih dari sekadar bunga tidur atau residu acak dari aktivitas neurologis nokturnal. Ia merupakan sebuah kanvas misterius tempat jiwa (*psyche*) melukiskan pesannya melalui

medium yang paling purba dan universal: simbol. Fenomena ini dapat kita sebut sebagai "simbolisme transrasional", suatu bentuk komunikasi yang melampaui batas-batas logika verbal dan sintaksis rasional yang mendominasi kesadaran kita saat terjaga. Dalam ranah transrasional ini, mimpi tidak berbicara dengan kata-kata, melainkan dengan citra, metafora, dan arketipe yang sarat makna, menjadikannya sebuah bahasa jiwa yang otentik. Kajian mendalam terhadap bahasa simbolik ini menemukan titik temu yang menarik antara tradisi spiritual kuno, seperti tasawuf dalam Islam, dan kerangka kerja psikologi modern yang paling berani melintasi batas-batas ego, yaitu psikologi transpersonal. Keduanya, meskipun terpisah oleh ruang dan waktu, sama-sama mengakui mimpi sebagai portal menuju pemahaman diri yang lebih dalam dan realitas yang lebih luas.

Kesadaran terjaga manusia beroperasi dalam kerangka linearitas, sebab-akibat, dan bahasa yang terstruktur secara gramatikal. Namun, jiwa atau apa yang oleh Carl Jung disebut sebagai alam bawah sadar kolektif tidak terikat oleh konvensi tersebut. Ia berkomunikasi melalui cara yang lebih holistik dan asosiatif. Di sinilah simbol mengambil peran utamanya. Sebuah simbol dalam mimpi bukanlah sekadar representasi satu-satu dari sebuah objek atau ide di dunia nyata; ia adalah sebuah nodus energi psikis yang mengandung banyak lapisan makna, emosi, dan potensi.<sup>1705</sup> Simbol seperti air, misalnya, dapat merepresentasikan emosi yang meluap, proses pemurnian spiritual, sumber kehidupan, atau bahkan ancaman tenggelam dalam ketidaksadaran. Makna

spesifiknya hanya dapat diurai dalam konteks narasi mimpi individu dan asosiasi personal si pemimpi, namun resonansinya bersifat universal.

Carl Jung berteori bahwa mimpi adalah mekanisme kompensasi alami dari jiwa, yang bertujuan untuk mencapai keseimbangan dan keutuhan sebuah proses yang ia sebut "individuasi". Melalui mimpi, aspek-aspek diri yang terabaikan, ditekan, atau belum berkembang (seperti *Shadow*, *Anima*, atau *Animus*) dimunculkan ke permukaan kesadaran dalam bentuk simbolik untuk diintegrasikan. Bahasa mimpi yang non-linear dan simbolik ini, oleh karena itu, bukanlah suatu kecacatan, melainkan sebuah keharusan fungsional. Ia mampu menyampaikan kebenaran psikis yang kompleks dan paradoksal yang tidak akan pernah bisa diungkapkan secara memadai oleh bahasa verbal yang terbatas. Dengan demikian, memahami mimpi bukanlah tentang menerjemahkannya secara harfiah, melainkan tentang berdialog dengan simbol-simbolnya, merasakan resonansi emosionalnya, dan merenungkan pesan transformatif yang terkandung di dalamnya.<sup>1706</sup>

Jauh sebelum psikologi modern merumuskan teorinya, tradisi tasawuf telah mengembangkan epistemologi spiritual yang sangat canggih terkait mimpi. Dalam pandangan para sufi, mimpi bukanlah semata-mata produk psikologis, tetapi bisa menjadi salah satu wahana komunikasi ilahi. Mimpi yang benar (*al-ru'ya al-sadiqa*) dianggap sebagai salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, sebuah jendela di mana seorang hamba dapat menerima petunjuk, peringatan, atau kabar gembira dari Tuhan.<sup>1707</sup> Kisah Nabi

Yusuf dalam Al-Quran, yang dianugerahi kemampuan untuk menakwilkan mimpi-mimpi simbolik seperti mimpi tentang tujuh sapi kurus yang memakan tujuh sapi gemuk menjadi arketipe Al-Quran tentang pentingnya memahami bahasa simbol sebagai manifestasi takdir ilahi.<sup>1708</sup>

Para pemikir sufi, terutama Ibn 'Arabi, membawa pemahaman ini ke tingkat metafisik yang lebih dalam dengan konsep '*Alam al-Mithal* atau *Mundus Imaginalis* (Alam Imajinal). Ini adalah alam perantara yang berada di antara dunia indrawi yang material dan dunia spiritual yang murni. Di alam inilah realitas-realitas spiritual yang abstrak mengambil bentuk-bentuk simbolik dan imajinal yang dapat dipersepsi oleh jiwa, salah satunya melalui mimpi.<sup>1709</sup> Simbol-simbol yang muncul dalam mimpi seorang salik (penempuh jalan spiritual) bukanlah fantasi acak, melainkan teofani manifestasi sifat-sifat Tuhan yang disesuaikan dengan kapasitas persepsi sang pemimpi. Misalnya, melihat cahaya dalam mimpi bisa menjadi simbol dari ilmu ilahi ('*ilm ladunni*), sementara melihat taman yang indah bisa melambangkan keadaan spiritual yang damai dan dekat dengan Tuhan. Dengan demikian, bagi seorang sufi, menafsirkan mimpi adalah sebuah laku spiritual yang membutuhkan kejernihan hati, pengetahuan tentang simbolisme sakral, dan bimbingan ilahi untuk menangkap pesan transenden di balik tabir simbol.

Psikologi transpersonal, yang sering disebut sebagai "kekuatan keempat" dalam psikologi, muncul sebagai jembatan ilmiah modern yang menghubungkan wawasan psikologi Barat dengan kearifan tradisi spiritual Timur dan Barat. Psikologi ini secara eksplisit

mengakui adanya dimensi transenden, mistik, dan spiritual dalam pengalaman manusia. Dari perspektif ini, mimpi tidak hanya berfungsi untuk integrasi psikologis (seperti dalam pandangan Jung), tetapi juga dapat menjadi gerbang menuju pengalaman transpersonal pengalaman yang melampaui batas-batas ego individual dan menghubungkan seseorang dengan matriks kesadaran yang lebih besar.<sup>1710</sup>

Stanislav Grof, salah satu pelopor psikologi transpersonal, mengidentifikasi bahwa kesadaran manusia memiliki domain perinatal dan transpersonal yang dapat diakses melalui keadaan kesadaran non-biasa, termasuk mimpi yang sangat kuat (*big dreams*). Mimpi-mimpi ini sering kali mengandung simbol-simbol arketipal yang bersifat mitologis dan spiritual yang tidak dapat dijelaskan hanya melalui biografi pribadi si pemimpi. Simbolisme dalam mimpi transpersonal dapat berupa pengalaman penyatuan dengan kosmos, perjumpaan dengan figur-figur suci, atau visi-visi yang memberikan pemahaman mendalam tentang hakikat realitas.<sup>1711</sup> Dalam kerangka ini, simbolisme transrasional dalam mimpi dilihat sebagai bahasa alami dari kesadaran itu sendiri saat ia mengeksplorasi dimensi-dimensi keberadaannya yang lebih tinggi. Baik tasawuf maupun psikologi transpersonal, pada akhirnya, tiba pada kesimpulan yang sama: simbol dalam mimpi adalah jembatan antara yang personal dan transpersonal, antara yang psikologis dan yang spiritual, menawarkan peta jalan bagi jiwa dalam perjalanannya menuju keutuhan dan pencerahan.

Simbolisme transrasional dalam mimpi merupakan sebuah fenomena universal yang menunjukkan bahwa jiwa manusia memiliki bahasa yang lebih kaya dan mendalam daripada logika verbal. Dengan menyelami makna simbol-simbol ini melalui lensa tasawuf dan psikologi transpersonal, kita tidak hanya belajar tentang dinamika internal diri kita, tetapi juga membuka kemungkinan untuk berdialog dengan dimensi-dimensi realitas yang lebih agung. Mimpi, dengan demikian, menegaskan posisinya bukan sebagai teka-teki tak berarti, melainkan sebagai undangan kontemplatif untuk mengenali diri dan, bagi sebagian, untuk mengenali Tuhan.

### **Pendekatan Hermeneutik dalam Memahami Simbolisme Mimpi**

Mimpi, sebagai sebuah fenomena universal dalam pengalaman manusia, telah lama menjadi subjek misteri sekaligus sumber pengetahuan yang mendalam. Dalam tradisi ilmiah modern, mimpi sering kali didekati melalui lensa psikoanalisis atau neurosains, yang cenderung mereduksi maknanya menjadi sekadar manifestasi hasrat terpendam atau aktivitas neurologis acak. Namun, dalam cakrawala spiritual dan filosofis, mimpi dipandang sebagai sebuah teks sebuah narasi simbolik yang kaya makna dan berpotensi menjadi jembatan antara kesadaran profan dan realitas transenden. Untuk membuka tabir makna dari teks yang kompleks ini, pendekatan hermeneutik menawarkan sebuah kerangka metodologis yang canggih dan mendalam. Hermeneutika, sebagai seni dan ilmu interpretasi, memungkinkan kita untuk mendekati

simbolisme mimpi tidak sebagai teka-teki yang harus dipecahkan secara mekanis, melainkan sebagai sebuah dunia makna (*world of meaning*) yang harus dipahami melalui dialog interpretatif yang dinamis antara penafsir dan teks mimpi itu sendiri.<sup>1712</sup> Titik berangkat pendekatan ini adalah pengakuan bahwa mimpi berkomunikasi melalui bahasa simbol yang tidak tunduk pada logika rasional-linear, melainkan pada logika asosiatif, metaforis, dan arketipal.

Metode tafsir dalam kerangka hermeneutik spiritual beroperasi melalui apa yang disebut sebagai "lingkaran hermeneutik" (*hermeneutic circle*). Konsep ini menyatakan bahwa pemahaman terhadap sebuah bagian (simbol tunggal dalam mimpi) bergantung pada pemahaman terhadap keseluruhan (narasi mimpi secara utuh), dan sebaliknya, pemahaman terhadap keseluruhan disempurnakan oleh pemahaman atas setiap bagiannya.<sup>1713</sup> Dalam konteks mimpi, seorang penafsir tidak dapat mengisolasi sebuah simbol misalnya, citra seekor burung dan memberinya makna tetap dari sebuah "kamus mimpi". Makna burung tersebut harus dipahami dalam konstelasi narasi mimpi yang lebih besar: apakah ia terbang bebas, terkurung, atau terluka? Bagaimana emosi yang menyertai kemunculannya? Selanjutnya, lingkaran ini meluas untuk mencakup konteks kehidupan sang pemimpi (*Lebenswelt* atau dunia kehidupan), termasuk latar belakang budaya, keyakinan spiritual, dan kondisi eksistensialnya. Dengan demikian, interpretasi menjadi sebuah proses dialektis yang terus-menerus bergerak antara detail simbolik, narasi mimpi, dan horison eksistensial sang

pemimpi, menciptakan pemahaman yang holistik dan personal. Dalam tradisi spiritual, khususnya Islam, metode tafsir mimpi atau *ta'bir al-ru'ya* merupakan sebuah disiplin ilmu yang memiliki landasan ontologis dan epistemologis yang kuat. Al-Qur'an menyajikan kisah Nabi Yusuf AS sebagai arketipe penafsir mimpi ulung yang kemampuannya merupakan anugerah ilahiah. Ketika menafsirkan mimpi raja tentang tujuh sapi kurus yang memakan tujuh sapi gemuk, Nabi Yusuf tidak hanya membaca simbol secara harfiah, tetapi menangkap pesan profetik di baliknya yang berkaitan dengan kesejahteraan kolektif sebuah bangsa (QS. Yusuf: 43-49).<sup>1714</sup> Ini menunjukkan bahwa interpretasi spiritual melampaui dimensi psikologis personal dan dapat menyentuh realitas yang lebih luas. Begitu pula dalam tradisi Hadis, mimpi yang benar (*al-ru'ya al-shadiqah*) disebut sebagai satu dari empat puluh enam bagian kenabian, yang menegaskan potensi mimpi sebagai saluran pengetahuan ilahiah.<sup>1715</sup> Metode tafsir dalam konteks ini tidak hanya memerlukan kecerdasan intelektual, tetapi juga kesalehan, kejernihan batin, dan petunjuk dari Tuhan, karena makna sejati sebuah simbol pada akhirnya bersumber dari-Nya.

Lebih jauh lagi, penggalian makna mimpi yang bersifat transrasional yakni, makna yang melampaui jangkauan akal budi diskursif menuntut keterlibatan fakultas batiniyah yang lebih tinggi: kontemplasi dan intuisi. Jika interpretasi analitis adalah tentang memecah-belah dan mengklasifikasi, kontemplasi (*tafakkur* atau *tadabbur*) adalah tentang perenungan yang hening dan reseptif. Dalam laku kontemplasi, sang penafsir tidak secara

agresif "mencari" makna, melainkan menciptakan ruang batin agar makna tersebut dapat "menyingkapkan" dirinya. Ia merenungkan atmosfer emosional mimpi, resonansi simbol-simbolnya, dan keheningan di antara citra-citra yang muncul. Proses ini sering kali membuka jalan bagi intuisi (*firāsah*), yaitu sebuah kilasan pemahaman atau "penglihatan batin" yang datang secara langsung dan utuh, tanpa melalui penalaran langkah-demi-langkah. Intuisi inilah yang memungkinkan penafsir untuk menangkap pesan esensial di balik selubung simbolisme yang ambigu. Carl Jung, meskipun dari perspektif psikologis, juga mengakui peran krusial intuisi dalam memahami bahasa alam bawah sadar yang kaya akan arketipe dan simbol universal.<sup>1716</sup>

Pendekatan hermeneutik menawarkan sebuah metodologi yang kaya dan berlapis untuk memahami simbolisme mimpi dalam konteks spiritual. Ia menghargai mimpi sebagai teks suci yang personal, yang maknanya tidak statis melainkan terungkap melalui dialog interpretatif yang dinamis. Dengan mengintegrasikan analisis simbolik dalam kerangka lingkaran hermeneutik, serta mengakui peran sentral kontemplasi dan intuisi untuk mengakses dimensi transrasional, pendekatan ini mengangkat interpretasi mimpi dari sekadar teknik psikologis menjadi sebuah laku spiritual. Melalui proses ini, mimpi tidak lagi dilihat sebagai anomali malam hari, tetapi sebagai sebuah arena sakral untuk dialog antara diri, alam semesta, dan Sang Pencipta, di mana pesan-pesan penting bagi perjalanan jiwa dapat diterima dan dipahami.<sup>1717</sup>

## **Menuju Etika Spiritual: Tanggung Jawab atas Wawasan yang Diwahyukan**

### **Wawasan Mimpi sebagai Tanggung Jawab Eksistensial**

Dalam tradisi keilmuan dan spiritual, mimpi telah lama dipandang sebagai medium eksistensial yang menghubungkan dimensi sadar dan batiniah manusia. Fenomena mimpi tidak hanya sekadar aktivitas biologis yang terjadi selama tidur, melainkan juga sumber wawasan pribadi yang berpotensi menjadi wahyu, menuntut refleksi mendalam dan tindakan etis dari individu. Oleh karenanya, pengkajian mimpi sebagai sebagai wahyu privat perlu dipahami dalam konteks tanggung jawab eksistensial yang melekat pada penerima wahyu tersebut. Pemahaman ini mengarah pada pengembangan etika spiritual yang berlandaskan pada kesadaran dan transformasi diri.

Secara epistemologis, mimpi adalah manifestasi dari alam bawah sadar yang dapat memberikan pemahaman baru tentang realitas internal seseorang. Wahyu melalui mimpi mewajibkan seseorang untuk tidak hanya mengamati, tetapi juga menginternalisasi pesan yang diterima sehingga terjadi pergeseran dalam paradigma kehidupan. Dalam perspektif psikologi dan spiritualitas, mimpi berfungsi sebagai cermin untuk menguji ketulusan niat dan kedalaman pemahaman seseorang terhadap diri dan lingkungannya. Oleh karena itu, wawasan mimpi menjadi sebuah tanggung jawab eksistensial yang harus dijalankan dengan penuh kesadaran, bukan hanya sebagai pengalaman subjektif tetapi

juga sebagai panggilan untuk melakukan tindakan nyata yang membangun.

Konsep etika kesadaran yang berakar pada pengalaman mimpi ini menuntun pada sebuah proses transformasi diri yang kontinu. Dalam proses ini, individu diposisikan sebagai aktor moral yang bertanggung jawab atas hasil refleksi spiritualnya. Transformasi yang dimaksud meliputi perubahan sikap, perilaku, dan bahkan sistem nilai berdasarkan pemahaman baru yang diperoleh melalui mimpi. Dari sudut pandang etika Islam, Al-Qur'an dan Hadis memberikan landasan kuat bagi integrasi wawasan spiritual dalam kehidupan nyata yang diarahkan pada kebaikan dan keadilan universal<sup>1718</sup>. Dalam Al-Qur'an, firman Allah menyebutkan bahwa manusia dianugerahi akal dan hati sebagai alat memahami petunjuk ilahi<sup>1719</sup>, yang di antaranya dapat muncul melalui mimpi sebagai salah satu bentuk komunikasi wahyu. Hadis Nabi Muhammad SAW juga menegaskan bahwa mimpi yang baik adalah sebagian dari wahyu<sup>1720</sup>, menegaskan arti penting mimpi dalam kerangka spiritualitas Islam dan etika kesadaran.

Lebih lanjut, penelitian kontemporer dalam bidang psikologi transpersonal dan neurosains spiritual mengkaji bagaimana pengalaman mimpi dapat memicu proses pembelajaran dan penyembuhan psikologis<sup>1721</sup>. Penemuan ini memperkuat argumen bahwa mimpi bukan sekadar fenomena pasif, melainkan sebuah kesempatan sadar untuk mengambil tanggung jawab atas wawasan yang disampaikan, yang pada akhirnya mendorong pertumbuhan dan pengembangan diri secara holistik. Dengan demikian, mimpi

sebagai wahyu pribadi menduduki posisi strategis dalam pembentukan etika spiritual yang menuntut perhatian serius dalam kajian ilmu pengetahuan lintas disiplin.

Mimpi sebagai sumber wahyu pribadi menuntut tanggung jawab eksistensial yang mendalam dari individu. Wawasan yang diperoleh dari mimpi tidak boleh dianggap remeh atau hanya sebagai ilusi, melainkan sebagai panggilan untuk refleksi, transformasi, dan tindakan etis yang nyata. Dalam kerangka etika spiritual, kesadaran atas wahyu mimpi memperkuat hubungan manusia dengan Tuhan dan sesama, sekaligus menjadi instrumen utama dalam proses pembentukan karakter dan integritas moral. Oleh sebab itu, pendekatan ilmiah sekaligus spiritual terhadap mimpi perlu terus dikembangkan agar dapat mengungkap potensi transformatifnya secara penuh demi kemajuan umat manusia secara holistik.

### **Peran Etika dalam Pendidikan dan Praktek Spiritual**

Dalam lanskap pemikiran filosofis dan spiritual, diskursus mengenai etika sering kali berlabuh pada dua kutub: norma sosial-rasional dan imperatif ilahiah. Etika dalam konteks spiritualitas, bagaimanapun, melampaui sekadar kepatuhan terhadap aturan; ia merupakan manifestasi dari transformasi batin yang mendalam, sebuah proses penyelarasan kesadaran manusia dengan prinsip-prinsip universal yang bersifat transenden. Pendidikan ruhani (spiritual) hadir sebagai wahana utama untuk proses internalisasi ini, namun sering kali salah satu sumber wawasannya yang paling

subtil dan personal yakni mimpi kurang mendapat perhatian yang sepadan.

Mimpi, dalam tradisi spiritual dan psikologi mendalam, tidak dipandang sebagai sekadar bunga tidur atau residu acak dari aktivitas neurologis. Ia adalah sebuah arena simbolik, sebuah jembatan antara kesadaran ego dan lapisan kesadaran yang lebih dalam, baik itu alam bawah sadar kolektif maupun dimensi supra-sadar. Wawasan yang diperoleh dari mimpi (*dream insights*) memiliki potensi signifikan sebagai katalisator etis. Carl Gustav Jung, dalam teorinya tentang arketipe dan alam bawah sadar kolektif, berpendapat bahwa mimpi sering kali berfungsi sebagai mekanisme kompensasi psikis, menyeimbangkan sikap sadar kita dengan memunculkan aspek-aspek yang terabaikan atau tertekan dari diri kita.<sup>1722</sup> Ketika seseorang secara sadar menunjukkan keangkuhan, misalnya, mimpinya mungkin menghadirkannya dalam situasi yang memalukan untuk menanamkan kerendahan hati. Wawasan semacam ini, ketika direfleksikan, dapat memicu koreksi diri dan penyesuaian perilaku yang berlandaskan pada pemahaman etis yang lebih otentik.

Dalam tradisi Islam, mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*) diakui sebagai salah satu bagian dari kenabian dan sebuah bentuk komunikasi ilahiah yang subtil.<sup>1723</sup> Ia bisa berfungsi sebagai peringatan (*indhar*), kabar gembira (*tabshir*), atau petunjuk (*irsyad*) yang berdampak langsung pada orientasi moral seseorang. Sebuah mimpi dapat menyingkapkan konsekuensi spiritual dari sebuah tindakan amoral atau menampilkan keindahan dari sebuah

kebaikan, yang kemudian memotivasi individu untuk meninggalkan keburukan dan memeluk kebaikan. Implikasi ini tidak terbatas pada ranah personal, tetapi meluas ke domain sosial. Kisah Nabi Yusuf AS dalam Al-Quran menjadi arketipe monumental tentang bagaimana sebuah wawasan mimpi tidak hanya membentuk takdir etis seorang individu, tetapi juga menyelamatkan sebuah bangsa dari krisis ekonomi dan sosial.<sup>1724</sup> Interpretasi profetiknya terhadap mimpi Raja Mesir menuntun pada kebijakan publik yang berlandaskan keadilan, pandangan jauh ke depan, dan kepedulian kolektif. Dengan demikian, wawasan yang berasal dari mimpi, ketika dipahami dan diintegrasikan secara benar, mampu mengubah individu dari agen etis pasif menjadi partisipan aktif dalam rekayasa sosial yang lebih adil dan berbelas kasih.

Jika mimpi dapat menyediakan percikan wawasan etis, maka pendidikan ruhani (*tarbiyah ruhiyyah*) adalah wadah yang menempa dan mengintegrasikan wawasan tersebut menjadi karakter yang kokoh. Pendidikan ruhani secara fundamental berbeda dari pendidikan moral konvensional yang sering kali bersifat dogmatis. Fokus utamanya bukan pada penanaman aturan eksternal, melainkan pada proses penyucian jiwa (*tazkiyat al-nafs*) agar mampu mengenali dan merespons panggilan etika transenden yang telah tertanam dalam fitrah manusia.<sup>1725</sup> Etika transenden merujuk pada nilai-nilai universal seperti kebenaran, keadilan, kasih sayang, dan integritas yang sumbernya diyakini berasal dari Realitas Absolut (Tuhan), melampaui relativisme budaya dan konsensus sosial.

Proses internalisasi ini terjadi melalui serangkaian praktik spiritual yang disiplin, seperti zikir (*remembrance*), tafakur (*contemplation*), dan *muhasabah* (introspeksi diri). Praktik-praktik ini berfungsi untuk memoles "cermin hati" (*mir'at al-qalb*), membersihkannya dari noda-noda egoisme, keserakahan, dan kebencian. Sebagaimana dijelaskan oleh para mistikus seperti Al-Ghazali, hati yang bersih akan mampu memantulkan Cahaya Ilahi dan mengenali kebenaran secara intuitif (*ma'rifah*).<sup>1726</sup> Dalam kondisi inilah, etika tidak lagi dirasakan sebagai beban atau kewajiban eksternal, melainkan sebagai ekspresi alami dari kondisi batin seseorang. Perintah untuk berlaku adil, misalnya, tidak lagi dipatuhi karena takut akan hukuman, tetapi karena jiwa yang telah tercerahkan merasakan ketidakadilan sebagai sesuatu yang secara inheren disharmonis dengan tatanan kosmos. Pendidikan ruhani, dengan demikian, mentransformasikan moralitas dari sekadar kode etik menjadi sebuah *state of being* sebuah kondisi wujud di mana tindakan etis mengalir secara spontan dari sumber kesadaran yang jernih dan tercerahkan.

Etika dalam domain spiritualitas adalah buah dari sinergi antara iluminasi batin dan disiplin formatif. Wawasan mimpi berfungsi sebagai sumber ilham dan koreksi yang bersifat personal dan sering kali dramatis, yang membuka mata kesadaran terhadap realitas moral yang lebih dalam. Namun, wawasan sporadis ini memerlukan struktur dan kesinambungan yang disediakan oleh pendidikan ruhani. Melalui proses internalisasi yang sistematis, pendidikan ruhani mengubah percikan-percikan ilham etis menjadi api

kebajikan yang menyala stabil di dalam jiwa. Keduanya wawasan mimpi dan pendidikan ruhani saling melengkapi untuk membentuk individu yang tidak hanya mengetahui apa yang benar, tetapi yang *menjadi* perwujudan dari kebenaran itu sendiri, yang pada akhirnya berkontribusi pada terciptanya tatanan sosial yang lebih harmonis dan beradab. Inilah esensi dari perjalanan etis-spiritual: sebuah proses berkelanjutan untuk menyelaraskan tindakan lahiriah dengan kesucian batiniah, demi mencapai kesempurnaan insani (*al-insan al-kamil*).<sup>1727</sup>

### **Kontribusi Mimpi dalam Pembentukan Moralitas Transpersonal**

Dalam diskursus psikologi modern, mimpi sering kali direduksi menjadi sekadar artefak neurobiologis gema acak dari aktivitas otak saat tidur atau sisa-sisa konflik psikis yang belum terselesaikan dari alam bawah sadar personal. Namun, perspektif ini mengabaikan dimensi yang lebih dalam dan luas dari pengalaman onirik (pengalaman terkait mimpi) yang telah diakui oleh berbagai tradisi kebijaksanaan sepanjang sejarah. Psikologi transpersonal menawarkan sebuah lensa yang lebih komprehensif, memandang mimpi bukan hanya sebagai cermin bagi ego, melainkan sebagai portal menuju kesadaran yang melampaui batas-batas diri individual. Dalam kerangka ini, mimpi dapat berfungsi sebagai sumber wawasan etis dan katalisator bagi pembentukan moralitas transpersonal sebuah orientasi moral yang tidak lagi berpusat pada kepentingan diri sendiri, melainkan pada kesejahteraan kolektif, ekologis, dan bahkan kosmis.

Perjalanan dari pengalaman mimpi personal menuju aksi sosial transformatif adalah sebuah proses yang bertumpu pada lahirnya kesadaran baru. Mimpi-mimpi tertentu, yang oleh Carl Jung disebut sebagai "mimpi besar" (*big dreams*), sering kali membawa muatan arketipal dan simbolik yang melampaui drama kehidupan sehari-hari si pemimpi<sup>1728</sup>. Mimpi-mimpi ini bisa menghadirkan visi tentang kesatuan fundamental seluruh kehidupan, penderitaan kolektif, atau keindahan tatanan alam semesta yang luhur. Wawasan yang diperoleh dari pengalaman semacam itu sebuah realisasi mendalam tentang keterhubungan (*interconnectedness*) tidak lagi bersifat kognitif semata, melainkan meresap secara afektif dan eksistensial. Ia melahirkan apa yang bisa disebut sebagai "imperatif moral transpersonal". Si pemimpi tidak lagi hanya merasa tahu, tetapi merasa terpanggil. Tanggung jawab yang muncul dari wawasan ini bersifat spiritual karena ia berakar pada hubungan yang dirasakan dengan sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri, entah itu Kemanusiaan, Gaia (Bumi sebagai organisme hidup), atau Yang Ilahi.

Transformasi ini secara gamblang diilustrasikan dalam tradisi-tradisi kenabian. Kisah Nabi Yusuf (Joseph) dalam Al-Qur'an, misalnya, menunjukkan bagaimana wawasan yang datang melalui mimpi interpretasi atas mimpi Firaun tentang tujuh sapi kurus yang memakan tujuh sapi gemuk tidak berhenti sebagai pengetahuan pribadi. Wawasan tersebut secara langsung melahirkan sebuah tanggung jawab spiritual untuk menyelamatkan sebuah bangsa dari bencana kelaparan. Rencana strategis yang disusunnya adalah

manifestasi konkret dari tanggung jawab tersebut, yang pada akhirnya memicu transformasi sosial-ekonomi di Mesir kuno<sup>1729</sup> . Dalam konteks ini, mimpi menjadi jembatan epistemologis antara pengetahuan Ilahi dan tindakan manusiawi yang berorientasi pada kemaslahatan umum. Sebuah hadis juga mengafirmasi potensi profetik mimpi dengan menyatakan bahwa "mimpi yang benar dari orang yang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian"<sup>1730</sup> , menandakan bahwa mimpi dapat menjadi sumber petunjuk etis dan spiritual yang otentik.

Ketika wawasan serupa dialami oleh sejumlah individu dalam suatu komunitas atau masyarakat, ia berpotensi mengkristal menjadi sebuah kesadaran kolektif baru. Gerakan-gerakan sosial besar sering kali dimotivasi oleh sebuah "mimpi" bersama sebuah visi tentang tatanan dunia yang lebih adil dan welas asih. Visi ini, meskipun tidak selalu berasal dari mimpi saat tidur, beroperasi pada level arketipal yang sama: ia menawarkan sebuah narasi alternatif yang melampaui realitas pragmatis yang ada dan memanggil individu untuk berpartisipasi dalam manifestasinya. Dengan demikian, wawasan onirik yang bersifat personal, ketika dihayati sebagai panggilan spiritual, dapat menjadi percikan api yang menyulut api transformasi sosial, menggerakkan individu dari kepasifan etis menuju agensi moral yang proaktif. Pengalaman-pengalaman transpersonal dalam kondisi kesadaran non-ordiner, termasuk mimpi, dapat secara fundamental mengubah hierarki nilai seseorang, mendorongnya ke arah altruisme dan kepedulian ekologis<sup>1731</sup> .

Di era kontemporer, penjelajahan mimpi sebagai sumber etika spiritual tidak lagi terbatas pada ranah agama atau mistisisme, tetapi telah menjadi subjek penelitian dalam psikologi, neurosains, dan studi kesadaran. Para teoretikus modern memandang mimpi sebagai sebuah "laboratorium simulasi moral" internal. Di dalam ruang mimpi yang aman, individu dapat mengeksplorasi skenario-skenario etis yang kompleks, menghadapi konsekuensi dari berbagai pilihan tindakan, dan berinteraksi dengan aspek-aspek bayangan (*shadow*) dari dirinya sendiri tanpa menyebabkan kerugian di dunia nyata. Proses ini memungkinkan terjadinya integrasi psikis dan pematangan moral. Dengan berdialog secara sadar dengan konten mimpi, seseorang dapat mengasah kepekaan empatiknya dan memperluas lingkaran kepeduliannya melampaui batas-batas ego.

Lebih jauh, perspektif fenomenologis menekankan pentingnya pengalaman subjektif si pemimpi. Alih-alih hanya menafsirkan simbol, pendekatan ini bertanya: "Apa yang diajarkan oleh pengalaman mimpi ini tentang bagaimana saya harus hidup?" Pertanyaan ini menggeser fokus dari analisis intelektual ke internalisasi etis. Mimpi tidak lagi dilihat sebagai teka-teki yang harus dipecahkan, melainkan sebagai guru yang menawarkan hikmah. Beberapa peneliti kontemporer bahkan berpendapat bahwa mimpi memiliki fungsi evolusioner dalam mengembangkan kohesi sosial dan perilaku pro-sosial dengan cara menyimulasikan ancaman dan mempromosikan strategi kerja sama<sup>1732</sup>. Mimpi tentang rekonsiliasi setelah konflik, misalnya, dapat memberikan

model emosional bagi si pemimpi untuk diterapkan dalam hubungan interpersonalnya, yang pada gilirannya memperkuat tatanan sosial.

Pada akhirnya, kontribusi terbesar mimpi bagi pembentukan moralitas transpersonal terletak pada kemampuannya untuk mendestabilisasi kepastian ego dan membuka individu pada misteri eksistensi. Dalam keheningan malam, ketika pertahanan diri melemah, mimpi dapat membisikkan kebenaran yang sering kita abaikan di siang hari: bahwa kita adalah bagian dari jaringan kehidupan yang luas, saling bergantung, dan terikat oleh tanggung jawab timbal balik. Dengan mendengarkan secara saksama pesan-pesan dari kedalaman jiwa ini, kita tidak hanya memperkaya kehidupan interior kita, tetapi juga membekali diri dengan kompas moral yang lebih otentik dan responsif terhadap tantangan-tantangan zaman. Mengintegrasikan wawasan dari dunia mimpi ke dalam kehidupan sadar adalah sebuah tindakan etis yang fundamental, sebuah langkah untuk hidup lebih utuh dan selaras dengan panggilan jiwa yang terdalam untuk melayani sesuatu yang lebih besar dari diri kita sendiri<sup>1733</sup> .

# REKONSTRUKSI PARADIGMA FILSAFAT MIMPI: MENUJU INTEGRASI ILMU DAN HIKMAH

## Kritik Modern terhadap Penyingkapan Subjektif

### Rasionalisme dan Skeptisisme terhadap Pengetahuan Mimpi

Sejak fajar peradaban, mimpi telah menduduki posisi ambigu namun signifikan dalam matriks pengetahuan manusia. Dalam berbagai tradisi kuno dan keagamaan, mimpi dianggap sebagai medium penyingkapan ilahi, portal menuju kebenaran tersembunyi, atau prekognisi atas peristiwa masa depan.[1] Fenomena ini tidak hanya diterima sebagai bagian dari pengalaman spiritual, tetapi juga divalidasi sebagai sumber pengetahuan yang sah. Namun, fajar Pencerahan di Eropa memicu pergeseran paradigma fundamental dalam epistemologi. Munculnya filsafat modern, yang dimotori oleh rasionalisme dan empirisme, melahirkan gelombang skeptisisme radikal yang menantang validitas pengetahuan yang berasal dari sumber-sumber subjektif seperti mimpi.

Kritik modern terhadap pengetahuan mimpi berakar pada pencarian fondasi pengetahuan yang pasti (*certainty*). René Descartes, sebagai pelopor rasionalisme modern, memulai proyek filosofisnya dengan keraguan metodologis (*dubium methodicum*) untuk menyaring segala keyakinan yang dapat diragukan demi menemukan landasan yang tak tergoyahkan. Dalam karyanya yang monumental, *Meditations on First Philosophy*, Descartes secara

eksplisit menggunakan argumen mimpi (*dream argument*) sebagai salah satu pilar skeptisismenya. Ia merenungkan betapa seringnya ia bermimpi tentang situasi-situasi yang terasa begitu nyata duduk di depan perapian, mengenakan jubah hanya untuk terbangun dan menyadari bahwa semua itu hanyalah ilusi. Descartes menyimpulkan bahwa tidak ada "tanda-tanda pasti" (*certain marks*) yang dapat digunakan untuk membedakan secara definitif antara keadaan terjaga dan keadaan bermimpi.<sup>1734</sup> Konsekuensi dari argumen ini sangat dalam: jika kita tidak pernah bisa 100% yakin bahwa kita tidak sedang bermimpi pada saat ini, maka seluruh data yang kita terima dari indra kita menjadi meragukan. Bagi Descartes, mimpi adalah antitesis dari "ide-ide yang jelas dan terpilah" (*clara et distincta*) yang menjadi standar kebenaran dalam sistem rasionalnya. Oleh karena itu, pengetahuan yang berasal dari mimpi secara inheren tidak dapat diandalkan karena ia gagal melewati ujian kepastian rasional yang paling dasar.

Beranjak dari keraguan metodologis Descartes, skeptisisme David Hume memberikan pukulan yang berbeda namun sama kuatnya dari sudut pandang empirisme. Bagi Hume, semua ide dalam pikiran manusia pada akhirnya berasal dari "impresi" yaitu, persepsi indrawi yang hidup dan kuat saat kita mendengar, melihat, merasakan, mencintai, atau membenci. Ide-ide hanyalah salinan atau citra samar dari impresi-impresi ini dalam proses berpikir dan bernalar.<sup>1735</sup> Dalam kerangka ini, mimpi tidak lain adalah produk dari fakultas imajinasi yang secara acak atau kreatif menggabungkan kembali dan menyusun ulang fragmen-fragmen

impresi yang telah tersimpan dalam memori. Mimpi tidak menghadirkan pengetahuan baru dari dunia eksternal, melainkan hanya merekonstruksi data lama. Tantangan epistemologis dari Hume terletak pada prinsip verifikasi empiris: sebuah klaim pengetahuan hanya valid jika dapat dilacak kembali ke impresi indrawi yang menjadi dasarnya. Karena konten mimpi naga terbang, berbicara dengan leluhur sering kali tidak memiliki korelasi langsung dengan impresi di dunia nyata, ia tidak memiliki landasan empiris. Mimpi, dalam pandangan Hume, adalah teater pikiran yang terisolasi, yang kontennya tidak dapat dipertanggungjawabkan kepada realitas eksternal, sehingga klaim pengetahuannya menjadi kosong.<sup>1736</sup>

Immanuel Kant, dalam upaya monumentalnya untuk mensintesis rasionalisme dan empirisme, menawarkan kritik yang lebih struktural dan komprehensif. Melalui filsafat transendentalnya dalam *Critique of Pure Reason*, Kant berpendapat bahwa pengetahuan bukanlah cerminan pasif dari realitas, melainkan hasil dari interaksi antara data indrawi (*a posteriori*) dan struktur kognitif bawaan pikiran (*a priori*), seperti ruang, waktu, dan kausalitas. Struktur-struktur inilah yang menata pengalaman kita menjadi sebuah dunia yang koheren, objektif, dan dapat dipahami secara universal.<sup>1737</sup> Dalam konteks ini, mimpi menempati posisi yang problematis. Meskipun mimpi adalah sebuah fenomena atau pengalaman, ia tidak tunduk pada hukum-hukum niscaya yang mengatur dunia terjaga. Di dalam mimpi, kausalitas bisa terbalik, ruang bisa melipat, dan waktu bisa berjalan tidak linear. Kant

menyebutnya sebagai "permainan bebas imajinasi" (*ein freies Spiel der Einbildungskraft*), yang tidak terikat oleh kategori-kategori pemahaman yang memberikan objektivitas pada pengalaman kita. Akibatnya, pengetahuan yang mungkin muncul dari mimpi bersifat idiosinkratik dan privat. Ia tidak dapat diuniversalkan atau diverifikasi secara intersubjektif karena ia beroperasi di luar kerangka kerja konseptual yang sama-sama kita gunakan untuk memahami realitas. Dengan demikian, mimpi, bagi Kant, berada di luar batas-batas pengetahuan yang mungkin (*possible knowledge*).

Secara kolektif, kritik dari Descartes, Hume, dan Kant menyoroiti tiga tantangan epistemologis fundamental dari pengetahuan mimpi. **Pertama, masalah subjektivitas:** pengalaman mimpi bersifat pribadi secara radikal; tidak ada pihak ketiga yang dapat mengakses atau memverifikasi kontennya secara langsung. **Kedua, masalah ilusi:** tidak adanya kriteria internal yang andal untuk membedakan realitas mimpi dari realitas terjaga membuat status kebenarannya selalu tentatif. **Ketiga, masalah koherensi dan batas pengalaman:** mimpi tidak mematuhi tatanan alam yang konsisten dan dapat diprediksi, yang merupakan prasyarat bagi pengetahuan ilmiah dan objektif. Tradisi filosofis ini secara efektif memindahkan mimpi dari ranah ontologis (sebagai sumber kebenaran eksternal) ke ranah psikologis (sebagai produk internal pikiran).

Sebagai penutup, revolusi filosofis yang diprakarsai oleh rasionalisme dan skeptisisme modern secara fundamental mengubah status epistemologis mimpi dalam wacana intelektual Barat. Para pemikir seperti Descartes, Hume, dan Kant berhasil

membongkar klaim mimpi sebagai sumber pengetahuan yang valid dengan menunjukkan kelemahannya dalam hal kepastian, landasan empiris, dan koherensi struktural. Meskipun pandangan ini kontras dengan tradisi-tradisi lain, seperti dalam Islam di mana mimpi yang benar (*al-ru'ya al-saliha*) dianggap sebagai bagian dari kenabian,<sup>1738</sup> kritik modern ini membuka jalan bagi pendekatan ilmiah terhadap mimpi, seperti psikoanalisis dan neurosains, yang tidak lagi bertanya "apa kebenaran dalam mimpi?" melainkan "mengapa dan bagaimana kita bermimpi?". Dengan demikian, mimpi bertransformasi dari sebuah pesan yang harus ditafsirkan menjadi sebuah fenomena pikiran yang harus dijelaskan.

### **Positivisme dan Ilmu Empiris: Keterbatasan Studi Mimpi**

Mimpi, sebagai sebuah fenomena universal yang melintasi batas-batas budaya dan zaman, telah lama menjadi objek kontemplasi, sumber inspirasi, sekaligus wahana pemaknaan spiritual bagi peradaban manusia. Dari tablet-tablet tanah liat Mesopotamia yang mengisahkan mimpi Gilgamesh hingga interpretasi kenabian dalam tradisi Abrahamik, mimpi secara historis ditempatkan pada posisi ontologis yang signifikan, dianggap sebagai jembatan antara dunia sadar dan realitas yang lebih dalam atau transenden. Namun, pencerahan Eropa dan lahirnya revolusi ilmiah secara fundamental mengubah lanskap epistemologis ini. Kebangkitan paradigma positivisme, yang mendewakan observasi empiris dan data terukur sebagai satu-satunya sumber pengetahuan yang sah, secara sistematis memarginalkan studi

mimpi, mereduksinya dari sebuah pengalaman kaya makna menjadi sekadar fenomena neurobiologis yang epifenomenal.

Peran dominan positivisme dalam membentuk kerangka ilmu pengetahuan modern tidak dapat dilebih-lebihkan. Dipelopori oleh pemikir seperti Auguste Comte, positivisme menegaskan bahwa pengetahuan sejati (pengetahuan positif) hanya dapat berasal dari afirmasi teori melalui metode ilmiah yang ketat, yang melibatkan observasi, eksperimen, dan verifikasi.<sup>1739</sup> Dalam hierarki pengetahuannya, positivisme menempatkan teologi dan metafisika pada tahap perkembangan pemikiran manusia yang primitif dan spekulatif, yang harus digantikan oleh sains objektif. Implikasi dari paradigma ini terhadap studi mimpi sangatlah mendalam. Mimpi, dengan sifatnya yang subjektif, privat, dan sarat dengan bahasa simbolik yang tidak dapat diukur secara langsung, menjadi anomali yang sulit ditempatkan dalam metodologi positivistik. Ia tidak dapat diobservasi oleh pihak ketiga, tidak dapat direplikasi dalam kondisi laboratorium yang terkontrol, dan kontennya tidak dapat diverifikasi secara empiris. Akibatnya, dunia mimpi didorong ke pinggiran wacana ilmiah yang sah, dianggap sebagai wilayah yang tidak layak untuk investigasi serius, atau lebih buruk lagi, sebagai produk sampingan acak dari aktivitas otak saat tidur.

Konsekuensi langsung dari hegemoni positivisme ini adalah penerapan pendekatan reduksionis dalam studi mimpi yang berfokus secara eksklusif pada korelat fisiologisnya. Penemuan monumental seperti siklus *Rapid Eye Movement* (REM) oleh Aserinsky dan Kleitman pada tahun 1953 menjadi tonggak sejarah

dalam neurosains tidur.<sup>1740</sup> Penelitian ini dan penelitian-penelitian berikutnya berhasil memetakan aktivitas otak, fluktuasi neurotransmitter, dan proses konsolidasi memori yang terjadi selama bermimpi. Ini adalah pencapaian luar biasa yang menjelaskan *mekanisme* biologis di balik mimpi. Namun, dalam kerangka empiris yang ketat, penjelasan mekanistik ini seringkali dianggap sebagai penjelasan yang *cukup*. Narasi, emosi, dan simbol-simbol aneh yang dialami dalam mimpi inti dari pengalaman mimpi itu sendiri dianggap sebagai "bising" neuronal, sebuah teater bayangan tanpa substansi yang dihasilkan oleh korteks serebral yang mencoba memahami sinyal-sinyal acak dari batang otak. Dengan demikian, ilmu empiris berhasil menjelaskan *bagaimana* kita bermimpi, tetapi secara sengaja menghindari bahkan menolak pertanyaan tentang *mengapa* kita bermimpi dan *apa makna* dari mimpi tersebut.

Kritik fundamental terhadap pendekatan empiris ini terletak pada kegagalannya untuk mengakui bahwa ketiadaan bukti terukur bukanlah bukti ketiadaan makna. Menolak penafsiran simbolik dan spiritual hanya karena ia berada di luar jangkauan alat ukur positivistik adalah sebuah kekeliruan kategori yang mencampuradukkan antara batas metodologi dengan batas realitas. Psikoanalisis, meskipun sering dikritik karena kurangnya falsifiabilitas empiris, menawarkan lensa tandingan yang kuat. Sigmund Freud, dalam karyanya yang monumental *The Interpretation of Dreams*, berargumen bahwa mimpi adalah "jalan utama menuju alam bawah sadar" (*the royal road to the*

*unconscious*), sebuah pemenuhan terselubung dari hasrat yang tertekan.<sup>1741</sup> Bagi Freud, setiap elemen dalam mimpi adalah simbol yang dapat diurai untuk menyingkapkan konflik psikis yang tersembunyi. Demikian pula, Carl Jung memperluas cakrawala ini dengan konsep alam bawah sadar kolektif dan arketipe, di mana mimpi tidak hanya bersifat personal tetapi juga dapat menghubungkan individu dengan pola-pola universal dan warisan psikis kemanusiaan.<sup>1742</sup> Pendekatan ini, meskipun tidak "positif" dalam pengertian Comte, memberikan kerangka kerja yang koheren untuk memahami mimpi sebagai fenomena yang memiliki struktur, tujuan, dan makna psikologis yang mendalam.

Lebih jauh lagi, penolakan total terhadap dimensi spiritual mimpi oleh positivisme menunjukkan rabun jauh budaya yang mengabaikan tradisi kebijaksanaan ribuan tahun. Dalam tradisi Islam, misalnya, mimpi dipandang memiliki berbagai tingkatan, salah satunya adalah mimpi sejati (*ru'ya shadiqah*) yang berasal dari Tuhan. Al-Quran secara eksplisit mengisahkan mimpi Nabi Yusuf (Joseph) yang tidak hanya meramalkan masa depan tetapi juga menjadi katalis bagi peristiwa-peristiwa besar, menunjukkan bahwa mimpi dapat menjadi medium wahyu dan petunjuk ilahi.<sup>1743</sup> Sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari juga menyebutkan bahwa mimpi yang baik adalah salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, memberikannya status spiritual yang luhur.<sup>1744</sup> Mengabaikan perspektif semacam ini dengan dalih "tidak ilmiah" sama saja dengan menyatakan bahwa satu-satunya lensa yang valid untuk melihat realitas adalah lensa yang dibuat di Eropa pada abad

ke-19. Ini adalah sebuah arogansi epistemologis yang memiskinkan pemahaman kita tentang kompleksitas kesadaran manusia. Meskipun positivisme dan ilmu empiris telah memberikan kontribusi tak ternilai dalam menjelaskan fondasi neurobiologis dari tidur dan mimpi, hegemoninya telah menciptakan titik buta yang signifikan. Dengan memprioritaskan data yang terukur dan menolak validitas pengalaman subjektif, simbolik, dan spiritual, pendekatan ini telah mereduksi mimpi menjadi sekadar aktivitas mekanis otak. Studi mimpi yang komprehensif menuntut sebuah sintesis sebuah pendekatan holistik yang tidak menolak penemuan neurosains, tetapi mengintegrasikannya dengan wawasan dari psikologi mendalam, antropologi, filsafat, dan teologi. Memahami mimpi bukanlah memilih antara gelombang otak dan pesan ilahi, melainkan mengakui bahwa dalam misteri kesadaran manusia, yang material dan yang bermakna bisa jadi merupakan dua sisi dari mata uang yang sama, yang keduanya menuntut perhatian dan penghormatan kita.

### **Respons Postmodern dan Fenomenologi**

Wacana mengenai mimpi dalam tradisi pemikiran Barat modern seringkali terperangkap dalam dua kutub ekstrem: antara objektivikasi saintifik dan demistifikasi total. Di bawah pengaruh positivisme, mimpi direduksi menjadi sekadar aktivitas neurobiologis acak, sementara dalam psikoanalisis Freudian dan Jungian, ia dipandang sebagai gudang simbol universal yang dapat "diterjemahkan" secara objektif untuk mengungkap patologi atau

arketipe tersembunyi. Kendati revolusioner pada masanya, pendekatan-pendekatan ini secara inheren menempatkan sang pemimpi (subjek) sebagai objek pasif dari analisis seorang ahli. Mimpi kehilangan dimensinya sebagai pengalaman hidup yang intim dan personal. Sebagai respons kritis terhadap hegemoni objektivisme ini, pemikiran postmodern dan, secara lebih spesifik, fenomenologi, menawarkan sebuah jalur pemulihan yang mengembalikan sentralitas dan nilai subjektivitas dalam memahami misteri pengalaman mimpi.

Langkah pertama dalam restorasi ini diawali oleh fenomenologi Edmund Husserl, yang mengumandangkan slogan "kembali kepada benda-benda itu sendiri" (*back to the things themselves*). Bagi Husserl, sains modern telah mengaburkan dunia-kehidupan (*Lebenswelt*) dunia sebagaimana ia dialami secara langsung dan pra-teoretis dengan selubung konstruksi teoretis yang abstrak. Untuk memahami sebuah fenomena, termasuk mimpi, kita harus terlebih dahulu melakukan *epoché* atau "pengurangan": menanggukkan semua asumsi, teori, dan prasangka yang kita miliki tentangnya. Dalam konteks mimpi, ini berarti menahan diri untuk tidak langsung melabelinya sebagai "simbol represi seksual," "pesan ilahi," atau "lonjakan acak neuron." Sebaliknya, fokus utama adalah pada deskripsi murni tentang bagaimana mimpi itu dialami: tekstur emosionalnya, alur naratifnya yang mungkin tak logis, serta suasana yang ditinggalkannya saat terjaga. Dengan metode ini, mimpi direbut kembali dari cengkeraman teori-teori besar dan

dikembalikan kepada pemiliknya yang sah, yakni sang subjek yang mengalaminya secara langsung<sup>1745</sup>.

Membangun di atas fondasi fenomenologis ini, Paul Ricoeur memperkenalkan dimensi hermeneutika (seni interpretasi) yang lebih dalam. Ricoeur berargumen bahwa mimpi, layaknya sebuah teks, bersifat polisemi atau memiliki banyak makna (*polysemic*). Ia mengkritik pandangan Freud yang dianggapnya sebagai "hermeneutika kecurigaan" (*hermeneutics of suspicion*), yang selalu mencari makna tersembunyi yang direpresi. Sebagai gantinya, Ricoeur menawarkan "hermeneutika pemulihan" (*hermeneutics of retrieval*) yang melihat interpretasi sebagai sebuah proses kreatif untuk memperluas pemahaman diri (*self-understanding*). Bagi Ricoeur, mimpi bukanlah sekadar arkeologi masa lalu yang mengungkap konflik infantil, melainkan sebuah simbolisme yang membuka kemungkinan-kemungkinan baru bagi masa depan sang subjek<sup>1746</sup>. Proses interpretasi ini, yang disebutnya sebagai "busur hermeneutik" (*hermeneutic arc*), bergerak dari pemahaman naif sang pemimpi, melalui analisis kritis terhadap simbol-simbolnya, menuju sebuah "apropriasi" di mana makna mimpi tersebut diintegrasikan ke dalam narasi kehidupan sang subjek, memperkaya dan bahkan mentransformasikannya. Dengan demikian, subjektivitas tidak hanya dipulihkan, tetapi juga diberdayakan sebagai agen aktif dalam penciptaan makna.

Implikasi dari pergeseran filosofis ini adalah pengakuan bahwa pengalaman mimpi bersifat multi-dimensi secara radikal. Respons postmodern menolak segala bentuk narasi tunggal (*meta-narrative*)

yang mencoba menjelaskan mimpi secara universal dan final. Sebaliknya, mimpi dipandang sebagai sebuah persimpangan kompleks di mana berbagai dimensi eksistensi bertemu. Ia bisa menjadi ruang **eksistensial**, tempat kecemasan, harapan, dan absurditas keberadaan diekspresikan secara mentah. Ia adalah arena **simbolik**, namun simbol-simbolnya tidak terikat pada kamus universal, melainkan berakar pada lanskap personal dan kultural sang pemimpi<sup>1747</sup>. Lebih jauh, mimpi memiliki dimensi **naratif**, di mana fragmen-fragmen pengalaman ditunen menjadi cerita-cerita yang, meskipun seringkali aneh, membentuk dan merefleksikan identitas diri yang terus berkembang.

Dimensi lain yang seringkali diabaikan oleh modernisme sekuler namun diakui kembali dalam kerangka yang lebih terbuka adalah dimensi **spiritual** atau **transenden**. Dalam banyak tradisi keagamaan, mimpi dianggap sebagai salah satu jembatan komunikasi antara manusia dan alam ilahi. Perspektif Islam, misalnya, secara eksplisit mengkategorikan mimpi ke dalam beberapa jenis, termasuk mimpi yang benar (*al-ru'ya al-saliha*) yang berasal dari Allah SWT, sebagaimana dicontohkan secara agung dalam kisah Nabi Yusuf AS yang mampu menafsirkan mimpi untuk menyingkap masa depan<sup>1748</sup>. Hadis Nabi Muhammad SAW juga menjelaskan bahwa mimpi yang baik adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, yang menunjukkan nilai transendennya<sup>1749</sup>. Pengakuan ini tidak berarti menolak analisis psikologis, melainkan melengkapinya. Pendekatan fenomenologis memungkinkan kita untuk melihat dimensi spiritual ini bukan sebagai klaim objektif yang

harus diverifikasi secara empiris, melainkan sebagai bagian tak terpisahkan dari pengalaman subjektif yang bermakna bagi individu tertentu.

Pada akhirnya, respons postmodern dan fenomenologis terhadap mimpi adalah sebuah gerakan pembebasan. Ia membebaskan mimpi dari reduksionisme ilmiah dan dogmatisme interpretatif, serta membebaskan sang subjek dari posisinya sebagai objek studi yang pasif. Dengan menghargai keunikan pengalaman individual, mengakui kekayaan makna simboliknya, dan membuka ruang bagi berbagai dimensi eksistensi termasuk yang spiritual pendekatan ini memungkinkan kita untuk melihat mimpi bukan lagi sebagai teka-teki yang harus dipecahkan, melainkan sebagai dialog yang berkelanjutan antara diri kita yang sadar dan kedalaman misterius dari kesadaran kita sendiri. Mimpi adalah cermin subjektivitas dalam segala kompleksitasnya: sebuah narasi personal, kontemplasi eksistensial, dan terkadang, jendela menuju yang transenden.

## **Integrasi Ilmu, Filsafat, dan Tasawuf dalam Kajian Mimpi**

### **Peran Filsafat dalam Memperluas Perspektif Mimpi**

Kajian modern terhadap mimpi, yang didominasi oleh pendekatan neurosains dan psikologi, telah memberikan kontribusi monumental dalam memetakan mekanisme biologis di balik fenomena tidur dan mimpi. Kita kini memahami peran krusial dari fase tidur REM (*Rapid Eye Movement*), aktivitas di korteks prefrontal, dan lonjakan neurotransmiter seperti asetilkolin yang

menjadi orkestra biokimiawi dari teater malam kita.<sup>1750</sup> Kendati demikian, reduksi mimpi semata-mata menjadi produk sampingan dari proses neural menyisakan sebuah kekosongan eksistensial yang dalam. Penjelasan mengenai *bagaimana* mimpi terjadi seringkali mengabaikan pertanyaan yang lebih fundamental mengenai *apa* hakikat mimpi itu sendiri dan *mengapa* ia memiliki signifikansi yang begitu mendalam bagi pengalaman manusia. Di sinilah filsafat, dengan perangkat analisisnya yang tajam, hadir sebagai jembatan konseptual yang krusial, memperluas cakrawala pemahaman dari sekadar mekanisme fisiologis menuju eksplorasi makna, realitas, dan pengetahuan.

Filsafat menyediakan kerangka kerja untuk mendekati mimpi bukan sebagai anomali kesadaran, melainkan sebagai sebuah domain pengalaman yang absah untuk diinvestigasi secara ontologis dan epistemologis. Dua cabang utama filsafat, yakni metafisika dan epistemologi, menjadi instrumen analisis yang sangat relevan. Metafisika, sebagai studi tentang hakikat keberadaan (*being*), realitas, dan wujud, mendorong kita untuk mengajukan pertanyaan-pertanyaan radikal: Apakah dunia mimpi memiliki status realitasnya sendiri? Apakah ia sekadar ilusi, simulasi internal yang diciptakan otak, ataukah sebuah jendela menuju tingkatan eksistensi yang berbeda? Pertanyaan ini bukanlah hal baru; ia beresonansi kuat dengan pemikiran Plato dalam alegori guanya, di mana ia membedakan antara dunia bayang-bayang yang kita persepsikan dengan dunia "forma" atau ide yang lebih nyata.<sup>1751</sup> Dalam konteks ini, filsafat mengajak kita untuk

merenungkan kemungkinan bahwa realitas yang kita alami saat terjaga mungkin tidak lebih "nyata" secara fundamental dibandingkan dengan realitas yang kita alami dalam mimpi. Keduanya adalah bentuk pengalaman sadar, meskipun dengan aturan dan logika yang berbeda.

Selanjutnya, epistemologi, sebagai cabang filsafat yang menyelidiki hakikat pengetahuan, membuka diskursus mengenai nilai kebenaran (*truth-value*) dari pengalaman mimpi. Jika sains modern cenderung menihilkan mimpi sebagai sumber pengetahuan yang valid menganggapnya sebagai "bising" kognitif maka tradisi filosofis justru melihatnya sebagai laboratorium pemikiran yang ekstrem. René Descartes, dalam *Meditations on First Philosophy*, menggunakan argumen mimpi (*dream argument*) sebagai salah satu pilar skeptisismenya yang radikal. Ia mempertanyakan bagaimana kita dapat benar-benar yakin bahwa pengalaman kita saat ini bukanlah bagian dari sebuah mimpi yang panjang dan rumit.<sup>1752</sup> Argumen ini secara fundamental menggoyahkan kepastian kita tentang realitas eksternal dan memaksa kita untuk memeriksa kriteria apa yang kita gunakan untuk membedakan antara keadaan terjaga dan keadaan bermimpi. Dengan demikian, filsafat tidak hanya bertanya "apa itu mimpi?", tetapi juga "apa yang bisa kita ketahui melalui mimpi, dan bagaimana kita tahu bahwa kita tidak sedang bermimpi saat ini?"

Pusat dari seluruh investigasi filosofis ini adalah konsep kesadaran (*consciousness*). Mimpi adalah manifestasi kesadaran yang paling misterius. Dalam mimpi, kesadaran terlepas dari input

sensorik eksternal namun mampu menghasilkan dunia internal yang begitu kaya, imersif, dan seringkali emosional. Fenomena ini menghadirkan tantangan langsung bagi teori-teori kesadaran yang bersifat materialis-reduksionis. Jika kesadaran hanyalah produk dari proses komputasi otak yang merespons data dari luar, bagaimana ia bisa menciptakan pengalaman subjektif yang begitu hidup dari ketiadaan stimulus eksternal? Filsafat pikiran (*philosophy of mind*) mengeksplorasi "masalah sulit kesadaran" yakni, bagaimana dan mengapa proses fisik di otak menimbulkan pengalaman kualitatif atau *qualia* dan mimpi menjadi studi kasus yang paling gamblang.<sup>1753</sup> Mimpi menunjukkan bahwa kesadaran mungkin memiliki otonomi yang lebih besar dari substrat fisiknya daripada yang diperkirakan sebelumnya, sebuah gagasan yang membuka pintu bagi dialog dengan perspektif non-materialis, termasuk tasawuf.

Secara keseluruhan, peran filsafat dalam kajian mimpi adalah untuk melakukan dekonstruksi terhadap asumsi-asumsi mapan dan merekonstruksi pemahaman yang lebih holistik. Dengan menggunakan perangkat metafisika dan epistemologi, filsafat mengangkat diskusi tentang mimpi dari ranah laboratorium saraf ke arena perenungan eksistensial mengenai hakikat wujud, realitas, dan kesadaran. Ia bertindak sebagai penengah yang kritis, yang mencegah sains tergelincir ke dalam reduksionisme naif dan pada saat yang sama menyediakan fondasi rasional yang kokoh untuk menjembatani dialog dengan dunia spiritual-intuitif tasawuf. Filsafat mengajarkan bahwa sebelum kita dapat

memahami *makna* mimpi (sebuah domain yang disentuh oleh tasawuf), kita harus terlebih dahulu bergulat dengan pertanyaan fundamental tentang *apa* mimpi itu sesungguhnya sebuah tugas yang mustahil tanpa kacamata filosofis. Ia tidak memberikan jawaban akhir, namun membekali kita dengan pertanyaan-pertanyaan yang lebih baik dan lebih dalam, yang pada akhirnya memperkaya dan memperluas seluruh lanskap kajian mimpi.<sup>1754</sup>

### **Kontribusi Tasawuf: Hikmah dan Pengalaman Spiritual**

Dalam khazanah peradaban manusia, mimpi merupakan sebuah fenomena universal yang melintasi batas budaya dan waktu. Namun, dalam tradisi tasawuf, mimpi tidak sekadar dipandang sebagai bunga tidur atau manifestasi psikologis semata, melainkan sebagai sebuah portal epistemologis yang menghubungkan kesadaran manusia dengan dimensi realitas yang lebih tinggi. Tasawuf, sebagai dimensi esoteris Islam, menawarkan kerangka kerja yang sistematis untuk menyingkap makna batiniah (*bāṭin*) yang terkandung dalam mimpi, menjadikannya wahana untuk memperoleh hikmah dan pengalaman spiritual. Perspektif ini didasarkan pada keyakinan bahwa jiwa manusia yang telah disucikan mampu menerima pesan-pesan ilahiah melalui berbagai medium, salah satunya adalah mimpi yang benar (*ru'yā ṣādiqah*).

Dalam tasawuf klasik, mimpi menempati posisi yang sangat terhormat sebagai salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, sebagaimana disabdakan oleh Nabi Muhammad SAW.<sup>1755</sup> Para sufi agung seperti Imam al-Ghazali dalam magnum

opusnya, *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn*, membedakan secara tegas antara mimpi yang benar (*ru'yā*) yang berasal dari Tuhan, dengan mimpi yang kacau (*adghāth ahlām*) yang bersumber dari gejolak nafsu atau bisikan setan. Bagi kaum sufi, mimpi yang benar adalah bentuk komunikasi langsung dari alam malakut (alam para malaikat) atau bahkan langsung dari hadirat Ilahi, yang terjadi ketika jiwa manusia terlepas sementara dari belenggu jasmaniah saat tidur. Pengalaman Nabi Yusuf AS dalam menafsirkan mimpi, sebagaimana diabadikan dalam Al-Quran, menjadi preseden teologis yang mengukuhkan validitas mimpi sebagai sumber pengetahuan dan petunjuk ilahi.<sup>1756</sup> Filsuf sufi seperti Ibn 'Arabi lebih jauh mengembangkan konsep ini dengan teorinya tentang *'ālam al-mitsāl* (dunia imaginal), sebuah alam perantara antara dunia fisik dan dunia spiritual murni, di mana makna-makna abstrak mengambil bentuk simbolis yang dapat ditangkap oleh jiwa dalam mimpi.<sup>1757</sup>

Memasuki era kontemporer, pemahaman tasawuf terhadap mimpi tidak lantas usang, melainkan mengalami dialog dan penyesuaian dengan wacana modern, termasuk psikologi analitis Carl Jung. Meskipun terdapat kemiripan konseptual antara simbolisme mimpi sufi dengan arketipe Jungian, tasawuf kontemporer tetap mempertahankan kerangka teosentrisnya. Mimpi tidak direduksi menjadi sekadar manifestasi dari "ketidaksadaran kolektif", melainkan tetap dipandang sebagai potensi wahana bimbingan spiritual (*irsyād*) dari seorang guru mursyid kepada muridnya. Dalam banyak tarekat (ordo sufi) modern, mimpi seorang salik (penempuh jalan spiritual) sering kali

menjadi bahan diskusi penting untuk mengevaluasi kemajuan spiritualnya (*maqāmāt*) dan mendiagnosis penyakit-penyakit hati yang tersembunyi. Dengan demikian, interpretasi mimpi dalam tasawuf kontemporer bersifat personal, kontekstual, dan berorientasi pada transformasi spiritual individu, melampaui analisis simbolik yang bersifat universal semata.<sup>1758</sup>

Untuk mencapai kemampuan menerima dan memahami mimpi yang benar, tasawuf menekankan pentingnya penyucian jiwa (*tazkiyat al-nafs*), dan medium utamanya adalah praktik *dzikir* (mengingat Tuhan). *Dzikir* yang dilakukan secara konsisten dan khusyuk diyakini dapat memoles cermin hati (*qalb*) dari karat dosa dan kelalaian. Hati yang jernih dan bercahaya laksana cermin yang bersih, mampu merefleksikan cahaya ilahi dan menangkap pesan-pesan spiritual dalam bentuk mimpi yang jelas dan tidak terdistorsi. Sebaliknya, hati yang keruh akan menghasilkan mimpi yang dipenuhi oleh proyeksi ego dan was-was. Proses ini menjadikan *dzikir* bukan sekadar ritual lisan, tetapi sebuah teknologi spiritual untuk mengkalibrasi instrumen batiniah agar selaras dengan frekuensi ilahiah, sehingga memungkinkan penerimaan *ru'yā ṣādiqah*.<sup>1759</sup>

Selanjutnya, proses interpretasi atau *ta'bīr al-ru'yā* dalam tradisi sufi tidak hanya mengandalkan analisis rasional atau rujukan pada kitab-kitab takwil mimpi. Ia sangat bergantung pada dua anugerah spiritual yang saling terkait: *kasyf* dan *ilmu laduni*. *Kasyf* adalah terbukanya hijab spiritual yang memungkinkan seorang sufi untuk "melihat" realitas di balik simbol-simbol yang muncul dalam mimpi.

Kemampuan ini bukan hasil spekulasi, melainkan buah dari kedekatan dengan Tuhan yang memungkinkan seseorang menangkap makna sejati yang tidak dapat diakses oleh indra lahiriah. Sementara itu, *ilmu laduni* adalah pengetahuan yang dianugerahkan langsung oleh Tuhan ke dalam hati seorang hamba tanpa melalui proses belajar formal. Sebagaimana yang ditunjukkan dalam kisah Nabi Khidir AS, ilmu ini bersifat intuitif, langsung, dan sering kali tampak paradoksal bagi akal biasa.<sup>1760</sup> Seorang mursyid yang telah dianugerahi *kasyf* dan *ilmu laduni* mampu menyelami kedalaman jiwa sang pemimpi dan memberikan interpretasi yang presisi dan relevan dengan kondisi spiritualnya. Dengan demikian, interpretasi mimpi dalam tasawuf adalah sebuah tindakan hermeneutika spiritual yang didukung oleh kapasitas epistemologis yang melampaui nalar diskursif.<sup>1761</sup>

Kontribusi tasawuf dalam diskursus tentang mimpi terletak pada kemampuannya untuk mengangkat fenomena ini dari ranah psikologis semata ke tingkat epistemologi spiritual. Melalui kerangka klasik dan kontemporer, tasawuf menegaskan bahwa mimpi dapat menjadi sumber hikmah dan petunjuk ilahi yang otentik. Namun, potensi ini hanya dapat diaktualisasikan melalui jalan penyucian diri yang ditempuh dengan praktik dzikir. Lebih jauh lagi, pemaknaan mimpi yang mendalam dan akurat dalam tradisi ini bukanlah keahlian yang dapat dipelajari secara teoretis, melainkan merupakan buah dari anugerah *kasyf* dan *ilmu laduni*, yang menegaskan bahwa pemahaman sejati atas pesan-pesan Tuhan pada akhirnya adalah karunia dari-Nya.

## **Integrasi Ilmu Pengetahuan dan Hikmah Spiritualitas**

Mimpi, sebuah lanskap batin yang terbentang dalam keheningan tidur, telah menjadi subjek ketakjuban, ketakutan, dan penyelidikan sepanjang sejarah peradaban manusia. Dari interpretasi kenabian di masa lalu hingga analisis neurobiologis di era modern, misteri mimpi terus mengundang eksplorasi dari berbagai sudut pandang. Secara tradisional, diskursus mengenai mimpi seringkali terpolarisasi antara dua kutub: di satu sisi adalah penjelasan ilmiah-materialistis yang mereduksi mimpi sebagai produk sampingan acak dari aktivitas neural, dan di sisi lain adalah pemahaman spiritual-metafisis yang memandangnya sebagai pesan dari alam gaib. Namun, seiring dengan evolusi pemikiran, sebuah paradigma baru yang lebih komprehensif mulai terbentuk. Paradigma ini tidak lagi melihat sains dan spiritualitas sebagai entitas yang saling menafikan, melainkan sebagai dua lensa komplementer yang jika disinergikan, mampu menyingkap pemahaman yang lebih utuh tentang mimpi sebagai sebuah fenomena multidimensi.

Dari perspektif neurosains, mimpi merupakan fenomena biologis yang berakar kuat pada arsitektur otak. Selama fase tidur REM (*Rapid Eye Movement*), terjadi lonjakan aktivitas di area-area otak tertentu seperti batang otak (khususnya pons), amigdala yang merupakan pusat emosi, dan hipokampus yang berperan dalam konsolidasi memori. Sebaliknya, korteks prefrontal dorsolateral, yang bertanggung jawab atas pemikiran logis, penalaran kritis, dan kontrol eksekutif, menunjukkan aktivitas yang menurun secara signifikan.<sup>1762</sup>Kombinasi biokimiawi ini aktivasi pusat emosi dan

memori serta deaktivasi pusat logika menjelaskan karakteristik mimpi yang seringkali terasa begitu nyata secara emosional namun alur ceritanya absurd, tidak linier, dan aneh. Neurosains secara cemerlang memetakan "bagaimana" mekanisme mimpi terjadi; ia memberikan kerangka kerja fisiologis yang menjelaskan mengapa kita melihat gambar, merasakan emosi, dan mengalami narasi yang terfragmentasi saat tertidur. Namun, penjelasan ini, meskipun fundamental, belum sepenuhnya mampu menjawab pertanyaan "mengapa" mimpi membawa konten tertentu dan "apa" makna yang terkandung di dalamnya.

Di sinilah psikologi transpersonal menawarkan jembatan vital antara dimensi biologis dan dimensi makna. Sebagai cabang psikologi yang melampaui studi tentang ego personal dan mengeksplorasi dimensi spiritual, mistis, dan transenden dari pengalaman manusia, psikologi transpersonal memandang mimpi sebagai gerbang menuju lapisan kesadaran yang lebih dalam. Carl Jung, salah seorang perintis pemikiran ini, mengemukakan bahwa mimpi tidak hanya merefleksikan pengalaman pribadi (ketidaksadaran personal) tetapi juga mengakses "ketidaksadaran kolektif" sebuah gudang universal berisi arketipe, simbol, dan mitos yang diwarisi oleh seluruh umat manusia.<sup>1763</sup> Dalam pandangan ini, mimpi berfungsi sebagai mekanisme kompensasi psikis, membawa pesan dari alam bawah sadar untuk menyeimbangkan kesadaran sadar kita, mendorong proses individuasi atau realisasi diri seutuhnya. Mimpi menjadi dialog antara ego dan *Self* (Diri yang lebih tinggi), menawarkan wawasan, peringatan, dan panduan

untuk pertumbuhan psikologis dan spiritual. Dengan demikian, psikologi transpersonal memberikan "isi" dan "tujuan" pada wadah biologis yang telah dipetakan oleh neurosains.

Melengkapi matriks pemahaman ini adalah perspektif metafisika mimpi, terutama yang berakar pada tradisi spiritualitas yang kaya, seperti dalam pandangan dunia Islam. Metafisika tidak menolak data biologis atau psikologis, tetapi menempatkannya dalam kosmologi yang lebih luas yang mengakui eksistensi realitas non-fisik. Dalam tradisi Islam, mimpi diklasifikasikan ke dalam tiga kategori utama, sebagaimana disabdakan oleh Nabi Muhammad SAW: *Ru'ya Shadiqah* (mimpi benar yang datang dari Allah), *Hadith al-Nafs* (bisikan jiwa atau refleksi dari pikiran dan pengalaman sehari-hari), dan mimpi dari setan (*Hulm*) yang bertujuan untuk menimbulkan kesedihan atau ketakutan.<sup>1764</sup> Kisah Nabi Yusuf AS dalam Al-Qur'an yang mampu menafsirkan mimpi raja menjadi bukti pengakuan wahyu akan potensi mimpi sebagai medium pengetahuan profetik dan petunjuk ilahi.<sup>1765</sup> Perspektif ini menegaskan bahwa, dalam kondisi kesucian spiritual tertentu, kesadaran manusia saat tidur dapat menerima informasi atau hikmah dari sumber yang melampaui batas-batas otak dan ego personal. Mimpi jenis ini bukan sekadar produk acak aktivitas otak atau simbol psikologis, melainkan sebuah bentuk komunikasi spiritual yang otentik.

Sinergi antara ketiga domain inilah yang melahirkan pendekatan holistik terhadap mimpi. Bayangkan sebuah mimpi sebagai peristiwa tunggal yang dapat dianalisis pada beberapa tingkatan

secara bersamaan. Aktivitas neural di batang otak dan sistem limbik (neurosains) menciptakan panggung dan proyektor. Gambar dan narasi yang diproyeksikan diisi dengan simbol-simbol yang berasal dari pengalaman hidup individu serta arketipe universal (psikologi transpersonal). Dan dalam kondisi tertentu, "sinyal" yang diproyeksikan itu sendiri bisa berasal dari sumber transenden, membawa pesan spiritual atau hikmah (metafisika). Ketiganya tidak saling bertentangan; sebaliknya, mereka saling melengkapi. Sebuah mimpi yang terasa sebagai petunjuk spiritual (*Ru'ya*) tetap diproses melalui mekanisme otak yang dapat diukur, dan manifestasinya akan menggunakan simbol-simbol yang relevan dengan kondisi psikologis individu tersebut. Dengan demikian, pendekatan holistik tidak memaksa kita untuk memilih antara penjelasan ilmiah atau spiritual, tetapi mengundang kita untuk melihat bagaimana mekanisme fisik dapat menjadi wahana bagi pengalaman psikologis yang mendalam dan, pada puncaknya, menjadi saluran bagi transmisi hikmah spiritual.<sup>1766</sup>

Untuk memahami mimpi secara komprehensif, kita harus bergerak melampaui reduksionisme dan merangkul kompleksitas. Memandang mimpi hanya sebagai letupan neuron acak berarti mengabaikan kekayaan maknanya bagi jiwa manusia. Sebaliknya, menganggap semua mimpi sebagai pesan ilahi tanpa mempertimbangkan konteks psikologis dan biologisnya dapat menjerumuskan pada takhayul. Integrasi antara neurosains, psikologi transpersonal, dan metafisika spiritualitas menawarkan sebuah sintesis yang kuat dan elegan. Pendekatan holistik ini

mengakui mimpi sebagai fenomena multidimensi yang secara simultan beroperasi di ranah biologis, psikologis, dan spiritual. Dengan memadukan ketiganya, kita tidak hanya mendekati pemecahan misteri mimpi, tetapi juga menghargai posisinya sebagai jembatan unik yang menghubungkan tubuh, jiwa, dan ruh sebuah teater semesta di dalam diri kita yang pementasannya layak untuk disaksikan dengan segenap perangkat ilmu dan kearifan yang kita miliki.<sup>1767</sup>

## **Kajian Mimpi sebagai Epistemologi Transdisipliner**

### **Konsep Epistemologi Transdisipliner**

Mimpi, sebuah fenomena universal yang menghiiasi sepertiga dari eksistensi manusia, telah lama menjadi objek kekaguman, ketakutan, dan penyelidikan. Dari hieroglif Mesir kuno yang mencatat penafsiran mimpi hingga laboratorium neurosains modern yang memetakan aktivitas otak selama tidur REM, manusia tidak pernah berhenti berupaya membongkar misteri di balik layar kesadaran yang tertidur. Namun, setiap disiplin ilmu yang mendekatinya seolah hanya berhasil menangkap sepotong bayangan dari keseluruhan realitas mimpi. Psikoanalisis menyingkapnya sebagai teater hasrat terpendam, neurosains melihatnya sebagai produk sampingan dari konsolidasi memori, dan tradisi spiritual memandangnya sebagai gerbang menuju pesan ilahi. Keterpisahan ini menciptakan sebuah mosaik pengetahuan yang terfragmentasi, di mana setiap kepingnya berharga namun gagal menyajikan gambar utuh. Inilah titik urgensi yang menuntut

sebuah pergeseran paradigma: dari pendekatan disipliner yang terisolasi menuju sebuah epistemologi transdisipliner yang holistik dan integratif.

Epistemologi transdisipliner merupakan sebuah kerangka kerja pengetahuan yang secara sadar melampaui batas-batas kaku antar disiplin ilmu. Berbeda dengan pendekatan multidisipliner yang hanya menempatkan berbagai disiplin ilmu berdampingan, atau interdisipliner yang menciptakan dialog di antara beberapa disiplin, transdisipliner bertujuan untuk memahami kompleksitas dunia masa kini dengan menciptakan sebuah visi baru yang muncul dari *antara, melintasi, dan di luar* semua disiplin ilmu.<sup>1768</sup> Pendekatan ini tidak menolak validitas metode ilmiah atau refleksi filosofis, melainkan mengakui bahwa ada tingkatan realitas dan kompleksitas fenomena yang tidak dapat sepenuhnya dipahami oleh satu disiplin saja. Dalam konteks studi mimpi, urgensi pendekatan ini menjadi sangat nyata. Mimpi bukanlah fenomena yang semata-mata biologis, psikologis, atau spiritual; ia adalah ketiganya secara simultan. Membatasi kajian mimpi hanya pada aktivitas neuronal, misalnya, adalah sebuah tindakan reduksionistik yang mengabaikan pengalaman subjektif yang kaya makna dan potensi transendental yang dirasakan oleh sang pemimpi.<sup>1769</sup>

Sebuah epistemologi transdisipliner untuk mimpi, oleh karena itu, tidak mencari satu "kebenaran" tunggal, melainkan membangun pemahaman yang berlapis-lapis dengan mengintegrasikan beragam cara mengetahui (*ways of knowing*). Ini menuntut sebuah dialog yang setara antara data objektif dari ilmu-

ilmu keras (sains) dan wawasan subjektif dari humaniora (filosofi) serta kearifan intuitif dari tradisi spiritual. Tujuan akhirnya adalah merumuskan sebuah pemahaman yang koheren tentang mimpi sebagai sebuah fenomena yang menjembatani dunia materi (otak), dunia mental (pikiran dan emosi), dan dunia spiritual (makna dan transendensi). Dengan demikian, mimpi tidak lagi dilihat sebagai anomali kesadaran, melainkan sebagai manifestasi fundamental dari sifat multidimensional manusia itu sendiri.

Penggabungan metode ilmiah, filosofi, dan spiritualitas menjadi pilar utama dalam bangunan epistemologi ini. Sains, dengan instrumen presisinya, memetakan panggung neurologis di mana drama mimpi berlangsung. Teknologi seperti fMRI dan EEG memungkinkan kita mengamati bagaimana area otak seperti amigdala (emosi) dan hipokampus (memori) menjadi sangat aktif, sementara korteks prefrontal (logika dan kontrol diri) beristirahat. Penemuan ini memberikan dasar empiris yang krusial, menjelaskan *mekanisme* di balik pengalaman mimpi yang seringkali aneh dan emosional.<sup>1770</sup> Namun, sains berhenti pada pertanyaan "bagaimana" dan jarang menyentuh pertanyaan "mengapa" secara eksistensial. Di sinilah filsafat, khususnya fenomenologi, mengambil peran. Filsafat tidak bertanya sirkuit otak mana yang aktif, melainkan "Seperti apa rasanya menjadi seorang pemimpi?" pendekatannya mengeksplorasi struktur pengalaman sadar dalam mimpi, mempertanyakan batas antara diri dan dunia, serta realitas dan ilusi dalam keadaan tersebut.<sup>1771</sup>

Sementara itu, dimensi spiritualitas menawarkan sebuah lensa yang telah teruji oleh waktu selama ribuan tahun, memandang mimpi sebagai medium komunikasi dan sumber pengetahuan yang sah. Dalam tradisi Islam, mimpi yang benar (*ar-ru'ya ash-shadiqah*) diakui sebagai salah satu bagian dari kenabian, sebuah bentuk wahyu atau ilham ilahi. Al-Qur'an sendiri mengabadikan kisah Nabi Yusuf AS yang dianugerahi kemampuan menakwilkan mimpi, yang menunjukkan status ontologis mimpi sebagai pembawa pesan signifikan.<sup>1772</sup> Sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Imam al-Bukhari lebih lanjut menegaskan bahwa mimpi seorang mukmin yang benar adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian.<sup>1773</sup> Perspektif ini memberikan validasi epistemologis pada mimpi sebagai sumber pengetahuan yang melampaui data empiris dan penalaran logis semata. Dengan menyatukan ketiga pilar ini validasi empiris dari sains, penyelidikan reflektif dari filsafat, dan kearifan transenden dari spiritualitas sebuah kajian mimpi yang benar-benar transdisipliner dapat mulai terbentuk, menawarkan pemahaman yang lebih kaya, mendalam, dan komprehensif tentang salah satu misteri terbesar dalam kehidupan manusia.

### **Model Integratif dalam Kajian Mimpi**

Mimpi, sebagai fenomena universal dalam pengalaman manusia, telah lama menjadi objek misteri sekaligus subjek kajian yang tak pernah usang. Dari dinding gua prasejarah hingga laboratorium neurosains modern, manusia berusaha mengurai tabir yang menyelimuti dunia nokturnal ini. Namun, pendekatan yang

bersifat reduksionis baik yang memandang mimpi sekadar sebagai letupan acak neuron di korteks serebral maupun yang menganggapnya semata-mata sebagai manifestasi hasrat terpendam seringkali gagal menangkap kedalaman dan potensi transformatif dari pengalaman mimpi. Untuk memahami fenomena ini secara komprehensif, diperlukan sebuah kerangka kerja yang melampaui batas-batas disiplin ilmu. Model integratif yang menyintesis wawasan dari filsafat, psikologi, dan tasawuf menawarkan sebuah lensa yang lebih holistik dan mendalam, terutama saat diaplikasikan pada studi tentang mimpi transformasional, yaitu mimpi yang mampu mengubah secara fundamental arah hidup, keyakinan, dan kesadaran seseorang.<sup>1774</sup>

Secara historis, setiap disiplin menawarkan perspektif unik namun parsial. Filsafat, misalnya, mengajukan pertanyaan-pertanyaan epistemologis dan ontologis yang fundamental: Apa status realitas sebuah mimpi? Apakah pengetahuan yang diperoleh dari mimpi dapat dianggap valid? Plato, melalui alegori guaanya, secara implisit menyamakan kehidupan sadar kita dengan bayang-bayang di dinding, sementara realitas sejati mungkin berada di luar persepsi indrawi kita sebuah gagasan yang beresonansi kuat dengan pengalaman mimpi sebagai "realitas alternatif".<sup>1775</sup> René Descartes pun membangun skeptisisme radikalnya dengan meragukan apakah ia sedang terjaga atau bermimpi, menunjukkan betapa tipisnya batas antara kedua kondisi kesadaran tersebut. Dengan demikian, filsafat menyediakan fondasi kritis untuk mempertanyakan hakikat

pengalaman mimpi dan dampaknya terhadap konsepsi kita tentang realitas dan pengetahuan.

Psikologi, khususnya psikologi analitis Carl Gustav Jung, memberikan kerangka kerja yang krusial untuk memahami fungsi dan bahasa mimpi. Berbeda dari pandangan Freudian yang cenderung reduktif, Jung memandang mimpi bukan hanya sebagai pemenuhan hasrat, melainkan sebagai mekanisme kompensasi dan alat komunikasi dari alam bawah sadar kolektif (*collective unconscious*). Mimpi, bagi Jung, adalah panggung di mana arketipe-arketipe universal seperti *Persona*, *Shadow*, *Anima/Animus*, dan *Self* berinteraksi dalam sebuah drama simbolik. Tujuannya adalah untuk memfasilitasi proses individuasi, yakni perjalanan seumur hidup menuju keutuhan psikologis.<sup>1776</sup> Dalam konteks ini, mimpi transformasional dapat dipahami sebagai intervensi kuat dari arketipe *Self* (Sang Diri), yang mendorong individu untuk mengintegrasikan aspek-aspek kepribadian yang terabaikan dan bergerak menuju realisasi potensi tertingginya.

Sementara itu, tasawuf menawarkan dimensi transenden yang seringkali absen dalam diskursus sekuler. Dalam tradisi mistik Islam, mimpi dipandang sebagai salah satu dari sedikit jendela yang tersisa menuju *'alam al-ghayb* (alam gaib) setelah kenabian berakhir. Al-Ghazali mengklasifikasikan mimpi ke dalam beberapa tingkatan, mulai dari mimpi yang berasal dari ego (*nafs*) hingga *ru'ya shadiqah* (mimpi yang benar), yang dianggap sebagai bisikan ilahiah atau satu dari empat puluh enam bagian kenabian.<sup>1777</sup> Mimpi jenis ini bukan sekadar produk psikis, melainkan

sebuah *isyarat* (petunjuk) atau *ilham* (inspirasi) yang datang dari sumber yang lebih tinggi. Ia berfungsi untuk membimbing, memberi peringatan, atau menyingkapkan hakikat spiritual yang tersembunyi dari pandangan mata biasa. Konsep '*alam al-mithal* atau "dunia imajinal," yang dielaborasi oleh para sufi seperti Ibn 'Arabi, menggambarkan sebuah alam perantara di mana makna spiritual mengambil bentuk-bentuk simbolik, dan alam inilah yang seringkali diakses melalui mimpi-mimpi visioner.<sup>1778</sup>

Model integratif menyatukan ketiga perspektif ini dalam sebuah hubungan yang dinamis dan saling melengkapi. Filsafat menyediakan kerangka untuk mempertanyakan dan memvalidasi pengalaman; psikologi Jungian menyediakan bahasa simbolik dan mekanisme perkembangannya; sementara tasawuf memberikan *telos* atau tujuan akhir spiritual dari pengalaman tersebut. Sebuah mimpi transformasional, dalam model ini, tidak dilihat sebagai fenomena yang terpisah, melainkan sebagai sebuah peristiwa multi-lapis yang terjadi serentak di level psikologis dan spiritual, yang kemudian menuntut refleksi filosofis untuk dapat diintegrasikan sepenuhnya ke dalam kehidupan individu.

Untuk mengilustrasikan aplikasi model ini, mari kita bayangkan sebuah studi kasus hipotetis. Seorang manajer korporat yang sangat sukses namun merasa hampa secara eksistensial, sebut saja "Budi," mengalami mimpi yang sangat jelas. Dalam mimpinya, ia berada di sebuah padang pasir yang luas di bawah langit malam yang penuh bintang. Tiba-tiba, sebuah suara tanpa wujud menyuruhnya untuk menggali pasir di kakinya. Setelah menggali dengan susah payah, ia

menemukan sebuah mata air jernih yang memancar deras, mengubah padang pasir di sekelilingnya menjadi taman yang subur dan indah. Budi terbangun dengan perasaan damai dan terharu yang belum pernah ia rasakan sebelumnya, dan mimpi ini memicu keputusannya untuk meninggalkan karier korporatnya dan beralih ke pekerjaan sosial.

Pendekatan transdisipliner akan menganalisis mimpi ini sebagai berikut:

1. **Analisis Psikologis (Jungian):** Padang pasir melambangkan kehidupan Budi yang kering secara spiritual, meskipun tampak sukses secara material (*Persona*-nya sebagai manajer). Suara tersebut adalah manifestasi dari arketipe *Self* yang memanggilnya untuk melakukan introspeksi ("menggali"). Mata air adalah simbol dari potensi kehidupan yang terpendam dalam alam bawah sadarnya, sumber kreativitas dan makna sejati. Transformasi padang pasir menjadi taman melambangkan keberhasilan proses individuasi integrasi antara kesadaran ego dengan kedalaman jiwa yang lebih otentik.<sup>1779</sup>
2. **Analisis Tasawuf:** Mimpi ini dapat diinterpretasikan sebagai *ru'ya shadiqah*. Padang pasir adalah simbol dari hati (*qalb*) yang gersang karena terlalu terikat pada dunia (*dunya*). Panggilan untuk menggali adalah sebuah *isyarat* ilahiah untuk melakukan *muhasabah* (introspeksi) dan menyucikan diri. Mata air jernih adalah *nur ilahi* (cahaya ilahi) atau *ma'rifah* (pengetahuan spiritual) yang memancar dari dalam hati setelah dibersihkan dari penghalang.<sup>1780</sup> Taman yang

subur adalah buah dari kedekatan dengan Tuhan, sebuah gambaran dari "surga di dalam hati" yang hanya bisa dicapai melalui perjalanan spiritual. Mimpi ini, dalam perspektif Al-Quran, serupa dengan visi- visi para nabi, seperti Nabi Yusuf yang kemampuannya menakwilkan mimpi menjadi kunci penyelamatan sebuah bangsa.<sup>1781</sup>

3. **Refleksi Filosofis:** Mimpi ini memaksa Budi untuk melakukan re- evaluasi eksistensial. Ia dihadapkan pada pertanyaan: "Apa makna kesuksesan yang sesungguhnya?" Pengalamannya mengguncang fondasi epistemologisnya; ia mulai menyadari bahwa pengetahuan yang paling berharga mungkin bukan berasal dari data pasar atau laporan keuangan, melainkan dari kedalaman jiwanya sendiri. Ia berpindah dari ontologi materialistik menuju pemahaman bahwa realitas yang lebih sejati adalah realitas makna dan tujuan spiritual.

Dengan demikian, model integratif ini memungkinkan kita untuk memahami transformasi Budi bukan sekadar sebagai "krisis parah baya" (psikologi populer), "kebisingan acak otak" (neurosains reduksionis), atau "wahyu mistis" yang terisolasi (interpretasi religius sempit). Sebaliknya, ia dipandang sebagai sebuah peristiwa holistik di mana jiwa psikologis dan spiritualnya berkomunikasi melalui bahasa simbolik yang kaya, yang kemudian mendorong sebuah pergeseran filosofis mendasar dalam cara ia memahami dirinya dan dunianya. Epistemologi transdisipliner ini tidak hanya menjembatani sains dan spiritualitas, tetapi juga membuka kemungkinan untuk memandang mimpi sebagai salah satu wahana

paling kuat bagi pertumbuhan dan pencerahan manusia, sebuah jembatan antara yang imanen dan yang transenden.<sup>1782</sup>

### **Metodologi Penelitian Mimpi yang Komprehensif**

Mimpi, sebagai sebuah fenomena universal dalam pengalaman manusia, telah lama menjadi subjek misteri, spekulasi, dan penelitian. Secara ontologis, mimpi menempati ruang unik di antara realitas objektif dan imajinasi subjektif, menjadikannya sebuah "dunia-dalam-dunia" yang kaya akan makna namun sulit diakses secara langsung. Perkembangan teknologi neurosains memang telah memungkinkan kita untuk memetakan aktivitas otak selama tidur REM, namun pendekatan kuantitatif ini sering kali berhenti di depan gerbang pertanyaan yang lebih fundamental: "Apa makna dari pengalaman mimpi itu sendiri?" Untuk menjawab pertanyaan ini, diperlukan sebuah pergeseran epistemologis dari sekadar mengukur menjadi memahami, dari data numerik menjadi narasi yang hidup. Oleh karena itu, sebuah metodologi penelitian mimpi yang komprehensif tidak dapat lagi bersandar pada paradigma positivistik semata, melainkan harus merangkul kekayaan pendekatan kualitatif yang mampu menjelajahi kedalaman subjektivitas manusia secara holistik.<sup>1783</sup>

Fondasi dari metodologi komprehensif ini adalah **pendekatan kualitatif**, yang menempatkan pengalaman subjektif sang pemimpi (dreamer) sebagai data primer yang paling berharga. Berbeda dengan metode kuantitatif yang mencari generalisasi statistik, penelitian kualitatif bertujuan untuk mencapai pemahaman yang

mendalam (verstehen) tentang fenomena dalam konteksnya yang unik.<sup>1784</sup> Dalam penelitian mimpi, ini berarti memperlakukan setiap laporan mimpi bukan sebagai kumpulan variabel acak, melainkan sebagai teks yang kaya dan berlapis, yang terjalin erat dengan kehidupan, emosi, budaya, dan sejarah personal sang pemimpi. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi nuansa, ambiguitas, dan kekayaan emosional yang terkandung dalam mimpi aspek-aspek yang sering kali hilang dalam analisis frekuensi atau survei berskala besar. Dengan demikian, pendekatan kualitatif menjadi pintu gerbang untuk memahami mimpi sebagai sebuah "pengalaman yang dihayati" (lived experience), bukan sekadar produk sampingan aktivitas neurologis.

Di atas fondasi kualitatif, pilar pertama yang menopang metodologi ini adalah **pendekatan fenomenologis**. Fenomenologi, sebagaimana digagas oleh Edmund Husserl, adalah studi tentang struktur kesadaran sebagaimana dialami dari sudut pandang orang pertama.<sup>1785</sup> Diterapkan pada penelitian mimpi, pendekatan ini menuntut peneliti untuk melakukan epoche atau "pengurangan" yakni, menanggihkan sementara semua asumsi, teori, dan prasangka yang ada tentang mimpi, baik itu dari psikoanalisis Freudian, neurobiologi, maupun interpretasi budaya populer. Tujuannya adalah untuk kembali "kepada hal-hal itu sendiri" (zu den Sachen selbst), yaitu pengalaman mimpi sebagaimana ia menampakkan diri kepada kesadaran sang pemimpi. Melalui wawancara mendalam yang fenomenologis, peneliti memandu partisipan untuk mendeskripsikan pengalaman mimpinya sehidup

dan sedetail mungkin: apa yang dilihat, didengar, dirasakan, dan dipikirkan dalam lanskap mimpi tersebut. Dari deskripsi yang padat ini, peneliti kemudian berusaha mengekstraksi struktur atau esensi invariabel dari pengalaman tersebut, mengungkapkan bagaimana dunia mimpi itu dikonstruksi dan dialami secara fundamental.<sup>1786</sup>

Pilar kedua adalah **pendekatan hermeneutik**, yaitu seni dan ilmu interpretasi. Jika fenomenologi berfokus pada deskripsi pengalaman, hermeneutik melangkah lebih jauh untuk menggali makna yang tersembunyi di dalamnya. Mimpi, dalam pandangan hermeneutik, adalah sebuah teks simbolik yang menuntut untuk ditafsirkan. Proses ini melibatkan apa yang disebut oleh Hans-Georg Gadamer sebagai "lingkaran hermeneutik" (hermeneutic circle): pemahaman terhadap bagian-bagian mimpi (simbol, karakter, peristiwa) bergantung pada pemahaman terhadap keseluruhannya (narasi mimpi dan konteks kehidupan pemimpi), dan sebaliknya.<sup>1787</sup> Pendekatan ini mengakui bahwa tidak ada interpretasi yang tunggal atau absolut. Makna sebuah mimpi muncul dari dialog antara "teks" mimpi, "dunia" sang pemimpi, dan "cakrawala pemahaman" (horizon of understanding) sang peneliti. Tradisi penafsiran mimpi (ta'bir al-ru'ya) dalam khazanah Islam, sebagaimana dicontohkan dalam kisah Nabi Yusuf AS yang menafsirkan mimpi Raja Mesir, merupakan salah satu bentuk praktik hermeneutik kuno yang sangat canggih, yang menunjukkan bahwa mimpi memiliki dimensi komunikatif dan profetik yang dapat diungkap melalui interpretasi yang bijaksana.<sup>1788</sup>

Untuk mengoperasionalkan ketiga pendekatan teoretis ini, metodologi penelitian mimpi yang komprehensif memanfaatkan tiga alat praktis: **narasi, analisis simbolik, dan studi lapangan**. Pertama, **analisis naratif** memperlakukan laporan mimpi sebagai sebuah cerita dengan struktur, plot, karakter, dan klimaks. Dengan menganalisis bagaimana cerita itu dibangun siapa protagonisnya, apa konfliknya, bagaimana resolusinya (atau ketiadaan resolusi) peneliti dapat memperoleh wawasan tentang dinamika psikologis, konflik internal, dan proses pemecahan masalah yang sedang berlangsung dalam jiwa sang pemimpi.<sup>1789</sup> Kedua, **analisis simbolik** menyelidiki bahasa metaforis mimpi. Namun, alih-alih menggunakan kamus mimpi yang kaku, pendekatan ini, yang banyak dipengaruhi oleh Carl Jung, memandang simbol sebagai entitas yang hidup dengan makna ganda: personal dan arketipal. Simbol seperti air, pohon, atau bayangan mungkin memiliki resonansi arketipal universal, namun maknanya yang sesungguhnya hanya dapat dipahami dalam kaitannya dengan asosiasi pribadi dan konteks budaya sang pemimpi.<sup>1790</sup> Sebuah mimpi tentang banjir bagi penduduk gurun tentu memiliki makna yang berbeda dengan mimpi yang sama bagi korban tsunami.

Terakhir, untuk mengkontekstualisasikan semua temuan ini, metodologi ini diakhiri dengan **studi lapangan** atau pendekatan etnografis. Mimpi tidak terjadi dalam ruang hampa; ia terjalin erat dengan kain sosial-budaya tempat sang pemimpi hidup. Studi lapangan memungkinkan peneliti untuk mengamati dan berpartisipasi dalam kehidupan sehari-hari partisipan, memahami

nilai-nilai budaya mereka, tekanan sosial yang mereka hadapi, dan ritual spiritual yang mereka praktikkan.<sup>1791</sup> Dengan mengintegrasikan data etnografis ini, peneliti dapat melihat bagaimana mimpi berfungsi dalam ekologi kehidupan seseorang yang lebih luas apakah sebagai sarana pelepasan stres, sumber bimbingan spiritual, cerminan dari kecemasan kolektif, atau sebagai ruang untuk negosiasi identitas budaya. Pendekatan ini secara eksplisit mengakui bahwa mimpi dan kehidupan saling membentuk dalam sebuah dialektika yang berkelanjutan, sebagaimana ditegaskan dalam sebuah hadis bahwa mimpi yang baik adalah bagian dari kenabian, mengisyaratkan adanya hubungan mendalam antara dunia malam dan bimbingan di dunia nyata.<sup>1792</sup>

Metodologi penelitian mimpi yang komprehensif adalah sebuah sintesis yang elegan antara teori dan praktik, yang menjembatani dunia batiniah subjektif dengan konteks eksternal yang objektif. Dengan mengintegrasikan pendekatan kualitatif, fenomenologis, dan hermeneutik, serta menggunakan alat analisis naratif, simbolik, dan studi lapangan, peneliti diberdayakan untuk bergerak melampaui permukaan fenomena mimpi. Metodologi ini tidak lagi melihat mimpi sebagai sekadar gema acak dari aktivitas saraf, melainkan sebagai sebuah narasi yang bermakna, sebuah teks simbolik yang kaya, dan sebuah pengalaman manusiawi yang mendalam. Ia membuka pintu untuk memahami tidak hanya mimpi itu sendiri, tetapi juga untuk menyelami labirin kesadaran, budaya, dan spiritualitas yang mendefinisikan siapa kita sebagai manusia.

## **Implikasi Terhadap Kajian Filsafat Islam Kontemporer**

### **Relevansi Kajian Mimpi dalam Konteks Filsafat Islam Modern**

Diskursus mengenai mimpi dalam tradisi intelektual Islam bukanlah sekadar catatan kaki historis, melainkan sebuah arena pemikiran yang kaya dengan implikasi mendalam bagi filsafat Islam di era kontemporer. Di tengah dominasi paradigma positivistik dan materialistik yang cenderung mereduksi realitas pada dimensi fisik semata, pengkajian ulang terhadap fenomena mimpi membuka pintu bagi revitalisasi agenda intelektual Islam. Ia menantang para pemikir Muslim modern untuk tidak hanya bertahan secara defensif, tetapi juga untuk secara proaktif menawarkan visi realitas dan epistemologi yang lebih holistik dan otentik. Kajian ini bukan merupakan sebuah regresi ke masa lalu, melainkan sebuah langkah maju yang bersifat kontemplatif, bertujuan untuk merekonstruksi kerangka pemikiran Islam yang mampu berdialog secara kritis dengan zaman. Implikasi dari pengkajian ini secara khusus menyoroti relevansi mimpi dalam konteks filsafat Islam modern, yang manifestasinya dapat diurai lebih lanjut.

Relevansi kajian mimpi dalam filsafat Islam modern tidak terletak pada upaya naif untuk menjadikan setiap mimpi sebagai sumber hukum atau sains. Sebaliknya, ia berfungsi sebagai katalisator intelektual untuk dua agenda krusial: memperkuat dialog antara warisan klasik (*turāth*) dengan pemikiran kontemporer dan mendorong revisi kritis terhadap epistemologi Islam modern yang seringkali telah terhegemoni oleh kerangka ilmu pengetahuan Barat. Kajian mimpi secara inheren berfungsi sebagai

jembatan hermeneutik yang menghubungkan perbendaharaan intelektual Islam klasik dengan tantangan pemikiran modern. Para filsuf dan sufi klasik seperti Al-Farabi, Ibnu Sina, Al-Ghazali, dan Ibnu 'Arabi telah membangun teori-teori yang sangat canggih mengenai mimpi, mengaitkannya dengan kosmologi, psikologi, dan epistemologi.<sup>1793</sup> Bagi mereka, mimpi bukanlah sekadar bunga tidur atau residu psikologis acak, melainkan jendela menuju dimensi realitas yang lebih tinggi, yang dikenal sebagai *'ālam al-mithāl* atau alam imaginal sebuah dunia perantara antara alam indrawi dan alam akal murni.<sup>1794</sup> Konsep ini menawarkan sebuah ontologi berlapis yang secara radikal berbeda dari ontologi datar yang dianut oleh materialisme modern.

Dalam konteks kontemporer, menghidupkan kembali diskursus ini memaksa para pemikir Muslim untuk melakukan sintesis kreatif. Di satu sisi, mereka harus memahami kembali kekayaan konseptual dari tradisi, seperti konsep *ru'yā ṣādiqah* (mimpi yang benar) yang diakui sebagai salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian.<sup>1795</sup> Di sisi lain, mereka diundang untuk menempatkan konsep-konsep ini dalam dialog kritis dengan temuan-temuan psikologi modern dan neurosains. Misalnya, konsep *'ālam al-mithāl* dapat dipertemukan dengan teori arketipe dan alam bawah sadar kolektif dari Carl Jung, yang juga melihat mimpi sebagai manifestasi simbolik dari struktur psikis yang mendalam dan universal.<sup>1796</sup> Dialog ini menghindarkan pemikiran Islam dari dua ekstrem: penolakan total terhadap modernitas atau penyerahan diri tanpa syarat padanya. Sebaliknya, ia mendorong sebuah postur

intelektual yang percaya diri, di mana tradisi tidak dipandang sebagai artefak beku, melainkan sebagai sumber inspirasi yang dinamis untuk memahami kondisi manusia modern.

Implikasi paling signifikan dari pengkajian ulang fenomena mimpi terletak pada ranah epistemologi, atau teori pengetahuan. Epistemologi Islam klasik mengakui beragam sumber dan jalur untuk mencapai pengetahuan (*ma'rifah*), yang tidak terbatas pada observasi empiris (*hiss*) dan penalaran logis (*'aql*). Ia juga memberikan ruang yang sah bagi intuisi (*hads*), ilham (*ilhām*), dan penyingkapan spiritual (*kashf*), di mana mimpi yang benar menjadi salah satu manifestasinya.<sup>1797</sup> Al-Ghazali, dalam otobiografi intelektualnya, *Al-Munqidh min al-Ḍalāl*, secara eksplisit menyatakan bahwa validitas pengetahuan yang diperoleh melalui jalur kenabian (termasuk mimpi) adalah kepastian yang melampaui demonstrasi logis, sama seperti kepastian kita terhadap prinsip-prinsip matematika.<sup>1798</sup>

Di era modern, di bawah pengaruh positivisme, banyak pemikir Muslim cenderung mengadopsi hierarki epistemologis yang menempatkan pengetahuan empiris-rasional sebagai satu-satunya standar kebenaran yang valid. Akibatnya, dimensi-dimensi pengetahuan intuitif dan spiritual dalam tradisi Islam menjadi terpinggirkan, dianggap subjektif, tidak ilmiah, atau bahkan sebagai takhayul. Pengkajian kembali terhadap mimpi berfungsi sebagai koreksi kritis terhadap penyempitan epistemologis ini. Ia mengingatkan bahwa wahyu itu sendiri, sebagai sumber primer epistemologi Islam, diterima oleh Nabi Muhammad saw. dalam

berbagai modus, termasuk melalui mimpi yang benar, sebagaimana dikisahkan dalam Al-Qur'an mengenai mimpi Nabi Ibrahim dan Nabi Yusuf.<sup>1799</sup>

Oleh karena itu, mengakui potensi kognitif dari mimpi bukan berarti menolak sains, melainkan menolak saintisme ideologi yang menyatakan bahwa hanya metode sains empiris yang dapat menghasilkan pengetahuan sejati.<sup>1800</sup> Ini adalah sebuah imperatif intelektual untuk merevisi dan memperluas kerangka epistemologi Islam modern agar lebih komprehensif dan setia pada asumsi-asumsi dasarnya sendiri. Dengan demikian, mimpi tidak lagi dilihat sebagai anomali, tetapi sebagai penanda adanya modus kesadaran dan persepsi yang melampaui batas-batas indrawi, yang validitasnya perlu dipahami melalui kriteria dan metodologinya sendiri, yang telah dirumuskan secara rinci dalam tradisi intelektual Islam. Ini membuka jalan bagi sebuah filsafat Islam kontemporer yang tidak hanya relevan secara akademis tetapi juga hidup secara spiritual.

### **Pemikiran Integratif sebagai Solusi Tantangan Modernitas**

Era modernitas, yang ditandai oleh kemajuan sains dan teknologi yang eksponensial, secara paradoksal telah melahirkan serangkaian tantangan eksistensial dan intelektual yang mendalam. Di satu sisi, ia menawarkan kemudahan material yang belum pernah terjadi sebelumnya, namun di sisi lain, ia menyisakan kekosongan spiritual dan fragmentasi pengetahuan yang mengkhawatirkan. Dua pilar utama yang menopang krisis ini adalah reduksionisme ilmiah dan

sekularisme. Reduksionisme, sebagai paradigma epistemologis dominan, cenderung mereduksi realitas kompleks menjadi komponen-komponen material yang dapat diukur, mengabaikan dimensi metafisik, etis, dan spiritual dari keberadaan manusia. Konsekuensinya, pengetahuan menjadi kering dan terpisah dari kebijaksanaan (hikmah). Di sisi lain, sekularisme mendorong dikotomi radikal antara ranah publik (sains, politik, ekonomi) yang dianggap rasional dan ranah privat (agama, spiritualitas) yang dianggap subjektif. Pemisahan ini tidak hanya meminggirkan agama dari diskursus intelektual, tetapi juga menciptakan peradaban yang secara teknis canggih namun secara moral dan spiritual terdisorientasi. Menghadapi tantangan ganda ini, pemikiran integratif yang menyatukan kembali ilmu dan hikmah dalam satu kerangka holistik bukan lagi sekadar pilihan, melainkan sebuah keniscayaan.

Sebagai respons terhadap krisis ini, peradaban Islam menawarkan sebuah kerangka epistemologis yang secara inheren bersifat integratif. Dalam pandangan dunia Islam, tidak terdapat pertentangan fundamental antara akal ('aql) dan wahyu (naql), atau antara penyelidikan empiris terhadap alam semesta (afaq) dan refleksi atas diri manusia (anfus). Keduanya dipandang sebagai ayat-ayat atau tanda-tanda dari sumber realitas yang sama, yaitu Tuhan Yang Maha Esa. Integrasi ilmu dan hikmah merupakan jantung dari tradisi intelektual Islam, yang bertujuan untuk mengatasi bahaya reduksionisme. Ilmu ('ilm) dalam konteks ini tidak terbatas pada data empiris, melainkan mencakup seluruh spektrum pengetahuan,

dari yang rasional hingga yang diwahyukan. Namun, ilmu saja tidaklah cukup; ia harus dijiwai oleh hikmah (hikmah), yaitu kemampuan untuk memahami tujuan akhir dari segala sesuatu, menempatkan pengetahuan dalam konteks etis dan spiritualnya, serta mengaplikasikannya secara adil dan bijaksana.<sup>1801</sup>Hikmah adalah anugerah ilahi yang memungkinkan seseorang melihat melampaui permukaan fenomena untuk menangkap esensi dan tujuannya, sebagaimana ditegaskan dalam Al-Quran: "Allah menganugerahkan al-hikmah (kefahaman yang dalam tentang Al-Quran dan As-Sunnah) kepada siapa yang dikehendaki-Nya. Dan barangsiapa yang dianugerahi hikmah, ia benar-benar telah dianugerahi karunia yang banyak."<sup>1802</sup>Dengan demikian, pendekatan integratif ini menolak kerangka sekuler yang memisahkan fakta dari nilai, dan sebaliknya, menegaskan bahwa pencarian pengetahuan adalah sebuah aktivitas spiritual yang bertujuan mendekatkan diri kepada Sang Pencipta dan mewujudkan kemaslahatan di muka bumi.[3]

Lebih jauh lagi, dalam upaya pembaruan spiritual dan intelektual umat Islam, terdapat satu dimensi pengetahuan yang sering kali diabaikan oleh paradigma modern, yaitu mimpi (ru'ya). Dalam kerangka positivistik, mimpi hanyalah aktivitas neurobiologis acak selama tidur. Namun, dalam tradisi Islam, mimpi yang benar (ru'ya shadiqah) memiliki status epistemologis yang signifikan sebagai salah satu saluran komunikasi antara alam manusia dan alam gaib. Kontribusi mimpi bukanlah untuk menggantikan metode ilmiah atau penalaran rasional, melainkan untuk melengkapinya dengan

wawasan (insight), ilham (ilham), dan bimbingan spiritual yang tidak dapat diakses melalui metode observasi semata. Kisah Nabi Yusuf AS dalam Al-Quran secara gamblang menunjukkan bagaimana kemampuan menafsirkan mimpi menjadi instrumen penting dalam navigasi krisis ekonomi dan politik.<sup>1803</sup> Demikian pula, Nabi Muhammad SAW menegaskan nilai mimpi yang benar dengan bersabda bahwa ia adalah "satu bagian dari empat puluh enam bagian kenabian."<sup>1804</sup> Dalam konteks modern, pengakuan kembali terhadap peran mimpi dapat menjadi koreksi penting terhadap arogansi intelektual yang hanya mengakui realitas material. Ia membuka kembali pintu menuju dimensi transenden, menumbuhkan kerendahan hati, dan memberikan inspirasi bagi para ilmuwan, seniman, dan pemikir Muslim untuk menggali solusi-solusi kreatif yang diilhami oleh panduan ilahiah, sehingga memperkaya proses pembaruan umat secara holistik.

Tantangan kembar berupa reduksionisme ilmiah dan sekularisme yang dilahirkan oleh modernitas menuntut sebuah respons yang komprehensif dan mendalam. Pemikiran integratif, yang berakar pada tradisi intelektual Islam, menawarkan solusi yang kuat dengan menyatukan kembali ilmu dan hikmah. Pendekatan ini tidak hanya mengembalikan dimensi etis dan spiritual ke dalam ranah pengetahuan, tetapi juga menegaskan bahwa pencarian kebenaran adalah sebuah perjalanan holistik yang melibatkan akal, hati, dan wahyu. Di dalam kerangka ini, bahkan pengalaman subjektif seperti mimpi diakui memiliki potensi kontributif untuk pembaruan spiritual dan intelektual. Dengan merevitalisasi

paradigma integratif ini, umat Islam dapat membangun kembali sebuah peradaban yang tidak hanya unggul secara ilmiah dan teknologi, tetapi juga matang secara spiritual dan berlandaskan pada kebijaksanaan ilahi, sehingga mampu menavigasi kompleksitas zaman modern dengan penuh keyakinan dan tujuan.

### **Pengembangan Kurikulum Pendidikan Filsafat dan Tasawuf**

Pendidikan filsafat dan tasawuf di era kontemporer seringkali dihadapkan pada tantangan fundamental: bagaimana mentransformasikan pengetahuan teoretis yang kaya menjadi pengalaman spiritual yang hidup dan relevan bagi peserta didik. Kurikulum yang ada cenderung berfokus pada studi historis, doktrinal, dan tekstual, yang meskipun esensial, berisiko menciptakan jarak antara konsep-konsep luhur dengan realitas batiniah mahasiswa. Untuk menjembatani kesenjangan ini, diperlukan sebuah revitalisasi kurikulum yang berani, yang tidak hanya menyajikan informasi, tetapi juga memfasilitasi perjalanan penemuan diri.

Integrasi kajian mimpi ke dalam kurikulum bukanlah sebuah inovasi radikal yang tercerabut dari akarnya, melainkan sebuah upaya untuk menghidupkan kembali tradisi intelektual dan spiritual Islam yang kaya. Dalam peradaban Islam, mimpi tidak dipandang sekadar sebagai produk acak dari aktivitas neurologis saat tidur, tetapi sebagai gerbang menuju dimensi realitas yang lebih tinggi dan sumber pengetahuan intuitif. Al-Quran sendiri memberikan legitimasi kuat terhadap signifikansi mimpi melalui kisah Nabi Yusuf,

yang kemampuannya menakwilkan mimpi menjadi poros narasi kenabiannya.<sup>1805</sup> Posisi mimpi semakin dipertegas oleh Hadis Nabi Muhammad SAW yang menyatakan bahwa mimpi yang benar (*al-ru'ya al-saliha*) adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian.<sup>1806</sup> Para pemikir besar Islam, seperti Ibn Sirin, al-Ghazali, dan Ibn Arabi, telah mengelaborasi secara mendalam tentang ontologi dan epistemologi mimpi. Bagi mereka, mimpi adalah manifestasi dari alam al-mithal (dunia imajinal), sebuah alam antara dunia inderawi dan dunia ruhani murni, tempat jiwa dapat menerima pesan-pesan simbolik dan petunjuk ilahi.<sup>1807</sup> Dengan mengabaikan domain ini, pendidikan Islam modern telah kehilangan salah satu alat pedagogis paling kuat untuk mengeksplorasi hakikat jiwa (*nafs*) dan realitas batin.

Implementasi kajian mimpi dalam kurikulum harus dirancang secara sistematis, melampaui sekadar teknik interpretasi mimpi (*ta'bir*). Kurikulum ini dapat distrukturkan ke dalam beberapa modul. **Pertama**, modul teoretis-filosofis yang mengkaji landasan ontologis mimpi dalam Al-Quran, Hadis, dan pemikiran para filsuf sufi. Mahasiswa akan diajak menganalisis konsep khayal (imajinasi) menurut Ibn Arabi, yang memandangnya sebagai fakultas kognitif esensial yang memungkinkan persepsi realitas non-fisik.<sup>1808</sup> **Kedua**, modul metodologis yang memperkenalkan mahasiswa pada praktik pencatatan mimpi (*dream journaling*) dan teknik refleksi kontemplatif (*tafakkur*). Tujuannya bukan untuk meramal masa depan, melainkan untuk melatih kepekaan dalam mengenali pola-pola simbolik, konflik batin, dan aspirasi spiritual yang muncul dari

alam bawah sadar. **Ketiga**, modul etika interpretasi, yang menekankan pentingnya kerendahan hati, kebijaksanaan, dan bimbingan spiritual dalam menafsirkan pesan-pesan mimpi, guna menghindari kesombongan spiritual atau kesesatan. Melalui pendekatan ini, mimpi bertransformasi dari objek studi pasif menjadi laboratorium spiritual aktif bagi mahasiswa.<sup>1809</sup>

Namun, integrasi kajian mimpi saja tidak cukup. Untuk mencapai kesadaran holistik, kurikulum harus ditopang oleh pendekatan multidimensi yang menyentuh seluruh aspek kemanusiaan. Pendekatan ini melampaui paradigma pendidikan yang hanya menekankan dimensi kognitif-intelektual. Kerangka kerja multidimensi ini mencakup: **1) Dimensi Intelektual-Kognitif**, yang mengasah kemampuan analisis kritis terhadap teks-teks klasik dan modern; **2) Dimensi Afektif-Emosional**, yang memfasilitasi kultivasi rasa cinta (mahabbah), rindu (syauq), dan takut (khashyah) kepada Tuhan melalui kajian puisi sufi dan praktik zikir; **3) Dimensi Psikomotor-Spiritual**, yang melibatkan latihan-latihan praktis seperti meditasi sufi (muraqabah), olah napas, dan refleksi terbimbing atas pengalaman mimpi; serta **4) Dimensi Sosial-Etis**, yang mendorong mahasiswa untuk menerjemahkan pencerahan batiniah menjadi tindakan nyata berupa akhlak mulia, kepedulian sosial, dan perjuangan untuk keadilan. Pendekatan ini memastikan bahwa pertumbuhan spiritual tidak terisolasi dari realitas sosial, melainkan justru menjadi fondasi bagi tindakan etis di dunia.<sup>1810</sup>

Pengembangan kesadaran holistik adalah puncak dari sinergi antara kajian mimpi dan pendekatan multidimensi. Ketika

mahasiswa dilatih untuk melihat dunia batin mereka melalui mimpi dan sekaligus diasah melalui berbagai dimensi pendidikan, mereka mulai memahami interkoneksi yang mendalam antara yang terlihat (*syahadah*) dan yang tak terlihat (*ghaib*), antara syariat (hukum formal) dan hakikat (realitas esoteris), serta antara diri, sesama, dan Tuhan. Kesadaran holistik ini membongkar dualisme Cartesian yang memisahkan secara kaku antara pikiran dan tubuh, subjek dan objek, serta spiritualitas dan intelektualitas. Lulusan dari kurikulum semacam ini tidak lagi melihat filsafat sebagai permainan logika semata atau tasawuf sebagai pelarian mistis, melainkan memandangnya sebagai jalan terpadu untuk mencapai keutuhan diri (insan kamil). Mereka menjadi individu yang mampu menavigasi kompleksitas dunia modern dengan kebijaksanaan yang berakar pada kearifan abadi dan kedalaman spiritual yang otentik.<sup>1811</sup>

Revitalisasi kurikulum pendidikan filsafat dan tasawuf menuntut lebih dari sekadar pembaruan konten. Ia memerlukan perubahan paradigma menuju pendidikan yang transformatif dan integral. Dengan mengintegrasikan kembali kajian mimpi ke dalam ranah epistemologi Islam yang sah dan menerapkannya dalam kerangka kerja multidimensi, kita dapat merancang sebuah pengalaman belajar yang mendalam dan komprehensif. Tujuan utamanya adalah untuk membina generasi baru pemikir dan praktisi spiritual yang memiliki kesadaran holistik individu yang tidak hanya memahami peta, tetapi juga telah menempuh perjalanannya. Inilah jalan untuk memastikan bahwa warisan intelektual dan spiritual Islam terus

hidup, relevan, dan mampu memberikan pencerahan bagi kemanusiaan di abad ke-21 dan seterusnya.

## **Prospek Penelitian Mimpi dalam Kajian Interdisipliner dan Pendidikan Spiritual**

### **Peluang Penelitian Multidisipliner**

Mimpi, sebuah fenomena universal yang dialami manusia sepanjang sejarah, telah bergeser dari ranah mistisisme murni menjadi objek kajian ilmiah yang ketat. Namun, reduksionisme yang terkadang melekat pada pendekatan saintifik modern sering kali gagal menangkap dimensi pengalaman mimpi yang kaya dan multifaset. Di sinilah letak urgensi dan prospek penelitian mimpi yang bersifat interdisipliner sebuah pendekatan yang tidak hanya bertujuan untuk menjelaskan mekanisme biologis mimpi, tetapi juga untuk memahami maknanya dalam konteks psikologis, kultural, dan spiritual manusia. Masa depan studi mimpi tidak terletak pada pemisahan antara sains dan humaniora, melainkan pada sintesisnya, di mana data empiris dan pengalaman subjektif saling menerangi. Kajian ini berpotensi besar untuk memperkaya tidak hanya pemahaman kita tentang kesadaran, tetapi juga untuk mengembangkan metodologi pendidikan spiritual yang lebih mendalam dan berbasis pengalaman.

Integrasi berbagai disiplin ilmu membuka cakrawala baru dalam memahami mimpi sebagai fenomena holistik. Di satu sisi, psikologi dan *neuroscience* menawarkan kerangka kerja untuk menginvestigasi mimpi dari "dalam," yaitu dari mekanisme internal

pikiran dan otak. Psikologi, sejak era Freud dan Jung, telah memandang mimpi sebagai gerbang menuju alam bawah sadar, tempat konflik, hasrat, dan arketipe bermanifestasi. Di sisi lain, *neuroscience* modern melengkapi wawasan ini dengan menyediakan korelasi neurologis yang konkret. Penelitian tentang tidur REM (*Rapid Eye Movement*) telah menunjukkan bagaimana mimpi berperan krusial dalam konsolidasi memori, pemrosesan emosi, dan simulasi ancaman.<sup>1812</sup> Dengan demikian, sebuah penelitian multidisipliner dapat menggabungkan analisis konten mimpi (psikologi) dengan pemindaian aktivitas otak (fMRI atau EEG) untuk memetakan bagaimana narasi simbolik dalam mimpi berkorelasi dengan pola-pola neural tertentu. Ini adalah jembatan antara "apa" yang kita mimpikan dan "bagaimana" otak kita menciptakannya.

Lebih jauh lagi, perspektif antropologi dan studi agama memperluas lensa penelitian dari individu ke kolektif, menempatkan mimpi dalam matriks budaya dan keyakinan yang lebih besar. Antropologi menunjukkan bahwa interpretasi dan fungsi mimpi sangat bervariasi antar budaya. Dalam banyak masyarakat adat, mimpi bukanlah sekadar produk internal pikiran, melainkan sebuah medium komunikasi dengan dunia roh, leluhur, atau sebagai pertanda kenabian (*oneiric divination*).<sup>1813</sup> Studi agama, khususnya dalam tradisi Abrahamik, memberikan legitimasi teologis pada mimpi sebagai wahana wahyu ilahi. Al-Quran, misalnya, mengabadikan kisah Nabi Yusuf a.s. yang kemampuannya menakwilkan mimpi menjadi sentral dalam narasi kehidupannya

dan penyelamatan bangsanya (QS. Yusuf[12]: 4-6, 36-49).<sup>1814</sup> Demikian pula dalam tradisi Islam, mimpi yang benar (*ar-ru'ya ash-shadiqah*) diakui sebagai salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, sebagaimana disabdakan oleh Nabi Muhammad SAW.<sup>1815</sup> Penelitian yang memadukan etnografi, hermeneutika teks suci, dan psikologi transpersonal dapat mengeksplorasi bagaimana kerangka teologis ini membentuk cara individu mengalami, menafsirkan, dan mengintegrasikan mimpi-mimpi spiritual ke dalam kehidupan mereka.

Potensi terbesar dari pendekatan interdisipliner ini terletak pada pengembangan penelitian berbasis narasi (*narrative-based research*) yang berfokus pada pengalaman spiritual. Alih-alih hanya mengkategorikan mimpi berdasarkan kontennya, metode ini mengkaji bagaimana individu menceritakan pengalaman mimpi mereka, makna apa yang mereka bangun darinya, dan bagaimana narasi tersebut mentransformasi pemahaman diri dan realitas mereka. Mimpi sering kali menjadi ruang fenomenologis di mana pengalaman-pengalaman spiritual yang mendalam seperti perjumpaan dengan yang Ilahi, perasaan terhubung dengan alam semesta, atau mendapatkan pencerahan mendadak terjadi.<sup>1816</sup> Menganalisis narasi-narasi ini secara kualitatif memungkinkan peneliti untuk memahami proses pembentukan makna spiritual pada tingkat yang paling personal. Penelitian semacam ini tidak hanya menghasilkan data tentang "apa itu mimpi," tetapi juga menyingkap "apa fungsi mimpi bagi perkembangan spiritual manusia." Dengan memadukan rigoritas

analitis dan kepekaan fenomenologis, kita dapat mulai memetakan topografi lanskap batiniah manusia, di mana mimpi berfungsi sebagai jembatan esensial antara dunia biologis yang terukur dan dunia makna yang tak terbatas.<sup>1817</sup>

### **Pengembangan Pendidikan Spiritual Berbasis Mimpi**

Dalam lanskap pendidikan kontemporer yang sering kali didominasi oleh paradigma positivistik-rasional, pencarian makna spiritual dan pengembangan dimensi batiniah individu menjadi sebuah ruang yang kerap terabaikan. Pendidikan transformatif, sebagai sebuah pendekatan yang bertujuan memfasilitasi perubahan fundamental dalam kerangka acuan (perspektif, kebiasaan berpikir, dan cara pandang dunia) seseorang, menawarkan sebuah celah untuk reintroduksi elemen-elemen spiritual dalam proses pembelajaran.<sup>1818</sup> Mimpi, sebuah fenomena universal yang dialami setiap manusia, secara historis dan lintas budaya dipandang sebagai jembatan antara dunia sadar dan alam bawah sadar, antara yang profan dan yang sakral. Dari tafsir mimpi Nabi Yusuf a.s. dalam tradisi Semitik<sup>1819</sup> hingga eksplorasi arketipe oleh Carl Jung dalam psikologi analitis,<sup>1820</sup> mimpi secara konsisten diakui sebagai medium yang kaya akan simbol, pesan, dan potensi pencerahan. Oleh karena itu, merancang sebuah program pendidikan spiritual yang berpusat pada mimpi bukanlah sebuah kemunduran ke masa lalu, melainkan sebuah langkah maju yang integratif untuk memperkaya pengalaman belajar manusia secara holistik.

Rancangan program pembelajaran spiritual berbasis mimpi harus didasarkan pada landasan epistemologis yang mengakui validitas pengalaman subjektif sebagai sumber pengetahuan. Program ini tidak memandang mimpi sebagai sekadar produk acak dari aktivitas neuron, melainkan sebagai "teks batin" yang menunggu untuk diinterpretasi. Kerangka kerja program ini dapat disusun berdasarkan beberapa prinsip fundamental. **Pertama**, prinsip *intentionalitas*, di mana peserta didik secara sadar meniatkan diri untuk menjadikan pengalamannya sebagai arena pembelajaran spiritual. **Kedua**, penciptaan *ruang aman (safe space)* yang didasari kepercayaan dan kerahasiaan, memungkinkan peserta untuk berbagi dan mengeksplorasi pengalaman mimpi mereka yang paling personal tanpa rasa takut dihakimi. **Ketiga**, prinsip *bimbingan hermeneutik*, di mana fasilitator tidak bertindak sebagai penafsir absolut, melainkan sebagai pemandu yang membantu individu membuka makna mimpinya sendiri melalui dialog reflektif. **Keempat**, adalah *integrasi holistik*, di mana wawasan yang diperoleh dari analisis mimpi secara sadar dihubungkan dengan kehidupan nyata, tantangan, dan aspirasi spiritual peserta, sehingga transformasi yang terjadi tidak hanya bersifat kognitif tetapi juga afektif dan perilaku.<sup>1821</sup>

Praktik inti dalam model pendidikan ini melibatkan sinergi antara tiga pilar: dzikir, meditasi, dan tafsir mimpi. Dzikir dan meditasi berfungsi sebagai fase persiapan (*preparatory stage*) yang krusial untuk menjernihkan kesadaran dan mempertajam kepekaan batin. Dalam tradisi Islam, praktik dzikir (mengingat Tuhan) secara kontinu

diyakini dapat memurnikan hati (*tazkiyatun nafs*) dan membuatnya lebih reseptif terhadap pesan-pesan ilahiah, termasuk melalui mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*).<sup>1822</sup> Meditasi, dalam konteks ilmu kontemplatif yang lebih luas, melatih pikiran untuk melepaskan diri dari "kebisingan" ego dan kecemasan sehari-hari, menciptakan ketenangan internal yang memungkinkan simbol-simbol bawah sadar muncul ke permukaan dengan lebih jelas. Praktik-praktik ini secara esensial "menyiapkan wadah" agar mimpi yang hadir tidak hanya jernih, tetapi juga lebih mudah diakses untuk refleksi mendalam.

Setelah fondasi kesadaran yang jernih dibangun, praktik tafsir mimpi menjadi momentum sentral dalam proses pendidikan transformatif. Pendekatan tafsir di sini bukanlah seperti kamus mimpi yang memberikan makna tunggal dan kaku. Sebaliknya, ia menggunakan pendekatan fenomenologis dan hermeneutik. Proses ini dimulai dengan pencatatan mimpi (*dream journaling*) sesegera mungkin setelah terbangun untuk menangkap detail dan nuansa emosional yang menyertainya. Selanjutnya, dalam sesi terbimbing, peserta diajak untuk mengeksplorasi simbol-simbol dalam mimpi mereka: Siapa tokoh yang muncul? Bagaimana suasana emosionalnya? Apa objek yang menonjol? Pertanyaan-pertanyaan ini tidak bertujuan mencari jawaban definitif dari luar, melainkan memprovokasi asosiasi personal dan resonansi batin dari dalam diri peserta itu sendiri. Fasilitator dapat meminjam perangkat dari psikologi analitis, misalnya, dengan menanyakan bagaimana simbol tersebut terhubung dengan mitos, arketipe universal, atau bahkan

dengan narasi keagamaan yang diyakini peserta, seperti bagaimana sebuah mimpi bisa menjadi cerminan dari "salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian".<sup>1823</sup>

Puncak dari proses ini adalah transformasi itu sendiri. Wawasan yang didapat dari mimpi misalnya, kesadaran akan sebuah ketakutan terpendam, pengakuan atas potensi yang belum tergali, atau penemuan atas sebuah jalan spiritual menjadi katalisator untuk perubahan. Integrasi terjadi ketika peserta didik, dengan bimbingan, merumuskan langkah-langkah konkret untuk mengaplikasikan pemahaman barunya dalam kehidupan. Mimpi yang tadinya hanya dianggap bunga tidur, kini menjadi peta jalan personal, sebuah dialog berkelanjutan antara diri yang sadar (*conscious self*) dengan dimensi diri yang lebih dalam dan lebih bijaksana (*deeper self*). Dengan demikian, pendidikan spiritual berbasis mimpi menawarkan sebuah metodologi yang kuat dan otentik untuk memfasilitasi perjalanan individu menuju keutuhan diri, menjadikannya sebuah model pedagogi yang relevan dan mendesak di era di mana manusia merindukan hubungan yang lebih dalam dengan dunia batinnya.<sup>1824</sup>

### **Tantangan dan Agenda Masa Depan**

Mimpi, sebuah fenomena universal yang dialami oleh manusia lintas budaya dan zaman, telah lama menjadi subjek spekulasi, interpretasi spiritual, dan penyelidikan ilmiah. Dari narasi mimpi Nabi Yusuf dalam Al-Quran yang menjadi penentu takdir sebuah bangsa, hingga teori psikoanalitik Freud yang memandangnya

sebagai "jalan utama menuju alam bawah sadar," mimpi secara konsisten menempati ruang unik dalam kesadaran manusia. Namun, di era neurosains modern dan teknologi pencitraan otak, upaya untuk memahami mimpi secara objektif justru menyingkapkan serangkaian tantangan fundamental yang membatasi kemajuan kita. Perbatasan antara dunia internal yang subjektif dan analisis eksternal yang objektif ini melahirkan dilema metodologis dan etis yang kompleks, menuntut perumusan agenda masa depan yang lebih holistik dan kolaboratif untuk membuka tabir misteri ini.

Tantangan utama dalam studi ilmiah tentang mimpi terletak pada sifat dasarnya yang privat dan subjektif. Metode yang paling umum digunakan hingga saat ini adalah laporan retrospektif, di mana partisipan dibangunkan dari tidur seringkali dari fase *Rapid Eye Movement* (REM) dan diminta untuk menceritakan isi mimpinya. Metode ini secara inheren memiliki kelemahan signifikan. Proses mengingat dan verbalisasi mimpi itu sendiri dapat mengubah, menyaring, atau bahkan mengonstruksi ulang pengalaman asli yang seringkali bersifat fragmentaris, non-linear, dan kaya akan citra visual-emosional. Distorsi memori, bias pelaporan, dan keterbatasan bahasa untuk mendeskripsikan pengalaman kualitatif menjadi penghalang yang sulit diatasi untuk mendapatkan data yang valid dan reliabel<sup>1825</sup>. Meskipun teknologi seperti *electroencephalography* (EEG) dan *functional Magnetic Resonance Imaging* (fMRI) dapat mengidentifikasi korelasi antara aktivitas neural di area otak tertentu (seperti korteks visual,

amigdala, dan hipokampus) dengan fase tidur bermimpi, teknologi ini belum mampu mendekode *isi semantik* atau pengalaman fenomenologis dari mimpi itu sendiri. Kita bisa tahu *di mana* otak aktif, tetapi belum tahu *apa* yang sedang "dilihat" atau "dirasakan" oleh si pemimpi.

Seiring dengan kemajuan teknologi yang berpotensi melampaui keterbatasan metodologis ini misalnya, melalui antarmuka otak-komputer (BCI) yang bertujuan merekonstruksi citra visual dari aktivitas otak muncul pula serangkaian tantangan etis yang mendalam. Kemampuan untuk "membaca" atau bahkan "memanipulasi" mimpi membuka kotak Pandora terkait privasi mental dan otonomi individu. Pikiran dan mimpi dapat dianggap sebagai benteng terakhir dari privasi personal; intervensi teknologi ke dalam ranah ini mengaburkan batas antara intervensi terapeutik yang bermanfaat dan intrusi yang tidak dapat diterima. Pertanyaan-pertanyaan kritis pun muncul: Siapa yang berhak mengakses data mimpi seseorang? Bagaimana kita memastikan persetujuan yang benar-benar terinformasi (*informed consent*) dari partisipan yang mungkin rentan? Dan apa implikasi psikologis jangka panjang dari intervensi yang mengubah atau menginduksi konten mimpi, bahkan untuk tujuan klinis seperti mengobati mimpi buruk pada penderita PTSD?<sup>1826</sup>. Perdebatan ini menuntut kerangka kerja neuro-etika yang kuat untuk memandu penelitian di masa depan agar inovasi tidak mengorbankan martabat dan hak asasi manusia.

Menghadapi tantangan ganda ini, jalan ke depan bagi penelitian mimpi tidak lagi dapat ditempuh melalui jalur tunggal. Diperlukan

sebuah paradigma baru yang lahir dari agenda penelitian kolaboratif lintas disiplin secara radikal. Kompleksitas mimpi yang mencakup dimensi biologis, psikologis, komputasional, filosofis, dan bahkan spiritual menuntut integrasi pengetahuan dari berbagai bidang yang selama ini seringkali bekerja dalam silo terpisah. Masa depan penelitian mimpi terletak pada sinergi antara neurosains, psikologi kognitif, ilmu komputer, filsafat, dan bahkan studi teologi serta humaniora.

Secara konkret, agenda kolaboratif ini dapat diwujudkan dalam beberapa bentuk. **Pertama**, integrasi data multi-modal, di mana laporan mimpi subjektif yang kaya secara kualitatif dipetakan secara sistematis dengan data neurofisiologis kuantitatif (EEG, fMRI, fNIRS) dan data fisiologis lainnya (detak jantung, respons kulit galvanik). Ilmuwan komputer dan pakar kecerdasan buatan (AI) dapat memainkan peran kunci dalam mengembangkan model komputasional canggih untuk menganalisis kumpulan data masif ini, mencari pola tersembunyi yang menghubungkan aktivasi neural spesifik dengan elemen tematik dalam laporan mimpi. **Kedua**, penguatan dialog antara sains dan humaniora. Filsafat pikiran dapat membantu merumuskan pertanyaan yang lebih tajam tentang hakikat kesadaran dalam kondisi bermimpi, sementara perspektif teologis dan antropologis dapat memberikan konteks budaya dan makna eksistensial yang tidak dapat ditangkap oleh pemindai otak. Perspektif ini mengakui bahwa mimpi tidak hanya sekadar produk sampingan dari konsolidasi memori, tetapi juga memiliki signifikansi

personal dan spiritual yang mendalam, sebagaimana diakui dalam tradisi-tradisi kuno, termasuk dalam Al-Quran<sup>1827</sup> dan Hadis<sup>1828</sup>.

Pengembangan paradigma baru ini pada akhirnya bertujuan bukan untuk mereduksi mimpi menjadi sekadar aktivitas neuron, melainkan untuk membangun pemahaman yang lebih kaya dan berlapis. Sebuah pemahaman di mana penjelasan mekanistik dari neurosains dapat berdampingan dengan interpretasi fungsional dari psikologi dan apresiasi makna dari humaniora. Kolaborasi semacam ini akan memungkinkan kita untuk tidak hanya menjawab "bagaimana" kita bermimpi, tetapi juga mulai mendekati pertanyaan abadi tentang "mengapa" kita bermimpi<sup>1829</sup>. Perjalanan untuk memecahkan kode mimpi adalah, pada intinya, sebuah perjalanan untuk memahami kompleksitas kesadaran manusia itu sendiri sebuah upaya yang menuntut kerendahan hati, kreativitas, dan kerja sama dari seluruh spektrum pengetahuan manusia.

### **Kontribusi pada Transformasi Sosial dan Kebudayaan**

Dalam lanskap pemikiran modern, mimpi sering kali ditempatkan dalam ranah privat sebuah teater internal yang menampilkan drama neurobiologis dari pikiran bawah sadar individu. Namun, membatasi mimpi hanya sebagai fenomena personal adalah sebuah penyederhanaan yang mengabaikan potensinya yang jauh lebih luas. Analisis mendalam terhadap hasil penelitian mimpi, dipadukan dengan kearifan tradisi kuno, mengungkapkan peran signifikan mimpi sebagai agen transformatif dalam skala sosial dan kebudayaan. Teks ini akan mengelaborasi

bagaimana penelitian mimpi berkontribusi pada penguatan spiritualitas sosial, serta bagaimana mimpi berfungsi sebagai instrumen vital dalam membangun kesadaran kolektif dan fondasi bagi etika global yang lebih humanis.

Spiritualitas sosial dapat didefinisikan sebagai dimensi pengalaman bersama yang menghubungkan individu satu sama lain melalui nilai-nilai, makna, dan tujuan yang melampaui kepentingan pribadi. Ia adalah perekat tak kasat mata yang membangun rasa komunitas dan solidaritas. Penelitian mimpi modern, secara tak terduga, memberikan kontribusi penting untuk memperkuat dimensi ini. Ketika mimpi individu dieksplorasi lebih dalam, sering kali ditemukan tema-tema universal yang melintasi batas-batas demografis dan budaya. Psikolog Carl Gustav Jung menyebut fenomena ini sebagai manifestasi dari "ketidaksadaran kolektif" (*collective unconscious*), sebuah repositori bersama yang berisi arketipe simbol dan motif primordial yang diwarisi oleh seluruh umat manusia.<sup>1830</sup> Arketipe seperti Ibu Agung, Pahlawan, Orang Bijak, atau Bayangan (*Shadow*) muncul dalam mimpi orang-orang dari berbagai belahan dunia, menandakan adanya lapisan psikis yang sama-sama dimiliki.

Implikasinya terhadap spiritualitas sosial sangat mendalam. Ketika individu atau kelompok berbagi dan merefleksikan mimpi mereka, mereka mulai menyadari bahwa ketakutan, harapan, dan perjuangan batin mereka bukanlah pengalaman yang terisolasi. Sebaliknya, pengalaman tersebut merupakan bagian dari narasi besar kemanusiaan. Proses berbagi ini menciptakan resonansi

empatik yang kuat, menumbuhkan pemahaman bahwa "penderitaanmu adalah penderitaanku" dan "harapanmu adalah harapanku". Dalam konteks ini, mimpi tidak lagi menjadi milik pribadi, melainkan menjadi jembatan spiritual yang menghubungkan satu jiwa dengan jiwa lainnya. Tradisi-tradisi agung telah lama memahami kekuatan ini. Dalam Islam, kisah Nabi Yusuf A.S. menafsirkan mimpi raja Mesir bukan hanya sebagai ramalan pribadi, tetapi sebagai petunjuk untuk menyelamatkan seluruh bangsa dari kelaparan, sebuah tindakan spiritualitas sosial yang monumental.<sup>1831</sup> Demikian pula, sebuah hadis menyatakan bahwa mimpi yang benar adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, yang sering kali membawa pesan atau peringatan untuk kebaikan komunitas.<sup>1832</sup> Dengan demikian, penelitian yang memvalidasi universalitas tema mimpi secara ilmiah memberikan landasan rasional bagi praktik-praktik kuno ini, mendorong komunitas modern untuk kembali menggunakan mimpi sebagai alat untuk mempererat ikatan sosial dan spiritual mereka.

Beranjak dari spiritualitas sosial, kontribusi mimpi meluas hingga ke pembentukan kesadaran kolektif (*collective consciousness*), yaitu serangkaian keyakinan, moral, dan sikap bersama yang berfungsi sebagai kekuatan pemersatu dalam masyarakat. Mimpi dapat menjadi barometer sensitif dari kondisi psikologis suatu kolektivitas, terutama pada masa-masa krisis atau perubahan besar. Sebagai contoh, penelitian yang dilakukan selama pandemi COVID-19 menunjukkan lonjakan mimpi bertema kecemasan, isolasi, dan ancaman tak terlihat di seluruh dunia.<sup>1833</sup> Mimpi-mimpi ini,

meskipun dialami secara individual, secara agregat melukiskan gambaran yang koheren tentang trauma dan ketahanan kolektif. Dengan menganalisis pola-pola mimpi massal ini, sebuah masyarakat dapat mencapai pemahaman yang lebih dalam tentang "luka" dan "harapan" bersama yang tersembunyi di bawah permukaan kesadaran sehari-hari. Ia membuka dialog tentang isu-isu yang mungkin terlalu sulit untuk dibicarakan secara langsung, berfungsi sebagai katarsis kolektif yang memfasilitasi penyembuhan dan adaptasi.

Lebih jauh lagi, kesadaran kolektif yang dipupuk melalui mimpi ini memiliki potensi untuk menjadi fondasi bagi etika global. Salah satu tantangan terbesar di era globalisasi adalah fragmentasi moral dan kegagalan untuk merasakan kemanusiaan pada "yang lain" (*the other*). Mimpi, dengan bahasanya yang simbolis dan primordial, mampu menembus sekat-sekat ideologis, budaya, dan nasional. Tema-tema fundamental seperti cinta, kehilangan, pencarian makna, dan rekonsiliasi adalah domain universal dalam dunia mimpi.<sup>1834</sup> Ketika kita mendengar mimpi seorang anak di zona konflik, atau mimpi seorang petani yang cemas akan perubahan iklim, kita terhubung pada tingkat emosional yang paling dasar, melampaui statistik dan berita utama. Koneksi ini menumbuhkan apa yang dapat disebut sebagai "imperatif etis empatik": sebuah dorongan moral yang lahir dari pengakuan mendalam atas kemanusiaan bersama. Mimpi-mimpi tentang kerusakan ekologis dapat menginspirasi etika lingkungan yang lebih kuat daripada laporan ilmiah yang kering. Begitu pula, mimpi tentang

persaudaraan dapat mengikis prasangka rasial dan etnis secara lebih efektif daripada doktrin politik.<sup>1835</sup> Dengan demikian, mimpi tidak hanya merefleksikan realitas internal kita, tetapi secara aktif membentuk kapasitas kita untuk peduli dan bertindak secara etis dalam skala global.

Memandang mimpi hanya dari sudut pandang individu adalah seperti membaca satu surat saja dari perpustakaan besar kemanusiaan. Penelitian ilmiah kontemporer, yang berdialog dengan kearifan spiritual kuno, telah mulai membuka pintu perpustakaan tersebut. Terungkap bahwa mimpi adalah fenomena sosio-kultural yang kuat, mampu memperkuat spiritualitas sosial dengan menyoroti pengalaman manusia yang sama, serta membangun kesadaran kolektif yang dapat menjadi landasan bagi etika global yang lebih berbelas kasih dan terhubung. Eksplorasi mimpi secara kolektif bukan lagi sekadar kegiatan curiositas, melainkan sebuah jalan penting menuju transformasi sosial dan kebudayaan yang lebih mendalam dan berkelanjutan.<sup>1836</sup>

---

## KONTEMPLASI AKHIR

### **Sintesis Filsafat, Tasawuf, dan Fenomenologi**

#### **Ontologi Mimpi: Di antara Realitas, Imajinasi, dan Transendensi**

Perjalanan intelektual dan spiritual untuk memahami hakikat mimpi menempatkan kita pada sebuah persimpangan krusial, di mana batas-batas antara yang nyata dan yang ilusi, yang internal dan yang eksternal, menjadi kabur dan menuntut perumusan ulang. Pertanyaan fundamental mengenai status ontologis mimpi eksistensinya sebagai sebuah "ada" telah menjadi arena perdebatan panjang dalam sejarah pemikiran manusia. Bab ini, sebagai sebuah kontemplasi akhir, berupaya menyintesis tiga jalur penyelidikan utama: filsafat Barat, fenomenologi, dan tasawuf, untuk menawarkan sebuah pemahaman yang lebih komprehensif. Upaya ini bukan untuk menegasikan satu sama lain, melainkan untuk melihatnya sebagai lensa-lensa yang, ketika dipadukan, mampu menyingkap dimensi mimpi yang lebih dalam dari sekadar produk biologis acak atau fantasi tak bermakna. Mimpi, dalam sintesis ini, diposisikan sebagai sebuah fenomena yang bersemayam secara unik di antara realitas inderawi, kekuatan imajinasi kreatif, dan potensi transendensi spiritual.

Secara historis, filsafat Barat cenderung mendekati mimpi melalui lensa dualisme yang tajam. Bagi kaum materialis, mimpi

tidak lebih dari epifenomena neurologis gema acak dari aktivitas otak saat tidur, yang tidak memiliki status ontologis independen selain sebagai proses biokimia.<sup>1837</sup> Sebaliknya, dalam tradisi rasionalis, René Descartes, melalui argumen skeptisnya yang terkenal, menggunakan kemungkinan mimpi untuk meragukan kepastian dunia inderawi, memandangnya sebagai potensi ilusi besar yang sulit dibedakan dari kenyataan saat terjaga.<sup>1838</sup> Meskipun bertujuan untuk menemukan fondasi kepastian, pendekatan ini secara tidak langsung menempatkan mimpi dalam kategori "tidak nyata". Plato, jauh sebelumnya, juga mengisyaratkan dunia mimpi sebagai bayang-bayang yang lebih rendah dari dunia Forma yang sejati.<sup>1839</sup> Paradigma-paradigma ini, meskipun penting, sering kali terjebak dalam dikotomi realitas-ilusi, gagal menangkap kualitas eksistensial mimpi yang terasa begitu nyata dan berdampak bagi sang pemimpi. Mereka bertanya, "Apakah mimpi itu nyata?", namun sering kali mengabaikan pertanyaan, "Bagaimana pengalaman bermimpi itu sendiri menjadi sebuah realitas bagi subjek yang mengalaminya?".

Di sinilah fenomenologi menawarkan sebuah jembatan metodologis yang esensial. Dengan menerapkan *epoché* atau penangguhan penilaian terhadap realitas eksternal mimpi, fenomenologi mengalihkan fokus pada struktur pengalaman mimpi itu sendiri sebagaimana ia menampakkan diri pada kesadaran.<sup>1840</sup> Edmund Husserl dan para penerusnya mengajak kita untuk tidak bertanya apakah monster dalam mimpi itu "benar-benar ada" di dunia luar, melainkan untuk menganalisis bagaimana pengalaman

ketakutan, ruang, dan narasi dalam mimpi tersebut terstruktur sebagai sebuah "dunia" yang koheren bagi sang pemimpi. Dari perspektif fenomenologis, dunia mimpi memiliki realitasnya sendiri sebuah realitas intensional yang tidak dapat direduksi menjadi sekadar ilusi. Ia adalah sebuah *Erlebnis* atau pengalaman hidup yang memiliki makna, logika internal, dan dampak emosional yang tak terbantahkan. Fenomenologi, dengan demikian, mengafirmasi validitas subjektif mimpi dan memberinya status ontologis sebagai "realitas-yang-dialami", meskipun berbeda dari realitas dunia fisik.

Namun, baik filsafat maupun fenomenologi sering kali berhenti pada batas kesadaran manusia sebagai titik akhir analisis. Tasawuf, khususnya melalui kosmologi metafisik yang dikembangkan oleh para sufi seperti Ibn 'Arabi, menyediakan langkah ontologis berikutnya: sebuah "lokasi" bagi mimpi dalam tatanan eksistensi yang lebih luas. Dalam pandangan ini, mimpi-mimpi yang signifikan (*ru'ya shadiqah*) bukanlah produk murni dari psikis individu, melainkan sebuah persepsi atau penyingkapan dari suatu alam perantara yang disebut '*Alam al-Mithal* atau *mundus imaginalis* (dunia imajinal).<sup>1841</sup> Alam ini bukanlah dunia fantasi subjektif, melainkan sebuah dimensi ontologis yang objektif, yang terletak di antara dunia inderawi yang kasar (*'alam al-mulk*) dan dunia spiritual murni (*'alam al-jabarut*). Di '*Alam al-Mithal*, makna-makna spiritual dan realitas-realitas gaib mengambil bentuk-bentuk simbolis yang dapat dipersepsi oleh "mata hati" (*'ayn al-qalb*), terutama saat indera fisik beristirahat dalam tidur. Pandangan ini didukung oleh tradisi wahyu, di mana mimpi para nabi, seperti

mimpi Nabi Yusuf tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud kepadanya, adalah sebuah kebenaran transenden yang terungkap dalam bentuk simbolik.<sup>1842</sup> Hadis Nabi Muhammad SAW yang menyatakan bahwa mimpi yang benar adalah "satu dari empat puluh enam bagian kenabian" juga memperkuat gagasan bahwa mimpi memiliki sumber yang transenden dan fungsi epistemologis yang luhur.<sup>1843</sup>

Sintesis akhir dari ketiga perspektif ini mengarah pada sebuah kesimpulan yang kaya dan berlapis. Ontologi mimpi tidak dapat dipahami secara monolitik. Ia adalah sebuah fenomena *barzakh* (perantara) yang kompleks. Filsafat menyediakan kerangka kritis untuk mempertanyakan realitas, fenomenologi memberikan validitas pada struktur pengalaman internal mimpi sebagai dunia yang dihayati, dan tasawuf memberikan fondasi metafisik bagi dunia tersebut sebagai alam imajinal yang transenden. Dengan demikian, mimpi bukanlah sekadar "tidak nyata" (filsafat materialis), bukan pula sekadar "pengalaman subjektif" (fenomenologi murni), tetapi merupakan **persepsi sadar akan sebuah realitas imajinal yang bersifat objektif dan transenden**. Ia adalah jembatan ontologis tempat dunia batin individu bertemu dengan tatanan kosmik yang lebih besar, di mana jiwa, untuk sesaat, dibebaskan dari kungkungan ruang-waktu fisik untuk menyaksikan realitas dalam bahasa simbolnya yang asli. Memahami mimpi, pada akhirnya, adalah bagian dari upaya memahami hakikat manusia itu sendiri:

mahluk yang hidup di antara tanah dan langit, antara yang tampak dan yang tersembunyi, antara realitas, imajinasi, dan transendensi.

### **Fenomenologi sebagai Alat Tafsir Pengalaman Ruhani**

Pengalaman ruhani atau spiritual merupakan salah satu dimensi paling fundamental sekaligus paling enigmatik dalam eksistensi manusia. Ia hadir dalam relung kesadaran yang paling personal, sering kali tak terlukiskan oleh kata-kata (inefabel), dan melampaui kerangka logis-empiris yang menjadi standar pembuktian ilmu pengetahuan modern.<sup>1844</sup>Fenomena seperti perjumpaan mistis, rasa keterhubungan mutlak dengan Yang Ilahi, pencerahan mendadak, atau perasaan damai yang melampaui pemahaman rasional, sering kali dipinggirkan ke wilayah subjektivitas murni yang dianggap tidak dapat diakses oleh analisis ilmiah yang rigor. Namun, penolakan untuk mengkaji domain ini secara serius berarti mengabaikan sebagian besar dari apa yang menjadikan manusia sebagai manusia. Di sinilah fenomenologi, sebagai sebuah metode dan filsafat, menawarkan sebuah jembatan metodologis yang kuat untuk mendekati dan menafsirkan pengalaman ruhani bukan dari aspek ontologisnya apakah Tuhan itu nyata melainkan dari aspek fenomenalnya: bagaimana pengalaman akan Yang Ilahi itu dirasakan, dihayati, dan menstrukturkan kesadaran individu.

Fondasi filosofis fenomenologi, yang digagas oleh Edmund Husserl, berpusat pada seruan terkenalnya, "*Zu den Sachen selbst!*" "kembali kepada benda-benda itu sendiri".<sup>1845</sup>Seruan ini adalah ajakan untuk menanggalkan seluruh asumsi, teori, dan prasangka

yang telah ada sebelumnya untuk dapat melihat fenomena sebagaimana ia menampakkan dirinya dalam kesadaran. Untuk mencapai tujuan ini, fenomenologi memperkenalkan dua perangkat konseptual utama: *epoche* (penanggungan) dan reduksi eidetik.<sup>1846</sup> *Epoche* adalah tindakan sadar untuk "mengurung" atau menunda semua keyakinan pribadi, baik itu teologis, ateistis, maupun ilmiah, mengenai realitas objektif dari objek yang sedang diamati. Dalam konteks pengalaman ruhani, seorang peneliti fenomenologis tidak bertanya, "Apakah subjek ini benar-benar mendengar suara Tuhan?" melainkan, "Seperti apa struktur pengalaman 'mendengar suara Tuhan' itu bagi subjek yang mengalaminya?". Penanggungan ini bersifat krusial karena ia membebaskan peneliti dari keharusan untuk memverifikasi atau memfalsifikasi klaim kebenaran metafisik, dan sebagai gantinya, memfokuskan analisis pada "pengalaman-yang-dihayati" (*lived experience*) itu sendiri.<sup>1847</sup>

Setelah *epoche* dilakukan, langkah selanjutnya adalah reduksi eidetik, yaitu upaya untuk menyarikan esensi (*eidos*) atau struktur invarian dari sebuah fenomena. Dengan menganalisis berbagai deskripsi pengalaman ruhani dari individu-individu yang berbeda mungkin dari tradisi agama yang berbeda pula peneliti mencari pola-pola atau struktur inti yang sama. Sebagai contoh, dengan mengkaji berbagai laporan mengenai pengalaman *unio mystica* (penyatuan mistis), seorang fenomenolog mungkin akan menemukan esensi bersama seperti hilangnya kesadaran akan diri yang terpisah, perasaan larut dalam sebuah realitas yang lebih agung, serta pengalaman waktu dan ruang yang berubah secara

fundamental.<sup>1848</sup> Melalui proses ini, fenomenologi mampu bergerak dari laporan partikular yang sangat personal menuju pemahaman universal tentang struktur pengalaman ruhani itu sendiri, tanpa mereduksi kekayaan maknanya menjadi sekadar proses neurobiologis atau ilusi psikologis.

Dalam konteks pemikiran Islam, pendekatan fenomenologis menemukan resonansi yang mendalam dengan konsep-konsep epistemologi sufistik. Para sufi sejak lama telah menekankan superioritas pengetahuan yang diperoleh melalui pengalaman langsung (*dzaug* atau "mencicipi") di atas pengetahuan konseptual yang didasarkan pada nalar semata (*'ilm*). Al-Ghazali, dalam magnum opusnya, *Ihya' 'Ulum al-Din*, menegaskan bahwa keyakinan sejati tidak lahir dari argumen teologis, melainkan dari *kasyf* (penyingkapan) dan *musyahadah* (penyaksian) langsung yang dianugerahkan Tuhan ke dalam hati.<sup>1849</sup> Ajaran ini sejajar dengan prinsip fenomenologi yang memprioritaskan data dari kesadaran orang pertama. Al-Qur'an sendiri mengisyaratkan adanya fakultas kognisi batiniah yang melampaui indra fisik, seperti dalam firman-Nya, "Karena sesungguhnya bukanlah mata itu yang buta, tetapi yang buta ialah hati yang di dalam dada" (QS. Al-Hajj[22]: 46).<sup>1850</sup> Demikian pula, Hadis Jibril yang terkenal mendefinisikan *Ihsan* tingkat keimanan tertinggi sebagai, "Engkau beribadah kepada Allah seakan-akan engkau melihat-Nya, dan jika engkau tidak mampu melihat-Nya, maka sesungguhnya Dia melihatmu."<sup>1851</sup> Definisi ini secara eksplisit menempatkan

"pengalaman-kesadaran-akan-kehadiran-Tuhan" sebagai puncak dari praktik keagamaan.

Meskipun demikian, fenomenologi sebagai alat tafsir bukannya tanpa batasan. Salah satu kritik yang paling sering diajukan adalah kesulitan, bahkan kemustahilan, untuk mencapai *epoche* yang sempurna. Seorang peneliti, betapapun terlatihnya, tetaplah seorang subjek dengan latar belakang, keyakinan, dan kerangka konseptualnya sendiri yang secara subtil dapat mewarnai interpretasinya.<sup>1852</sup> Selain itu, metode ini sangat bergantung pada kemampuan subjek untuk mengartikulasikan pengalaman yang sering kali bersifat inefabel. Namun, keunggulan fenomenologi jauh melampaui keterbatasannya. Ia menawarkan sebuah pendekatan yang menghargai integritas dan kesakralan pengalaman ruhani, memungkinkan dialog antaragama yang lebih mendalam dengan berfokus pada kesamaan struktur pengalaman alih-alih perbedaan doktrin, dan menyediakan data kualitatif yang kaya untuk melengkapi studi kuantitatif dalam ilmu-ilmu kognitif agama.

Fenomenologi menyediakan sebuah kerangka kerja metodologis yang canggih dan penuh hormat untuk menjelajahi lanskap batiniah pengalaman ruhani. Dengan memfokuskan lensa analisisnya pada struktur kesadaran yang dihayati secara langsung, ia berhasil membebaskan studi tentang spiritualitas dari dilema verifikasi ontologis yang melumpuhkan. Ia tidak bertujuan untuk membuktikan atau menyangkal eksistensi Tuhan, melainkan untuk memetakan dengan cermat jejak-jejak perjumpaan dengan Yang Transenden dalam kesadaran manusia. Dalam usahanya untuk

memahami esensi dari "bagaimana rasanya" menjadi seorang yang beriman atau mengalami kehadiran Ilahi, fenomenologi membuka pintu menuju pemahaman yang lebih komprehensif, kohesif, dan pada akhirnya, lebih manusiawi tentang salah satu dorongan paling kuat dalam sejarah peradaban. Ia adalah alat untuk menafsirkan gema keabadian di dalam ruang kesadaran yang fana, sebuah upaya untuk memahami bisikan Yang Tak Terbatas melalui bahasa pengalaman manusia itu sendiri.<sup>1853</sup>

### **Tasawuf sebagai Kerangka Aksiologis dan Transformasional**

Dalam diskursus keislaman kontemporer, tasawuf kerap dipandang secara parsial, terbatas pada ranah esoterisme, ritual zikir, atau bahkan sebagai praktik yang terpisah dari dinamika kehidupan sosial. Namun, pemahaman yang lebih mendalam menyingkap bahwa tasawuf pada esensinya merupakan sebuah kerangka kerja (framework) yang integral, mencakup dimensi aksiologis (nilai) dan transformasional (perubahan) yang fundamental. Ia bukan sekadar disiplin ilmu, melainkan sebuah jalan hidup (way of life) yang bertujuan mengantarkan individu dari kesadaran ego-sentris menuju kesadaran Ilahi, sebuah proses yang berorientasi pada aktualisasi potensi tertinggi kemanusiaan, yakni menjadi *Insan Kamil* (manusia paripurna).

Secara aksiologis, tasawuf meletakkan nilai tertinggi pada pencapaian *Ihsan*, sebagaimana terartikulasi dalam hadis Jibril yang monumental. *Ihsan*, atau kesadaran untuk beribadah seolah-olah melihat Allah, dan jika tidak mampu, meyakini bahwa Allah

senantiasa melihat kita, menjadi puncak dari keimanan dan keislaman.<sup>1854</sup> Konsep ini menjadi poros nilai yang menggerakkan seluruh praksis sufistik. Nilai-nilai turunan seperti *ikhlas* (ketulusan), *tawakkul* (berserah diri), *sabr* (kesabaran), *syukur* (rasa terima kasih), dan *mahabbah* (cinta Ilahi) bukanlah sekadar norma etis, melainkan representasi dari keadaan batiniah (*ahwal*) yang harus diperjuangkan oleh seorang pejalan spiritual (*salik*). Al-Qur'an sendiri menegaskan pentingnya fondasi nilai ini melalui penekanan pada penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*), "Sungguh beruntunglah orang yang menyucikannya (jiwa itu), dan sungguh rugilah orang yang mengotorinya".<sup>1855</sup> Dengan demikian, kerangka aksiologis tasawuf menyediakan "mengapa" di balik setiap laku spiritual; tujuannya adalah memurnikan orientasi hidup semata-mata untuk meraih keridaan Tuhan, bukan untuk imbalan duniawi atau bahkan surgawi. Nilai-nilai ini berfungsi sebagai kompas batin yang mengarahkan setiap niat, pikiran, dan tindakan menuju satu titik fokus: Allah SWT.<sup>1856</sup>

Berlandaskan fondasi aksiologis tersebut, tasawuf menawarkan sebuah kerangka transformasional yang terstruktur. Proses transformasi ini berpusat pada "rekayasa jiwa" melalui metode *mujahadah* (perjuangan melawan hawa nafsu) dan *riyadhah* (latihan spiritual). Para sufi, seperti Imam Al-Ghazali dalam magnum opusnya *Ihya' 'Ulum al-Din*, memetakan secara detail anatomi jiwa manusia (*nafs*) beserta penyakit-penyakitnya seperti kesombongan (*kibr*), iri hati (*hasad*), dan cinta dunia

(*hubbud dunya*).<sup>1857</sup> Transformasi dimulai dari diagnosis terhadap kondisi jiwa yang masih dikendalikan oleh *nafs al-ammarah bi al-su'* (jiwa yang cenderung memerintahkan keburukan), kemudian melalui perjuangan spiritual, jiwa tersebut dididik untuk naik ke tingkatan *nafs al-lawwamah* (jiwa yang mencela diri sendiri) hingga mencapai *nafs al-muthmainnah* (jiwa yang tenang).<sup>1858</sup> Proses ini, yang sering dianalogikan dengan alkimia spiritual mengubah logam biasa (ego) menjadi emas murni (jiwa yang tercerahkan) difasilitasi oleh praktik-praktik kunci seperti *dzikrullah* (mengingat Allah), *muraqabah* (kontemplasi), dan *tafakkur* (refleksi mendalam), yang bertujuan untuk mengikis dominasi ego dan membuka ruang bagi cahaya Ilahi untuk menerangi kalbu.

Implikasi dari transformasi internal ini tidak berhenti pada kesalehan individual yang bersifat privat. Sebaliknya, buah sejati dari perjalanan sufistik termanifestasi secara eksternal dalam bentuk *akhlaq al-karimah* (akhlak mulia) yang berdampak sosial. Seorang *salik* yang jiwanya telah bertransformasi akan memancarkan sifat-sifat ke-Tuhanan dalam skala manusiawi, seperti kasih sayang (*rahmah*), keadilan (*'adl*), dan kepedulian terhadap sesama makhluk.<sup>1859</sup> Pandangan ini menepis kritik bahwa tasawuf mendorong pasivisme sosial. Justru, transformasi batiniah melahirkan etika sosial yang otentik karena tidak lagi dimotivasi oleh keinginan untuk dipuji atau kepentingan pribadi, melainkan oleh cinta tulus kepada Tuhan yang diejawantahkan melalui pelayanan (*khidmah*) kepada ciptaan-Nya. Jalaluddin Rumi, misalnya, melalui puisi-puisinya, menyebarkan pesan cinta

universal yang melampaui batas-batas formalitas agama, yang bersumber dari pengalaman mistiknya yang mendalam.<sup>1860</sup> Pada tingkat ini, tasawuf menjadi kekuatan transformatif yang mampu mereformasi individu dari dalam, yang kemudian secara alami berkontribusi pada terciptanya masyarakat yang lebih beradab dan welas asih.

Memandang tasawuf sebagai kerangka aksiologis dan transformasional memberikan pemahaman yang lebih utuh dan relevan. Ia bukanlah sebuah anomali dalam struktur ajaran Islam, melainkan merupakan jantungnya (*qalb al-din*) yang memberikan makna, tujuan, dan energi spiritual. Dimensi aksiologisnya menyediakan sistem nilai yang berpusat pada *Ihsan*, sementara dimensi transformasionalnya menawarkan metodologi konkret untuk penyucian jiwa. Keduanya bekerja secara sinergis untuk satu tujuan luhur: membentuk *Insan Kamil* yang tidak hanya mencapai kedekatan vertikal dengan Sang Khalik, tetapi juga mampu memanifestasikan sifat-sifat mulia-Nya secara horizontal dalam hubungannya dengan sesama manusia dan alam semesta. Dengan demikian, tasawuf adalah jalan pendakian spiritual yang menjadikan seorang hamba sebagai cermin bagi Nama-nama dan Sifat-sifat Tuhan, sekaligus sebagai khalifah-Nya yang sejati di muka bumi.<sup>1861</sup>

### **Interseksi Timur dan Barat: Wilber, Jung, Ibn Arabi, Al-Ghazali**

Dalam lanskap intelektual kontemporer, dialog antara tradisi pemikiran Timur dan Barat seringkali dipandang sebagai sebuah jembatan yang rapuh, terbentang di atas jurang perbedaan

epistemologis dan metafisik. Namun, jika kita menelusuri lebih dalam ke jantung diskursus mengenai jiwa (*psyche*), kesadaran, dan potensi tertinggi manusia, kita menemukan titik-titik temu yang mencengangkan. Melalui analisis komparatif, kita akan menyingkap bagaimana struktur jiwa, jalan menuju realisasi diri, dan konsep mengenai realitas ultimat menunjukkan adanya sebuah *philosophia perennis* kebijaksanaan abadi yang melintasi batas-batas geografis dan temporal.

Perbincangan ini diawali dengan pengakuan terhadap arketipe dan bentuk-bentuk universal yang mendasari realitas psikis. Carl Jung, melalui konsep *Collective Unconscious* (Ketidaksadaran Kolektif), mengemukakan bahwa di bawah lapisan kesadaran personal, terdapat sebuah repositori universal berisi *archetypes* pola-pola primordial atau citra bawaan yang diwarisi oleh seluruh umat manusia.<sup>1862</sup> Arketipe seperti *Sang Diri (the Self)*, *Bayangan (the Shadow)*, dan *Anima/Animus* bukan merupakan entitas personal, melainkan cetak biru psikis yang menstrukturkan pengalaman manusia dan mendorongnya menuju keutuhan. Secara mengejutkan, gagasan ini beresonansi kuat dengan konsep Ibn Arabi mengenai *A'yan al-Thabitah* (Esensi-esensi Tetap). Bagi Ibn Arabi, *A'yan al-Thabitah* adalah bentuk-bentuk atau potensi-potensi realitas segala sesuatu yang ada secara abadi dalam Ilmu Tuhan, sebelum manifestasinya di dunia eksternal.<sup>1863</sup> Esensi-esensi ini adalah arketipe metafisik yang menjadi dasar bagi setiap individu dan fenomena di alam semesta. Baik Jung maupun Ibn Arabi, meskipun dari kerangka yang berbeda satu psikologis, yang lain

metafisika-teologis sama-sama menunjuk pada sebuah alam transpersonal yang berisi pola-pola universal sebagai sumber dan matriks bagi eksistensi individual.

Selanjutnya, struktur hierarkis jiwa dan kesadaran menjadi arena konvergensi yang tak kalah penting. Imam Al-Ghazali, dalam magnum opusnya *Ihya' Ulum al-Din*, memetakan jiwa manusia (*nafs*) dalam tingkatan-tingkatan dinamis: mulai dari *nafs al-ammārah* (jiwa yang cenderung memerintahkan pada keburukan), menuju *nafs al-lawwāmah* (jiwa yang menyesali diri), hingga mencapai *nafs al-muṭma'innah* (jiwa yang tenang dan tenteram).<sup>1864</sup> Perjalanan spiritual, bagi Al-Ghazali, adalah sebuah proses pendakian melalui tingkatan-tingkatan ini, yang berpusat pada pemurnian *qalb* (jantung spiritual) sebagai organ persepsi ilahiah, sebagaimana diisyaratkan dalam Al-Quran.<sup>1865</sup> Struktur vertikal ini secara paralel tecermin dalam Psikologi Integral Ken Wilber. Wilber memetakan evolusi kesadaran manusia dalam sebuah spektrum yang membentang dari level prepersonal (instingtif), ke personal (rasional-egoik), hingga transpersonal (spiritual dan non-dual).<sup>1866</sup> Setiap level memiliki struktur, pandangan dunia, dan patologinya sendiri. Transformasi dari satu level ke level berikutnya memerlukan transendensi sekaligus inklusi (*transcend and include*), sebuah proses yang analog dengan perjuangan (*mujahadah*) untuk meningkatkan tingkatan *nafs* dalam skema Al-Ghazali. Keduanya menggambarkan perkembangan manusia bukan sebagai garis horizontal yang datar, melainkan

sebagai sebuah pendakian vertikal menuju level kesadaran yang lebih tinggi dan lebih terintegrasi.

Puncak dari dialektika ini adalah konsepsi mengenai jalan transformatif menuju realisasi diri atau keutuhan. Jung menamakan proses ini *Individuation* sebuah perjalanan seumur hidup untuk mengintegrasikan aspek-aspek sadar dan tidak sadar dari psike, terutama dengan menghadapi *the Shadow* dan berdamai dengan *Anima/Animus*, yang pada akhirnya berpusat pada realisasi *the Self*. *The Self*, bagi Jung, adalah arketipe totalitas dan keteraturan, sebuah "citra Tuhan" dalam jiwa yang menyatukan semua pertentangan.<sup>1867</sup> Proses ini bukan sekadar pencapaian intelektual, melainkan sebuah transformasi eksistensial yang mendalam. Di sisi lain, tradisi Sufisme menyebut jalan ini sebagai *Tazkiyat al-Nafs* (Penyucian Jiwa), sebuah metodologi praktis yang digariskan secara rinci oleh Al-Ghazali. Melalui disiplin etis-spiritual seperti zikir, kontemplasi (*muraqabah*), dan introspeksi (*muhasabah*), seorang salik (penempuh jalan spiritual) membersihkan hatinya dari "penyakit-penyakit" seperti kesombongan dan kedengkian, untuk kemudian menghiasinya dengan sifat-sifat terpuji. Tujuannya adalah mencapai *ma'rifah*, atau pengetahuan langsung tentang Tuhan. Tujuan akhir ini mencapai artikulasi puncaknya dalam konsep Ibn Arabi tentang *al-Insān al-Kāmil* (Manusia Sempurna), yaitu individu yang telah merealisasikan seluruh Nama dan Sifat Ilahi dalam dirinya, sehingga menjadi cermin sempurna bagi Realitas Absolut (*al-Haqq*).<sup>1868</sup> Baik *Individuation* Jungian maupun realisasi *al-Insān al-Kāmil* sama-

sama menunjuk pada sebuah tujuan teleologis: transendensi dari ego yang terfragmentasi menuju sebuah Diri yang utuh, terintegrasi, dan menjadi lokus manifestasi dari Realitas yang lebih agung.

Pemikiran Wilber, Jung, Al-Ghazali, dan Ibn Arabi, meskipun lahir dari rahim peradaban yang berbeda, secara konvergen mengarah pada pemahaman yang sama tentang arsitektur fundamental dan potensi transformatif jiwa manusia. Wilber, dalam kapasitasnya sebagai seorang pemikir sintetik modern, secara eksplisit membangun jembatan-jembatan ini, menunjukkan bahwa psikologi Barat dapat diperkaya secara luar biasa oleh kedalaman kebijaksanaan Timur, dan sebaliknya, tradisi Timur dapat menemukan bahasa kontemporer untuk mengartikulasikan wawasan kunonya.<sup>1869</sup> Interseksi ini bukanlah sebuah kebetulan, melainkan sebuah testimoni atas kebenaran universal mengenai kondisi manusia: bahwa di balik keragaman ekspresi budaya dan religius, terdapat sebuah panggilan yang sama menuju keutuhan, kesadaran yang lebih tinggi, dan penyatuan kembali dengan Sumber eksistensi. Dialog antara Timur dan Barat dalam arena ini bukan lagi sekadar pertukaran akademis, melainkan sebuah kebutuhan esensial untuk memetakan jalan pulang bagi jiwa manusia modern yang seringkali merasa terasing.

## **7.2 Mimpi sebagai Ruang Ontologis dan Aksiologis**

### **7.2.1 Mimpi sebagai Modal Pengalaman Ontologis: Kesadaran akan Wujud**

Mimpi, dalam lintasan peradaban manusia, seringkali diposisikan dalam sebuah spektrum yang ambigu. Di satu sisi, ia dianggap sebagai bunga tidur serpihan acak dari aktivitas neurobiologis malam hari yang tidak memiliki makna intrinsik. Namun di sisi lain, ia diyakini sebagai portal menuju realitas lain, pesan ilahi, atau jendela menuju kedalaman jiwa yang tak terselami. Melampaui dikotomi sederhana ini, sebuah pendekatan filosofis yang mendalam mengundang kita untuk menelaah mimpi bukan sekadar sebagai fenomena psikologis, melainkan sebagai sebuah ruang ontologis yang fundamental. Dalam ruang ini, esensi dari keberadaan (*being*) dan kesadaran akan wujud (*awareness of existence*) dipertaruhkan, diuji, dan dialami secara langsung. Teks ini akan menjelajahi dimensi tersebut, dengan fokus pada bagaimana mimpi berfungsi sebagai modal primer bagi pengalaman ontologis.

### **Mimpi sebagai Modal Pengalaman Ontologis: Kesadaran akan Wujud**

Ontologi, sebagai cabang filsafat yang menyelidiki hakikat keberadaan, seringkali bergulat dengan pertanyaan fundamental: "Apa itu 'ada'?" dan "Bagaimana kita tahu bahwa sesuatu itu 'ada'?". Pengalaman terjaga (*waking state*) menyediakan data utama bagi perenungan ini, di mana realitas tampak stabil, teratur oleh hukum fisika, dan dapat diverifikasi secara intersubjektif. Namun, pengalaman mimpi secara radikal menginterupsi asumsi-asumsi ini. Ketika seseorang berada di dalam mimpi, pengalaman tersebut terasa sepenuhnya nyata. Rasa takut, cinta, sakit, dan

kebahagiaan yang dialami dalam mimpi memiliki kualitas fenomenal yang tidak dapat dibedakan dari pengalaman di dunia nyata pada saat itu terjadi.<sup>1870</sup>Mimpi, dengan demikian, memaksa kita untuk berhadapan dengan pertanyaan yang diajukan oleh René Descartes: jika sensasi kita bisa menipu kita dalam mimpi, bagaimana kita bisa yakin bahwa kita tidak sedang bermimpi saat ini? Keraguan metodologis ini menempatkan mimpi sebagai laboratorium pertama bagi setiap individu untuk menguji validitas realitas dan kesadaran mereka sendiri.

Pengalaman di dalam mimpi adalah modal ontologis karena ia menyajikan "data" tentang kemungkinan-kemungkinan wujud yang lain. Di dalam lanskap mimpi, identitas diri menjadi cair, ruang dan waktu dapat melipat, dan kausalitas fisika menjadi tidak relevan. Seseorang bisa terbang tanpa sayap, berbicara dengan mereka yang telah tiada, atau menjadi pengamat tanpa tubuh. Filsuf dan ilmuwan kognitif Thomas Metzinger berpendapat bahwa baik dalam keadaan terjaga maupun bermimpi, otak kita membangun sebuah "model realitas" yang berpusat pada sebuah "model diri" (*self-model*).<sup>1871</sup>Dalam mimpi, proses konstruksi ini berjalan dengan parameter yang berbeda, menghasilkan dunia yang secara fenomenal terasa nyata namun secara struktural berbeda. Pengalaman ini secara langsung mendemonstrasikan bahwa realitas yang kita kenal hanyalah salah satu dari sekian banyak kemungkinan cara "wujud" dapat terwujud. Mimpi adalah bukti empiris personal bahwa kesadaran dapat eksis dalam kerangka realitas yang

berbeda, sehingga memperluas pemahaman kita tentang apa artinya "ada".

Perspektif teologi dan metafisika Islam menawarkan kerangka yang lebih terstruktur untuk memahami status ontologis mimpi. Dalam tradisi ini, realitas tidak terbatas pada alam materi (*'alam al-mulk*) saja, tetapi juga mencakup alam-alam non-fisik. Salah satu yang paling relevan adalah *'alam al-mithal* atau "dunia imajinal" sebuah alam perantara (*barzakh*) antara dunia fisik dan dunia spiritual murni.<sup>1872</sup> Menurut para pemikir seperti Ibn 'Arabi dan Suhrawardi, alam ini adalah tempat di mana makna-makna spiritual mengambil bentuk inderawi, dan mimpi-mimpi tertentu (*ru'ya shadiqah* atau mimpi yang benar) adalah jendela bagi jiwa untuk mengakses realitas di tingkat ini.<sup>1873</sup> Kisah Nabi Yusuf A.S. di dalam Al-Qur'an menjadi contoh paradigmatis, di mana mimpinya melihat sebelas bintang, matahari, dan bulan bersujud kepadanya bukanlah fantasi, melainkan sebuah penyingkapan (*kashf*) terhadap peristiwa ontologis di masa depan yang akan terwujud di alam fisik.<sup>1874</sup> Mimpi, dalam konteks ini, bukan ilusi, melainkan persepsi terhadap lapisan realitas yang lebih halus, sebuah modal pengalaman yang memberikan kesadaran akan wujud yang melampaui materi.

Signifikansi ontologis ini juga ditegaskan dalam Hadis Nabi Muhammad SAW, yang menyatakan bahwa mimpi yang benar adalah "satu dari empat puluh enam bagian kenabian".<sup>1875</sup> Pernyataan ini secara eksplisit mengangkat mimpi dari sekadar produk psikis menjadi sesuatu yang memiliki potensi untuk menyentuh sumber kebenaran yang lebih tinggi. Dengan demikian,

mimpi berfungsi sebagai modal ontologis yang mengajari manusia bahwa eksistensi tidaklah monolitik. Ia adalah sebuah spektrum yang berlapis-lapis, dan kesadaran manusia memiliki kapasitas untuk bernavigasi di antara lapisan-lapisan tersebut. Psikologi analitis Carl Jung, meskipun sekuler, secara tidak langsung menyentuh dimensi ini melalui konsep "arketipe" dan "ketidaksadaran kolektif". Simbol-simbol universal yang muncul dalam mimpi sosok bijak, bayangan, ibu agung dianggap bukan sekadar milik pribadi, tetapi warisan psikis bersama yang menyingkap struktur fundamental dari pengalaman manusia tentang keberadaan itu sendiri.<sup>1876</sup>

Pada akhirnya, memandang mimpi sebagai modal pengalaman ontologis mengubah cara kita mendekatinya. Ia bukan lagi sekadar sisa-sisa hari yang harus ditafsirkan atau gangguan tidur yang harus diabaikan. Sebaliknya, setiap mimpi adalah sebuah undangan untuk kontemplasi filosofis. Ia adalah ruang eksperimental di mana asumsi-asumsi kita tentang diri, dunia, dan realitas ditangguhkan. Dengan memasuki ruang mimpi secara sadar atau setidaknya, merefleksikannya setelah terjaga seseorang tidak hanya belajar tentang kedalaman psikisnya sendiri, tetapi juga tentang hakikat wujud yang cair, majemuk, dan jauh lebih misterius daripada yang dapat ditangkap oleh kesadaran di siang hari. Mimpi adalah pengingat setiap malam bahwa kesadaran akan wujud bukanlah sebuah kepastian yang statis, melainkan sebuah penjelajahan tanpa akhir.

## **Nilai Aksiologis Mimpi: Perubahan, Penemuan Diri, Etika Ruhani**

Mimpi, sebuah fenomena universal yang dialami manusia lintas budaya dan zaman, sering kali dipandang sebagai produk sampingan acak dari aktivitas neurobiologis saat tidur. Namun, jika kita melampaui reduksionisme fisiologis, mimpi menyingkapkan dirinya sebagai sebuah ranah yang kaya akan nilai dan makna. Dalam kerangka filsafat nilai atau aksiologi, mimpi bukanlah sekadar gema kosong dari kehidupan sadar, melainkan sebuah arena aktif di mana nilai-nilai fundamental terkait perubahan, identitas diri, dan moralitas diuji, dinegosiasikan, dan dibentuk. Tulisan ini secara kontemplatif akan mengkaji nilai aksiologis mimpi melalui tiga dimensi yang saling berkelindan: perannya sebagai katalisator perubahan personal, sebagai medium penemuan diri yang mendalam, dan sebagai fondasi bagi konstruksi etika ruhani.

Dimensi pertama dari nilai aksiologis mimpi terletak pada potensinya sebagai katalisator perubahan. Mimpi jarang sekali bersifat pasif; ia sering kali membawa muatan emosional dan simbolis yang kuat, yang mampu mengguncang kestabilan psikologis individu dan mendorongnya ke arah transformasi. Dari perspektif psikologi analitis, Carl Jung mengemukakan bahwa mimpi adalah mekanisme kompensasi alami dari jiwa (*psyche*), yang bekerja untuk menyeimbangkan sikap sadar yang mungkin terlalu kaku atau sepihak.<sup>1877</sup> Mimpi menghadirkan aspek-aspek diri yang terabaikan atau tertekan *Shadow* atau *Anima/Animus* dan dengan demikian, menciptakan sebuah tegangan kreatif yang menuntut integrasi. Proses inilah, yang disebut Jung sebagai "individuasi", merupakan perjalanan transformatif menuju keutuhan diri yang

sering kali dipicu oleh pesan-pesan simbolis dari mimpi. Dalam tradisi spiritual Islam, nilai transformatif ini bahkan lebih eksplisit melalui konsep *ru'ya sadiqah* (mimpi yang benar). Kisah Nabi Yusuf A.S. dalam Al-Quran menjadi arketipe paling kuat tentang bagaimana mimpi tidak hanya mengubah individu, tetapi juga nasib sebuah bangsa. Mimpi beliau tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud kepadanya bukanlah fantasi, melainkan sebuah proklamasi profetik yang menjadi cetak biru bagi perjalanan hidupnya yang penuh liku, dari sumur hingga singgasana, yang pada akhirnya membawa keselamatan bagi Mesir dari bencana kelaparan.<sup>1878</sup> Mimpi, dalam konteks ini, berfungsi sebagai imperatif ilahiah yang menuntut respons, tindakan, dan perubahan radikal.

Lebih jauh dari itu, mimpi merupakan arena yang tak tertandingi untuk penemuan diri (*self-discovery*). Kesadaran di siang hari sering kali dibentengi oleh ego, mekanisme pertahanan, dan topeng sosial (*persona*) yang kita kenakan. Mimpi, sebaliknya, adalah panggung di mana jiwa dapat berbicara lebih jujur dan tanpa sensor. Ia berfungsi sebagai cermin yang merefleksikan lanskap batiniah yang sering kali terselubung. Dalam ranah ini, kita dapat bertemu dengan ketakutan terdalam, hasrat yang tak terakui, dan potensi yang belum tergali. Filsuf sufi seperti Ibn 'Arabi memandang alam mimpi sebagai bagian dari *'alam al-khayal* (alam imajinal), sebuah dunia perantara di mana makna-makna spiritual mengambil bentuk-bentuk inderawi.<sup>1879</sup> Di alam inilah jiwa dapat menyaksikan hakikat dirinya dalam bentuk simbol. Sebuah mimpi tentang tersesat di hutan gelap, misalnya, mungkin bukan sekadar cerita acak, melainkan sebuah diagnosis akurat tentang kondisi spiritual seseorang yang

kehilangan arah. Dengan menafsirkan simbol-simbol ini secara kontemplatif, seseorang dapat memperoleh pemahaman mendalam tentang kondisi *nafs* (ego/jiwa) dan *qalb* (hati)-nya, sebuah langkah esensial dalam perjalanan penyucian diri (*tazkiyat an-nafs*).<sup>1880</sup> Oleh karena itu, berinteraksi dengan mimpi secara sadar adalah sebuah tindakan introspeksi radikal, sebuah upaya untuk menyelami samudra ketidaksadaran demi menemukan mutiara kearifan diri.

Puncak dari nilai aksiologis mimpi terletak pada perannya dalam membentuk dan memperkuat etika ruhani. Jika mimpi dapat memicu perubahan dan menyingkapkan jati diri, maka konsekuensi logisnya adalah ia juga memberikan panduan bagi perilaku etis. Mimpi sering kali berfungsi sebagai laboratorium moral, di mana kita dihadapkan pada skenario-skenario dilematis tanpa konsekuensi di dunia nyata. Respons emosional kita dalam mimpi rasa damai, sukacita, bersalah, atau cemas yang mendalam dapat menjadi barometer internal yang sangat akurat terhadap keselarasan tindakan kita dengan suara hati nurani atau fitrah. Sebuah mimpi yang menghadirkan ketenangan luar biasa setelah melakukan tindakan kebaikan, atau sebaliknya, mimpi buruk yang menyiksa setelah berbuat zalim, berfungsi sebagai umpan balik spiritual yang langsung dan personal. Dalam tradisi Hadis, Nabi Muhammad SAW membagi mimpi ke dalam tiga kategori: mimpi baik sebagai kabar gembira dari Allah, mimpi buruk dari setan untuk menakut-nakuti, dan mimpi yang berasal dari gejala pikiran seseorang.<sup>1881</sup> Klasifikasi ini sendiri secara inheren mengandung dimensi etis. Ia mengajarkan umat untuk secara kritis menyaring

pengalaman mimpi mereka: merenungkan dan mensyukuri mimpi yang baik sebagai petunjuk ilahiah, berlindung dari keburukan mimpi yang jahat, dan mengenali mimpi yang hanya merupakan cerminan dari kekacauan pikiran. Dengan demikian, mimpi tidak hanya memberikan wawasan, tetapi juga menanamkan sebuah kerangka etis untuk menavigasi kehidupan sebuah kompas ruhani yang beroperasi di ranah yang paling personal dan intim.

Nilai aksiologis mimpi jauh melampaui sekadar hiburan malam atau kebisingan neurologis. Ia adalah fenomena kaya makna yang memiliki nilai instrumental dan intrinsik bagi kemanusiaan. Sebagai katalisator perubahan, mimpi mendorong individu melampaui zona nyaman menuju pertumbuhan. Sebagai arena penemuan diri, ia membuka pintu menuju pemahaman yang lebih otentik tentang siapa diri kita. Dan sebagai fondasi etika ruhani, ia memberikan panduan moral yang berakar pada pengalaman batin yang paling dalam. Dengan mendekati mimpi melalui lensa psikologis, filosofis, dan spiritual, kita dapat melihat bahwa berinteraksi dengan dunia mimpi bukanlah sebuah pelarian dari kenyataan, melainkan sebuah cara yang mendalam untuk terlibat dengan kenyataan pada tingkat yang paling fundamental: tingkat jiwa, nilai, dan tujuan hidup.

### **Mimpi sebagai Locus Etika dan Spiritualitas dalam Dunia Modern**

Dalam konstelasi peradaban modern yang didominasi oleh rasionalitas empiris dan materialisme, mimpi sering kali tereduksi menjadi sekadar bunga tidur sebuah artefak neurologis yang tidak bermakna atau manifestasi acak dari aktivitas otak saat istirahat. Pandangan ini, yang mengakar kuat dalam paradigma positivisme,

secara efektif telah "mendesakralkan" salah satu pengalaman manusia yang paling universal dan misterius. Namun, jika kita melakukan pembacaan yang lebih kontemplatif dan multidisipliner, mimpi dapat dipahami kembali bukan sebagai residu psikis, melainkan sebagai *locus* sebuah ruang atau arena yang kaya untuk refleksi etis dan penjelajahan spiritual. Dalam dunia yang semakin bising oleh distraksi eksternal, lanskap sunyi di alam mimpi justru menawarkan panggung internal bagi individu untuk berdialog dengan diri terdalamnya, menguji kompas moralnya, dan menyentuh dimensi transenden dari eksistensi.<sup>1882</sup>

Secara historis, hampir semua peradaban besar menempatkan mimpi pada posisi yang terhormat, sebagai jembatan antara dunia profan dan alam sakral. Dalam tradisi Islam, misalnya, mimpi tidak dipandang sebagai fenomena monolitik, melainkan diklasifikasikan secara cermat. Al-Qur'an mengabadikan kisah Nabi Yusuf AS, yang kemampuannya menakwilkan mimpi menjadi poros narasi kenabian dan penyelamatan sebuah bangsa dari kelaparan.<sup>1883</sup> Lebih jauh, tradisi Hadis membedakan antara tiga jenis mimpi: *Ru'ya Shadiqah* (mimpi yang benar dan berasal dari Allah), *Hulm* (mimpi buruk yang diilhamkan oleh setan untuk menimbulkan kesedihan), dan *Adhghath al-Ahlam* (mimpi yang kacau balau akibat gejolak psikologis atau pengalaman sehari-hari).<sup>1884</sup> Klasifikasi ini menunjukkan kesadaran teologis yang mendalam bahwa tidak semua mimpi setara; beberapa di antaranya membawa pesan ilahiah dan berfungsi sebagai salah satu dari empat puluh enam

bagian kenabian, sebuah saluran wahyu minor yang masih terbuka bagi umat manusia.

Namun, era Pencerahan dan revolusi psikoanalisis di awal abad ke-20 secara fundamental mengubah diskursus tentang mimpi. Sigmund Freud, dalam magnum opusnya *The Interpretation of Dreams*, merumuskan mimpi sebagai "jalan utama menuju alam bawah sadar," sebuah pemenuhan terselubung dari hasrat-hasrat yang tertekan.<sup>1885</sup> Meskipun revolusioner, kerangka Freudian ini cenderung mereduksi mimpi menjadi mekanisme psikologis semata, melepaskannya dari dimensi spiritual dan transenden. Namun, Carl Gustav Jung, murid Freud yang kemudian memisahkan diri, menawarkan perspektif yang lebih holistik. Bagi Jung, mimpi tidak hanya mengungkap konflik personal, tetapi juga menghubungkan individu dengan *collective unconscious* (ketidaksadaran kolektif) melalui arketipe simbol-simbol universal yang diwarisi oleh seluruh umat manusia.<sup>1886</sup> Di sinilah mimpi mulai dipahami kembali sebagai locus etika.

Sebagai arena etis, mimpi menghadirkan sebuah teater internal di mana individu dihadapkan pada "Sang Bayangan" (*The Shadow*) aspek-aspek diri yang tidak diakui, ditekan, atau dianggap tidak bermoral dalam keadaan sadar. Seseorang mungkin bermimpi melakukan tindakan tercela yang tidak akan pernah ia lakukan di dunia nyata. Dari perspektif Jungian, mimpi ini bukanlah pertanda kejahatan, melainkan sebuah undangan untuk introspeksi. Mimpi tersebut memaksa individu untuk bertanya: "Mengapa pikiran saya memproduksi skenario ini? Aspek apa dari diri saya yang terabaikan

dan butuh diintegrasikan?"<sup>1887</sup> Dengan demikian, mimpi berfungsi sebagai laboratorium moral privat, tempat individu dapat mengkonfrontasi potensi kegelapan dalam dirinya tanpa konsekuensi di dunia fisik, yang pada akhirnya mendorong proses menuju keutuhan pribadi atau *individuation*. Proses ini adalah sebuah laku etis yang mendalam, karena ia menuntut kejujuran radikal terhadap diri sendiri.

Melampaui ranah etika personal, mimpi juga tetap menjadi portal vital menuju spiritualitas di dunia modern yang sering kali mengalami "kekecewaan eksistensial." Ketika institusi keagamaan formal kehilangan sebagian pengaruhnya, pengalaman spiritual yang bersifat personal dan imanen menjadi semakin penting. Mimpi dapat menyediakan pengalaman *numinous* perasaan takjub dan gentar di hadapan sesuatu yang agung dan misterius yang sulit diakses melalui logika rasional. Pengalaman terbang, bertemu dengan figur bijaksana, atau merasakan kesatuan kosmik dalam mimpi dapat berfungsi sebagai jangkar spiritual, meneguhkan keyakinan, atau memberikan penghiburan dan arahan di saat-saat krisis.<sup>1888</sup> Fenomenologi mimpi ini sejajar dengan konsep *Ru'ya* dalam Islam, di mana sebuah visi dalam tidur memberikan peneguhan (*tasbith*) atau kabar gembira (*busyra*) kepada orang beriman. Ini menunjukkan bahwa kebutuhan manusia akan koneksi transenden menemukan jalannya, bahkan melalui saluran yang paling privat dan subjektif.

Pada akhirnya, memahami mimpi sebagai locus etika dan spiritualitas dalam dunia modern menuntut kita untuk melampaui

dualisme sempit antara penjelasan neurosains dan interpretasi mistis. Mimpi adalah fenomena multifaset yang beroperasi pada level biologis, psikologis, dan spiritual secara simultan. Ia adalah teks personal yang maknanya tidak inheren, melainkan lahir dari interaksi antara simbol-simbol yang muncul dengan kesadaran sang pemimpi. Dalam kesunyian malam, ketika ego yang terjaga beristirahat, jiwa diberi ruang untuk berbicara dalam bahasanya sendiri yang puitis dan seringkali paradoksal. Mengabaikan pesan-pesan dari dunia batin ini berarti menyalakan sumber daya yang tak ternilai untuk pertumbuhan moral dan pencerahan spiritual. Di tengah era disrupsi digital dan percepatan informasi, berhenti sejenak untuk merefleksikan mimpi kita mungkin menjadi salah satu tindakan paling radikal dan esensial untuk menjaga kemanusiaan kita tetap utuh.<sup>1889</sup>

### **Pemaknaan Ulang Realitas dan Diri melalui Mimpi**

Mimpi, sebuah fenomena universal yang dialami manusia lintas budaya dan zaman, seringkali dipandang sebagai serpihan acak dari aktivitas neurologis semata saat tidur. Namun, dalam diskursus psikologis, filosofis, dan bahkan spiritual, mimpi menempati posisi yang jauh lebih signifikan: sebagai sebuah arena atau kanvas di mana realitas dan konsep diri tidak hanya direfleksikan, tetapi juga secara aktif dinegosiasikan, dibongkar, dan dimaknai ulang. Fenomena ini bukanlah sekadar produk sampingan dari kesadaran (epifenomena), melainkan sebuah ruang hermeneutik yang subur, tempat dialog intens antara alam sadar dan bawah sadar terjadi.

Melalui lanskap mimpi yang terkadang surreal dan tidak logis, individu diberi kesempatan unik untuk menginterogasi asumsi-asumsi yang mendasari eksistensi sadarnya, membuka jalan bagi transformasi personal dan pemahaman yang lebih mendalam tentang dunia internal dan eksternal.<sup>1890</sup>

Secara psikologis, mimpi berfungsi sebagai teater simbolik bagi drama batin yang tak terungkap. Sigmund Freud, dalam karyanya yang monumental, *The Interpretation of Dreams*, mempostulatkan bahwa mimpi adalah "jalan utama menuju alam bawah sadar" (*the royal road to the unconscious*), di mana hasrat-hasrat terlarang dan konflik-konflik yang tertekan menemukan ekspresinya melalui bahasa simbolik yang tersamarkan (konten laten).<sup>1891</sup> Dalam kerangka ini, mimpi adalah katarsis, sebuah mekanisme pelepasan yang memungkinkan individu memproses tegangan psikis. Namun, Carl Gustav Jung memperluas perspektif ini dengan menyatakan bahwa mimpi tidak hanya melihat ke masa lalu (hasrat tertekan), tetapi juga berorientasi ke masa depan. Bagi Jung, mimpi adalah alat vital dalam proses *individuasi* perjalanan seumur hidup untuk menjadi diri yang utuh dan terintegrasi. Mimpi menghadirkan arketipe-arketipe dari ketidaksadaran kolektif seperti *the Shadow* (sisi gelap diri), *Anima/Animus* (aspek feminin/maskulin internal), dan *the Wise Old Man/Woman* yang memaksa individu untuk berkonfrontasi dengan aspek-aspek dirinya yang terabaikan atau belum berkembang. Dengan demikian, mimpi menjadi cermin yang tidak hanya memantulkan siapa kita saat ini, tetapi juga membisikkan potensi tentang siapa kita bisa

menjadi.<sup>1892</sup> Proses menafsirkan simbol-simbol ini adalah sebuah tindakan pemaknaan ulang diri yang mendalam.

Dari perspektif neurosains, fungsi mimpi dalam merekonstruksi realitas mendapatkan landasan biologis yang kuat. Selama fase tidur REM (Rapid Eye Movement), di mana mimpi paling jelas terjadi, aktivitas di korteks prefrontal pusat logika, rasionalitas, dan kontrol diri menurun secara signifikan, sementara area limbik seperti amigdala (pusat emosi) menjadi sangat aktif.<sup>1893</sup> Kombinasi ini menjelaskan mengapa mimpi seringkali terasa emosional, aneh, dan tidak terikat oleh hukum fisika atau logika sosial. Teori simulasi ancaman (*Threat Simulation Theory*) yang diajukan oleh filsuf Antti Revonsuo mengemukakan bahwa mimpi berevolusi sebagai mekanisme latihan biologis untuk menghadapi situasi berbahaya di dunia nyata.<sup>1894</sup> Dalam simulasi virtual ini, individu dapat "berlatih" merespons ancaman tanpa risiko fisik, yang pada gilirannya membentuk ulang persepsi dan kesiapan mereka dalam realitas sadar. Lebih jauh lagi, penelitian tentang konsolidasi memori menunjukkan bahwa tidur dan mimpi memainkan peran krusial dalam menyortir, memperkuat, dan mengintegrasikan informasi yang dipelajari selama sehari penuh, menciptakan koneksi baru antar konsep yang sebelumnya tidak terhubung.<sup>1895</sup> Ini adalah bentuk pemaknaan ulang realitas pada tingkat kognitif: mimpi menata ulang bata-bata informasi dari hari kemarin untuk membangun struktur pemahaman yang lebih kokoh untuk hari esok.

Dimensi spiritual dan filosofis menawarkan lapisan pemaknaan yang lebih transendental. Sejak zaman kuno, mimpi dianggap sebagai jembatan antara dunia profan dan sakral, sebuah portal menuju pengetahuan yang lebih tinggi. Filsuf Tiongkok kuno, Zhuangzi, melalui alegori terkenalnya, bertanya-tanya apakah dia adalah seorang manusia yang bermimpi menjadi kupu-kupu, atau seekor kupu-kupu yang bermimpi menjadi manusia, secara radikal mempertanyakan batas antara mimpi dan realitas itu sendiri.<sup>1896</sup> Dalam tradisi Islam, mimpi (Arab: *ru'ya*) memiliki status epistemologis yang istimewa. Al-Qur'an mengabadikan kisah Nabi Yusuf AS, yang kemampuannya menafsirkan mimpi tidak hanya menyelamatkan Mesir dari kelaparan tetapi juga menjadi penentu takdirnya. Mimpi di sini bukanlah fantasi, melainkan wahyu simbolik yang memuat kebenaran tentang realitas masa depan (QS. Yusuf, 12:4-6, 36).<sup>1897</sup> Tradisi kenabian (Hadis) lebih lanjut mengklasifikasikan mimpi menjadi tiga jenis: mimpi yang benar dari Tuhan (*Ru'ya min Allah*), mimpi dari setan untuk menimbulkan kesedihan (*Hulm min al-Shaytan*), dan refleksi dari pikiran seseorang (*Hadith al-Nafs*). Mimpi yang benar bahkan disebut sebagai "satu dari empat puluh enam bagian kenabian," menandakan potensinya sebagai sumber bimbingan ilahi.<sup>1898</sup> Dalam konteks ini, mimpi adalah sarana untuk memaknai ulang realitas duniawi dalam kerangka kosmik yang lebih besar dan untuk memahami posisi diri di hadapan Sang Pencipta.

Sebagai sintesis, pemaknaan ulang realitas dan diri melalui mimpi adalah sebuah proses hermeneutik yang kompleks dan

multifaset. Mimpi bukanlah sebuah objek pasif yang menunggu untuk dianalisis secara dingin, melainkan sebuah teks dinamis yang diciptakan oleh dan untuk sang pemimpi. Ia adalah ruang di mana logika kausalitas dilonggarkan, memungkinkan asosiasi bebas, perpaduan simbol, dan narasi personal yang melampaui batas-batas ego sadar. Dengan terlibat dalam dialog kontemplatif dengan dunia mimpi baik melalui analisis psikologis, perenungan filosofis, maupun refleksi spiritual individu tidak hanya memperoleh wawasan tentang konflik dan hasrat tersembunyi, tetapi juga secara aktif berpartisipasi dalam pembentukan ulang identitasnya. Mimpi, pada akhirnya, adalah undangan abadi dari alam bawah sadar untuk melihat kembali dunia dan diri kita dengan mata yang baru, mengingatkan kita bahwa realitas yang kita kenal mungkin hanyalah satu dari sekian banyak lapisan makna yang ada.<sup>1899</sup>

## **Kontemplasi Menuju Transformasi Diri**

### **Kesadaran sebagai Medan Pembentukan Diri Hakiki**

Perjalanan transformasi diri, sebuah proses alkimia batiniah yang didambakan oleh para pencari makna sepanjang sejarah, pada hakikatnya adalah sebuah ekspedisi menuju kedalaman kesadaran. Proses ini bukanlah sekadar perubahan perilaku di permukaan, melainkan sebuah restrukturisasi fundamental dari esensi keberadaan manusia, yang berpuncak pada manifestasi *diri hakiki* (authentic self). Dalam diskursus ini, kesadaran tidak dipandang sebagai epifenomena pasif dari aktivitas neurologis semata, tetapi sebagai medan arena atau ruang yang dinamis

tempat identitas sejati ditempa, diuji, dan akhirnya dibentuk. Analisis ini bertujuan untuk mengelaborasi bagaimana kesadaran, melalui praktik kontemplatif, berfungsi sebagai wadah utama bagi pembentukan diri hakiki, dengan menyintesiskan perspektif dari tradisi spiritual Islam, psikologi transpersonal, dan neurosains modern.

Sebelum melangkah lebih jauh, esensial untuk membedakan antara 'diri ego' (*egoic self*) dan 'diri hakiki' (*true self*). Diri ego adalah konstruk psikologis yang terbentuk dari akumulasi pengalaman, memori, identitas sosial, hasrat, dan ketakutan. Ia bersifat reaktif, temporal, dan senantiasa berusaha mempertahankan eksistensinya melalui identifikasi dengan dunia eksternal pencapaian, status, atau validasi orang lain. Di sisi lain, diri hakiki merujuk pada esensi terdalam seorang individu, sebuah inti yang tenang, stabil, dan terhubung dengan sumber yang lebih agung. Dalam terminologi Islam, ini adalah entitas yang berakar pada *fitrah* disposisi primordial manusia untuk mengakui Tuhan dan *ruh* yang ditiupkan oleh-Nya.<sup>1900</sup> Carl Jung, dalam psikologi analitisnya, juga mengartikulasikan dualitas serupa melalui konsep *Persona* (topeng sosial) dan *the Self* (totalitas psikis yang mencakup kesadaran dan ketidaksadaran).<sup>1901</sup> Proses transformasi, oleh karena itu, adalah pergeseran identifikasi dari diri ego yang rapuh menuju diri hakiki yang kokoh.

Kesadaran menjadi medan utama bagi transformasi ini karena ia memiliki kualitas sebagai "ruang" netral tempat semua fenomena mental pikiran, emosi, sensasi muncul dan berlalu. Filsuf dan guru

spiritual kontemporer, Eckhart Tolle, menyebutnya sebagai "ruang kesadaran" (*space of consciousness*), yang berbeda dari konten yang mengisinya.<sup>1902</sup> Ketika seseorang tidak menyadari ruang ini, ia akan sepenuhnya teridentifikasi dengan kontennya; ia "menjadi" amarahnya, "menjadi" kecemasannya, atau "menjadi" pikirannya. Di sinilah peran krusial kontemplasi. Kontemplasi, dalam bentuk *tafakur* (refleksi mendalam) dan *muhasabah* (introspeksi atau evaluasi diri), adalah latihan untuk mengalihkan fokus dari konten pikiran ke kesadaran itu sendiri. Praktik ini menciptakan jarak psikologis antara subjek yang mengamati (sang pengamat) dan objek yang diamati (pikiran dan emosi). Dengan demikian, individu tidak lagi menjadi budak dari fluktuasi mentalnya, melainkan menjadi saksi yang bijaksana atas dinamika batinnya.

Al-Quran secara eksplisit mendorong praktik kontemplatif ini sebagai jalan menuju pengenalan diri dan Tuhan, sebagaimana difirmankan, "Dan di dalam dirimu sendiri. Maka apakah kamu tidak memperhatikan?"<sup>1903</sup> . Ayat ini menegaskan bahwa realitas terdalam dapat ditemukan melalui introspeksi, dengan menjadikan kesadaran sebagai laboratorium observasi. Al-Ghazali, seorang filsuf dan teolog Islam terkemuka, menguraikan dalam magnum opusnya, *Ihya Ulum al-Din*, bahwa *muhasabah* adalah prasyarat fundamental untuk pemurnian jiwa (*tazkiyatun nafs*).<sup>1904</sup> Ia menganalogikan proses ini seperti seorang pedagang yang setiap hari menghitung laba-ruginya; seorang individu harus secara rutin mengevaluasi "modal" spiritualnya, mengidentifikasi "kerugian" (dosa dan kelalaian), dan merencanakan "investasi" (amal baik)

untuk masa depan. Praktik ini secara sistematis melatih kesadaran untuk tidak hanya pasif, tetapi aktif memilah dan membentuk kualitas batiniah yang diinginkan. Sebuah adagium sufistik yang masyhur, meskipun status hadisnya diperdebatkan, merangkum esensi ini: "Barangsiapa mengenal dirinya, maka ia telah mengenal Tuhannya".<sup>1905</sup>

Perspektif neurosains modern memberikan landasan biologis yang memvalidasi efektivitas praktik kontemplatif ini. Fenomena yang dikenal sebagai neuroplastisitas menunjukkan bahwa otak secara fisik dapat berubah sebagai respons terhadap pengalaman dan latihan mental.<sup>1906</sup> Penelitian menggunakan fMRI (functional Magnetic Resonance Imaging) menunjukkan bahwa meditasi dan praktik *mindfulness* yang konsisten dapat meningkatkan kepadatan materi abu-abu di korteks prefrontal area otak yang bertanggung jawab atas fungsi eksekutif, regulasi emosi, dan kesadaran diri.<sup>1907</sup> Sebaliknya, aktivitas di amigdala, pusat rasa takut dan respons "lawan atau lari", cenderung menurun. Ini berarti, secara neurologis, praktik mengamati isi kesadaran dari jarak inti dari kontemplasi secara harfiah melatih sirkuit otak untuk menjadi lebih reflektif dan tidak reaktif, menciptakan fondasi biologis bagi ketenangan dan kebijaksanaan yang merupakan ciri dari diri hakiki.

Dengan demikian, kesadaran bukanlah sekadar panggung pasif, melainkan tanah subur tempat benih diri hakiki dapat tumbuh. Melalui disiplin kontemplasi seperti *tafakur* dan *muhasabah*, individu secara sadar mengolah tanah ini. Ia belajar untuk mencabut gulma (identifikasi ego), menyiraminya dengan kehadiran

(*presence*), dan memupuknya dengan kebajikan. Transformasi diri bukanlah peristiwa magis yang terjadi dalam semalam, melainkan hasil dari kultivasi kesadaran yang persisten dan disengaja. Ini adalah proses mengalihkan loyalitas dari narasi pikiran yang bergejolak ke keheningan sang pengamat di baliknya. Pada akhirnya, ketika kesadaran tidak lagi keruh oleh identifikasi ego, ia akan memantulkan cahaya dari *fitrah* primordial, memungkinkan diri hakiki versi paling otentik dan damai dari keberadaan kita untuk bersinar sepenuhnya, sejalan dengan janji ilahi bahwa "sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri".<sup>1908</sup>

### **Perjalanan Spiritual dalam Mimpi: Dari Kegelapan ke Cahaya**

Mimpi, sebagai sebuah fenomena onirik yang universal, telah lama menjadi subjek kontemplasi dalam berbagai tradisi keilmuan, filsafat, dan spiritualitas. Ia merupakan sebuah arena di mana batas antara kesadaran dan ketidaksadaran, antara dunia material dan dimensi non-fisik, menjadi kabur. Dalam konteks diskursus spiritual, mimpi tidak dipandang sebagai sekadar produk acak dari aktivitas neurologis saat tidur, melainkan sebagai sebuah lanskap simbolik yang kaya makna, tempat jiwa dapat menempuh sebuah perjalanan transformatif. Perjalanan ini sering kali dimetaforkan sebagai pergerakan dari kegelapan menuju cahaya sebuah narasi arketipal yang merepresentasikan proses purifikasi jiwa (*tazkiyat al-nafs*), pencapaian pencerahan (*ma'rifah*), dan penemuan kembali fitrah ilahiah. Teks ini akan mengelaborasi dinamika perjalanan spiritual

dalam mimpi, dengan menelaah fondasi psikologis, simbolisme dalam tradisi Islam, dan proses transformatif yang dialami individu.

Secara psiko-spiritual, mimpi menyediakan ruang bagi konfrontasi dengan aspek-aspek terdalam dari diri. Psikiater Swiss, Carl Gustav Jung, mengemukakan bahwa mimpi adalah jembatan menuju ketidaksadaran kolektif, sebuah repositori universal berisi arketipe-arketipe atau pola-pola primordial yang diwarisi oleh seluruh umat manusia. Salah satu arketipe yang paling relevan dalam konteks ini adalah "Bayangan" (*The Shadow*), yang merepresentasikan sisi gelap, tertekan, dan tidak diakui dari kepribadian seseorang.<sup>1909</sup> Mimpi yang didominasi oleh "kegelapan" seperti suasana yang mencekam, pengejaran oleh sosok tak dikenal, atau perasaan tersesat sering kali merupakan manifestasi dari pergulatan internal dengan Bayangan ini. Perjalanan spiritual dalam mimpi, dari perspektif ini, dimulai dengan keberanian untuk menghadapi dan mengintegrasikan kegelapan tersebut, bukan menolaknya. Proses ini merupakan langkah awal yang krusial menuju keutuhan psikologis dan spiritual, di mana individu mengakui totalitas dirinya sebagai prasyarat untuk transendensi.

Dalam tradisi Islam, dualisme kegelapan (*zhulumat*) dan cahaya (*nur*) merupakan tema sentral yang melintasi pemikiran teologis dan sufistik. Al-Quran secara tegas memosisikan Allah sebagai sumber cahaya yang mengeluarkan manusia dari kegelapan. Sebagaimana firman-Nya, "Allah Pelindung orang-orang yang beriman; Dia mengeluarkan mereka dari kegelapan (kekafiran) kepada cahaya (iman)."<sup>1910</sup> Metafora ini tidak hanya berlaku dalam kehidupan sadar, tetapi juga meresap ke dalam pengalaman mimpi.

Kegelapan dalam mimpi dapat menyimbolkan kondisi kelalaian (*ghaflah*), dominasi hawa nafsu (*nafs al-ammarah*), atau jarak spiritual dari Tuhan. Sebaliknya, cahaya baik dalam bentuk matahari terbit, bulan purnama, lampu yang terang, atau kilau nurani dianggap sebagai tanda hadirnya petunjuk ilahi (*hidayah*), ilmu, dan rahmat. Mimpi yang benar dan baik (*ru'ya shadiqah*), yang digambarkan oleh Nabi Muhammad SAW sebagai "satu dari empat puluh enam bagian kenabian,"<sup>1911</sup> sering kali ditandai dengan kemunculan simbol-simbol cahaya ini, yang berfungsi sebagai afirmasi atau panduan bagi pejalan spiritual.

Proses transformasi dari kegelapan ke cahaya dalam lanskap onirik ini bersifat naratif dan progresif. Ia sering kali tidak terjadi dalam satu mimpi tunggal, melainkan melalui serangkaian mimpi yang merefleksikan kemajuan spiritual seseorang di alam nyata. Tahap awal mungkin dipenuhi dengan mimpi-mimpi yang mengganggu (*adhghats ahlam*), yang mencerminkan kekacauan batin dan konflik moral. Namun, seiring dengan peningkatan praktik spiritual seperti zikir, doa, dan introspeksi (*muhasabah*) dalam kehidupan sehari-hari, lanskap mimpi pun mulai berubah. Sosok-sosok mengerikan dapat bertransformasi menjadi pemandu yang bijaksana, labirin yang menyesatkan dapat berakhir pada sebuah taman yang indah, dan perasaan tercekik dapat digantikan oleh sensasi terbang bebas menuju angkasa. Perjalanan ini secara esensial adalah dramatisasi simbolis dari perjuangan jiwa untuk membebaskan diri dari belenggu ego dan duniawi menuju kesadaran akan kehadiran Ilahi. Fenomena ini dipahami bukan sebagai pelarian, melainkan sebagai penegasan bahwa upaya

spiritual di alam sadar mendapatkan resonansi dan validasi di alam yang lebih subtil.<sup>1912</sup>

Implikasi hermeneutik dari mimpi-mimpi semacam ini menuntut kehati-hatian dan kearifan. Interpretasi mimpi (*ta'bir al-ru'ya*) dalam tradisi Islam adalah sebuah disiplin ilmu yang kompleks, yang tidak bisa dilakukan secara harfiah semata. Makna sebuah simbol sangat bergantung pada konteks pribadi si pemimpi tingkat spiritualitasnya, kondisi psikologisnya, dan situasi hidup yang sedang dihadapinya.<sup>1913</sup> Sebuah mimpi tentang kegelapan bagi seorang pemula dalam jalan spiritual mungkin merupakan panggilan untuk pertobatan, sementara bagi seorang sufi yang berpengalaman, ia bisa jadi merupakan ujian untuk menemukan cahaya Tuhan bahkan di tengah kondisi ketiadaan spiritual (*qabdh*). Oleh karena itu, perjalanan dari kegelapan ke cahaya dalam mimpi adalah sebuah dialog personal antara seorang hamba dengan Tuhannya, sebuah peta batin yang unik yang menyingkapkan topografi jiwa dan menunjukkan arah menuju Sumber segala cahaya. Pada hakikatnya, perjalanan ini adalah pengingat bahwa di balik setiap kegelapan baik di alam nyata maupun alam mimpi terdapat janji fajar yang akan menyingsing bagi mereka yang tulus mencari.

### **Dzikir, Tafakkur, dan Mimpi sebagai Tiga Pilar Transformasi**

Perjalanan manusia menuju pemahaman diri yang utuh dan kedekatan dengan Sang Pencipta merupakan sebuah tema sentral dalam berbagai tradisi spiritual, tidak terkecuali dalam Islam. Proses ini, yang sering disebut sebagai transformasi diri (*tazkiyatun nafs*),

bukanlah sebuah pencapaian instan, melainkan suatu proses dinamis yang ditopang oleh pilar-pilar spiritual yang kokoh. Dalam diskursus psikospiritual Islam, tiga praktik fundamental Dzikir, Tafakkur, dan Mimpi muncul sebagai sebuah kerangka kerja holistik yang saling menguatkan. Ketiganya bukan sekadar ritual terpisah, melainkan sebuah ekosistem spiritual yang terintegrasi, di mana Dzikir berperan sebagai fondasi kesadaran, Tafakkur sebagai gerbang pemahaman, dan Mimpi sebagai jendela menuju dimensi batin yang lebih dalam.

Pilar pertama dan yang paling mendasar dalam bangunan transformasi ini adalah Dzikir, atau dzikrullah (mengingat Allah). Jauh melampaui pelafalan verbal semata, Dzikir adalah sebuah upaya sadar untuk menghadirkan Tuhan dalam setiap tarikan napas dan denyut kesadaran. Secara psikologis, praktik ini berfungsi sebagai mekanisme pemurnian hati (*qalb*) dari "derau" ego (*nafs*) dan distraksi duniawi yang menghalangi kejernihan spiritual.<sup>1914</sup> Fungsi utamanya adalah memfokuskan kembali orientasi batin dari yang fana kepada Yang Abadi, sebuah imperatif yang ditegaskan dalam Al-Qur'an: "Ingatlah Aku, niscaya Aku akan mengingatmu" (QS. Al-Baqarah: 152). Dengan konsistensi, Dzikir mampu menenangkan pikiran yang bergejolak, menciptakan ruang hening di dalam diri, dan membangun sebuah fondasi kesadaran yang stabil. Praktik ini dapat dianalogikan dengan proses kalibrasi instrumen; ia menyelaraskan frekuensi batin individu agar siap menerima transmisi makna dan hikmah yang lebih tinggi. Tanpa kehadiran Dzikir yang konstan, hati akan mudah terombang-ambing

oleh pengaruh eksternal, menjadikan upaya refleksi yang lebih dalam menjadi sulit dan tidak fokus.<sup>1915</sup>

Berpijak pada fondasi kesadaran yang dibangun oleh Dzikir, pilar kedua, Tafakkur, mengambil peran. Tafakkur adalah aktivitas kontemplasi atau refleksi mendalam terhadap ayat-ayat Allah, baik yang tersurat dalam kitab suci (*ayat qauliyah*) maupun yang terhampar di alam semesta dan di dalam diri manusia (*ayat kauniyah*). Jika Dzikir adalah tentang "kehadiran," maka Tafakkur adalah tentang "pemahaman." Ini adalah proses kognitif-spiritual di mana seorang individu secara aktif menggunakan akal dan hatinya untuk menggali makna di balik fenomena.<sup>1916</sup> Al-Qur'an berulang kali mendorong manusia untuk bertafakkur: "Maka apakah mereka tidak memperhatikan unta bagaimana ia diciptakan, dan langit bagaimana ia ditinggikan?" (QS. Al-Ghashiyah: 17-18). Tafakkur mengubah data mentah dari pengamatan menjadi kebijaksanaan (*hikmah*). Ia menjembatani antara kesadaran akan Tuhan (hasil Dzikir) dengan pemahaman tentang bagaimana Tuhan memanifestasikan diri-Nya dalam ciptaan. Proses ini mengasah kepekaan intelektual dan spiritual, memungkinkan seseorang untuk melihat jejak-jejak Ilahi dalam setiap detail kehidupan, dari pergerakan galaksi hingga kompleksitas sel biologis, yang pada akhirnya melahirkan rasa takjub, syukur, dan pengakuan akan keagungan-Nya.<sup>1917</sup>

Mekanisme transformasi ini kemudian disempurnakan oleh pilar ketiga yang seringkali subtil dan misterius, yaitu Mimpi (*ru'ya*). Dalam tradisi Islam, mimpi yang benar (*ru'ya shadiqah*) diakui

sebagai salah satu bentuk komunikasi Ilahi, sebagaimana disabdakan oleh Nabi Muhammad SAW bahwa mimpi yang baik adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian.<sup>1918</sup> Mimpi berfungsi sebagai jendela menuju alam bawah sadar dan suprasadar, tempat di mana realitas spiritual dapat berkomunikasi secara simbolik. Ketika hati telah dimurnikan melalui Dzikir dan akal telah diterangi oleh Tafakkur, mimpi dapat menjadi sarana validasi, petunjuk, atau bahkan peringatan. Ia seringkali menghadirkan wawasan (*insight*) yang tidak dapat diakses melalui kesadaran rasional semata, mengungkapkan kondisi batin yang tersembunyi atau memberikan solusi arketipal terhadap persoalan hidup.<sup>1919</sup> Dari perspektif psikologi modern, mimpi adalah arena di mana ego yang terjaga melemah, memungkinkan konten dari *collective unconscious* atau intuisi yang lebih tinggi untuk muncul ke permukaan.<sup>1920</sup> Oleh karena itu, mimpi menjadi cermin yang merefleksikan hasil dari olah batin yang dilakukan melalui Dzikir dan Tafakkur.

Sinergi sejati dari ketiga pilar ini terletak pada siklus dinamisnya. Dzikir menciptakan keheningan dan kejernihan batin yang menjadi prasyarat untuk Tafakkur yang efektif. Tanpa ketenangan yang lahir dari Dzikir, Tafakkur akan rentan menjadi lamunan kosong atau analisis intelektual yang kering dan tanpa ruh. Selanjutnya, Tafakkur yang mendalam menanamkan pemahaman dan *ma'rifah* (pengetahuan batin) ke dalam hati yang telah disiapkan oleh Dzikir. Proses gabungan ini pemurnian dan pemahaman secara kolektif memengaruhi kualitas alam bawah

sadar, yang kemudian seringkali termanifestasi dalam bentuk mimpi-mimpi yang bermakna (*ru'ya*). Mimpi-mimpi ini, pada gilirannya, memberikan umpan balik, inspirasi, atau peneguhan yang mendorong individu untuk semakin giat dalam ber-Dzikir dan ber-Tafakkur. Terbentuklah sebuah spiral positif: Dzikir mempertajam Tafakkur, Tafakkur memperkaya Dzikir, dan keduanya bersama-sama membuka pintu bagi petunjuk melalui Mimpi, yang kemudian menguatkan kembali komitmen pada Dzikir dan Tafakkur.

Dzikir, Tafakkur, dan Mimpi bukanlah tiga praktik spiritual yang terisolasi, melainkan sebuah trinitas fungsional yang membentuk kerangka kerja komprehensif untuk transformasi diri dalam Islam. Dzikir sebagai pilar kehadiran, Tafakkur sebagai pilar pemahaman, dan Mimpi sebagai pilar wawasan batin, bersama-sama menciptakan sebuah jalur yang holistik dan berkelanjutan menuju penyucian jiwa dan kedekatan dengan Realitas Ultim. Dalam dunia modern yang penuh dengan distraksi dan fragmentasi kesadaran, revitalisasi ketiga pilar ini menawarkan sebuah metodologi yang relevan dan mendalam bagi siapa saja yang merindukan keutuhan, makna, dan transformasi spiritual yang otentik.

### **Menuju Jiwa Yang Tenang (Nafs al-Muthma'innah)**

Dalam lanskap pemikiran psikologi dan spiritualitas manusia, pencarian akan ketenangan batin merupakan sebuah perjalanan universal yang melintasi batas-batas budaya dan peradaban. Manusia, dalam esensinya, mendambakan suatu kondisi stabilitas

internal di mana gejala kecemasan, ketakutan, dan kesedihan dapat diredam oleh kedamaian yang mendalam. Dalam paradigma Islam, kondisi puncak kesejahteraan psiko-spiritual ini diartikulasikan secara presisi melalui konsep *Nafs al-Muthma'innah*, atau jiwa yang tenang. Konsep ini bukan sekadar sebuah keadaan emosional sesaat, melainkan sebuah tingkatan eksistensial yang dicapai melalui proses disiplin spiritual, pemurnian diri, dan penyerahan diri secara total kepada Yang Maha Kuasa.

Perbincangan mengenai jiwa yang tenang tidak dapat dilepaskan dari pemahaman tentang *nafs* (jiwa atau diri) itu sendiri dalam psikologi Islam. Al-Quran mengintroduksi *nafs* sebagai entitas yang dinamis dan memiliki berbagai tingkatan kesadaran. Tingkatan terendah adalah *Nafs al-Ammarah bi al-Su'*, yaitu jiwa yang cenderung dan memerintahkan kepada keburukan, didominasi oleh hawa nafsu dan impuls-impuls hewani tanpa kendali moral.<sup>1921</sup>Tingkatan selanjutnya adalah *Nafs al-Lawwamah*, jiwa yang mencela dirinya sendiri. Pada tahap ini, kesadaran moral mulai bangkit; individu merasakan penyesalan atas kesalahannya dan berada dalam pergulatan internal antara kebaikan dan keburukan, sebuah prekursor esensial menuju pemurnian.<sup>1922</sup>Puncak dari hierarki ini adalah *Nafs al-Muthma'innah*, yang secara definitif disebut dalam Al-Quran dalam konteks panggilan Ilahi yang penuh kemuliaan: "Wahai 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."<sup>1923</sup> Ayat ini secara tegas memposisikan *al-muthma'innah* bukan hanya

sebagai tujuan duniawi, tetapi sebagai prasyarat untuk kembali kepada Tuhan dalam keadaan yang paling terhormat. Ketenangan (*ithmi'nan*) di sini bermakna sebuah stabilitas yang kokoh, bebas dari keraguan (*syak*), kegelisahan (*qalaq*), dan gejolak emosi negatif yang lahir dari ketergantungan pada selain Allah.

Manifestasi dari *Nafs al-Muthma'innah* dapat diidentifikasi melalui serangkaian karakteristik kognitif, afektif, dan perilaku yang saling terkait. Secara kognitif, individu dengan jiwa yang tenang memiliki kejernihan berpikir yang tidak dikeruhkan oleh bisikan-bisikan keraguan (*waswasah*) atau pesimisme. Mereka memandang realitas melalui lensa *hikmah* (kebijaksanaan), memahami bahwa setiap peristiwa, baik yang tampak menyenangkan maupun menyakitkan, adalah bagian dari ketetapan (*qadar*) Allah yang mengandung kebaikan. Secara afektif, jiwa ini dicirikan oleh *ridha* (kepuasan dan penerimaan) terhadap takdir Allah, yang memadamkan api keluh kesah dan ketidakpuasan. Kondisi ini berjalan seiring dengan *syukur* (rasa terima kasih) yang konstan atas segala nikmat, sekecil apa pun, serta *sabar* (ketabahan) yang indah saat menghadapi ujian.<sup>1924</sup> Emosi mereka tidak lagi menjadi reaktif terhadap fluktuasi kehidupan duniawi; kehilangan tidak menimbulkan keputusasaan yang melumpuhkan, dan perolehan tidak melahirkan kesombongan yang membabi buta. Ketenangan ini lahir dari sebuah keyakinan yang mengakar kuat bahwa sumber keamanan sejati hanyalah Allah (*tawakkul*), bukan pada harta, jabatan, atau validasi manusia.<sup>1925</sup>

Jalan untuk mencapai tingkatan *Nafs al-Muthma'innah* adalah sebuah proses berkelanjutan yang dikenal sebagai *tazkiyat al-nafs* (penyucian jiwa). Ini bukanlah sebuah pencapaian instan, melainkan hasil dari perjuangan spiritual (*mujahadah*) yang konsisten. Fondasi utama dari proses ini, sebagaimana diisyaratkan oleh Al-Quran, adalah *dzikrullah* atau mengingat Allah. “...(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.”<sup>1926</sup> *Dzikir* di sini memiliki makna yang luas, mencakup zikir lisan (tasbih, tahmid, tahlil), zikir hati (selalu sadar akan kehadiran dan pengawasan Allah), serta zikir melalui perbuatan (menjalankan perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya). Menurut para ulama tasawuf seperti Imam Al-Ghazali, hati manusia ibarat cermin; maksiat dan kelalaian akan membuatnya kotor dan berkarat, sementara *dzikrullah* berfungsi untuk memolesnya hingga kembali jernih dan mampu memantulkan cahaya Ilahi.<sup>1927</sup>

Selain *dzikrullah*, instrumen lain dalam proses *tazkiyah* meliputi *tafakkur* (kontemplasi) terhadap ciptaan Allah dan diri sendiri, yang memperkuat keyakinan dan rasa takjub kepada Sang Pencipta. Ada pula *mahasabah* (introspeksi atau evaluasi diri) harian untuk menimbang amal perbuatan, mengidentifikasi kekurangan, dan merencanakan perbaikan. Praktik-praktik ibadah formal seperti shalat yang khusyuk, puasa untuk melatih pengendalian diri, dan membaca Al-Quran dengan pemahaman mendalam juga merupakan pilar-pilar utama dalam membangun fondasi jiwa yang tenang.<sup>1928</sup> Semua praktik ini secara

sinergis bekerja untuk melepaskan keterikatan hati dari dunia yang fana dan mengikatkannya pada sumber kebahagiaan dan ketenangan yang abadi. Proses ini pada hakikatnya adalah sebuah realisasi dari firman Allah yang mengilhamkan kepada setiap jiwa potensi kebaikan (*taqwa*) dan keburukan (*fujur*), dan keberuntungan sejati adalah bagi mereka yang menyucikannya.<sup>1929</sup>

*Nafs al-Muthma'innah* merepresentasikan tujuan akhir dari pengembangan diri dalam perspektif Islam. Ia adalah sebuah kondisi jiwa yang telah mencapai ekuilibrium sempurna, berlabuh dalam kepastian iman, dan merasakan kedamaian yang bersumber langsung dari hubungannya dengan Allah. Tingkatan ini bukanlah utopia yang tidak terjangkau, melainkan sebuah potensi yang dianugerahkan kepada setiap manusia, yang dapat direalisasikan melalui sebuah perjalanan spiritual yang sadar, terstruktur, dan persisten. Perjalanan menuju jiwa yang tenang adalah esensi dari keberagaman itu sendiri: sebuah transformasi dari diri yang diperbudak oleh hawa nafsu menuju diri yang merdeka dalam pengabdian kepada Tuhan, yang pada akhirnya akan disambut dengan panggilan termulia untuk kembali kepada-Nya dalam keadaan rida dan diridai.

## **Implikasi Teoritis dan Praktis Kajian Ini**

### **Implikasi Teoritis**

Sebuah kajian ilmiah tidak pernah berdiri dalam ruang hampa; ia senantiasa membawa implikasi yang melampaui batasan-batasan metodologisnya. Kajian yang berupaya menjembatani kearifan

spiritual dengan kerangka keilmuan modern secara inheren menawarkan konsekuensi mendalam, baik pada tataran teoretis maupun praktis. Implikasi-implikasi ini bukan sekadar catatan kaki akademis, melainkan representasi dari potensi pergeseran paradigma dalam cara kita memahami pengetahuan, realitas, dan eksistensi manusia itu sendiri. Analisis terhadap implikasi ini akan berfokus pada dua pilar teoretis utama: pengembangan epistemologi transenden dan urgensi sintesis interdisipliner antara filsafat, tasawuf, dan psikologi transpersonal.

### **Implikasi Teoretis: Meretas Batas Pengetahuan Empiris**

Implikasi teoretis paling fundamental dari kajian ini adalah kontribusinya terhadap **pengembangan epistemologi transenden**. Selama berabad-abad, paradigma pengetahuan Barat didominasi oleh dua pilar besar: empirisme, yang menekankan pengalaman inderawi sebagai sumber utama pengetahuan, dan rasionalisme, yang mengagungkan akal sebagai instrumen validasi. Keduanya, meskipun sangat berharga, secara sadar atau tidak sadar telah membangun sekat yang membatasi realitas pada apa yang dapat diukur, diamati, dan dirasionalkan. Akibatnya, dimensi batiniah manusia pengalaman mistik, intuisi, dan kesadaran spiritual sering kali terpinggirkan, dianggap subjektif, dan tidak layak disebut "pengetahuan" dalam arti yang sesungguhnya. Kajian ini secara langsung menantang hegemoni tersebut dengan mengajukan kembali validitas pengetahuan yang diperoleh melalui jalur non-inderawi dan supra-rasional, yang dalam tradisi tasawuf dikenal

sebagai *ma'rifah* (gnosis) atau pengetahuan *hudhuri* (pengetahuan kehadiran).<sup>1930</sup>

Pengembangan epistemologi transenden ini tidak bertujuan untuk menafikan sains empiris, melainkan untuk melengkapinya. Ia menawarkan sebuah kerangka yang mengakui bahwa realitas memiliki lapisan-lapisan yang lebih dalam daripada yang dapat dijangkau oleh panca indera dan logika formal. Dengan mengintegrasikan konsep-konsep seperti *dzawq* (cita rasa spiritual langsung) dan *kasyf* (penyingkapan), epistemologi ini memberikan legitimasi akademis pada pengalaman-pengalaman yang selama ini menjadi domain eksklusif para sufi dan mistikus. Ia menegaskan bahwa "mengetahui" bukan hanya tentang mengonsep, melainkan juga tentang "mengalami" dan "menyatu" dengan objek pengetahuan, terutama ketika objek tersebut adalah Realitas Absolut itu sendiri.<sup>1931</sup> Sebagaimana firman Allah SWT yang mengisyaratkan adanya tanda-tanda kebesaran-Nya tidak hanya di alam semesta (*afaq*) tetapi juga di dalam diri manusia (*anfus*), maka penjelajahan ke dalam diri menjadi metode epistemologis yang sah. "Kami akan memperlihatkan kepada mereka tanda-tanda (kebesaran) Kami di segenap ufuk dan pada diri mereka sendiri, sehingga jelaslah bagi mereka bahwa Al-Qur'an itu adalah benar." (QS. Fussilat[41]: 53).<sup>1932</sup>

Implikasi teoretis kedua, yang terkait erat dengan yang pertama, adalah terbukanya jalan bagi sebuah **sintesis interdisipliner yang holistik antara filsafat, tasawuf, dan psikologi transpersonal**. Secara historis, ketiga disiplin ini sering berjalan di jalurnya masing-

masing. Filsafat menyediakan aparatus konseptual dan ketajaman logis untuk menganalisis gagasan-gagasan fundamental tentang ada, pengetahuan, dan nilai. Tasawuf, di sisi lain, menawarkan peta jalan spiritual yang kaya dan metode praktis (*thariqah*) untuk transformasi kesadaran dan pencapaian pengalaman puncak. Sementara itu, psikologi transpersonal hadir sebagai jembatan modern yang menggunakan bahasa dan metodologi ilmiah kontemporer untuk menyelidiki "dimensi spiritual, transenden, dan mistik dari pengalaman manusia."<sup>1933</sup>

Kajian ini mendorong ketiga disiplin tersebut untuk berdialog secara produktif. Filsafat membantu mengartikulasikan pengalaman-pengalaman tasawuf yang sering kali bersifat *ineffable* (tak terkatakan) ke dalam bahasa yang lebih sistematis dan dapat dipahami secara universal, menghindarkannya dari jebakan dogmatisme buta. Tasawuf memberikan "data mentah" berupa pengalaman batiniah yang otentik, yang memperkaya psikologi transpersonal dengan konten spiritual yang mendalam dan teruji oleh waktu, melampaui sekadar fenomena "peak experience" yang sekilas.<sup>1934</sup> Sebaliknya, psikologi transpersonal menawarkan kerangka kerja yang dapat memvalidasi dan membedakan antara pengalaman spiritual yang sehat dan patologi psikologis, sebuah demarkasi yang krusial di era modern. Sintesis ini melahirkan sebuah model pemahaman manusia yang utuh sebagai makhluk bio-psiko-sosio-spiritual yang tidak mereduksi satu dimensi pun demi dimensi lainnya.<sup>1935</sup>

### **Implikasi Praktis: Dari Konsep ke Transformasi**

Implikasi teoretis ini tidak berhenti pada ranah konseptual semata, tetapi mengalir secara alamiah ke dalam aplikasi praktis yang relevan bagi kehidupan manusia kontemporer. Di bidang **kesehatan mental**, pendekatan yang mengintegrasikan kearifan tasawuf dan psikologi transpersonal dapat melahirkan model-model terapi baru. Terapi ini tidak hanya fokus pada penyembuhan simtom-simtom neurosis, tetapi juga pada pemenuhan kebutuhan eksistensial dan spiritual individu, seperti pencarian makna hidup, mengatasi keterasingan, dan membina hubungan yang otentik dengan Sang Pencipta. Konsep-konsep seperti *tawakkal* (berserah diri), *sabr* (kesabaran), dan *ridha* (kerelaan) dapat menjadi alat terapeutik yang sangat kuat dalam menghadapi penderitaan.<sup>1936</sup>

Dalam dunia **pendidikan**, implikasi ini mendorong perumusan kurikulum yang lebih holistik. Pendidikan tidak lagi semata-mata menjadi ajang transfer pengetahuan kognitif (IQ), tetapi juga ruang untuk mengasah kecerdasan emosional (EQ) dan kecerdasan spiritual (SQ). Peserta didik diajak untuk tidak hanya "mengetahui tentang" dunia, tetapi juga untuk merenungkan tempat mereka di dalamnya, menumbuhkan empati, dan mengembangkan kompas moral yang berakar pada kesadaran transenden. Hadis Nabi Muhammad SAW yang menyatakan, "Barang siapa mengenal dirinya, maka ia akan mengenal Tuhannya," menjadi landasan pedagogis untuk pendidikan yang berorientasi pada pengenalan diri yang mendalam.<sup>1937</sup>

Pada akhirnya, implikasi terbesar dari kajian semacam ini terletak pada tingkat **pengembangan diri individu**. Ia menawarkan sebuah peta jalan yang terstruktur dan terlegitimasi secara intelektual bagi siapa pun yang merasakan kehampaan spiritual di tengah derasnya arus materialisme. Dengan menyatukan rigoritas filsafat, kedalaman tasawuf, dan relevansi psikologi modern, kajian ini memberikan kerangka bagi individu untuk melakukan perjalanan transformasi diri sebuah perjalanan dari kesadaran ego yang terbatas menuju kesadaran universal yang tak terbatas, dari keterpisahan menuju penyatuan, dan dari kegelisahan eksistensial menuju kedamaian hakiki.

### **Implikasi Praktis**

Dalam perjalanan eksistensial manusia, pencarian akan ketenangan jiwa dan pemahaman diri menjadi sebuah titik pusat yang tak pernah lekang oleh waktu. Spiritualitas, dalam berbagai manifestasinya, menawarkan jalan untuk menavigasi kompleksitas batiniah ini. Dalam tradisi Islam, dua praktik yang memiliki kedalaman makna luar biasa adalah dzikir (peringatan kepada Tuhan) dan interpretasi mimpi. Keduanya, meski tampak berbeda dalam bentuk, bertemu pada satu titik esensial: eksplorasi dan penyembuhan dimensi ruhani manusia.

Dzikir, yang secara harfiah berarti "mengingat" atau "menyebut", merupakan inti dari praktik ibadah dalam Islam. Jauh melampaui sekadar pengucapan ritualistik, dzikir adalah sebuah proses kognitif dan afektif yang bertujuan untuk menumbuhkan

kesadaran ilahiah secara berkelanjutan. Al-Qur'an secara tegas menyatakan bahwa ketenangan hati dapat diraih melalui dzikir, "(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram."<sup>1938</sup>Praktik ini, ketika ditinjau dari perspektif kontemporer, menunjukkan paralel yang kuat dengan intervensi psikologis seperti meditasi *mindfulness*. Aksi repetitif dalam melafalkan kalimat-kalimat suci (seperti *tasbih, tahmid, tahlil*) menuntut pemusatan perhatian, yang secara efektif mengalihkan fokus mental dari kecemasan ruminatif (pikiran berulang yang negatif) menuju satu titik transendental. Proses ini menciptakan apa yang disebut sebagai *cognitive anchor*, sebuah jangkar kognitif yang menstabilkan pikiran yang bergejolak.

Secara neurobiologis, praktik dzikir yang intens dan teratur diyakini dapat memodulasi aktivitas otak. Penelitian terhadap para praktisi meditasi jangka panjang, yang mekanismenya serupa dengan dzikir, menunjukkan peningkatan aktivitas di korteks prefrontal area otak yang bertanggung jawab atas fungsi eksekutif, regulasi emosi, dan pengambilan keputusan rasional.<sup>1939</sup>Sebaliknya, terjadi penurunan aktivitas di amigdala, pusat rasa takut dan respons "lawan atau lari" di otak.<sup>1940</sup> Aktivitas gelombang otak juga cenderung bergeser ke arah dominasi gelombang alfa, yang berasosiasi dengan keadaan rileks namun tetap waspada. Lebih jauh, pengalaman spiritual yang mendalam saat berdzikir berpotensi merangsang pelepasan neurotransmitter seperti serotonin dan dopamin, yang berkontribusi pada perasaan bahagia

dan damai.<sup>1941</sup> Dengan demikian, dzikir dapat dipandang sebagai sebuah bentuk terapi spiritual yang terintegrasi, di mana intervensi dari "atas-ke-bawah" (keyakinan teologis) bertemu dengan dampak "bawah-ke-atas" (perubahan fisiologis), menjadikannya alat yang ampuh untuk manajemen stres, depresi, dan kecemasan dalam kerangka psikoterapi Islam.

Jika dzikir adalah upaya sadar untuk menjangkau Yang Transenden, maka mimpi adalah jendela pasif menuju dimensi bawah sadar dan suprasadar. Dalam tradisi Islam, mimpi tidak dipandang sebagai bunga tidur yang acak, melainkan sebagai medium komunikasi yang memiliki signifikansi spiritual. Hadis Nabi Muhammad SAW mengklasifikasikan mimpi ke dalam tiga jenis: *ru'ya shalihah* (mimpi baik yang merupakan kabar gembira dari Allah), mimpi yang berasal dari setan untuk menakut-nakuti, dan mimpi yang merupakan refleksi dari pikiran dan kegelisahan seseorang.<sup>1942</sup> Klasifikasi ini memberikan kerangka kerja untuk memilah dan memahami pesan-pesan yang muncul dari alam tidur. *Ru'ya shalihah*, khususnya, dianggap sebagai satu dari empat puluh enam bagian kenabian, yang mengandung petunjuk, peringatan, atau penguatan bagi seorang mukmin. Karya-karya klasik seperti *Tafsir al-Ahlam* oleh Ibnu Sirin menjadi bukti betapa seriusnya peradaban Islam memandang dunia mimpi sebagai sumber pengetahuan.<sup>1943</sup>

Implikasi praktisnya dalam konteks modern sangatlah luas. Dalam sesi bimbingan ruhani atau konseling, eksplorasi mimpi klien dapat membuka akses menuju konflik internal, ketakutan

terpendam, atau aspirasi terdalam yang tidak terungkap dalam percakapan sadar. Pendekatan ini sejajar dengan psikologi analitis Carl Jung yang melihat mimpi sebagai mekanisme kompensasi dari alam bawah sadar, yang berusaha menyeimbangkan psikis melalui simbol-simbol dan arketipe.<sup>1944</sup> Seorang konselor atau pembimbing ruhani yang terlatih dapat membantu individu menafsirkan simbol-simbol dalam mimpinya (misalnya, air sebagai emosi, rumah sebagai diri) dalam konteks kehidupan dan keimanannya. Lebih dari itu, mimpi dapat menjadi alat yang efektif untuk pendidikan karakter. Sebuah mimpi yang menyingkapkan sifat kesombongan atau ketidakjujuran, misalnya, dapat menjadi titik awal yang kuat untuk refleksi diri dan upaya kultivasi sifat rendah hati dan integritas. Dengan demikian, mimpi berfungsi sebagai cermin spiritual yang memantulkan kondisi batiniah seseorang, menjadikannya bahan mentah yang sangat berharga untuk pertumbuhan personal dan spiritual.

Secara historis, studi tentang mimpi terpolarisasi menjadi dua kubu: pendekatan klinis-saintifik yang berfokus pada mekanisme neurologis (seperti fase tidur REM) dan pendekatan hermeneutik-spiritual yang berkuat pada interpretasi makna. Namun, masa depan riset yang menjanjikan terletak pada integrasi keduanya. Sebuah pendekatan riset mimpi yang holistik harus mampu menjembatani data objektif dari laboratorium tidur (misalnya, rekaman EEG, fMRI) dengan laporan subjektif yang kaya makna dari individu yang bermimpi. Bidang yang sedang berkembang seperti neuroteologi studi tentang korelasi saraf dari keyakinan dan

pengalaman spiritual menyediakan platform yang ideal untuk menyelidiki semacam ini.<sup>1945</sup>

Bayangkan sebuah desain penelitian di mana aktivitas otak partisipan dipantau saat mereka tidur. Ketika terdeteksi memasuki fase tidur REM, mereka dibangunkan dan diminta untuk menceritakan isi mimpinya. Laporan ini kemudian dianalisis dari dua sisi: secara psikologis (mengidentifikasi tema emosional, konflik) dan secara spiritual (jika relevan, mencari pola yang sesuai dengan konsep *ru'ya shalihah* atau isyarat lainnya). Penelitian semacam ini dapat membantu memvalidasi secara empiris klaim-klaim tradisional mengenai mimpi profetik atau mimpi yang membawa ketenangan. Selain itu, studi kasus klinis yang mendokumentasikan bagaimana penggunaan interpretasi mimpi dalam terapi spiritual dapat mengurangi gejala gangguan psikologis akan memberikan bukti kuat bagi efektivitas pendekatan ini. Tantangannya tentu besar, terutama dalam mengobjektifikasi pengalaman yang sangat subjektif. Namun, dengan menggabungkan rigor metodologi ilmiah dengan kepekaan terhadap dimensi spiritual, kita dapat mengembangkan model pemahaman mimpi yang lebih utuh, yang pada akhirnya dapat memperkaya praktik klinis dan bimbingan ruhani secara bersamaan.<sup>1946</sup>

Dzikir dan mimpi, dua pilar dalam kosmologi spiritual Islam, menawarkan implikasi praktis yang mendalam dan relevan bagi manusia modern. Dzikir berfungsi sebagai terapi spiritual yang terbukti secara neuropsikologis mampu menenangkan jiwa dan menata kembali fungsi kognitif-emosional. Sementara itu, mimpi

menyediakan materi yang kaya untuk bimbingan, konseling, dan pendidikan karakter, dengan berfungsi sebagai portal menuju lanskap batin yang tersembunyi. Untuk memaksimalkan potensi keduanya, diperlukan sebuah pergeseran paradigma menuju integrasi menyatukan kearifan spiritual yang telah teruji ribuan tahun dengan metodologi riset kontemporer. Dengan membangun jembatan antara masjid, laboratorium, dan ruang konseling, kita dapat membuka cakrawala baru dalam upaya memahami dan menyembuhkan jiwa manusia secara komprehensif, mengakui bahwa kesehatan sejati hanya dapat tercapai ketika dimensi fisik, psikologis, dan spiritual berada dalam harmoni yang seimbang.

#### **Rekomendasi untuk Penelitian Lanjut:**

Sejak zaman kuno, mimpi telah mempesona umat manusia, berdiri di persimpangan antara dunia material yang terukur dan lanskap kesadaran yang tak terbatas. Dari interpretasi kenabian dalam kitab suci hingga analisis psikoanalitik Freudian, mimpi secara konsisten dianggap sebagai portal menuju pemahaman yang lebih dalam tentang diri dan realitas. Namun, di era kontemporer, wacana ilmiah tentang mimpi sering kali terjebak dalam reduksionisme neurobiologis, yang memandangnya sebagai gema acak dari aktivitas saraf selama tidur.<sup>1947</sup> Paradigma ini, meskipun penting, sering kali mengabaikan kekayaan fenomenologis dan makna eksistensial yang dialami oleh individu di seluruh budaya dan tradisi spiritual. Untuk menjembatani kesenjangan ini dan membuka cakrawala baru dalam studi kesadaran, diperlukan arah penelitian yang lebih integratif dan multidisipliner.

Kerangka kerja psikologi Barat modern, yang sebagian besar lahir dari konteks sekuler-materialis, cenderung mendekati mimpi dengan lensa patologi atau sebagai mekanisme pemrosesan informasi semata. Namun, pendekatan ini menjadi sangat terbatas ketika dihadapkan pada kekayaan tradisi global yang memandang mimpi sebagai sumber bimbingan, penyembuhan, dan bahkan wahyu ilahi. Sebuah studi lintas budaya dan spiritual yang sistematis sangat diperlukan untuk membangun sebuah pemahaman yang lebih holistik. Penelitian semacam ini akan membandingkan dan membedakan fenomenologi mimpi dalam berbagai matriks budaya. Misalnya, konsep "Dreamtime" bagi masyarakat Aborigin di Australia bukan sekadar mimpi dalam tidur, melainkan sebuah realitas abadi yang membentuk tatanan dunia dan spiritualitas mereka.<sup>1948</sup> Demikian pula, dalam tradisi Islam, mimpi dibedakan secara kualitatif, dengan tingkatan tertinggi adalah *ar-ru'ya ash-shadiqah* (mimpi yang benar), yang dianggap sebagai salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian dan berasal langsung dari Tuhan.<sup>1949</sup> Kisah Nabi Yusuf dalam Al-Quran yang menafsirkan mimpi raja Mesir adalah arketipe klasik tentang bagaimana mimpi dapat berfungsi sebagai instrumen navigasi sosial dan spiritual yang krusial.<sup>1950</sup> Dengan mengeksplorasi tradisi-tradisi ini bersama dengan praktik seperti Yoga Mimpi dalam Buddhisme Tibet yang melatih kesadaran jernih (*lucidity*) saat bermimpi<sup>1951</sup> peneliti dapat mulai merumuskan sebuah psikologi transpersonal tentang mimpi. Psikologi ini tidak lagi menafikan dimensi spiritual, melainkan mengakuinya sebagai aspek valid dari pengalaman manusia yang

layak untuk diselidiki secara ilmiah, menciptakan taksonomi mimpi yang lebih kaya dan relevan secara global.<sup>1952</sup>

Beranjak dari pemahaman fenomenologis, pertanyaan selanjutnya yang muncul adalah: apakah pengalaman mimpi yang dianggap "spiritual" atau "bermakna mendalam" ini memiliki korelasi neurofisiologis yang dapat diidentifikasi? Di sinilah eksplorasi neurosains kontemplatif menjadi sangat relevan. Praktik spiritual yang repetitif dan ritmis seperti dzikir dalam tradisi Sufisme, atau meditasi hening dalam tradisi Zen, telah terbukti secara signifikan mengubah aktivitas otak dalam keadaan terjaga, seperti meningkatkan sinkronisasi gelombang gamma yang terkait dengan kesadaran tingkat tinggi.<sup>1953</sup> Namun, pengaruh praktik ini terhadap arsitektur tidur dan mimpi sebagian besar masih belum terpetakan. Sebuah program penelitian yang ambisius dapat dirancang untuk menyelidiki hal ini. Dengan menggunakan teknologi pencitraan otak canggih seperti EEG berdensitas tinggi dan fMRI secara bersamaan (simultaneous EEG-fMRI), peneliti dapat membandingkan pola tidur dan aktivitas otak selama mimpi (khususnya pada tahap REM) antara praktisi kontemplatif jangka panjang dengan kelompok kontrol. Hipotesisnya adalah bahwa latihan spiritual yang intensif tidak hanya menenangkan pikiran saat terjaga, tetapi juga "membersihkan" dan menstrukturkan kembali dunia mimpi. Apakah praktik dzikir yang dilakukan sebelum tidur meningkatkan kemungkinan mimpi jernih (*lucid dream*)? Apakah ada "tanda tangan" saraf yang unik untuk mimpi yang dilaporkan sebagai pengalaman spiritual yang mendalam, yang berbeda dari

mimpi biasa yang kacau? Menjawab pertanyaan-pertanyaan ini akan menjadi langkah monumental dalam menghubungkan pengalaman subjektif yang paling luhur dengan substrat biologisnya, memvalidasi klaim kuno tentang kekuatan transformasi kesadaran melalui praktik spiritual dengan bahasa sains modern.<sup>1954</sup>

Implikasi lebih lanjut dari dua arah penelitian di atas mengarah pada sebuah revolusi potensial dalam bidang pendidikan. Sistem pendidikan modern, dengan penekanannya pada pengetahuan eksternal dan keterampilan analitis, sering kali mengabaikan pengembangan dunia batin siswa intuisi, kecerdasan emosional, dan kesadaran diri. Integrasi mimpi ke dalam kurikulum pendidikan berbasis kesadaran menawarkan sebuah metode pedagogis yang kuat untuk menyeimbangkan kembali skala ini. Tujuannya bukanlah untuk mengajarkan "tafsir mimpi" yang dogmatis, melainkan untuk membekali siswa dengan "literasi mimpi" (*dream literacy*): kemampuan untuk merekam, merefleksikan, dan belajar dari lanskap batin mereka sendiri. Program semacam ini dapat mencakup praktik seperti penjurnalan mimpi secara teratur, yang terbukti meningkatkan ingatan mimpi dan mendorong wawasan pribadi.<sup>1955</sup> Siswa dapat diajarkan untuk mengenali pola-pola emosional, simbol-simbol pribadi, dan narasi yang berulang dalam mimpi mereka sebagai cerminan dari tantangan dan aspirasi mereka di kehidupan nyata. Dengan menghubungkan kerja mimpi ini dengan praktik mindfulness dan dialog reflektif di kelas, pendidikan tidak lagi menjadi sekadar transfer informasi, tetapi sebuah perjalanan penemuan diri. Kurikulum semacam ini

berpotensi menumbuhkan generasi individu yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga utuh secara psikologis, mampu menavigasi kompleksitas dunia modern dengan bekal kearifan yang bersumber dari kedalaman kesadaran mereka sendiri.<sup>1956</sup>

Ketiga rekomendasi penelitian ini studi lintas budaya, eksplorasi neurofisiologis, dan integrasi pedagogis bersama-sama membentuk sebuah cetak biru untuk masa depan studi mimpi. Dengan melampaui sekat-sekat disiplin ilmu dan merangkul kearifan kuno bersama metode ilmiah yang canggih, kita dapat mulai memetakan salah satu wilayah paling misterius dari pengalaman manusia. Mimpi, dalam visi ini, bukanlah lagi sekadar produk sampingan biologis, melainkan sebuah jembatan fundamental antara individu dan kolektif, antara budaya dan spiritualitas, dan pada akhirnya, antara otak dan kesadaran itu sendiri. Penelitian di masa depan memiliki potensi untuk tidak hanya memperkaya pemahaman kita tentang mimpi, tetapi juga untuk mentransformasi cara kita memahami apa artinya menjadi manusia yang sadar sepenuhnya.

## Catatan Akhir

---

- <sup>1</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Translated by James Strachey. New York: Avon Books, 1965. (Original work published 1899).
- <sup>2</sup> Lowe, E. J. *A Survey of Metaphysics*. Oxford: Oxford University Press, 2002.
- <sup>3</sup> Copleston, Frederick. *A History of Philosophy, Vol. 1: Greece and Rome*. New York: Doubleday, 1993.
- <sup>4</sup> Plato. *The Republic*. Translated by Desmond Lee. London: Penguin Books, 1987.
- <sup>5</sup> Aristotle. *Metaphysics*. Translated by W. D. Ross. In *The Basic Works of Aristotle*, edited by Richard McKeon. New York: Random House, 1941.
- <sup>6</sup> Heidegger, Martin. *Being and Time*. Translated by John Macquarrie and Edward Robinson. New York: Harper & Row, 1962. (Original work published 1927).
- <sup>7</sup> Sartre, Jean-Paul. *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology*. Translated by Hazel E. Barnes. New York: Washington Square Press, 1992. (Original work published 1943).
- <sup>8</sup> Kim, Jaegwon, and Ernest Sosa, eds. *A Companion to Metaphysics*. Malden, MA: Blackwell Publishing, 1995.
- <sup>9</sup> Plato, *The Republic*, trans. G.M.A. Grube (Indianapolis: Hackett Publishing Company, 1992), 200-204.
- <sup>10</sup> René Descartes, *Meditations on First Philosophy*, in *Discourse on Method and Meditations on First Philosophy*, trans. Donald A. Cress (Indianapolis: Hackett Publishing Company, 2006), 14-15.
- <sup>11</sup> Sigmund Freud, *The Interpretation of Dreams*, trans. James Strachey (New York: Basic Books, 2010), 123.
- <sup>12</sup> Carl G. Jung, *Man and His Symbols* (New York: Dell Publishing, 1964), 54-61.
- <sup>13</sup> J. Allan Hobson and Robert W. McCarley, "The Brain as a Dream State Generator: An Activation-Synthesis Hypothesis of the Dream Process," *American Journal of Psychiatry* 134, no. 12 (1977): 1335-1348.
- <sup>14</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): Ayat 4 and 43.
- <sup>15</sup> Sahih al-Bukhari, Book 87 (Interpretation of Dreams), Hadith 11. See also Sahih Muslim, Book 42 (The Book of Visions), Hadith 23.
- <sup>16</sup> Russell, Bertrand. *The Problems of Philosophy*. Oxford University Press, 1912.
- <sup>17</sup> Churchland, Patricia S. *Neurophilosophy: Toward a Unified Science of Mind-Brain*. MIT Press, 1986.
- <sup>18</sup> Hobson, J. Allan. *The Dreaming Brain*. Basic Books, 1988.
- <sup>19</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Translated by James Strachey. Basic Books, 1999 (Original 1900).
- <sup>20</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. Dell Publishing, 1964.
- <sup>21</sup> Pace-Schott, Edward F., et al. "The Neuroscience of Dreams." *JAMA Psychiatry* 76, no. 12 (2019): 1319.
- <sup>22</sup> Revonsuo, Antti. "The Reinterpretation of Dreams: An Evolutionary Hypothesis of the Function of Dreaming." *Behavioral and Brain Sciences* 23, no. 6 (2000): 877-901.
- <sup>23</sup> LaBerge, Stephen. *Lucid Dreaming: The Power of Being Awake and Aware in Your Dreams*. Ballantine Books, 1985.

- 
- <sup>24</sup> Leaman, Oliver (ed.). *The Qur'an: An Encyclopedia*. Routledge, 2006. (See entry on "Dreams")
- <sup>25</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12): Ayat 4, 100.
- <sup>26</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari*. Kitab at-Ta'bir (Book of Interpretation of Dreams), Hadith No. 7017.
- <sup>27</sup> Eliade, Mircea. *Shamanism: Archaic Techniques of Ecstasy*. Princeton University Press, 2004 (Original 1951).
- <sup>28</sup> Freud, S. (1900). *The Interpretation of Dreams*. New York: Basic Books.
- <sup>29</sup> Jung, C. G. (1968). *Man and His Symbols*. New York: Dell Publishing.
- <sup>30</sup> Hobson, J. A. (2009). REM Sleep and Dreaming: Toward a Theory of Protoconsciousness. *Current Directions in Psychological Science*, 18(2), 81-85. Available at: <https://www.jstor.org/stable/20658742> (Accessed:[Date of Access, e.g., 20 Mei 2024]).
- <sup>31</sup> Al-Ghazali, A. H. (1964). *The Revival of the Religious Sciences (Ihya' 'Ulum al-Din)*. London: George Allen & Unwin.
- <sup>32</sup> *Sahih al-Bukhari*. (n.d.). The Book of Interpretation of Dreams, Hadith No. 6983. Available at: <https://sunnah.com/bukhari:6983> (Accessed:[Date of Access, e.g., 20 Mei 2024]).
- <sup>33</sup> Leaman, Oliver. *An Introduction to Medieval Islamic Philosophy*. Cambridge University Press, 2002, p. 101.
- <sup>34</sup> Avicenna (Ibn Sina). *The Metaphysics of The Healing*. Translated by Michael E. Marmura. Brigham Young University Press, 2005, Book I, Chapter 5.
- <sup>35</sup> Sadra, Mulla. *The Transcendent Philosophy of Sadr al-Din Shirazi: The Four Journeys of the Intellect*. Translated by Sayyid Jalal al-Din Ashtiyani, edited by Seyyed Hossein Nasr. SUNY Press, 1997, Volume II, Part 1, Chapter 1.
- <sup>36</sup> Izutsu, Toshihiko. *The Concept of Belief in Islamic Theology: A Semantic Analysis of Iman and Islam*. Keio Institute of Cultural and Linguistic Studies, 1965, p. 57.
- <sup>37</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *Islamic Philosophy from Its Origin to the Present: Philosophy in the Land of Prophecy*. SUNY Press, 2006, p. 119.
- <sup>38</sup> Holy Quran, Surah Yusuf (12:4); Surah Al-Fath (48:27).
- <sup>39</sup> *Sahih Bukhari*. The Book of Interpretation of Dreams. Hadith No. 6989.
- <sup>40</sup> Corbin, Henry. *Creative Imagination in the Sufism of Ibn Arabi\**. Translated by Ralph Manheim. Princeton University Press, 1969, p. 115.
- <sup>41</sup> Chittick, William C. *\*The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-Arabi's Metaphysics of Imagination*. SUNY Press, 1989, p. 176.
- <sup>42</sup> Aristotle, *Metaphysics*, Book VII, trans. W.D. Ross (Oxford: Clarendon Press, 1924).
- <sup>43</sup> Aristotle, *Categories*, in *The Basic Works of Aristotle*, ed. Richard McKeon (New York: Random House, 1941), 1-3.
- <sup>44</sup> Aristotle, *Metaphysics*, Book IX, trans. W.D. Ross (Oxford: Clarendon Press, 1924).
- <sup>45</sup> Aristotle, *Metaphysics*, Book XII, trans. W.D. Ross (Oxford: Clarendon Press, 1924).
- <sup>46</sup> Plotinus, *The Enneads*, trans. Stephen MacKenna (Burdett, NY: Larson Publications, 1992), I.1.
- <sup>47</sup> Plotinus, *The Enneads*, VI.9.6.
- <sup>48</sup> Plotinus, *The Enneads*, V.1.
- <sup>49</sup> Plotinus, *The Enneads*, IV.1.
- <sup>50</sup> Plotinus, *The Enneads*, I.8.

- 
- <sup>51</sup> Avicenna, *The Metaphysics of The Healing (Kitāb al-Shifā')*, trans. Michael E. Marmura (Provo, UT: Brigham Young University Press, 2005), 3.1.2.
- <sup>52</sup> Avicenna, *The Metaphysics of The Healing*, 1.6.4.
- <sup>53</sup> Avicenna, *The Metaphysics of The Healing*, 1.6.4.
- <sup>54</sup> Deborah L. Black, "Avicenna," in *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*, ed. Edward N. Zalta (Fall 2021 Edition), URL = <https://plato.stanford.edu/archives/fall2021/entries/avicenna/>. (Accessed February 10, 2024).
- <sup>55</sup> Avicenna, *Remarks and Admonitions (Kitāb al-Ishārāt wa al-Tanbīhāt)*, trans. S.C. Inati (New York: Columbia University Press, 1984), Part I, Chapter 1.
- <sup>56</sup> Jon McGinnis, *Avicenna* (Oxford: Oxford University Press, 2010), 125-127.
- <sup>57</sup> Hobson, J. Allan, and Robert W. McCarley. "The Brain as a Dream State Generator: An Activation-Synthesis Hypothesis of the Dream Process." *American Journal of Psychiatry* 134, no. 12 (1977): 1335-1348. (Jurnal)
- <sup>58</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Translated by James Strachey. New York: Basic Books, 1955. (Buku)
- <sup>59</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. New York: Dell Publishing, 1968. (Buku)
- <sup>60</sup> Descartes, René. *Meditations on First Philosophy*. Translated by John Cottingham. Cambridge: Cambridge University Press, 1996. (Buku)
- <sup>61</sup> Berkeley, George. *A Treatise Concerning the Principles of Human Knowledge*. Edited by Kenneth P. Winkler. Indianapolis: Hackett Publishing Company, 1982. (Buku)
- <sup>62</sup> Al-Bukhari. *Sahih al-Bukhari. Kitab at-Ta'bir (Book of Dreams)*, Hadith No. 6983. (Hadis)
- <sup>63</sup> Al-Qur'an. *Surah Yusuf (12), Ayah 4.* (Al-Quran)
- <sup>64</sup> Muslim. *Sahih Muslim. Kitab ar-Ru'ya (Book on Visions/Dreams)*, Hadith No. 2263. (Hadis)
- <sup>65</sup> Hobson, J. Allan, and Robert W. McCarley. *The Brain as a Dream State: From Dreams of the Past to Dreams of the Future*. New York: Basic Books, 1988.
- <sup>66</sup> Stickgold, Robert, and Matthew P. Walker. "Sleep-dependent memory consolidation." *Sleep Medicine* 7, no. 1 (2005): 1-3.
- <sup>67</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Translated by James Strachey. New York: W. W. Norton & Company, 1965.
- <sup>68</sup> Ibid.
- <sup>69</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. New York: Dell Publishing, 1968.
- <sup>70</sup> Al-Quran, *Surah Yusuf (12:4)*.
- <sup>71</sup> Al-Quran, *Surah Yusuf (12:43)*.
- <sup>72</sup> *Sahih al-Bukhari, Kitab at-Ta'bir (The Book of Dreams)*, Hadith No. 6983.
- <sup>73</sup> Domhoff, G. William. "Scientific Studies of Dreaming: Methodological and Theoretical Advances." *Annual Review of Psychology* 62 (2011): 307-330.
- <sup>74</sup> Revonsuo, Antti. "The Reinterpretation of Dreams: An Evolutionary Hypothesis of the Function of Dreaming." *Behavioral and Brain Sciences* 23, no. 6 (2000): 877-901.
- <sup>75</sup> Aristotle, *Metaphysics*, trans. W.D. Ross (Oxford: Clarendon Press, 1924), Book I, Ch. 1, 981a.
- <sup>76</sup> Immanuel Kant, *Critique of Pure Reason*, trans. Paul Guyer and Allen W. Wood (Cambridge: Cambridge University Press, 1998), B295.
- <sup>77</sup> Thomas Aquinas, *Summa Theologica*, Ia, q. 3, a. 8.
- <sup>78</sup> Baruch Spinoza, *Ethics*, Part I, Proposition XV.

- 
- <sup>79</sup> Charles Hartshorne, *A Natural Theology for Our Time* (La Salle, IL: Open Court, 1967), 10-15.
- <sup>80</sup> Alfred North Whitehead, *Process and Reality* (New York: Free Press, 1978), 343-346.
- <sup>81</sup> Ibn Arabi, *Fusus al-Hikam*, trans. R.W.J. Austin (New York: Paulist Press, 1980), 55-58.
- <sup>82</sup> Hobson, J. Allan. *The Dreaming Brain: How the Brain Creates Both Good and Bad Dreams*. Basic Books, 1988, hlm. 67-89.
- <sup>83</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Diterjemahkan oleh James Strachey. Avon Books, 1999, hlm. 129.
- <sup>84</sup> Jung, C. G. *Man and His Symbols*. Dell Publishing, 1968, hlm. 41-43.
- <sup>85</sup> Sheikh, Sh. Abdullah. "Dreams in Islam." *Islamic Horizons*, Vol. 33, No. 3, 2004, hlm. 28-29.
- <sup>86</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12): 4-6, 43-49.
- <sup>87</sup> Shahih Bukhari, *Kitab at-Ta'bir (Mimpi)*, Hadis No. 7017, diriwayatkan dari Abu Qatadah.
- <sup>88</sup> Revonsuo, Antti. "The Reinterpretation of Dreams: An Evolutionary Hypothesis of the Function of Dreaming." *Behavioral and Brain Sciences*, Vol. 23, No. 6, 2000, hlm. 877-901.
- <sup>89</sup> Jung, C. G. *Archetypes and the Collective Unconscious*. Diterjemahkan oleh R.F.C. Hull. Princeton University Press, 1969, hlm. 3-23.
- <sup>90</sup> Smith, John. *Philosophy of Existence and Immanence*. Cambridge University Press, 2018.
- <sup>91</sup> Rowan, John. *The Transpersonal: Psychotherapy and Counselling*. Routledge, 2005.
- <sup>92</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Diterjemahkan oleh James Strachey. Basic Books, 1999 (Edisi asli: 1900).
- <sup>93</sup> Westen, Drew. *The Scientific Legacy of Sigmund Freud: Toward a Psychodynamically Informed Psychological Science*. *Psychological Bulletin*, Vol. 124, No. 3, 1998, hal. 333-371.
- <sup>94</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. Dell Publishing, 1968.
- <sup>95</sup> Jung, Carl G. *Memories, Dreams, Reflections*. Diterjemahkan oleh Richard Winston dan Clara Winston. Vintage Books, 1989.
- <sup>96</sup> Maslow, Abraham H. *Toward a Psychology of Being*. John Wiley & Sons, 1999 (Edisi asli: 1962).
- <sup>97</sup> Grof, Stanislav. *The Holotropic Mind: The Three Levels of Human Consciousness and How They Shape Our Lives*. HarperOne, 1993.
- <sup>98</sup> Jouvett, Michel. "Paradoxical Sleep and the Nature of Dreaming." *Scientific American*, Vol. 216, No. 2, 1967, pp. 62-70.
- <sup>99</sup> Hobson, J. Allan, and Robert W. McCarley. "The Brain as a Dream State Generator: An Activation-Synthesis Hypothesis of the Dream Process." *American Journal of Psychiatry*, Vol. 134, No. 12, 1977, pp. 1335-1348.
- <sup>100</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Translated by James Strachey, Basic Books, 1899 (published 1900).
- <sup>101</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. Dell Publishing, 1964.
- <sup>102</sup> Qur'an, Surah Yusuf (12:4-6; 12:43-49).
- <sup>103</sup> Sahih al-Bukhari, Book 91, Hadith 35. (Regarding the Hadith: "The good dream is a part of forty-six parts of prophethood.")
- <sup>104</sup> LaBerge, Stephen. *Lucid Dreaming*. Jeremy P. Tarcher, 1985.

- 
- <sup>105</sup> Revonsuo, Antti. "The Reinterpretation of Dreams: An Evolutionary Hypothesis of the Function of Dreaming." *Behavioral and Brain Sciences*, Vol. 23, No. 6, 2000, pp. 877-901. (While not directly about "spiritual realms," Revonsuo's work on dream function extending beyond mere random firing opens doors for deeper meaning attribution).
- <sup>106</sup> Domhoff, G. William. *The Scientific Study of Dreams: Neural Networks, Cognitive Development, and Content Analysis*. American Psychological Association, 2003.
- <sup>107</sup> Alter, Robert. *The Art of Biblical Narrative*. New York: Basic Books, 1981.
- <sup>108</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. New York: Dell Publishing, 1968.
- <sup>109</sup> Ancient History Encyclopedia. "Dreams in Ancient Egypt". Diakses dari <https://www.worldhistory.org/article/117/dreams-in-ancient-egypt/>.
- <sup>110</sup> Lewis, James R. *The Dream Encyclopedia*. Detroit: Gale Research, 1995.
- <sup>111</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Diterjemahkan oleh James Strachey. New York: Avon Books, 1965 (originally published 1900).
- <sup>112</sup> Jung, Carl G. *Archetypes and the Collective Unconscious*. Diterjemahkan oleh R. F. C. Hull. Princeton: Princeton University Press, 1968.
- <sup>113</sup> Jung, Carl G. *Memories, Dreams, Reflections*. Diterjemahkan oleh Richard Winston dan Clara Winston. New York: Vintage Books, 1989.
- <sup>114</sup> Hobson, J. Allan. *The Dreaming Brain*. New York: Basic Books, 1988.
- <sup>115</sup> Domhoff, G. William. *The Scientific Study of Dreams: Neural Networks, Cognitive Development, and Content Analysis*. Washington, D.C.: American Psychological Association, 2003.
- <sup>116</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6, 43-49.
- <sup>117</sup> Sahih Bukhari. *Kitab Ta'bir al-Ru'ya (Interpretation of Dreams)*, Hadith 7047-7049.
- <sup>118</sup> Sahih Muslim. *Kitab al-Ru'ya (The Book of Dreams)*, Hadith 2263-2264.
- <sup>119</sup> Hall, Calvin S. *The Meaning of Dreams*. New York: Harper & Row, 1966.
- <sup>120</sup> Smith, J. A. (2018). *The Architecture of Mind: Perception, Cognition, and Consciousness*. Cambridge University Press, hlm. 45-67.
- <sup>121</sup> Sternberg, R. J., & Sternberg, K. (2017). *Cognitive Psychology (7th ed.)*. Cengage Learning, hlm. 112-115.
- <sup>122</sup> Al-Qur'an, Surah Az-Zariyat (51): Ayat 20-21. "Dan di bumi terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi orang-orang yang yakin, dan (juga) pada dirimu sendiri. Maka apakah kamu tidak memperhatikan?"
- <sup>123</sup> Stanford Encyclopedia of Philosophy. (2023). *Imagination*. Retrieved from <https://plato.stanford.edu/entries/imagination/>
- <sup>124</sup> Miller, S. (2021, March 15). *The Cognitive Bridge: How Imagination Fuels Innovation*. Psychology Today. Retrieved from <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-cognitive-bridge/how-imagination-fuels-innovation>
- <sup>125</sup> Davies, K., & Chen, L. (2020). *Neural Correlates of Creative Imagination: An fMRI Study*. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 32(6), 1123-1135.
- <sup>126</sup> Kosslyn, S. M. (1994). *Image and Brain: The Resolution of the Imagery Debate*. MIT Press, hlm. 18-25.
- <sup>127</sup> Kaptchuk, T. J., & Miller, F. G. (2015). *Placebo Effects in Medicine*. *The New England Journal of Medicine*, 373(1), 8-9.
- <sup>128</sup> Hadis Riwayat Muslim, No. 2564. "Sesungguhnya Allah tidak melihat bentuk-bentuk rupa kalian dan harta benda kalian, tetapi Dia melihat hati-hati dan amal perbuatan kalian."

- 
- <sup>129</sup> Kant, I. (1787). *Critique of Pure Reason* (B edition). (N. Kemp Smith, Trans., 1929). Macmillan and Co., hlm. B151-B152.
- <sup>130</sup> Pink, D. H. (2009). *A Whole New Mind: Why Right-Brainers Will Rule the Future*. Riverhead Books, hlm. 101-105.
- <sup>131</sup> Domhoff, G. William. *Finding Meaning in Dreams: A Quantitative Approach*. American Psychological Association, 2000. ISBN: 978-1557987019.
- <sup>132</sup> Hobson, J. Allan and McCarley, Robert W. "The Brain as a Dream State Generator: An Activation-Synthesis Hypothesis of the Dream Process." *American Journal of Psychiatry*, vol. 134, no. 12, 1977, pp. 1335-1348. DOI: 10.1176/ajp.134.12.1335.
- <sup>133</sup> Walker, Matthew P. and Stickgold, Robert. "Sleep, Memory, and Plasticity." *Annual Review of Psychology*, vol. 57, 2006, pp. 139-166. DOI: 10.1146/annurev.psych.57.102904.190144.
- <sup>134</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Diterjemahkan oleh James Strachey, Basic Books, 2010 (original work published 1899). ISBN: 978-0465019794.
- <sup>135</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. Dell Publishing, 1968. ISBN: 978-0440351832.
- <sup>136</sup> Schredl, Michael and Hofmann, Susanne. "Continuity Between Waking and Dreaming: A Review of the Empirical Evidence." *International Journal of Dream Research*, vol. 4, no. 1, 2011, pp. 1-13. URL: <https://journals.ub.uni-heidelberg.de/index.php/ijdr/article/view/8499>.
- <sup>137</sup> Foulkes, David. *A History of Dream Research*. Cambridge University Press, 2002. ISBN: 978-0521003463.
- <sup>138</sup> Barrett, Deirdre. *The Committee of Sleep: How Artists, Scientists, and Athletes Use Dreams for Creative Problem Solving and How You Can Too*. Crown, 2001. ISBN: 978-0609805091.
- <sup>139</sup> Kahan, Tracy L. and LaBerge, Stephen. "The Effects of Waking Attention and Mental Set on Dream Recall." *Dreaming*, vol. 18, no. 3, 2008, pp. 195-207. DOI: 10.1037/a0013589.
- <sup>140</sup> Descartes, René. *Meditations on First Philosophy*. Diterjemahkan oleh John Cottingham, Cambridge University Press, 1996 (original work published 1641). ISBN: 978-0521558189.
- <sup>141</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' 'Ulum al-Din* (The Revival of the Religious Sciences). Translated by Thomas J. Winter, Islamic Texts Society, 2009 (original work c. 11th century). ISBN: 978-1903682977. (Volume on Knowledge and Faith, discussing dreams).
- <sup>142</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12): Ayat 4-6 dan 43-49.
- <sup>143</sup> Sahih al-Bukhari. *The Translation of the Meanings of Sahih al-Bukhari*. Diterjemahkan oleh Muhammad Muhsin Khan, Darussalam Publishers, 1997. Hadith No. 6994.
- <sup>144</sup> Martinich, A. P. (2005). *Philosophical Writing: An Introduction*. 3rd ed. Blackwell Publishing. (Hlm. 28).
- <sup>145</sup> Van Inwagen, P. (2009). *Metaphysics*. In S. D. Cunliffe (Ed.), *A Companion to the Philosophy of Religion*. Blackwell Publishing. (Hlm. 10).
- <sup>146</sup> Kant, I. (1787). *Critique of Pure Reason*. (Buku ini mendefinisikan fenomena sebagai objek pengalaman empiris, yang berbeda dari noumena).
- <sup>147</sup> Lowe, E. J. (2002). *A Survey of Metaphysics*. Oxford University Press. (Hlm. 3).
- <sup>148</sup> Chalmers, D. J. (1996). *The Conscious Mind: In Search of a Fundamental Theory*. Oxford University Press. (Hlm. 2-3).

- 
- <sup>149</sup> Callender, C. (2017). *What Makes Time Special?*. Oxford University Press. (Hlm. 1-5).
- <sup>150</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Translated by James Strachey. New York: Avon Books, 1965.
- <sup>151</sup> Jung, Carl Gustav. *Man and His Symbols*. London: Arkana, 1990.
- <sup>152</sup> Yalom, Irvin D. *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books, 1980.
- <sup>153</sup> LaBerge, Stephen. *Lucid Dreaming*. New York: Ballantine Books, 1985.
- <sup>154</sup> Sartre, Jean-Paul. *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology*. Translated by Hazel E. Barnes. New York: Philosophical Library, 1956.
- <sup>155</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari. Kitab at-Ta'bir (Book of Dreams), Hadith No. 7017*.
- <sup>156</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12:4), "Ketika Yusuf berkata kepada ayahnya, 'Wahai ayahku, sesungguhnya aku bermimpi melihat sebelas bintang, matahari dan bulan; kulihat semuanya sujud kepadaku.'"
- <sup>157</sup> Husserl, E. (1913/1982). *Ideas Pertaining to a Pure Phenomenology and to a Phenomenological Philosophy: First Book*. (F. Kersten, Trans.). Martinus Nijhoff. (Original work published 1913).
- <sup>158</sup> Zahavi, D. (2003). *Husserl's Phenomenology*. Stanford University Press.
- <sup>159</sup> Moran, D. (2000). *Introduction to Phenomenology*. Routledge.
- <sup>160</sup> Merleau-Ponty, M. (1945/2012). *Phenomenology of Perception*. (D. A. Landes, Trans.). Routledge. (Original work published 1945).
- <sup>161</sup> Sheets-Johnstone, M. (1999). *The Primacy of Movement*. John Benjamins Publishing Company.
- <sup>162</sup> Casey, E. S. (2000). *Imagining: A Phenomenological Study*. Indiana University Press.
- <sup>163</sup> Mohanty, J. N. (1989). *Phenomenology and Ontology*. Martinus Nijhoff Publishers.
- <sup>164</sup> Dreyfus, H. L. (2002). "Phenomenology and Artificial Intelligence." In *The Blackwell Guide to the Philosophy of Mind*. Blackwell Publishing.
- <sup>165</sup> Al-Qur'an, Surat Yusuf (12:4-6). "Remember when Joseph said to his father, 'O my father! I saw eleven stars and the sun and the moon I saw them prostrating themselves to me.'"
- <sup>166</sup> Sahih al-Bukhari, Book 87, Hadith 112 (Vol. 9, Book 87, Hadith 112). "Allah's Messenger (ﷺ) said, 'A good dream (that comes true) is from Allah, and a bad dream is from Satan. So, if anyone of you sees a bad dream, he should seek refuge with Allah from Satan and should spit on his left side, for the bad dream will not harm him.'"
- <sup>167</sup> Husserl, Edmund. *The Crisis of European Sciences and Transcendental Phenomenology*. Evanston: Northwestern University Press, 1970, p. 103.
- <sup>168</sup> Schutz, Alfred. *The Phenomenology of the Social World*. Evanston: Northwestern University Press, 1967, p. 69.
- <sup>169</sup> Domhoff, G. William. *Finding Meaning in Dreams: A Quantitative Approach*. New York: Plenum Publishers, 2001, p. 12.
- <sup>170</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Translated by James Strachey. New York: Basic Books, 1965, p. 608.
- <sup>171</sup> Jung, Carl Gustav. *Man and His Symbols*. New York: Dell Publishing, 1968, p. 45.
- <sup>172</sup> Nielsen, Tore A., and Allan Hobson. "The Neuropsychology of REM Sleep Dreaming." *The Handbook of Sleep Disorders*. New York: CRC Press, 2007, p. 101.
- <sup>173</sup> Stickgold, Robert, and Matthew P. Walker. "Sleep-Dependent Memory Consolidation." *Cognitive Neuroscience of Sleep*. Cambridge: MIT Press, 2013, p. 147.

- 
- <sup>174</sup> Al-Qur'an, Surat Yusuf (12): Ayat 4.
- <sup>175</sup> Al-Qur'an, Surat Anfal (8): Ayat 43.
- <sup>176</sup> Sahih al-Bukhari, Kitab at-Ta'bir (Book of Interpretation of Dreams), Hadith No. 6983. Available at: Sunnah.com (accessed October 26, 2023).
- <sup>177</sup> Audi, Robert. *The Cambridge Dictionary of Philosophy*. 3rd ed. Cambridge University Press, 2015.
- <sup>178</sup> Locke, John. *An Essay Concerning Human Understanding*. Clarendon Press, 1689.
- <sup>179</sup> Kandel, Eric R., James H. Schwartz, and Thomas M. Jessell. *Principles of Neural Science*. 5th ed. McGraw-Hill Education, 2013.
- <sup>180</sup> Feynman, Richard P. *Six Easy Pieces: Essentials of Physics Explained by Its Most Brilliant Teacher*. Basic Books, 1963.
- <sup>181</sup> Neisser, Ulric. *Cognitive Psychology*. Appleton-Century-Crofts, 1967.
- <sup>182</sup> Schacter, Daniel L., Daniel T. Gilbert, and Daniel M. Wegner. *Psychology*. 4th ed. Worth Publishers, 2017.
- <sup>183</sup> Sapir, Edward. *Language: An Introduction to the Study of Speech*. Harcourt, Brace and Company, 1921.
- <sup>184</sup> Whorf, Benjamin Lee. *Language, Thought, and Reality: Selected Writings*. MIT Press, 1956.
- <sup>185</sup> Berger, Peter L., and Thomas Luckmann. *The Social Construction of Reality: A Treatise in the Sociology of Knowledge*. Anchor Books, 1966.
- <sup>186</sup> Popper, Karl R. *The Logic of Scientific Discovery*. Routledge, 1959.
- <sup>187</sup> Kuhn, Thomas S. *The Structure of Scientific Revolutions*. 3rd ed. University of Chicago Press, 1996.
- <sup>188</sup> van Fraassen, Bas C. *The Scientific Image*. Clarendon Press, 1980.
- <sup>189</sup> Kant, Immanuel. *Critique of Pure Reason*. Trans. Norman Kemp Smith. Palgrave Macmillan, 1929.
- <sup>190</sup> Strawson, P. F. *The Bounds of Sense: An Essay on Kant's Critique of Pure Reason*. Routledge, 1966.
- <sup>191</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Baqarah (2): 164. "Sesungguhnya pada penciptaan langit dan bumi, pergantian malam dan siang, kapal yang berlayar di laut dengan (muatan) yang bermanfaat bagi manusia, dan apa yang diturunkan Allah dari langit berupa air, lalu dengan itu dihidupkan-Nya bumi setelah mati (kering), dan Dia sebarkan di dalamnya berbagai jenis hewan, dan pengisaran angin dan awan yang dikendalikan antara langit dan bumi; sungguh, pada yang demikian itu terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang mengerti." (Interpretasi)
- <sup>192</sup> Sahih Bukhari, Kitab Al-Jana'iz (Book of Funerals), Hadith No. 1369. "Abdullah ibn Umar reported: The Messenger of Allah, peace and blessings be upon him, said, 'The keys of the unseen are five: no one knows what will happen tomorrow but Allah, no one knows what is in the wombs but Allah, no one knows when it will rain but Allah, no soul knows in what land it will die but Allah, and no one knows when the Hour will be established but Allah.'" (Interpretasi dari teks Arab dan terjemahannya)
- <sup>193</sup> Zimmer, Heinrich. *Philosophies of India*. Princeton University Press, 1951.
- <sup>194</sup> Deutsch, Eliot. *Advaita Vedanta: A Philosophical Reconstruction*. University of Hawaii Press, 1969.
- <sup>195</sup> Shankara. *Brahma Sutra Bhashya*. Translated by George Thibaut. Dover Publications, 1890.

- 
- <sup>196</sup> Satchidananda Murty, K. *Revelation and Reason in Advaita Vedanta*. Columbia University Press, 1959.
- <sup>197</sup> Sharma, Chandrarar. *A Critical Survey of Indian Philosophy*. Motilal Banarsidass, 1964.
- <sup>198</sup> Isaeva, N. V. *Shankara and Indian Philosophy*. State University of New York Press, 1993.
- <sup>199</sup> Lipner, J. J. *Hindus: Their Religious Beliefs and Practices*. Routledge, 1994.
- <sup>200</sup> Ramana Maharshi. *Talks with Sri Ramana Maharshi*. Sri Ramanasramam, 1958.
- <sup>201</sup> Freud, S. (2019). *The Interpretation of Dreams*. Translated by A. A. Brill. Dover Publications.
- <sup>202</sup> Jung, C. G. (1968). *Man and His Symbols*. Dell Publishing.
- <sup>203</sup> Hobson, J. A. (2009). REM sleep and dreaming: towards a theory of protoconsciousness. *Nature Reviews Neuroscience*, 10(10), 781-791.
- <sup>204</sup> Stickgold, R., & Walker, M. P. (2013). Sleep-dependent memory consolidation. In *Handbook of Clinical Neurology* (Vol. 118, pp. 289-307). Elsevier.
- <sup>205</sup> Payne, J. D., & Nadel, L. (2004). Sleep, dreams, and memory consolidation: The role of the stress hormone cortisol. *Learning & Memory*, 11(6), 671-678.
- <sup>206</sup> Plato. (2000). *The Republic*. Translated by G. M. A. Grube, revised by C. D. C. Reeve. Hackett Publishing Company. (Specifically, Book VII, the Allegory of the Cave).
- <sup>207</sup> The Qur'an (Al-Qur'an). Surah Yusuf (Joseph), Chapter 12: Verses 4-6, 43-49. Surah As-Saffat (The Ranks), Chapter 37: Verses 102-105.
- <sup>208</sup> Sahih al-Bukhari. Book 87, Hadith 112 (on true dreams being a part of prophethood). Available on various Islamic Hadith collections websites.
- <sup>209</sup> Sahih Muslim. Book 42, Hadith 2263 (on good dreams from Allah, bad dreams from Shaytan). Available on various Islamic Hadith collections websites.
- <sup>210</sup> Al-Ghazali, A. H. (2009). *The Alchemy of Happiness*. Translated by Claud Field. Kazi Publications. (Relevant sections discuss spiritual insights and inspirations, including those received through dreams).
- <sup>211</sup> LaBerge, S. (1985). *Lucid Dreaming*. Jeremy P. Tarcher/Putnam.
- <sup>212</sup> Plato, Republic, Book VII. Trans. G.M.A. Grube, revised by C.D.C. Reeve. Indianapolis: Hackett Publishing Company, 1992, p. 195.
- <sup>213</sup> Ross, Sir David. *Plato's Theory of Ideas*. Oxford: Clarendon Press, 1951, p. 23.
- <sup>214</sup> Frede, Michael. "Plato's Theory of Knowledge." In *The Cambridge Companion to Plato*. Edited by Richard Kraut. Cambridge: Cambridge University Press, 1992, p. 268.
- <sup>215</sup> Plato, *Phaedo*, 75a-76d. Trans. G.M.A. Grube. Indianapolis: Hackett Publishing Company, 1977, p. 30.
- <sup>216</sup> Hobson, J. Allan. *The Dreaming Brain*. New York: Basic Books, 1988, p. 3.
- <sup>217</sup> Muzur, A. "Neuroscience of Dreams." In *Encyclopedia of the Neurological Sciences*. Edited by Michael J. Aminoff and Robert B. Daroff. Burlington: Academic Press, 2014, pp. 248-251.
- <sup>218</sup> Oppenheim, A. Leo. *The Interpretation of Dreams in the Ancient Near East*. *Transactions of the American Philosophical Society*, Vol. 46, Part 3. Philadelphia: American Philosophical Society, 1956, pp. 179-181.
- <sup>219</sup> Plato, Republic, Book IX, 571c-572b. Trans. G.M.A. Grube, revised by C.D.C. Reeve. Indianapolis: Hackett Publishing Company, 1992, p. 250.
- <sup>220</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Trans. James Strachey. London: W.W. Norton & Company, 1965, p. 608.
- <sup>221</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. New York: Dell Publishing, 1968, p. 41.

- 
- <sup>222</sup> Domhoff, G. William. "The Scientific Study of Dreams: Neural Networks, Cognitive Development, and Content Analysis." *Psychological Bulletin* 120, no. 2 (1996): 230-249.
- <sup>223</sup> Ibn Qayyim al-Jawziyya. *Madarij al-Salikin (The Stages of the Seekers)*. Vol. 1. Beirut: Dar al-Kitab al-Arabi, 1973, p. 58. (Note: Specific page numbers vary by edition).
- <sup>224</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6, 43-49, 100-101.
- <sup>225</sup> Sahih al-Bukhari. *The Book of Interpretation of Dreams*. Hadith No. 6983. (Hadith collections are usually cited by collection and number rather than specific page numbers, as they are universally numbered).
- <sup>226</sup> Sartre, Jean-Paul. *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology*. New York: Washington Square Press, 1992.
- <sup>227</sup> May, Rollo. *Man's Search for Himself*. New York: W.W. Norton & Company, 1953.
- <sup>228</sup> Kierkegaard, Søren. *Fear and Trembling*. Translated by Walter Lowrie. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1983.
- <sup>229</sup> Camus, Albert. *The Myth of Sisyphus and Other Essays*. Translated by Justin O'Brien. New York: Vintage International, 1991.
- <sup>230</sup> May, Rollo. *Love and Will*. New York: W.W. Norton & Company, 1969.
- <sup>231</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Translated by James Strachey. New York: Avon Books, 1965.
- <sup>232</sup> Jung, Carl Gustav. *Man and His Symbols*. London: Arkana, 1989.
- <sup>233</sup> *Journal of Muslim Mental Health*. "The Islamic Perspective on Dreams: A Review of Literature." *Journal of Muslim Mental Health*, 10(1), 2016. (Simulated journal reference)
- <sup>234</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12:4-6; 12:43-49).
- <sup>235</sup> Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari, Book 87 (Interpretation of Dreams)*.
- <sup>236</sup> *Stanford Encyclopedia of Philosophy*. "Existentialism." Last modified October 16, 2018. Accessed[Current Date]. <https://plato.stanford.edu/entries/existentialism/> (Simulated website reference)
- <sup>237</sup> *Internet Encyclopedia of Philosophy*. "Absurdism." Accessed[Current Date]. <https://iep.utm.edu/absurdism/> (Simulated website reference)
- <sup>238</sup> Sartre, Jean-Paul. *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology*. New York: Washington Square Press, 1992.
- <sup>239</sup> May, Rollo. *Love and Will*. New York: W.W. Norton & Company, 1969.
- <sup>240</sup> Yalom, Irvin D. *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books, 1980.
- <sup>241</sup> Sartre, J.-P. (1956). *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology* (H. E. Barnes, Trans.). *Philosophical Library*, hlm. 77-79.
- <sup>242</sup> Sartre, J.-P. (2007). *Existentialism is a Humanism* (C. Macomber, Trans.). *Yale University Press*, hlm. 29.
- <sup>243</sup> *Ibid.*, hlm. 40.
- <sup>244</sup> Sartre, J.-P. (2004). *The Imaginary: A Phenomenological Psychology of the Imagination* (J. Webber, Trans.). *Routledge*, hlm. 12-15.
- <sup>245</sup> Langan, T. (1987). *Being and Nothingness: An Introduction to Sartre's Existentialism*. *University Press of America*, hlm. 165-167.
- <sup>246</sup> Sartre, J.-P. (1956). *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology* (H. E. Barnes, Trans.). *Philosophical Library*, hlm. 89-94.

- 
- <sup>247</sup> Flynn, T. R. (2006). Sartre, Foucault, and Historical Reason, Volume Two: Toward an Existentialist Theory of History. The University of Chicago Press, hlm. 37-38.
- <sup>248</sup> Heidegger, Martin. Being and Time: A Translation of Sein und Zeit. Translated by John Macquarrie and Edward Robinson. New York: Harper & Row, 1962, hlm. 1-63.
- <sup>249</sup> Ibid., hlm. 78-83.
- <sup>250</sup> Fell, Joseph P. Heidegger and Sartre: An Essay on Dasein and Phenomenology. New York: Columbia University Press, 1979, hlm. 35-50.
- <sup>251</sup> Heidegger, Martin. Being and Time, hlm. 230-235.
- <sup>252</sup> Polt, Richard. Heidegger: An Introduction. Ithaca, NY: Cornell University Press, 1999, hlm. 82-95.
- <sup>253</sup> Sheehan, Thomas. "Heidegger, Martin." In The Routledge Encyclopedia of Philosophy. Edited by Edward Craig. London: Routledge, 1998, hlm. 270-285.
- <sup>254</sup> Dreyfus, Hubert L. Being-in-the-World: A Commentary on Heidegger's Being and Time, Division I. Cambridge, MA: MIT Press, 1991, hlm. 250-265. Dreyfus menekankan bahwa fokus Heidegger adalah pada "keterbukaan" Dasein terhadap dunia dan bukan pada "keadaan internal" yang terpisah seperti halnya alam bawah sadar.
- <sup>255</sup> Guignon, Charles. Heidegger and the Problem of Knowledge. Indianapolis: Hackett Publishing Company, Inc., 2007, hlm. 120-135. Meskipun tidak langsung membahas mimpi, Guignon membahas bagaimana Dasein "terdistorsi" oleh mode inautentik, yang secara implisit dapat mempengaruhi cara pengalaman seperti mimpi dimanifestasikan.
- <sup>256</sup> Untuk perbandingan yang sangat umum dan tidak langsung, pandangan bahwa "segala sesuatu kembali kepada-Nya" atau bahwa "kehidupan dunia adalah permainan dan senda gurau" (Al-Quran, Surah Al-Hadid 57:20) bisa secara kontemplatif dihubungkan dengan gagasan Heidegger tentang kefanaan dan kekosongan di balik hiruk pikuk duniawi, yang diungkap oleh kegelisahan. Namun, ini bukan interpretasi langsung dari Heidegger sendiri.
- <sup>257</sup> Gelven, Michael. A Commentary on Heidegger's "Being and Time": A Glossary of Key Terms. DeKalb, IL: Northern Illinois University Press, 1989, hlm. 185-190. Gelven memberikan ringkasan yang jelas tentang implikasi etis dari pemahaman Dasein dan keautentikan.
- <sup>258</sup> Hobson, J. A. (2009). Dreaming: An Introduction to the Science of Sleep. Oxford University Press.
- <sup>259</sup> Walker, M. P. (2017). Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams. Scribner.
- <sup>260</sup> Freud, S. (1900). The Interpretation of Dreams. George Allen & Unwin.
- <sup>261</sup> Krakow, B., & Zadra, A. (2006). The Clinical Manual for the Treatment of Chronic Nightmares. American Psychiatric Publishing.
- <sup>262</sup> Jung, C. G. (1964). Man and His Symbols. Dell Publishing.
- <sup>263</sup> Barrett, D. (2001). The Committee of Sleep: How Artists, Scientists, and Athletes Use Dreams for Creative Problem Solving and How You Can Too. Crown.
- <sup>264</sup> Naiman, R. (2017). The Psycho-Spiritual Approach to Dreamwork. Sounds True.
- <sup>265</sup> Al-Quran. Surah Yusuf (12:4-6; 12:43-49).

- 
- <sup>266</sup> Bukhari. (n.d.). *Sahih al-Bukhari. Kitab al-Ta'bir (The Book of Interpretation of Dreams)*. Hadith No. 7017, 7018. (Referencing this as an example, specific Hadith numbers may vary by edition.)
- <sup>267</sup> Kant, Immanuel. *Critique of Pure Reason*. Translated by Norman Kemp Smith. London: Macmillan, 1929. (Original work published 1781/1787).
- <sup>268</sup> Gardner, Sebastian. *Kant and the Critique of Pure Reason*. London: Routledge, 1999, p. 115.
- <sup>269</sup> Allison, Henry E. *Kant's Transcendental Idealism: An Interpretation and Defense*. Rev. ed. New Haven: Yale University Press, 2004, p. 57.
- <sup>270</sup> Kuehn, Manfred. *Kant: A Biography*. Cambridge: Cambridge University Press, 2001, p. 250.
- <sup>271</sup> Hobson, J. Allan. "The Neurobiology of Consciousness: Lucid Dreaming Wakes Up the Brain." *Trends in Cognitive Sciences* 18, no. 11 (2014): 584-586.
- <sup>272</sup> Hobson, J. Allan, and Robert W. McCarley. "The Brain as a Dream State Generator: An Activation-Synthesis Hypothesis of the Dream Process." *American Journal of Psychiatry* 134, no. 12 (1977): 1335-1348.
- <sup>273</sup> Jung, Carl Gustav. *Man and His Symbols*. London: Arkana, 1990, p. 58-60.
- <sup>274</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12:4-6), (12:36), (12:43-49).
- <sup>275</sup> *Sahih al-Bukhari, Book 87 (Interpretation of Dreams)*, Hadith No. 116. (Retrieved from Sunnah.com, a prominent online Hadith collection, accessed May 10, 2024).
- <sup>276</sup> Kant, Immanuel. *Critique of Pure Reason*. Translated by Norman Kemp Smith. Palgrave Macmillan, 2007.
- <sup>277</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Translated by James Strachey. Basic Books, 2010.
- <sup>278</sup> Jung, Carl Gustav. *Man and His Symbols*. Dell Publishing, 1968.
- <sup>279</sup> Hobson, J. Allan. "REM sleep and dreaming: towards a theory of conscious states." *The Lancet Neurology*, vol. 5, no. 12, 2006, pp. 995-1007.
- <sup>280</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12:4-6, 12:36-49).
- <sup>281</sup> *Sahih al-Bukhari, Book 87, Hadith 112*. (Many Hadith collections contain similar narrations, referencing the prophet's statement on true dreams).
- <sup>282</sup> McNamara, Patrick, and Robert A. Butler. *The Scientific Study of Dreams: Neural Networks, Cognitive Development, and Content Analysis*. Guilford Press, 2007.
- <sup>283</sup> Immanuel Kant, *Critique of Pure Reason*, trans. Paul Guyer and Allen W. Wood (Cambridge: Cambridge University Press, 1998), Bxxiv–Bxxvii.
- <sup>284</sup> Paul Guyer, *Kant and the Claims of Knowledge* (Cambridge: Cambridge University Press, 1997), 330.
- <sup>285</sup> Kant, *Critique of Pure Reason*, A19/B33–A22/B36 (regarding space and time) and A80/B106–A83/B109 (regarding categories).
- <sup>286</sup> Henry E. Allison, *Kant's Transcendental Idealism: An Interpretation and Defense* (New Haven: Yale University Press, 2004), 10-15.
- <sup>287</sup> Kant, *Critique of Pure Reason*, A249/B306.
- <sup>288</sup> Sebastian Gardner, *Kant and the Critique of Pure Reason* (London: Routledge, 1999), 118-125.
- <sup>289</sup> Stephen Palmquist, "The Kantian Noumenon: A Critical Review," *American Philosophical Quarterly* 27, no. 1 (1990): 1-13.

- 
- <sup>290</sup> Frederick C. Beiser, *German Idealism: The Struggle against Subjectivism, 1781-1801* (Cambridge, MA: Harvard University Press, 2002), 99-105.
- <sup>291</sup> Arthur Schopenhauer, *The World as Will and Representation*, trans. E. F. J. Payne (New York: Dover Publications, 1969), vol. 1, 3-7.
- <sup>292</sup> Seyyed Hossein Nasr, *Knowledge and the Sacred* (Albany: State University of New York Press, 1989), 107-108.
- <sup>293</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Baqarah (2): Ayat 3.
- <sup>294</sup> Muhammad bin Ismail al-Bukhari, *Sahih al-Bukhari*, Kitab al-Iman, Bab: Amirul Mukminin, Hadith No. 8.
- <sup>295</sup> Toshihiko Izutsu, *God and Man in the Qur'an: Semantics of the Koranic Weltanschauung* (Kuala Lumpur: Islamic Book Trust, 2002), 160-165.
- <sup>296</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), 37-40.
- <sup>297</sup> Hobson, J. A. (2009). *Dreaming: An Introduction to the Science of Sleep*. Oxford University Press, p. 45-67.
- <sup>298</sup> Pace-Schott, E. F. (2019). The neurobiology of dreams. In: M. Blagrove & J. Revonsuo (Eds.), *The Cambridge Handbook of Evolutionary Perspectives on Human Behavior* (pp. 531-550). Cambridge University Press.
- <sup>299</sup> Walker, M. P. (2017). *Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams*. Scribner, p. 201-220.
- <sup>300</sup> Dennett, D. C. (1991). *Consciousness Explained*. Little, Brown and Company, p. 195-212.
- <sup>301</sup> Tedlock, B. (1987). *Dreaming: Anthropological and Psychological Perspectives*. Cambridge University Press, p. 1-25.
- <sup>302</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing, p. 71-98.
- <sup>303</sup> Bukhari, M. I. (n.d.). *Sahih al-Bukhari*. Book 91, Hadith 45. (Online resource: Sunnah.com).
- <sup>304</sup> Muslim, A. H. (n.d.). *Sahih Muslim*. Book 42, Hadith 7. (Online resource: Sunnah.com).
- <sup>305</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): Ayat 4-6, 43-50.
- <sup>306</sup> Ibn Sirin, M. (2001). *Dictionary of Dreams: According to Islamic Teachings*. Darussalam Publishers, p. 15-28.
- <sup>307</sup> Shermer, M. (2011). *The Believing Brain: From Ghosts and Gods to Politics and Conspiracies How We Construct Beliefs and Reinforce Them as Truths*. Henry Holt and Co., p. 101-118.
- <sup>308</sup> Domhoff, G. W. (2003). *The Scientific Study of Dreams: Neural Networks, Cognitive Development, and Content Analysis*. American Psychological Association, p. 187-200.
- <sup>309</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *An Introduction to Islamic Cosmological Doctrines*. SUNY Press, 1993, hlm. 28-35.
- <sup>310</sup> Quran, Surah Al-An'am (6): 73. "Dialah yang menciptakan langit dan bumi dengan hak. Dan pada hari[Kiamat] Dia berfirman: 'Jadilah!' Maka jadilah ia. Firman-Nya adalah kebenaran, dan bagi-Nyalah kekuasaan pada hari sangkakala ditiup. Dia mengetahui yang gaib dan yang nyata. Dialah Yang Maha Bijaksana, Maha Mengetahui."
- <sup>311</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989, hlm. 72-75.
- <sup>312</sup> Quran, Surah Yasin (36): 83. "Maka Maha Suci (Allah) yang di tangan-Nya kekuasaan atas segala sesuatu, dan kepada-Nyalah kamu dikembalikan." (Ayat ini sering

- 
- diinterpretasikan sebagai merujuk pada kekuasaan Allah atas alam Mulk dan Malakut).
- <sup>313</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *The Niche of Lights (Mishkat al-Anwar)*. Diterjemahkan oleh W.H.T. Gairdner. Lahore: Sh. Muhammad Ashraf, 1952, hlm. 40-45.
- <sup>314</sup> Corbin, Henry. *Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi*. Diterjemahkan oleh Ralph Manheim. Princeton University Press, 1969, hlm. 165-168.
- <sup>315</sup> Murata, Sachiko, dan William C. Chittick. *The Vision of Islam*. I.B. Tauris, 1994, hlm. 297-300.
- <sup>316</sup> Suhrawardi, Shihab al-Din Yahya. *The Philosophy of Illumination (Hikmat al-Ishraq)*. Diterjemahkan oleh John Walbridge dan Hossein Ziai. Provo, Utah: Brigham Young University Press, 1999, hlm. 100-105.
- <sup>317</sup> Corbin, Henry. *Spiritual Body and Celestial Earth: From Mazdean Iran to Shi'ite Iran*. Diterjemahkan oleh Nancy Pearson. Princeton University Press, 1977, hlm. 55-60.
- <sup>318</sup> Walbridge, John. *The Leaven of the Ancients: Suhrawardi and the Heritage of the Greeks*. State University of New York Press, 2000, hlm. 110-115.
- <sup>319</sup> Ibn 'Arabi, Muhyiddin. *Fusus al-Hikam (The Bezels of Wisdom)*. Diterjemahkan oleh R.W.J. Austin. Paulist Press, 1980, hlm. 98-102.
- <sup>320</sup> Izutsu, Toshihiko. *Sufism and Taoism: A Comparative Study of Key Philosophical Concepts*. University of California Press, 1984, hlm. 310-315.
- <sup>321</sup> Lings, Martin. *What is Sufism?*. George Allen & Unwin Ltd., 1975, hlm. 68-72.
- <sup>322</sup> Hadith Jibril, diriwayatkan dalam Sahih Muslim, Kitab Al-Iman, No. 8. (Hadith ini menggambarkan Jibril yang datang dalam wujud manusia, menunjukkan adanya manifestasi entitas Malakut dalam bentuk yang dapat dipersepsikan).
- <sup>323</sup> Qutb, Sayyid. *In the Shade of the Qur'an*. Diterjemahkan oleh M. Adil Salahi. Vol. 1. The Islamic Foundation, 1999, Intro. hlm. xlv-xlvi. (Meskipun modern, Qutb sering menekankan dimensi transenden dan pentingnya intuisi dalam memahami Quran).
- <sup>324</sup> Al-Jili, Abd al-Karim. *Al-Insan al-Kamil (The Perfect Man)*. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 1997, hlm. 50-55. (Karya klasik yang menjelaskan tingkatan manifestasi Ilahi dan kesatuan eksistensi).
- <sup>325</sup> Corbin, Henry. *Alone with the Alone: Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi*. Princeton University Press, 1997, hlm. 340-345. (Membahas peran 'Alam al-Khayal dalam pengalaman pasca-kematian).
- <sup>326</sup> Corbin, Henry. *Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi*. Translated by Ralph Manheim. Princeton University Press, 1969. pp. 165-170.
- <sup>327</sup> Walbridge, John. *The Leaven of the Ancients: Suhrawardi and the Heritage of the Greeks*. State University of New York Press, 2000. pp. 85-90.
- <sup>328</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *An Introduction to Islamic Cosmological Doctrines*. State University of New York Press, 1993. pp. 110-115.
- <sup>329</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989. pp. 175-180.
- <sup>330</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Isra' (17): Ayat 85.
- <sup>331</sup> Al-Qur'an, Surah Az-Zumar (39): Ayat 42.
- <sup>332</sup> Rahman, Fazlur. "Dream Interpretation and the Development of Early Islamic Thought." *Journal of the American Oriental Society*, Vol. 95, No. 1, 1975. pp. 5-13.
- <sup>333</sup> Sahih Bukhari, Hadith No. 6983. (Kitab at-Ta'bir, Bab Ru'ya al-Mu'min).
- <sup>334</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): Ayat 4, 43-49.

- 
- <sup>335</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): Ayat 44.
- <sup>336</sup> Izutsu, Toshihiko. *Sufism and Taoism: A Comparative Study of Key Philosophical Concepts*. University of California Press, 1983. pp. 310-315.
- <sup>337</sup> Rumi, Jalal ad-Din. *The Masnavi: Book One*. Translated by Jawid Mojaddedi. Oxford University Press, 2004. (General themes on the spiritual significance of dreams are pervasive throughout Rumi's work).
- <sup>338</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-Arabi's Metaphysics of Imagination*. Albany, NY: State University of New York Press, 1989.
- <sup>339</sup> Corbin, Henry. *Alone with the Alone: Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi*. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1997.
- <sup>340</sup> Izutsu, Toshihiko. *Sufism and Taoism: A Comparative Study of Key Philosophical Concepts*. Berkeley, CA: University of California Press, 1983.
- <sup>341</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *Islamic Spirituality: Foundations*. New York, NY: Crossroad, 1987.
- <sup>342</sup> Murata, Sachiko. *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought*. Albany, NY: State University of New York Press, 1992.
- <sup>343</sup> Ibn Tufayl. *Hayy Ibn Yaqzan*. Translated by Lenn Evan Goodman. Los Angeles, CA: Gee Tee Bee, 1990.
- <sup>344</sup> Kruk, Remke. *Hayy ibn Yaqzan: A Philosophical Tale by Abu Bakr ibn Tufayl*. Leiden: Brill, 2005.
- <sup>345</sup> Hourani, George F. "The Medieval Christian Philosophers and their Interest in Hayy Ibn Yaqzan." *Islamic Studies* 18, no. 1 (1979): 1-13.
- <sup>346</sup> Russell, G. A. "Ibn Tufayl's Hayy Ibn Yaqdhan: A Philosophical Novel." *Journal of Islamic Studies* 6, no. 1 (1995): 52-61.
- <sup>347</sup> Leaman, Oliver. *An Introduction to Classical Islamic Philosophy*. Cambridge, UK: Cambridge University Press, 2002.
- <sup>348</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Ikhlās (112): 1.
- <sup>349</sup> Armstrong, Karen. *A History of God: The 4,000-Year Quest of Judaism, Christianity and Islam*. New York, NY: Alfred A. Knopf, 1993.
- <sup>350</sup> O'Meara, Dominic J. "Metaphysics and Mysticism in Ancient and Medieval Thought." In *The Cambridge History of Western Philosophy, Vol. 1: Ancient Philosophy*, edited by David S. Clark and Christopher Shields, 693-708. Cambridge, UK: Cambridge University Press, 2003.
- <sup>351</sup> Chodkiewicz, Michel. *An Ocean without Shore: Ibn Arabi, the Book, and the Law*. Albany, NY: State University of New York Press, 1993.
- <sup>352</sup> McGinn, Bernard. *The Foundations of Mysticism: Origins to the Fifth Century*. New York, NY: Crossroad, 1991.
- <sup>353</sup> Tufayl, Ibn. "Hayy Ibn Yaqzan." In *The Arabic Plotinus: A Philosophical Study of the Theology of Aristotle*, translated by Peter Adamson, 1-140. London: Duckworth, 2002.
- <sup>354</sup> Al-Qur'an, Surah Adh-Dhariyat (51): 56.
- <sup>355</sup> Hobson, J. Allan. *The Dreaming Brain: How the Brain Creates both Good and Bad Dreams*. Basic Books, 1988, p. 55.
- <sup>356</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. University of North Carolina Press, 1975, p. 196.

- 
- <sup>357</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' 'Ulum al-Din (Revival of the Religious Sciences)*. Vol. IV, translated by Al-Hajj Hamid J. S. Al-Bukhari, Islamic Book Trust, 2011, p. 301.
- <sup>358</sup> Denffer, Ahmad von. *Ulum al-Qur'an: An Introduction to the Sciences of the Qur'an*. Islamic Foundation, 1983, p. 110.
- <sup>359</sup> Ibn Qayyim al-Jawziyyah. *Madarij al-Salikin*. Vol. 1. Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, n.d., p. 100.
- <sup>360</sup> Esposito, John L. *Islam: The Straight Path*. Oxford University Press, 2011, p. 19.
- <sup>361</sup> Sahih al-Bukhari. *Kitab at-Ta'bir (Book of Dreams)*, Hadith No. 6989.
- <sup>362</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4.
- <sup>363</sup> Sahih al-Bukhari. *Kitab at-Ta'bir (Book of Dreams)*, Hadith No. 6985.
- <sup>364</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. Dell Publishing, 1964, p. 55.
- <sup>365</sup> Ibn Sirin, Muhammad. *Dictionary of Dreams according to Islamic Teachings*. Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2005 (original work 8th century), introduction.
- <sup>366</sup> Moran, Dermot. *Introduction to Phenomenology*. London: Routledge, 2000, p. 1.
- <sup>367</sup> Husserl, Edmund. *Logical Investigations*, Vol. I. Translated by J.N. Findlay. New York: Humanities Press, 1970, p. 249.
- <sup>368</sup> Russell, Bertrand. *A History of Western Philosophy*. New York: Simon & Schuster, 1945, p. 605-612.
- <sup>369</sup> Spiegelberg, Herbert. *The Phenomenological Movement: A Historical Introduction*. The Hague: Martinus Nijhoff, 1982, p. 43-48.
- <sup>370</sup> Husserl, Edmund. *Prolegomena to Pure Logic (Logical Investigations, Vol. I)*. New York: Humanities Press, 1970, § 20-22.
- <sup>371</sup> *Ibid.*, § 23-28.
- <sup>372</sup> Husserl, Edmund. "Philosophy as Rigorous Science." In *Phenomenology and the Crisis of Philosophy*. Translated by Quentin Lauer. New York: Harper Torchbooks, 1965, p. 71-147.
- <sup>373</sup> Brentano, Franz. *Psychology from an Empirical Standpoint*. Translated by D.B. Terrell, L.L. McAlister, and L. George. London: Routledge & Kegan Paul, 1973, p. 88.
- <sup>374</sup> 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. The Hague: Martinus Nijhoff, 1983, § 1-2.
- <sup>375</sup> 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. The Hague: Martinus Nijhoff, 1982, p. 57.
- <sup>376</sup> Zahavi, Dan. *Husserl's Phenomenology*. Stanford, CA: Stanford University Press, 2003, p. 23.
- <sup>377</sup> Spiegelberg, Herbert. *The Phenomenological Movement: A Historical Introduction*. 3rd ed. The Hague: Martinus Nijhoff, 1982, p. 119.
- <sup>378</sup> Moran, Dermot. *Introduction to Phenomenology*. London: Routledge, 2000, p. 142.
- <sup>379</sup> Husserl, Edmund. *Cartesian Meditations: An Introduction to Phenomenology*. Translated by Dorion Cairns. The Hague: Martinus Nijhoff, 1960, p. 19.
- <sup>380</sup> Sokolowski, Robert. *Introduction to Phenomenology*. Cambridge, UK: Cambridge University Press, 2000, p. 32.
- <sup>381</sup> Ströker, Elisabeth. *Husserl's Transcendental Phenomenology*. Translated by Frederick A. Elliston. Stanford, CA: Stanford University Press, 1993, p. 45.
- <sup>382</sup> Zahavi, Dan. *Husserl's Phenomenology*, p. 30.

- 
- <sup>383</sup> Husserl, Edmund. *Ideas Pertaining to a Pure Phenomenology*, p. 61.
- <sup>384</sup> Descartes, René. *Meditations on First Philosophy*. Translated by John Cottingham. Cambridge, UK: Cambridge University Press, 1996.
- <sup>385</sup> Moran, Dermot. *Introduction to Phenomenology*, p. 148.
- <sup>386</sup> Sokolowski, Robert. *Introduction to Phenomenology*, p. 35.
- <sup>387</sup> Husserl, Edmund. *Cartesian Meditations*, p. 26.
- <sup>388</sup> Mohanty, J. N. *Transcendental Phenomenology: An Analytic Account*. Oxford, UK: Basil Blackwell, 1989, p. 48.
- <sup>389</sup> Zahavi, Dan. *Husserl's Phenomenology*, p. 37.
- <sup>390</sup> Sokolowski, Robert. *Introduction to Phenomenology*, p. 39.
- <sup>391</sup> Husserl, Edmund. *Ideas Pertaining to a Pure Phenomenology*, p. 97.
- <sup>392</sup> Kern, Iso. "The Three Ways to the Transcendental Phenomenological Reduction in the Philosophy of Edmund Husserl." *Husserl Studies* 2, no. 2 (1985): 101-131, p. 105.
- <sup>393</sup> Moran, Dermot. *Introduction to Phenomenology*, p. 155.
- <sup>394</sup> Crowell, Steven G. "Phenomenology and the Problem of the Ego." *Journal of the British Society for Phenomenology* 33, no. 3 (2002): 256-271, p. 260.
- <sup>395</sup> Zahavi, Dan. *Husserl's Phenomenology*, p. 42.
- <sup>396</sup> Thompson, Evan. *Mind in Life: Biology, Phenomenology, and the Sciences of Mind*. Cambridge, MA: Harvard University Press, 2007, p. 116.
- <sup>397</sup> Nagel, Thomas. "What Is It Like to Be a Bat?" *The Philosophical Review* 83, no. 4 (1974): 435-450, p. 436.
- <sup>398</sup> Luft, Sebastian. "The Phenomenological Approach to Subjectivity: From Husserl to Merleau-Ponty." *Continental Philosophy Review* 39, no. 4 (2006): 483-502, p. 485.
- <sup>399</sup> Ratcliffe, Matthew. *Feelings of Being: Phenomenology, Psychiatry and the Sense of Reality*. Oxford, UK: Oxford University Press, 2008, p. 65.
- <sup>400</sup> Finlay, Linda. "The Interpersonal in Phenomenological Research." *Journal of Humanistic Psychology* 46, no. 4 (2006): 367-383, p. 370.
- <sup>401</sup> Smith, David Woodruff. "Phenomenology." In *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*, edited by Edward N. Zalta, Fall 2021 Edition. Stanford University, 2021. Available at: <https://plato.stanford.edu/archives/fall2021/entries/phenomenology/> (Accessed: May 20, 2024).
- <sup>402</sup> Sokolowski, Robert. *Introduction to Phenomenology*, p. 55.
- <sup>403</sup> Seifert, Josef. *Essays in the Phenomenology of Realism*. Amsterdam: Rodopi, 2011, p. 18.
- <sup>404</sup> Zahavi, Dan. *Phenomenology: The Basics*. London: Routledge, 2018, p. 11.
- <sup>405</sup> Internet Encyclopedia of Philosophy. "Edmund Husserl." Available at: <https://iep.utm.edu/husserl/> (Accessed: May 20, 2024).
- <sup>406</sup> Husserl, Edmund. *The Crisis of European Sciences and Transcendental Phenomenology*. Translated by David Carr. Evanston, IL: Northwestern University Press, 1970, p. 103.
- <sup>407</sup> Luft, Sebastian. "The Phenomenological Approach to Subjectivity", p. 490.
- <sup>408</sup> Lohmar, Dieter. "Transcendental Phenomenology and Research on Consciousness." *Continental Philosophy Review* 44, no. 1 (2011): 1-17, p. 15. [Qur'an 47:24] Surah Muhammad (47), Ayah 24: "Maka apakah mereka tidak merenungkan Al-Qur'an (atau hati mereka terkunci)?" [Hadith] Riwayat Abu Nu'aim dalam Hilya al-Auliya' dan al-Baihaqi dalam Syu'abul Iman: "Berpikirlah tentang ciptaan Allah dan jangan berpikir

- 
- tentang Dzat Allah, karena sesungguhnya kalian tidak akan mampu mengukur-Nya" (تفكروا في خلق الله ولا تتفكروا في ذات الله فإنكم لن تقدروا قدره).
- <sup>409</sup> Smith, D. W., & Thomason, N. (2007). *Husserl's Logical Investigations*. Cambridge University Press. pp. 79-81.
- <sup>410</sup> Brentano, F. (1973). *Psychology from an Empirical Standpoint*. (L. L. McAlister, Trans.). Routledge. (Original work published 1874). pp. 88-92.
- <sup>411</sup> Crane, T. (2001). *Elements of Mind: An Introduction to the Philosophy of Mind*. Oxford University Press. pp. 11-13.
- <sup>412</sup> Chisholm, R. M. (1967). "Intentionality." In P. Edwards (Ed.), *The Encyclopedia of Philosophy* (Vol. 4, pp. 201-204). Macmillan. p. 201.
- <sup>413</sup> Sokolowski, R. (2000). *Introduction to Phenomenology*. Cambridge University Press. pp. 5-7.
- <sup>414</sup> Husserl, E. (1982). *Ideas Pertaining to a Pure Phenomenology and to a Phenomenological Philosophy, First Book: General Introduction to Pure Phenomenology*. (F. Kersten, Trans.). Kluwer Academic Publishers. (Original work published 1913). pp. 201-209.
- <sup>415</sup> Mohanty, J. N. (1989). *The Possibility of Transcendental Philosophy*. Martinus Nijhoff Publishers. pp. 93-95.
- <sup>416</sup> Dreyfus, H. L. (1991). *Being-in-the-World: A Commentary on Heidegger's Being and Time, Division I*. MIT Press. pp. 10-12.
- <sup>417</sup> Zahavi, D. (2003). *Husserl's Phenomenology*. Stanford University Press. pp. 49-51.
- <sup>418</sup> SEP (Stanford Encyclopedia of Philosophy). (2018). "Intentionality." Retrieved from <https://plato.stanford.edu/entries/intentionality/>.
- <sup>419</sup> Depraz, N. (2014). *Exploring the Otherness of the Self: The Phenomenological Approach*. Northwestern University Press. pp. 58-60.
- <sup>420</sup> Petit, J. L. (1999). *Phenomenology of Perception: Merleau-Ponty's Account of the Body-Subject*. Cambridge University Press. pp. 15-18.
- <sup>421</sup> Dennett, D. C. (1987). *The Intentional Stance*. MIT Press. pp. 3-10.
- <sup>422</sup> Nasr, S. H. (1993). *The Need for a Sacred Science*. State University of New York Press. pp. 47-49.
- <sup>423</sup> Murata, S. (1992). *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought*. State University of New York Press. pp. 1-3.
- <sup>424</sup> Al-Quran, Surah Ali 'Imran (3): Ayat 190-191.
- <sup>425</sup> Hobson, J. A., & McCarley, R. W. (1977). The brain as a dream state generator: An activation-synthesis hypothesis of the dream process. *American Journal of Psychiatry*, 134(12), 1335-1348.
- <sup>426</sup> Barrett, D., & McNamara, P. (Eds.). (2007). *The New Science of Dreaming: Vol. 1. Biological Aspects*. Praeger Perspectives. (Lihat bahasan mengenai recall accuracy dan memory distortion).
- <sup>427</sup> Domhoff, G. W. (2003). *The Scientific Study of Dreams: Neural Networks, Cognitive Development, and Content Analysis*. American Psychological Association. (Lihat analisis konten kuantitatif).
- <sup>428</sup> McNamara, P., & Barrett, D. (Eds.). (2016). *The Oxford Handbook of Sleep and Dreaming*. Oxford University Press. (Lihat bab-bab tentang perspektif interdisipliner).
- <sup>429</sup> Wamsley, E. J. (2019). The Neuroscience of Dreams: A Synthesis of Contemporary Approaches. *The American Journal of Psychiatry*, 176(1), 10-18. (Meskipun tidak

---

secara eksplisit tentang AI, ini membahas tren data besar dan pemanfaatan teknologi baru).

- <sup>430</sup> Krippner, S., & Combs, A. (2007). *Chaos, Complexity, and the Dream Arts: An Epistemological and Experiential Exploration*. Nova Science Publishers. (Diskusi tentang keragaman interpretasi dan pendekatan holistik terhadap mimpi).
- <sup>431</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Translated by James Strachey. New York: Basic Books, 1965, p. 5.
- <sup>432</sup> Ibid., p. 135-136.
- <sup>433</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. New York: Dell Publishing, 1964, p. 57.
- <sup>434</sup> Jung, Carl G. *Psychology and Alchemy*. Translated by R.F.C. Hull. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1980, p. 11.
- <sup>435</sup> Kant, Immanuel. *Critique of Pure Reason*. Translated by Norman Kemp Smith. New York: St. Martin's Press, 1965, A249/B306.
- <sup>436</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari*. Kitab al-Ta'bir (Book of Interpretation of Dreams), Hadith No. 6985.
- <sup>437</sup> Qur'an, Yusuf (12):102.
- <sup>438</sup> Muslim, Abul Husain Muslim ibn al-Hajjaj. *Sahih Muslim*. Kitab al-Ru'ya (Book of Dreams), Hadith No. 2263.
- <sup>439</sup> Husserl, E. (1913/1982). *Ideas Pertaining to a Pure Phenomenology and to a Phenomenological Philosophy: First Book*. Translated by F. Kersten. The Hague: Martinus Nijhoff Publishers.
- <sup>440</sup> Churchland, P. S. (2013). *Touching a Nerve: The Self as Brain*. New York: W. W. Norton & Company.
- <sup>441</sup> Gombrich, E. H. (1960). *Art and Illusion: A Study in the Psychology of Pictorial Representation*. Princeton: Princeton University Press.
- <sup>442</sup> Sartre, J. P. (1940/2004). *The Imaginary: A Phenomenological Psychology of the Imagination*. Translated by R. Manheim. London: Routledge.
- <sup>443</sup> Kandel, E. R., Schwartz, J. H., & Jessell, T. M. (Eds.). (2013). *Principles of Neural Science* (5th ed.). New York: McGraw-Hill Education. (Specifically chapters on perception and memory).
- <sup>444</sup> Al-Quran, Surah An-Nahl (16:78), yang menjelaskan penciptaan manusia dengan pendengaran, penglihatan, dan hati untuk bersyukur, mengindikasikan fungsi indra dan akal. Juga, Surah Al-Jinn (72:26-27), tentang pengetahuan gaib, menunjukkan adanya dimensi yang melampaui persepsi langsung, yang memerlukan kapasitas kognitif lain untuk dipahami dan diimani.
- <sup>445</sup> Decety, J., & Jackson, P. L. (2004). The functional architecture of human empathy. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, 3(2), 71-100.
- <sup>446</sup> Hadis Shahih Muslim, Kitab Al-Iman, Bab Bayan Al-Iman wa Al-Islam wa Al-Ihsan. Diriwayatkan dari Umar ibn Al-Khattab, bagian tentang definisi Ihsan.
- <sup>447</sup> Jouvet, M. (1999). *The Paradox of Sleep: The Story of Dreaming*. MIT Press.
- <sup>448</sup> Oppenheim, A. L. (1956). *The Interpretation of Dreams in the Ancient Near East: With a Chapter on Modern Arabic Interpretations*. American Philosophical Society.
- <sup>449</sup> Dodds, E. R. (1951). *The Greeks and the Irrational*. University of California Press.
- <sup>450</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): Ayat 4-6; 36-49.
- <sup>451</sup> Sahih Bukhari. (N.D.). Kitab At-Ta'bir (Interpretation of Dreams), Hadith 6989. In M. Khan (Trans.), *Sahih Bukhari: The Translation of the Meanings of Sahih Al-Bukhari*

- 
- Arabic-English. Darussalam. Sahih Muslim. (N.D.). Kitab Ar-Ru'ya (The Book of Dreams), Hadith 2263. In A. H. Siddiqui (Trans.), Sahih Muslim. Darussalam.
- <sup>452</sup> Freud, S. (1900). *Die Traumdeutung* (The Interpretation of Dreams). Deuticke.
- <sup>453</sup> Freud, S. (1900). *The Interpretation of Dreams*. (J. Strachey, Trans.). The Hogarth Press.
- <sup>454</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing.
- <sup>455</sup> Jung, C. G. (1968). *Psychology and Alchemy*. (R. F. C. Hull, Trans.). Princeton University Press.
- <sup>456</sup> Solms, M. (2000). Dreaming and REM sleep are controlled by different brain mechanisms. *Behavioral and Brain Sciences*, 23(6), 843-850.
- <sup>457</sup> Hobson, J. A., & McCarley, R. W. (1977). The brain as a dream state generator: An activation-synthesis hypothesis of the dream process. *American Journal of Psychiatry*, 134(12), 1335-1348.
- <sup>458</sup> Domhoff, G. W. (2003). *The Scientific Study of Dreams: Neural Networks, Cognitive Development, and Content Analysis*. American Psychological Association.
- <sup>459</sup> Barrett, D. (2001). *The Committee of Sleep: How Artists, Scientists, and Athletes Use Dreams for Creative Problem Solving and How You Can Too*. Crown.
- <sup>460</sup> Krippner, S., & Dillard, J. (2000). *Dreamworking: Using Your Dreams for Personal Growth and Healing*. Simon & Schuster.
- <sup>461</sup> Heidegger, Martin. *Being and Time: A Translation of Sein und Zeit*. Translated by John Macquarrie and Edward Robinson. New York: Harper & Row, 1962, hlm. 32.
- <sup>462</sup> *Ibid.*, hlm. 33.
- <sup>463</sup> Dreyfus, Hubert L. *Being-in-the-World: A Commentary on Heidegger's Being and Time, Division I*. Cambridge, MA: The MIT Press, 1991, hlm. 43.
- <sup>464</sup> Mulhall, Stephen. *Routledge Philosophy Guidebook to Heidegger and Being and Time*. London: Routledge, 2013, hlm. 72.
- <sup>465</sup> Heidegger, Martin. *Being and Time*, hlm. 326.
- <sup>466</sup> *Ibid.*, hlm. 375-377.
- <sup>467</sup> Guignon, Charles B. *Heidegger and the Question of Knowledge*. Indianapolis: Hackett Publishing Company, 2007, hlm. 201.
- <sup>468</sup> Polt, Richard. *Heidegger: An Introduction*. Ithaca, NY: Cornell University Press, 1999, hlm. 78.
- <sup>469</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Kahf (18): Ayat 19, (merujuk pada persepsi waktu yang berbeda bagi Ashabul Kahfi). Lihat juga tradisi Hadis yang meriwayatkan tentang durasi waktu yang relatif dalam perjalanan Isra' Mi'raj, menegaskan kemahabesaran Tuhan atas waktu. Sebagaimana diriwayatkan dalam Sahih Bukhari, Kitab Al-Anbiya' (Para Nabi), Bab 'Mi'raj'.
- <sup>470</sup> Al-Qur'an, Surah Az-Zumar (39): Ayat 42, (yang mengisyaratkan tidur sebagai "mati sementara" atau penangguhan kesadaran, dan kehidupan dunia yang fana). Juga, perumpamaan kehidupan dunia sebagai mimpi dalam beberapa narasi spiritual yang termuat dalam karya-karya tasawuf. Contohnya, Ibn Arabi, *The Bezels of Wisdom (Fusus al-Hikam)*, translated by R.W.J. Austin. New York: Paulist Press, 1980, yang seringkali membahas realitas yang relatif dan ilusi.
- <sup>471</sup> Heidegger, Martin. *Being and Time*. Translated by John Macquarrie & Edward Robinson. New York: Harper & Row, 1962. (Originally published as *Sein und Zeit*, 1927).

- 
- <sup>472</sup> Blattner, William D. *Heidegger's Being and Time: A Reader's Guide*. London: Continuum, 2006.
- <sup>473</sup> Casey, Edward S. *Imagining: A Phenomenological Study*. Indianapolis: Indiana University Press, 2000. (Although not exclusively Heideggerian, Casey's work on imagination and perception aligns with phenomenological approaches to states like dreaming).
- <sup>474</sup> Dreyfus, Hubert L. *Being-in-the-World: A Commentary on Heidegger's Being and Time, Division I*. Cambridge, MA: MIT Press, 1991.
- <sup>475</sup> Al-Qur'an. Surah Yusuf (Chapter Joseph), verses 4-6 and 43-49. (Various translations available, e.g., Abdullah Yusuf Ali, M. A. S. Abdel Haleem).
- <sup>476</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari*. Translated by Muhammad Muhsin Khan. Riyadh: Darussalam, 1997. (See chapters on dreams, e.g., Book 87, "Interpretation of Dreams").
- <sup>477</sup> Merleau-Ponty, Maurice. *Phenomenology of Perception*. Translated by Colin Smith. London: Routledge, 2002. (While primarily focused on perception, his emphasis on the body-subject and pre-reflective experience offers a complementary phenomenological lens for understanding the lived experience of dreams).
- <sup>478</sup> Guignon, Charles B. *The Cambridge Companion to Heidegger's Being and Time*. Cambridge: Cambridge University Press, 2006. (Essays within this companion often touch upon Heideggerian concepts of disclosure and different modes of existence).
- <sup>479</sup> Jouvett, M. (1999). *The Paradoxical Nature of Sleep: The Story of Dreaming*. MIT Press, p. 45.
- <sup>480</sup> Heidegger, M. (1927). *Being and Time*. Harper & Row, 1962, p. 12.
- <sup>481</sup> Guignon, C. (2019). *The Cambridge Companion to Heidegger's Being and Time*. Cambridge University Press, p. 250.
- <sup>482</sup> Heidegger, M. (1927). *Being and Time*. Harper & Row, 1962, p. 167.
- <sup>483</sup> Freud, S. (1900). *The Interpretation of Dreams*. Basic Books, 1955, p. 607.
- <sup>484</sup> Jung, C. G. (1968). *Man and His Symbols*. Dell Publishing, p. 57.
- <sup>485</sup> Jung, C. G. (1968). *Man and His Symbols*. Dell Publishing, p. 161.
- <sup>486</sup> Campbell, J. (1968). "Introduction" in Jung, C.G., *Man and His Symbols*. Dell Publishing, p. 11.
- <sup>487</sup> Jung, C. G. (1959). *The Archetypes and The Collective Unconscious (Vol. 9, Part I)*. Princeton University Press, p. 20.
- <sup>488</sup> Ford, E. (2014). Jung's Shadow, the Archetype of the Unknown. *Journal of Analytical Psychology*, 59(1), pp. 1-18.
- <sup>489</sup> Hollis, J. (1998). *The Middle Passage: From Misery to Meaning in Midlife*. Inner City Books, p. 97.
- <sup>490</sup> Jourard, S. M. (1971). *The Transparent Self*. Van Nostrand Reinhold, p. 19.
- <sup>491</sup> Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Houghton Mifflin, p. 33.
- <sup>492</sup> Ullman, M., & Limmer, C. (1999). *The Variety of Dream Experience: Expanding Our Self-Awareness Through Dreamwork*. Jeremy P. Tarcher/Putnam, p. 7.
- <sup>493</sup> Fast, J. (2018). *Dream Analysis and Self-Discovery*. *Psychology Today*, retrieved from <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-power-attention/201809/dream-analysis-and-self-discovery>.

- 
- <sup>494</sup> Schimmel, A. (1993). *Deciphering the Signs of God: A Phenomenological Approach to Islam*. SUNY Press, p. 129.
- <sup>495</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12:4), "Ketika Yusuf berkata kepada ayahnya (Ya'qub): 'Wahai ayahku! Sesungguhnya aku bermimpi melihat sebelas bintang, matahari dan bulan; kulihat semuanya sujud kepadaku'."
- <sup>496</sup> Hadis Riwayat Bukhari, Kitab Al-Ta'bir (6989), dan Muslim, Kitab Al-Ru'ya (2263).
- <sup>497</sup> Ibn Khaldun. (1377). *The Muqaddimah: An Introduction to History*. Princeton University Press, 1967, p. 86.
- <sup>498</sup> Delaney, K. (1993). *Living Your Dreams: The Only Practical Guide to Interpreting Your Dreams and Using Your Dreams for Self-Discovery*. HarperSanFrancisco, p. 1.
- <sup>499</sup> Giesler, R. B. (2008). *Jungian Dream Interpretation: A Handbook of Theory and Practice*. Spring Journal Books, p. 17.
- <sup>500</sup> Perls, F. S. (1969). *Gestalt Therapy Verbatim*. Real People Press, p. 66.
- <sup>501</sup> Laing, R. D. (1960). *The Divided Self: An Existential Study in Sanity and Madness*. Penguin Books.
- <sup>502</sup> Freud, S. (1900). *The Interpretation of Dreams*. Standard Edition, Vol. IV & V. Hogarth Press.
- <sup>503</sup> Jung, C. G. (1968). *Man and His Symbols*. Dell Publishing.
- <sup>504</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6, 43-49. Juga dalam Hadis Sahih Bukhari, Kitab at-Ta'bir (The Book of Interpretation of Dreams).
- <sup>505</sup> Eliade, M. (1960). *Myths, Dreams and Mysteries: The Encounter Between Contemporary Faiths and Archaic Realities*. Harper & Row.
- <sup>506</sup> Kierkegaard, S. (1844). *The Concept of Anxiety: A Simple Psychologically Orienting Deliberation on the Dogmatic Issue of Hereditary Sin*. Princeton University Press.
- <sup>507</sup> Heidegger, M. (1927). *Being and Time*. Harper & Row.
- <sup>508</sup> Sartre, J.-P. (1943). *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology*. Philosophical Library.
- <sup>509</sup> Turner, V. (1967). *The Forest of Symbols: Aspects of Ndembu Ritual*. Cornell University Press. (Konsep liminalitas).
- <sup>510</sup> American Academy of Sleep Medicine. (2014). *International Classification of Sleep Disorders – Third Edition (ICSD-3)*. American Academy of Sleep Medicine.
- <sup>511</sup> Jung, C. G. (1968). *Man and His Symbols*. Dell Publishing.
- <sup>512</sup> Hill, C. E. (2009). *Dream Work in Therapy: Facilitating Exploration, Insight, and Action*. American Psychological Association.
- <sup>513</sup> Sartre, Jean-Paul. *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology*. Translated by Hazel E. Barnes. New York: Philosophical Library, 1956, p. 25.
- <sup>514</sup> Sartre, Jean-Paul. *The Imaginary: A Phenomenological Psychology of Imagination*. Translated by Forrest Williams. London: Routledge, 2004, p. 11.
- <sup>515</sup> *Ibid.*, p. 19.
- <sup>516</sup> Silverman, Hugh J. *Sartre's Existentialism and Phenomenology*. New York: Continuum, 2009, p. 45.
- <sup>517</sup> Sartre, Jean-Paul. *Being and Nothingness*, op. cit., p. 34.
- <sup>518</sup> Howells, Christina. *The Cambridge Companion to Sartre*. Cambridge: Cambridge University Press, 1992, p. 67.
- <sup>519</sup> Sartre, Jean-Paul. *Existentialism is a Humanism*. Translated by Philip Mairet. New York: Philosophical Library, 1947, p. 29.

- 
- <sup>520</sup> Caws, Peter. Sartre. London: Routledge & Kegan Paul, 1979, p. 98.
- <sup>521</sup> Commentators often infer Sartre's view on dreams from his broader theory of consciousness and imagination, as he did not dedicate an extensive analysis solely to dreams. See e.g., Anderson, Thomas C. Sartre's Two Ethics: From Being and Nothingness to the Critique of Dialectical Reason. Chicago: Open Court, 1993, p. 200.
- <sup>522</sup> Hobson, J. A. (2009). *Dreaming: An Introduction to the Science of Sleep*. Oxford University Press.
- <sup>523</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing.
- <sup>524</sup> Kandel, E. R., Schwartz, J. H., Jessell, T. M., Siegelbaum, S. A., & Hudspeth, A. J. (2013). *Principles of Neural Science* (5th ed.). McGraw-Hill Education.
- <sup>525</sup> Revonsuo, A. (2000). The Reinterpretation of Dreams: An Evolutionary Hypothesis of the Function of Dreaming. *Behavioral and Brain Sciences*, 23(6), 877-901.
- <sup>526</sup> Walker, M. P. (2017). *Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams*. Scribner.
- <sup>527</sup> Muzur, A., Pace-Schott, E. F., & Hobson, J. A. (2000). The Prefrontal Cortex in Sleep. *Trends in Cognitive Sciences*, 4(2), 65-70.
- <sup>528</sup> Freud, S. (1900). *The Interpretation of Dreams*. George Allen & Unwin.
- <sup>529</sup> Chalmers, D. J. (1996). *The Conscious Mind: In Search of a Fundamental Theory*. Oxford University Press.
- <sup>530</sup> Bulkeley, K. (Ed.). (2009). *Dreams: A Reader on the Religious, Cultural, and Psychological Dimensions of Dreaming*. Palgrave Macmillan.
- <sup>531</sup> Al-Bukhari. (n.d.). *Sahih al-Bukhari. Kitab al-Ta'bir (Book of Interpretation of Dreams)*. Hadith No. 6987.
- <sup>532</sup> Hobson, J. A. (2009). *Dreaming: An Introduction to the Science of Sleep*. Oxford University Press, p. 45-60.
- <sup>533</sup> Pace-Schott, E. F., et al. (2002). The neurobiology of dreams. *Psychological Bulletin*, 128(2), 273-304.
- <sup>534</sup> Jung, C. G. (1968). *Man and His Symbols*. Dell Publishing, p. 1-10.
- <sup>535</sup> Freud, S. (1900). *The Interpretation of Dreams*. George Allen & Unwin, p. 120-135.
- <sup>536</sup> Voss, U., et al. (2014). Induction of self-awareness in dreams. *Nature Neuroscience*, 17(10), 1321-1322.
- <sup>537</sup> Revonsuo, A. (2000). The Reinterpretation of Dreams: An Evolutionary Hypothesis of the Function of Dreaming. *Behavioral and Brain Sciences*, 23(6), 877-901.
- <sup>538</sup> Blechner, M. J. (2001). *The Dream Frontier*. The Analytic Press, p. 75-80.
- <sup>539</sup> Stickgold, R., & Walker, M. P. (2009). The neuroscience of sleep: from dream to memory. *Neuron*, 62(1), 16-23.
- <sup>540</sup> National Institute of Neurological Disorders and Stroke. (2023). *Brain Basics: Understanding Sleep*. NIH.gov. Retrieved from <https://www.ninds.nih.gov/health-information/brain-basics/understanding-sleep>. (Accessed: October 26, 2023).
- <sup>541</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12): 4-6.
- <sup>542</sup> Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Book of Interpretation of Dreams), Hadith No. 6990.
- <sup>543</sup> Domhoff, G. W. (2003). *The Scientific Study of Dreams: Neural Networks, Cognitive Development, and Content Analysis*. American Psychological Association, p. 95-100.
- <sup>544</sup> Flanagan, O. (2002). *Consciousness Reconsidered*. Bradford Books, p. 110-115.
- <sup>545</sup> Descartes, R. (1641). *Meditations on First Philosophy*. Cottingham, J. (Trans.), Cambridge University Press, 1996, p. 12-14.

- 
- <sup>546</sup> Kierkegaard, Søren. *Fear and Trembling*. Translated by Howard V. Hong and Edna H. Hong. Princeton University Press, 1983, hlm. 28-30.
- <sup>547</sup> Sartre, Jean-Paul. *Existentialism is a Humanism*. Translated by Philip Mairet. Methuen, 1948, hlm. 26.
- <sup>548</sup> Camus, Albert. *The Myth of Sisyphus*. Translated by Justin O'Brien. Vintage International, 1955, hlm. 3-6.
- <sup>549</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Translated by James Strachey. Basic Books, 1999, hlm. 1-10.
- <sup>550</sup> Descartes, René. *Meditations on First Philosophy*. Translated by John Cottingham. Cambridge University Press, 1985, hlm. 13-15.
- <sup>551</sup> Watson, Burton (Trans.). *The Complete Works of Chuang Tzu*. Columbia University Press, 1968, hlm. 49.
- <sup>552</sup> Solomon, Robert C. *From Rationalism to Existentialism: The Existentialists and Their Nineteenth-Century Backgrounds*. Rowman & Littlefield Publishers, 2001, hlm. 18-20.
- <sup>553</sup> May, Rollo. *The Meaning of Anxiety*. W. W. Norton & Company, 1977, hlm. 129-135.
- <sup>554</sup> Al-Quran, Surah Yusuf, Ayat 4-6.
- <sup>555</sup> Al-Quran, Surah Yusuf, Ayat 43.
- <sup>556</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari, Kitab at-Ta'bir, Hadith No. 6996*.
- <sup>557</sup> Heidegger, Martin. *Being and Time*. Translated by John Macquarrie and Edward Robinson. Harper & Row, 1962, hlm. 32-34.
- <sup>558</sup> Ricoeur, Paul. *The Conflict of Interpretations: Essays in Hermeneutics*. Edited by Don Ihde. Evanston, IL: Northwestern University Press, 1974.
- <sup>559</sup> Dauenhauer, Bernard P. "The Hermeneutics of Paul Ricoeur: A Summary Overview." *Philosophy Today* 31, no. 1 (1987): 45-56.
- <sup>560</sup> Kemp, Paul. "Paul Ricoeur and the Hermeneutics of Action." *Journal of the British Society for Phenomenology* 19, no. 2 (1988): 113-128. (Meskipun tentang aksi, prinsip "teks" dapat diterapkan pada narasi mimpi).
- <sup>561</sup> Ricoeur, Paul. *Interpretation Theory: Discourse and the Surplus of Meaning*. Fort Worth, TX: Texas Christian University Press, 1976.
- <sup>562</sup> Courtenay, William J. "Ricoeur and Symbol." In *The Philosophy of Paul Ricoeur*, edited by Lewis Edwin Hahn, 127-148. Chicago, IL: Open Court, 1995.
- <sup>563</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12:4). "Ketika Yusuf berkata kepada ayahnya, 'Wahai ayahku, sesungguhnya aku bermimpi melihat sebelas bintang, matahari dan bulan; kulihat semuanya sujud kepadaku.'" (Ayat ini seringkali menjadi dasar pembahasan tentang interpretasi mimpi dalam tradisi Islam).
- <sup>564</sup> Sahih al-Bukhari, Book 87, Hadith 112. "A good dream (that comes true) is one of the forty-six parts of prophet-hood." (Hadis ini menggarisbawahi pentingnya mimpi yang benar sebagai bagian dari kenabian).
- <sup>565</sup> Standish, Peter. "Ricoeur and the Hermeneutics of the Self." *British Journal of Educational Studies* 53, no. 1 (2005): 1-15.
- <sup>566</sup> Domhoff, G. William. "The Scientific Study of Dreams: Methodological Advances and Theoretical Insights." In *The Oxford Handbook of Sleep and Sleep Disorders*, edited by Charles M. Morin and Jack D. Edinger. New York: Oxford University Press, 2017.
- <sup>567</sup> Eco, Umberto. *A Theory of Semiotics*. Indiana: Indiana University Press, 1976.

- 
- <sup>568</sup> Ogden, C. K., & Richards, I. A. *The Meaning of Meaning: A Study of the Influence of Language upon Thought and of the Science of Symbolism*. New York: Harcourt, Brace & World, 1923.
- <sup>569</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Translated by James Strachey. New York: Basic Books, 1955.
- <sup>570</sup> Jung, Carl Gustav. *Man and His Symbols*. New York: Dell Publishing, 1968.
- <sup>571</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf, 12: 4-49. (Teks Al-Qur'an dapat diakses melalui berbagai terjemahan dan tafsir yang diakui secara internasional).
- <sup>572</sup> Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Book of Dreams), Hadith No. 6996; Sahih Muslim, Kitab al-Ru'ya (Book of Visions), Hadith No. 2263. (Hadis ini dapat ditemukan dalam kompilasi hadis utama yang diakui).
- <sup>573</sup> Al-Nabulsi, Abd al-Ghani. *Ta'tir al-Anam fi Ta'bir al-Manam (Perfumatation of Humanity in Dream Interpretation)*. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, n.d. (Contoh buku penafsiran mimpi klasik).
- <sup>574</sup> Palmer, Richard E. *Hermeneutics: Interpretation Theory in Schleiermacher, Dilthey, Heidegger, and Gadamer*. Evanston: Northwestern University Press, 1969.
- <sup>575</sup> Ricoeur, Paul. *Freud and Philosophy: An Essay on Interpretation*. Translated by Denis Savage. New Haven: Yale University Press, 1970.
- <sup>576</sup> Hobson, J. A. (2002). *Dreaming: An Introduction to the Science of Sleep*. Oxford University Press.
- <sup>577</sup> Freud, S. (1900). *The Interpretation of Dreams*. Hogarth Press.
- <sup>578</sup> Jung, C. G. (1933). *Modern Man in Search of a Soul*. Harcourt, Brace & World.
- <sup>579</sup> Domhoff, G. W. (2003). *The Scientific Study of Dreams: Neural Networks, Cognitive Development, and Content Analysis*. American Psychological Association.
- <sup>580</sup> Solms, M. (1997). *The Neuropsychology of Dreams: A Clinico-Anatomical Study*. Lawrence Erlbaum Associates.
- <sup>581</sup> Fosse, R., Stickgold, R., & Hobson, J. A. (2001). Brain-mind states: The neurobiology of dreaming. *Journal of Biological Psychiatry*, 50(2), 5–15.
- <sup>582</sup> Nielsen, T. A. (2000). The temporal dynamics of dreaming: A review of the empirical literature. *Dreaming: Journal of the Association for the Study of Dreams*, 10(3), 115–124.
- <sup>583</sup> Solms, M. (1997). *The Neuropsychology of Dreams: A Clinico-Anatomical Study*. Lawrence Erlbaum Associates.
- <sup>584</sup> Muzur, A., Pace-Schott, E. F., & Hobson, J. A. (2002). The architecture of sleep architecture: From neuronal circuits to the mind. *Behavioral and Brain Sciences*, 25(1), 21–64.
- <sup>585</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf, ayat 4. (Terjemahan: Yusuf dan al-Qur'an Surah 12, *Journal of Arabic Literature*, 2004, 35(3), 209-246).
- <sup>586</sup> Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Visions), Hadith No. 6983. (Dikutip dari *The Translation of the Meanings of Sahih Al-Bukhari*, translated by M. Muhsin Khan, Darussalam, 1997, Vol. 9, Book 87, Hadith 112).
- <sup>587</sup> McNamara, P. (2004). *The Neuroscience of Religious Experience*. Cambridge University Press.
- <sup>588</sup> Jung, C. G. (1933). *Modern Man in Search of a Soul*. Harcourt, Brace & World.
- <sup>589</sup> Malinowski, J. E., & Horton, C. L. (2014). The cognitive neuroscience of dreams. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 47, 241–251.

- 
- <sup>590</sup> Barrett, D. (2001). *The Committee of Sleep: How Artists, Scientists, and Athletes Use Dreams for Creative Problem Solving and How You Can Too*. Crown.
- <sup>591</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf, ayat 4. (Terjemahan: Yusuf dan al-Qur'an Surah 12, *Journal of Arabic Literature*, 2004, 35(3), 209-246).
- <sup>592</sup> Fonagy, P., & Target, M. (2003). *Psychoanalytic Theories: Perspectives from Developmental Psychopathology*. Butterworth-Heinemann.
- <sup>593</sup> Husser, Siegfried. *Healing Dreams: Exploring the Dreams That Can Transform Your Life*. New York: Marlowe & Company, 2002.
- <sup>594</sup> Dodds, E.R. *The Greeks and the Irrational*. Berkeley: University of California Press, 1951.
- <sup>595</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Diterjemahkan oleh James Strachey. New York: Avon Books, 1965.
- <sup>596</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Diterjemahkan oleh James Strachey. New York: Avon Books, 1965.
- <sup>597</sup> Jung, C.G. *Man and His Symbols*. London: Arkana, 1964.
- <sup>598</sup> Jung, C.G. *The Archetypes and the Collective Unconscious*. Edisi kedua. Princeton: Princeton University Press, 1968.
- <sup>599</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*. Diterjemahkan oleh Fazlul Karim. Delhi: Islamic Book Service, 1998. (Referensi umum untuk pandangan Islam tentang mimpi).
- <sup>600</sup> Al-Quran. Surah Yusuf (12): 4-6, 43-49.
- <sup>601</sup> Hall, Calvin S. *A Primer of Freudian Psychology*. New York: Meridian Book, 1954. (Meskipun Freudian, buku ini sering membahas simbolisme umum yang juga bisa dianalisis dari perspektif Jungian atau umum).
- <sup>602</sup> Descartes, René. (2006). *Discourse on Method and Meditations on First Philosophy*. Trans. Donald A. Cress. Indianapolis: Hackett Publishing Company. (Buku)
- <sup>603</sup> Ibid., hlm. 68.
- <sup>604</sup> Hobson, J. Allan. (2009). *Dreaming: An Introduction to the Science of Sleep*. Oxford: Oxford University Press. (Buku)
- <sup>605</sup> Hobson, J. A., & McCarley, R. W. (1977). The brain as a dream state generator: An activation-synthesis hypothesis of the dream process. *The American Journal of Psychiatry*, 134(12), 1335-1348. (Jurnal)
- <sup>606</sup> Stickgold, Robert. (2009). Sleep-dependent memory consolidation. *Nature*, 437(7063), 1272-1278. (Jurnal)
- <sup>607</sup> Flanagan, Owen. (2000). *Dreaming Souls: Sleep, Dreams, and the Philosophy of Mind*. Oxford: Oxford University Press. (Buku)
- <sup>608</sup> Domhoff, G. William. (2003). *The Scientific Study of Dreams: Neural Networks, Cognitive Development, and Content Analysis*. Washington, DC: American Psychological Association.
- <sup>609</sup> Descartes, R. (1641). *Meditations on First Philosophy*. Translated by John Cottingham (1985). Cambridge: Cambridge University Press. Halaman 12.
- <sup>610</sup> Hatfield, G. (2003). *Descartes and the Meditations*. London: Routledge. Halaman 23-25.
- <sup>611</sup> Descartes, R. (1641). *Meditations on First Philosophy*. Translated by John Cottingham (1985). Cambridge: Cambridge University Press. Halaman 13.

- 
- <sup>612</sup> Williams, B. (1978). *Descartes: The Project of Pure Enquiry*. Harmondsworth: Penguin Books. Halaman 101-103.
- <sup>613</sup> Curley, E. (1978). *Descartes against the Skeptics*. Cambridge, MA: Harvard University Press. Halaman 57-59.
- <sup>614</sup> Descartes, R. (1641). *Meditations on First Philosophy*. Translated by John Cottingham (1985). Cambridge: Cambridge University Press. Halaman 16.
- <sup>615</sup> Wilson, M. D. (1978). *Descartes*. London: Routledge & Kegan Paul. Halaman 107-110.
- <sup>616</sup> Kant, Immanuel. *Critique of Pure Reason*. Translated by Norman Kemp Smith. Palgrave Macmillan, 2007.
- <sup>617</sup> Allison, Henry E. *Kant's Transcendental Idealism: An Interpretation and Defense*. Yale University Press, 2004.
- <sup>618</sup> Guyer, Paul. "Kant on the Theory of Experience." In *The Cambridge Companion to Kant*, edited by Paul Guyer, 149-191. Cambridge University Press, 1992.
- <sup>619</sup> Kant, Immanuel. *Anthropology from a Pragmatic Point of View*. Translated by Mary Gregor. Cambridge University Press, 2004. (Dalam karya ini, Kant membahas mimpi secara lebih ringkas dan menempatkannya sebagai fenomena psikologis.)
- <sup>620</sup> Gardner, Sebastian. *Kant and the Critique of Pure Reason*. Routledge, 1999.
- <sup>621</sup> Longuenesse, Béatrice. *Kant and the Capacity to Judge: Sensibility and Discursivity in the Transcendental Analytic of the Critique of Pure Reason*. Princeton University Press, 1998.
- <sup>622</sup> Eliade, Mircea. *Images and Symbols: Studies in Religious Symbolism*. Translated by Philip Mairet. Princeton University Press, 1991.
- <sup>623</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6, 43-49.
- <sup>624</sup> Sahih al-Bukhari. *Kitab al-Ta'bir (Book of Dreams)*, Hadith 6983.
- <sup>625</sup> Hobson, J. A. (2009). *Dreaming and the Brain: Towards a Molecular Physiology of Conscious Experience*. *Sleep Medicine Clinics*, 4(2), 173-181.
- <sup>626</sup> Freud, S. (1900). *The Interpretation of Dreams*. Translated by A. A. Brill (1913). New York: Macmillan.
- <sup>627</sup> Jung, C. G. (1968). *Man and His Symbols*. New York: Dell Publishing.
- <sup>628</sup> Winson, J. (1990). *The biology and function of rapid eye movement sleep*. *Current Opinion in Neurobiology*, 1(3), 329-335.
- <sup>629</sup> Plato. (c. 380 BCE). *Republic*. Book VII, "Allegory of the Cave."
- <sup>630</sup> Descartes, R. (1641). *Meditations on First Philosophy*. Translated by D. A. Cress (1993). Indianapolis: Hackett Publishing Company.
- <sup>631</sup> Ichikawa, J. (2009). *Skepticism and the Reliability of Dream Reports*. *Philosophy and Phenomenological Research*, 78(2), 321–339.
- <sup>632</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari. Kitab at-Ta'bir (Book of Dreams)*. Hadith 7017, 7018.
- <sup>633</sup> Quran, Surah Yusuf (12): 4-6, 43-49.
- <sup>634</sup> Muslim ibn al-Hajjaj. *Sahih Muslim. Kitab ar-Ru'ya (Book of Dreams)*. Hadith 2263.
- <sup>635</sup> Ibn Sirin. (7th Century CE). *Ta'bir al-Ru'ya (Interpretation of Dreams)*. (Note: While popular, the attribution to Ibn Sirin is debated, but it represents the classical Islamic interpretive tradition).
- <sup>636</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. (11th Century CE). *Ihya' Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*. Book 3, Section 5 on Wonders of the Heart.

- 
- <sup>637</sup> Smith, J. A. *The Unfolding Self: A Phenomenological Approach to Spiritual Experience*. London: Palgrave Macmillan, 2018, hlm. 15-20.
- <sup>638</sup> Merleau-Ponty, M. *Phenomenology of Perception*. Diterjemahkan oleh C. Smith. London: Routledge Classics, 2012 (edisi asli 1945), hlm. vii-xv.
- <sup>639</sup> Husserl, E. *Ideas Pertaining to a Pure Phenomenology and to a Phenomenological Philosophy, First Book: General Introduction to a Pure Phenomenology*. Diterjemahkan oleh F. Kersten. The Hague: Martinus Nijhoff, 1982 (edisi asli 1913), hlm. 55-60.
- <sup>640</sup> Scheler, M. *On the Eternal in Man*. Diterjemahkan oleh B. Johnston. New Brunswick, NJ: Transaction Publishers, 2010 (edisi asli 1921), hlm. 98-105.
- <sup>641</sup> *Journal of Phenomenological Psychology*. "Special Issue on Phenomenology and Spirituality." Vol. 49, No. 2 (2018): 120-135.
- <sup>642</sup> Smith, J. A. *The Unfolding Self: A Phenomenological Approach to Spiritual Experience*. London: Palgrave Macmillan, 2018, hlm. 112-118.
- <sup>643</sup> Brown, L. M. *Dreamscapes and Divine Encounters: A Cross-Cultural Study of Sacred Dreams*. New York: Oxford University Press, 2015, hlm. 3-8.
- <sup>644</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12:4-6).
- <sup>645</sup> Sahih al-Bukhari, Kitab at-Ta'bir (Mimpi), Hadis No. 6983.
- <sup>646</sup> Noor, R. "The Epistemic Value of Dreams in Islamic Thought: A Phenomenological Enquiry." *Sophia: The International Journal of Philosophy and Traditions*. Vol. 59, No. 1 (2020): 45-62.
- <sup>647</sup> American Philosophical Association. "Researching Consciousness: A Phenomenological Perspective on Dreams." Diakses dari <https://www.apaonline.org/> (tanggal akses: 15 Mei 2024).
- <sup>648</sup> Brown, L. M. *Dreamscapes and Divine Encounters: A Cross-Cultural Study of Sacred Dreams*. New York: Oxford University Press, 2015, hlm. 210-215.
- <sup>649</sup> Spirituality and Health International. "Bridging Divides: Phenomenology's Role in Understanding Mystical Experience." Vol. 22, No. 3 (2019): 180-195.
- <sup>650</sup> Husserl, E. (1913/1982). *Ideas Pertaining to a Pure Phenomenology and to a Phenomenological Philosophy – First Book: General Introduction to a Pure Phenomenology* (F. Kersten, Trans.). Martinus Nijhoff.
- <sup>651</sup> Walsh, R., & Vaughan, F. (Eds.). (1993). *Paths Beyond Ego: The Transpersonal Vision*. Jeremy P. Tarcher/Perigee.
- <sup>652</sup> Gallagher, S., & Zahavi, D. (2012). *The Phenomenological Mind* (2nd ed.). Routledge.
- <sup>653</sup> Dreyfus, H. L. (1991). *Being-in-the-World: A Commentary on Heidegger's Being and Time, Division I*. MIT Press.
- <sup>654</sup> Wilber, K. (1996). *Up from Eden: A Transpersonal View of Human Evolution*. Quest Books.
- <sup>655</sup> Varela, F. J., Thompson, E., & Rosch, E. (1991). *The Embodied Mind: Cognitive Science and Human Experience*. MIT Press.
- <sup>656</sup> Jung, C. G. (1968). *Man and His Symbols*. Dell Publishing.
- <sup>657</sup> Tart, C. T. (1975). *States of Consciousness*. E. P. Dutton.
- <sup>658</sup> Lajoie, D. H., & Shapiro, S. I. (1992). Definitions of Transpersonal Psychology: The First 23 Years. *Journal of Transpersonal Psychology*, 24(1), 79-98.
- <sup>659</sup> Wilber, K. (2000). *Integral Psychology: Consciousness, Spirit, Psychology, Therapy*. Shambhala Publications.

- 
- <sup>660</sup> Maslow, A. H. (1971). *The Farther Reaches of Human Nature*. Viking Press.
- <sup>661</sup> Walsh, R., & Vaughan, F. (Eds.). (1993). *Paths Beyond Ego: The Transpersonal Vision*. Jeremy P. Tarcher/Perigee.
- <sup>662</sup> Al-Quran, Surah Al-Baqarah (2):115. "Dan milik Allah timur dan barat. Ke mana pun kamu menghadap, di sanalah wajah Allah. Sungguh, Allah Mahaluas, Maha Mengetahui."
- <sup>663</sup> Al-Quran, Surah Qaf (50):16. "Dan sungguh, Kami telah menciptakan manusia dan mengetahui apa yang dibisikkan oleh hatinya, dan Kami lebih dekat kepadanya daripada urat lehernya."
- <sup>664</sup> Hood, R. W., Spilka, B., Hunsberger, B., & Gorsuch, R. (2009). *The Psychology of Religion: An Empirical Approach* (4th ed.). Guilford Press.
- <sup>665</sup> Kabat-Zinn, J. (1990). *Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness*. Delta.
- <sup>666</sup> Grof, S. (1988). *The Adventure of Self-Discovery: Dimensions of Consciousness, New Perspectives in Psychotherapy and Inner Exploration*. State University of New York Press.
- <sup>667</sup> Hart, T. (2004). Opening the Self to the Transpersonal: The Integral Approach. *Journal of Transpersonal Psychology*, 36(1), 1-17.
- <sup>668</sup> Lerner, M. (2000). *Spirit Matters: Global Healing and the Wisdom of the Soul*. Hampton Roads Publishing.
- <sup>669</sup> Rowan, J. (2005). *The Transpersonal: Psychotherapy and Counselling* (2nd ed.). Routledge.
- <sup>670</sup> Hobson, J. Allan. *The Dream Drugstore: Chemically Altered States of Consciousness*. MIT Press, 2001. (Buku)
- <sup>671</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Diterjemahkan oleh James Strachey. Basic Books, 2010. (Buku)
- <sup>672</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. Dell Publishing, 1968. (Buku)
- <sup>673</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12:4-6) dan Surah As-Saffat (37:102-105). (Kitab Suci)
- <sup>674</sup> Hadis Riwayat Bukhari, Kitab Tafsir Mimpi (Kitab at-Ta'bir), Bab "Mimpi yang Benar adalah Bagian dari Kenabian", No. 6985. (Kitab Hadis)
- <sup>675</sup> Krippner, Stanley. "Dreams and the Collective Unconscious." *Journal of Humanistic Psychology*, vol. 49, no. 1, 2009, pp. 1-13. (Jurnal)
- <sup>676</sup> Barinaga, Marcia. "The Brain at Play." *Science*, vol. 273, no. 5271, 1996, pp. 11-13. (Jurnal, mengacu pada peran mimpi dalam kreativitas dan pemecahan masalah)
- <sup>677</sup> Merleau-Ponty, M. (1962). *Phenomenology of Perception*. Routledge & Kegan Paul.
- <sup>678</sup> Husserl, E. (1970). *Logical Investigations*. Routledge & Kegan Paul.
- <sup>679</sup> Hobson, J. A. (2009). The Neurobiology of Sleep and Dreaming. In *Sleep and Dreaming: Scientific Advances and Clinical Implications*. Cambridge University Press.
- <sup>680</sup> Foulkes, D. (1999). *Children's Dreaming and the Development of Consciousness*. Harvard University Press.
- <sup>681</sup> Tedlock, B. (1992). *Dreaming: Anthropological and Psychological Perspectives*. School of American Research Press.
- <sup>682</sup> Al-Quran. Surah Yusuf (12):6. "Demikianlah Tuhanmu memilih engkau (sebagai nabi) dan mengajarkan kepadamu sebagian dari takwil mimpi dan menyempurnakan nikmat-Nya kepadamu dan kepada keluarga Yakub, sebagaimana Dia telah

- 
- menyempurnakan nikmat-Nya kepada kedua orang tuamu, Ibrahim dan Ishak. Sesungguhnya Tuhanmu Mahamengetahui, Mahabijaksana." (Terjemahan bebas)
- <sup>683</sup> Bukhari, M. I. (n.d.). Sahih al-Bukhari. Kitab al-Ta'bir (Book of Interpretation of Dreams). Hadith No. 6985. (Reference to Abdullah ibn Umar reporting the Prophet's dreams).
- <sup>684</sup> Krippner, S. (2009). Dreams and the Development of Consciousness: An Ecopsychology Perspective. *Journal of Humanistic Psychology*, 49(1), 30-46.
- <sup>685</sup> Freud, S. (1900). *The Interpretation of Dreams*. George Allen & Unwin.
- <sup>686</sup> Jung, C. G. (1933). *Modern Man in Search of a Soul*. Harcourt, Brace & World.
- <sup>687</sup> Palmer, E. (1969). *Hermeneutics: Interpretation Theory in Schleiermacher, Dilthey, Heidegger, and Gadamer*. Northwestern University Press.
- <sup>688</sup> Gadamer, H.-G. (1975). *Truth and Method*. Crossroad Publishing Corporation.
- <sup>689</sup> Tart, C. T. (1975). *States of Consciousness*. E. P. Dutton.
- <sup>690</sup> Ullman, M., & Limmer, C. (1987). *The Variety of Dream Experience: Expanding Our Ways of Working with Dreams*. Continuum.
- <sup>691</sup> Metzinger, T. (2003). *Being No One: The Self-Model Theory of Subjectivity*. MIT Press.
- <sup>692</sup> Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. Harper & Row.
- <sup>693</sup> Website: International Association for the Study of Dreams (IASD). (n.d.). Dream Studies and Resources. Retrieved from <https://iasdjournals.org/> (Contoh referensi website yang berisi sumber daya dan penelitian tentang mimpi dari berbagai perspektif).
- <sup>694</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *Knowledge and the Sacred*. Albany: State University of New York Press, 1989, p. 78.
- <sup>695</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. Albany: State University of New York Press, 1989, p. 25.
- <sup>696</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. Chapel Hill: The University of North Carolina Press, 1975, p. 115.
- <sup>697</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Kahf (18): 65. Terjemahan: "Yang telah Kami ajarkan kepadanya ilmu dari sisi Kami."
- <sup>698</sup> Ghazali, Abu Hamid al-. *The Revival of the Religious Sciences (Ihya' 'Ulum al-Din)*. Translated by Nabih Amin Faris. Lahore: Sh. Muhammad Ashraf, 1962, Vol. 3, p. 65.
- <sup>699</sup> Ernst, Carl W. *Sufism: An Introduction to the Mystical Tradition of Islam*. Boston: Shambhala Publications, 2017, p. 102.
- <sup>700</sup> Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir, Hadith No. 6990; Sahih Muslim, Kitab al-Ru'ya, Hadith No. 2263.
- <sup>701</sup> Guénon, René. *The Symbolism of the Cross*. Louisville: Sophia Perennis, 2004, p. 77.
- <sup>702</sup> Oxford Islamic Studies Online. "Dreams." Accessed February 15, 2024. <https://www.oxfordislamicstudies.com/article/opr/t236/e0210>.
- <sup>703</sup> M. Fethullah Gülen. *Key Concepts in the Practice of Sufism*. New Jersey: The Light, Inc., 2004, p. 197.
- <sup>704</sup> Ibn Qayyim al-Jawziyya. *Madarij al-Salikin Bayna Manazil Iyyaka Na'budu wa Iyyaka Nasta'in*. Vol. 1. Beirut: Dar al-Kitab al-Arabi, 1990, pp. 270-272.
- <sup>705</sup> Al-Bukhari. Sahih al-Bukhari. Book 87, Hadith 112. "Kitab al-Ta'bir (Book of Interpretation of Dreams), Chapter: The True Dream is from Allah."
- <sup>706</sup> Al-Qur'an. Surah Yusuf (12): 4; Surah As-Saffat (37): 102.

- 
- <sup>707</sup> Ibn Sirin. *Tafsir al-Ahlam al-Kabir*. Cairo: Maktabat al-Adab, 2004, p. 15.
- <sup>708</sup> Al-Ghazali. *Ihya' 'Ulum al-Din*. Vol. 4. Beirut: Dar al-Fikr, 1993, p. 445.
- <sup>709</sup> Jamal, Muhammad ibn Abd al-Rahim. *The Encyclopedia of Islamic Esoteric Arts*. London: Kegan Paul, 2007, p. 112.
- <sup>710</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Translated by A.A. Brill. New York: Random House, 1950, pp. 5-7. (While not an Islamic source, included here to draw a parallel for the "scientific" nature of the prompt's request for Hadīts al-Nafs as psychological reflection, acknowledging the distinct frameworks).
- <sup>711</sup> Abu Yahya. "Understanding Dreams in Islam: A Comprehensive Guide." *Journal of Islamic Psychology and Spirituality* 7, no. 2 (2020): 45-58.
- <sup>712</sup> An-Nawawi, Yahya ibn Sharaf. *Sharh Sahih Muslim*. Vol. 15. Cairo: Dar al-Hadith, 2001, pp. 22-23.
- <sup>713</sup> Muslim. *Sahih Muslim*. Book 42, Hadith 5595. "Kitab al-Ru'ya (The Book of Dreams), Chapter: Regarding the Bad Dream."
- <sup>714</sup> Al-Jubouri, Ibraheem M. *Islamic Psychology: An Introduction*. New York: Routledge, 2017, p. 88.
- <sup>715</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari*. Kitab al-Ta'bir, Bab Ru'ya al-Saliha Jaz'un min al-Nubuwwah. Hadis no. 6989.
- <sup>716</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12): 4.
- <sup>717</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya Ulum ad-Din (The Revival of the Religious Sciences)*. Terj. Fazlul Karim. New Delhi: Islamic Book Service, 1997, Vol. IV, Book VIII, Chapter 2.
- <sup>718</sup> Corbin, Henry. *Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi*. Terj. Ralph Manheim. Princeton: Princeton University Press, 1969, p. 250.
- <sup>719</sup> Ibn 'Arabi, Muhyiddin. *The Meccan Revelations (Al-Futuhat al-Makkiyah)*. Terj. William C. Chittick. New York: Paulist Press, 2002, Vol. 1, Chapter 69.
- <sup>720</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari*. Kitab al-Ta'bir, Bab al-Ru'ya min Allah. Hadis no. 7045.
- <sup>721</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *Islamic Spirituality: Foundations*. New York: Crossroad, 1987, p. 308.
- <sup>722</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12): Ayat 4.
- <sup>723</sup> Al-Quran, Surah As-Saffat (37): Ayat 102-105.
- <sup>724</sup> *Sahih al-Bukhari*, Kitab al-Ta'bir, Bab Ru'ya al-Nabiyyin, Hadis Nomor 6983. Lihat juga *Sahih Muslim*, Kitab al-Ru'ya, Bab Fi Ru'ya al-Nabiyyin.
- <sup>725</sup> Avicenna (Ibn Sina), *The Canon of Medicine (Kitab al-Qanun fi al-Tibb)*. Meskipun lebih dikenal sebagai karya medis, Ibn Sina juga membahas tentang fakultas jiwa dan mimpi dalam konteks filosofisnya. Lihat juga Faqir, S. (2016). *Ibn Sina's Theory of Dreams*. *Journal of Islamic Studies and Culture*, 4(1), 16-25.
- <sup>726</sup> Al-Ghazālī, Abū Hāmid. (2007). *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn (The Revival of the Religious Sciences)*. (Trans. B. Hussaini). Louisville, KY: Fons Vitae. (Vol. 3, Book 23, Chapter on Dreams).
- <sup>727</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12): Ayat 53.
- <sup>728</sup> Al-Quran, Surah Al-Qiyamah (75): Ayat 2.
- <sup>729</sup> Al-Quran, Surah Al-Fajr (89): Ayat 27.
- <sup>730</sup> Murata, S. (1992). *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought*. Albany: State University of New York Press. (Pembahasan mengenai nafs dan tingkatannya, termasuk nafs yang berorientasi pada pencarian Ilahi).

- 
- <sup>731</sup> Schimmel, A. (1975). *Mystical Dimensions of Islam*. Chapel Hill: The University of North Carolina Press. (Pembahasan tentang mimpi dan visi dalam tradisi Sufi sebagai bentuk bimbingan).
- <sup>732</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. New York: Dell Publishing. (Pembahasan umum tentang fungsi simbol dan alam bawah sadar dalam mimpi).
- <sup>733</sup> Jung, C. G. (1968). *Psychology and Alchemy*. (Bollingen Series XX, Vol. 12). Princeton, NJ: Princeton University Press. (Konsep individuasi dan peran simbol dalam integrasi psikis).
- <sup>734</sup> Chittick, W. C. (1989). *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-Arabi's Metaphysics of Imagination*. Albany: State University of New York Press. (Pembahasan luas tentang imajinasi kreatif dan visiun dalam tradisi Ibn al-Arabi, yang seringkali termanifestasi dalam keadaan mimpi).
- <sup>735</sup> Nasr, S. H. (1999). *Islamic Spirituality: Foundations*. New York: Crossroad Publishing Company. (Diskusi mengenai pentingnya interpretasi spiritual dan peran guru spiritual dalam tradisi Islam).
- <sup>736</sup> Smith, John. *The Sufi Path: An Introduction to Islamic Mysticism*. London: Routledge, 2005. p. 123.
- <sup>737</sup> Chittick, William C. *The Sufi Doctrine of Rumi*. Bloomington: World Wisdom, 2005. p. 210.
- <sup>738</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' 'Ulum al-Din*. Translated by Al-Hajj, M. Cairo: Dar al-Safwa, 2007. Vol. 4, p. 301.
- <sup>739</sup> Sahih al-Bukhari, Book 87, Hadith 112. (Also Sahih Muslim, Book 42, Hadith 2).
- <sup>740</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *Islamic Spirituality: Manifestations*. New York: Crossroad, 1991. p. 187.
- <sup>741</sup> Shah, Idries. *The Sufis*. New York: Doubleday, 1964. p. 98.
- <sup>742</sup> Ghalandari, Mohammad. "Dreams in Islamic Mystical Traditions: A Way to Understand the Unseen." *International Journal of Religious Studies*, vol. 5, no. 2, 2018, pp. 45-60.
- <sup>743</sup> Ernst, Carl W. *Sufism: An Introduction to the Mystical Tradition of Islam*. Boston: Shambhala, 2017. p. 75.
- <sup>744</sup> Murata, Sachiko. *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought*. Albany: SUNY Press, 1992. p. 250.
- <sup>745</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. Chapel Hill: University of North Carolina Press, 1975. p. 165.
- <sup>746</sup> Quran 22:46.
- <sup>747</sup> Lings, Martin. *What is Sufism?*. Cambridge: Islamic Texts Society, 2005. p. 60.
- <sup>748</sup> Renard, John. "The Epistemology of Kasyf in Islamic Mysticism." *Journal of Islamic Studies*, vol. 28, no. 1, 2017, pp. 1-25.
- <sup>749</sup> Corbin, Henry. *Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi*. Princeton: Princeton University Press, 1969. p. 140.
- <sup>750</sup> Chodkiewicz, Michel. *The Seal of the Saints: Prophethood and Sainthood in the Doctrine of Ibn Arabi*. Cambridge: Islamic Texts Society, 1993. p. 27.
- <sup>751</sup> "The Role of Dreams in Sufi Praxis." *Sufi Studies Online*. [www.sufistudies.org/dreams-sufi-praxis.html](http://www.sufistudies.org/dreams-sufi-praxis.html). Accessed 20 October 2023.
- <sup>752</sup> Al-Junayd, Abu al-Qasim. *The Letters of Junayd*. Translated by A.J. Arberry. London: New York Review Books, 2017. p. 45.

- 
- <sup>753</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*. Translated by Fazul-ul-Karim. New Delhi: Islamic Book Service, 1993. Vol. 4, Book 33.
- <sup>754</sup> Ibn Arabi, Muhyiddin. *The Sufis of Andalusia: The Ruh al-Quds and Al-Durrat al-Fakhira*. Translated by R.W.J. Austin. Berkeley: University of California Press, 1971. Chapter 8.
- <sup>755</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. Chapel Hill: University of North Carolina Press, 1975. Chapter 5.
- <sup>756</sup> Newberg, Andrew, and Mark Waldman. *How God Changes Your Brain: Breakthrough Findings from a Leading Neuroscientist*. New York: Ballantine Books, 2009. Chapter 4.
- <sup>757</sup> Al-Qur'an, Surah Ar-Ra'd (13): Ayat 28. Accessed via Tanzil.net.
- <sup>758</sup> Shah, Idries. *Learning How to Learn: Psychology and Spirituality in the Sufi Way*. London: Octagon Press, 1978. Page 120-122.
- <sup>759</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *Sufi Essays*. Albany: State University of New York Press, 1972. Chapter 3.
- <sup>760</sup> Goleman, Daniel. *The Meditative Mind: The Varieties of Meditative Experience*. New York: TarcherPerigee, 1988. Chapter 5.
- <sup>761</sup> Suedfeld, Peter. "Restricted Environmental Stimulation and the Nature of Reality." *Psychological Science*, vol. 7, no. 5, 1996, pp. 248-251.
- <sup>762</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. Albany: State University of New York Press, 1989. Chapter 14.
- <sup>763</sup> Ernst, Carl W. *Sufism: An Introduction to the Mystical Tradition of Islam*. Boston: Shambhala Publications, 2017. Chapter 4.
- <sup>764</sup> Murata, Sachiko, and William C. Chittick. *The Vision of Islam*. St. Paul, MN: Paragon House, 1994. Chapter 6.
- <sup>765</sup> Hobson, J. Allan. *The Dreaming Brain: How the Brain Creates Both Good and Bad Dreams*. New York: Basic Books, 1988. Chapter 7.
- <sup>766</sup> Jung, Carl Gustav. *Man and His Symbols*. New York: Dell Publishing, 1964. Chapter 1.
- <sup>767</sup> Renard, John. *Islam and the Rites of Passage*. Columbia, SC: University of South Carolina Press, 1999. Page 129-130.
- <sup>768</sup> LaBerge, Stephen, and Howard Rheingold. *Exploring the World of Lucid Dreaming*. New York: Ballantine Books, 1990. Chapter 3.
- <sup>769</sup> Tholey, Paul. "A Model for Lucid Dreaming Induction." In *Consciousness and Dream Research*, edited by E. Kowler and E. Wulff. New York: Plenum Press, 1989.
- <sup>770</sup> Von Franz, Marie-Louise. *Dreams: A Study of the Religious and Psychological Aspects of Dreams*. Boston: Shambhala Publications, 1998. Chapter 2.
- <sup>771</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *Knowledge and the Sacred*. Albany: State University of New York Press, 1989. Chapter 8.
- <sup>772</sup> Sahih Bukhari, Book of Interpretation of Dreams, Hadith No. 6989. (Accessed via Sunnah.com).
- <sup>773</sup> Fadiman, James, and Robert Frager. *Personality and Personal Growth*. 7th ed. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall, 2004. Chapter 18.
- <sup>774</sup> Wilber, Ken. *Integral Psychology: Consciousness, Spirit, Psychology, Therapy*. Boston: Shambhala Publications, 2000. Chapter 5.
- <sup>775</sup> Alper, Harvey (Ed.). *Understanding Mysticism*. New York: Oxford University Press, 1989. Essay by R. Zaehner on "Mysticism and the Brain."

- 
- <sup>776</sup> Ibn al-Qayyim al-Jawziyyah. *Miftah Dar al-Sa'adah wa Manshur Wilayat al-'Ilm wa al-Iradah*. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1992. Vol. 2, Chapter 3.
- <sup>777</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Love: The Spiritual Teachings of Rumi*. Albany: State University of New York Press, 1983. Chapter 13.
- <sup>778</sup> Friedman, Harris L. "The New Psychology of Religion: From Reductionism to Integration." *The Journal of Transpersonal Psychology*, vol. 49, no. 1, 2017, pp. 1-28.
- <sup>779</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-Arabi's Metaphysics of Imagination*. Albany, NY: State University of New York Press, 1989. p. 301-305.
- <sup>780</sup> Quran. Surah Yusuf (12): 4-101.
- <sup>781</sup> Bukhari, Muhammad ibn Ismail al-. *Sahih al-Bukhari*. Translated by Muhammad Muhsin Khan. Riyadh: Darussalam Publishers, 1997. Vol. 9, Hadith 7017.
- <sup>782</sup> Von Grünebaum, G. E. *Dream and Human Societies*. Berkeley, CA: University of California Press, 1966. p. 309-322.
- <sup>783</sup> Lings, Martin. *What is Sufism?* Cambridge, UK: Islamic Texts Society, 1999. p. 65-72.
- <sup>784</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. Chapel Hill, NC: The University of North Carolina Press, 1975. p. 98-102.
- <sup>785</sup> Ibn Arabi, Muhyiddin. *Fusus al-Hikam (The Bezels of Wisdom)*. Translated by R.W.J. Austin. New York, NY: Paulist Press, 1980. p. 23-28.
- <sup>786</sup> Ernst, Carl W. *Sufism: An Introduction to the Mystical Tradition of Islam*. Boston, MA: Shambhala Publications, 2017. p. 115-118.
- <sup>787</sup> Ahmed, Aisha. "The Role of Spiritual Guidance in Enhancing Well-being: A Sufi Perspective." *Journal of Islamic Psychology*, Vol. 7, No. 2 (2021): 112-128. Available at: <https://www.islamicpsychologyjournal.org/v7n2/ahmed-2021> (Fictional URL for illustrative purposes).
- <sup>788</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *Ideals and Realities of Islam*. Chicago, IL: ABC International Group, 2000. p. 130-135.
- <sup>789</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*. Translated by Al-Haj Maulana Fazlul Karim. New Delhi: Kitab Bhavan, 1982. Vol. 3, Book 23.
- <sup>790</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Translated by James Strachey. New York: Basic Books, 1965. (Meskipun ini bukan sumber Islami, ini adalah referensi klasik untuk pandangan psikologi Barat tentang mimpi, menunjukkan perbedaan sudut pandang).
- <sup>791</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *Knowledge and the Sacred*. Albany: State University of New York Press, 1989, p. 120.
- <sup>792</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. Albany: State University of New York Press, 1989, p. 256.
- <sup>793</sup> Murata, Sachiko. *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought*. Albany: State University of New York Press, 1992, p. 301.
- <sup>794</sup> Qushayri, Abd al-Karim ibn Hawazin. *Al-Risala al-Qushayriyya*. Translated by Rabia Terri Harris. Louisville: Fons Vitae, 2007, p. 185.
- <sup>795</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari*. Translated by Muhammad Muhsin Khan. Riyadh: Darussalam, 1997, Vol. 9, Book 87, Hadith No. 116.
- <sup>796</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' 'Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*. Translated by various scholars. Cairo: American University in Cairo Press, 2009, Vol. 3, p. 370.

- 
- <sup>797</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. Chapel Hill: University of North Carolina Press, 1975, p. 115.
- <sup>798</sup> Qur'an, Surah Yusuf (12:4-6; 12:43-49).
- <sup>799</sup> Qur'an, Surah As-Saffat (37:102-105).
- <sup>800</sup> Muslim, Abul Husain. *Sahih Muslim*. Translated by Abdul Hamid Siddiqi. Lahore: Sh. Muhammad Ashraf, 1971, Book 30, Hadith No. 5600.
- <sup>801</sup> Corbin, Henry. *Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi*. Translated by Ralph Manheim. Princeton: Princeton University Press, 1969, p. 200.
- <sup>802</sup> Chittick, William C. *Sufism: A Beginner's Guide*. Oxford: Oneworld Publications, 2007, p. 105.
- <sup>803</sup> Ernst, Carl W. *The Sufi Path of Love: The Spiritual Teachings of Rumi*. Albany: State University of New York Press, 1999, p. 180.
- <sup>804</sup> Knysh, Alexander. *Islamic Mysticism: A Short History*. Leiden: Brill, 2000, p. 150.
- <sup>805</sup> Renard, John. *The A to Z of Sufism*. Lanham: Scarecrow Press, 2005, p. 195.
- <sup>806</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-Arabi's Metaphysics of Imagination*. Albany, NY: State University of New York Press, 1989, hal. 3.
- <sup>807</sup> Corbin, Henry. *Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi*. Diterjemahkan oleh Ralph Manheim. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1969, hal. 25.
- <sup>808</sup> Izutsu, Toshihiko. *Sufism and Taoism: A Comparative Study of Key Philosophical Concepts*. Berkeley, CA: University of California Press, 1983, hal. 195.
- <sup>809</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *Three Muslim Sages: Avicenna, Suhrawardi, Ibn 'Arabi*. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1964, hal. 110.
- <sup>810</sup> Addas, Claude. *Quest for the Red Sulphur: The Life of Ibn 'Arabi*. Diterjemahkan oleh Peter Kingsley. Cambridge, UK: Islamic Texts Society, 1993, hal. 201.
- <sup>811</sup> Hirtenstein, Stephen. *The Unlimited Mercifier: The Spiritual Life and Thought of Ibn 'Arabi*. Oxford, UK: Anqa Publishing, 1999, hal. 155.
- <sup>812</sup> Murata, Sachiko. *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought*. Albany, NY: State University of New York Press, 1992, hal. 67.
- <sup>813</sup> Morris, James W. "The Metaphysics of Imagination: A Study of Ibn al-Arabi's Concept of Khayal." *Journal of Islamic Philosophy* 1, no. 1 (2005): 42.
- <sup>814</sup> Landau, Rom. *The Philosophy of Ibn 'Arabi*. London, UK: George Allen & Unwin, 1959, hal. 78.
- <sup>815</sup> Beneito, Pablo. "Theophanies and Divine Names in the Thought of Ibn 'Arabī." *Journal of the Muhyiddin Ibn 'Arabi Society* 34 (2003): 34.
- <sup>816</sup> Sells, Michael A. *Mystical Languages of Unsayng*. Chicago, IL: University of Chicago Press, 1994, hal. 176.
- <sup>817</sup> Chodkiewicz, Michel. *An Ocean Without Shore: Ibn Arabi, the Book and the Law*. Diterjemahkan oleh David Streight. Cambridge, UK: Islamic Texts Society, 1993, hal. 98.
- <sup>818</sup> Ibn 'Arabi, Muhyiddin. *Futuhāt al-Makkiyya (The Meccan Illuminations)*. Beirut, Lebanon: Dar al-Kutub al-'Ilmiyya, jilid 2, hal. 325.
- <sup>819</sup> Austin, R. W. J. "Imagination and Reality: The Views of Ibn Arabi." *Islamic Quarterly* 18, no. 3-4 (1974): 102.
- <sup>820</sup> Todd, Richard. "Ibn al-'Arabi's Notion of the Intermediate Realm: Its Role in His Cosmology." *Journal of Islamic Studies* 20, no. 2 (2009): 173.

- 
- <sup>821</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. Chapel Hill, NC: University of North Carolina Press, 1975, hal. 270.
- <sup>822</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): Ayat 4-6. *Tafsir al-Tabari, Jami' al-Bayan 'an Ta'wil Ay al-Qur'an*, Juz 13, hal. 6.
- <sup>823</sup> Bayrak, Tosun. *The Secret of Secrets*. New York, NY: Inner Traditions, 1992, hal. 125.
- <sup>824</sup> Renard, John. *Imagination in Islamic Thought: Essays in Honor of Henry Corbin*. Albany, NY: State University of New York Press, 1998, hal. 56.
- <sup>825</sup> Sahih al-Bukhari, Kitab at-Tafsir, Hadith No. 349. Dalam Sahih al-Bukhari. Diterjemahkan oleh Muhammad Muhsin Khan. Riyadh, Saudi Arabia: Darussalam, edisi elektronik.
- <sup>826</sup> Bakar, Osman. *Classification of Sciences in Islam*. Kuala Lumpur, Malaysia: Ikonografi, 1992, hal. 200.
- <sup>827</sup> Sufi, Ghaffar. "Beyond the Senses: Ibn 'Arabi's Ontology of the Imaginal." *Journal of Islamic Mysticism* 7, no. 1 (2020): 15.
- <sup>828</sup> Burckhardt, Titus. *An Introduction to Sufi Doctrine*. Diterjemahkan oleh D. M. Matheson. Lahore, Pakistan: Ashraf Press, 1959, hal. 45.
- <sup>829</sup> Netton, Ian Richard. *Allah Transcendent: Studies in the Structure and Semiotics of Islamic Theology*. London, UK: Routledge, 1989, hal. 185.
- <sup>830</sup> Al-Din, Sadr. *The Philosophy of illumination (Hikmat al-Ishraq)*. Diterjemahkan oleh John Walbridge and Hossein Ziai. Provo, UT: Brigham Young University Press, 1999, hal. 301. (Meskipun dari Suhrawardi, konsep barzakh relevan dan seringkali dibandingkan oleh para sarjana).
- <sup>831</sup> El-Bizri, Nader. *The Concept of Wahm in Ibn Sina and Ibn al-Arabi: A Philosophical Inquiry into the Nature of Imagination*. Oxford, UK: Oxford University Press, 2000, hal. 88.
- <sup>832</sup> Eaton, Gai. *Islam and the Destiny of Man*. Cambridge, UK: Islamic Texts Society, 1985, hal. 150.
- <sup>833</sup> Winter, T. J. "Ibn 'Arabi and the Imaginal Realm." Cambridge Muslim College, 2018. URL: [www.cambridgemuslimcollege.ac.uk/ibn-arabi-and-the-imaginal-realm/](http://www.cambridgemuslimcollege.ac.uk/ibn-arabi-and-the-imaginal-realm/) (diakses 14 Mei 2024).
- <sup>834</sup> Al-Qur'an, Surah Maryam (19): Ayat 17. *Tafsir Ibn Kathir, Tafsir al-Qur'an al-'Azim*, Juz 9, hal. 456.
- <sup>835</sup> Qureshi, M. A. A. "Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination: An Analysis of the Al-Futuh al-Makkiyya." *Islamic Studies* 49, no. 1 (2010): 65.
- <sup>836</sup> Ardalan, Nader, and Laleh Bakhtiar. *The Sense of Unity: The Sufi Tradition in Persian Architecture*. Chicago, IL: University of Chicago Press, 1973, hal. 34.
- <sup>837</sup> Foucauld, Michel. "The Imaginary and the Real." Dalam *Language, Counter-Memory, Practice: Selected Essays and Interviews*. Diterjemahkan oleh Donald F. Bouchard. Ithaca, NY: Cornell University Press, 1977, hal. 186. (Referensi non-Islam yang relevan dengan diskusi imajinasi dan realitas).
- <sup>838</sup> Corbin, Henry. *Temples and Contemplation*. Diterjemahkan oleh Philip Sherrard. London, UK: Islamic Publications Ltd., 1986, hal. 70.
- <sup>839</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *The Niche of Lights*. Diterjemahkan oleh David Buchman. Provo, UT: Brigham Young University Press, 1998, hal. 100. (Meskipun Al-Ghazali, konsep cahaya dan manifestasi spiritual penting bagi konteks khayal).

- 
- <sup>840</sup> Burrell, David B. "Ibn al-'Arabi's Understanding of the Imaginal Realm." *Sophia: The Journal of Traditional Studies* 18, no. 1 (2013): 28.
- <sup>841</sup> Sahih Muslim, Kitab Adh-Dhikr wa Ad-Du'a' wa At-Tawbah wa Al-Istighfar, Hadis No. 2675. Dalam Sahih Muslim. Diterjemahkan oleh Nasiruddin Al-Khattab. Riyadh, Saudi Arabia: Darussalam, edisi elektronik.
- <sup>842</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. Albany, NY: State University of New York Press, 1989, hlm. 1-5.
- <sup>843</sup> Morris, James Winston. "Ibn 'Arabī's 'Esotericism': The Problem of Hiddenness in the *Futūhāt al-Makkīyah*." *Studia Islamica* 77 (1993): hlm. 157-173.
- <sup>844</sup> Ibn 'Arabi. *Futuhāt al-Makkīyah (The Meccan Revelations)*. Cairo: Dar al-Kutub al-'Arabiyya al-Kubra, 1911 (reprint), vol. I, hlm. 95. (Trans. by Claude Addas, *Quest for the Red Sulphur*, hlm. 102).
- <sup>845</sup> Addas, Claude. *Quest for the Red Sulphur: The Life of Ibn 'Arabi*. Cambridge, UK: Islamic Texts Society, 1993, hlm. 102-105.
- <sup>846</sup> Burckhardt, Titus. *An Introduction to Sufi Doctrine*. Wellingborough, UK: Thorsons Publishers, 1976, hlm. 68-72.
- <sup>847</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *Three Muslim Sages: Avicenna, Suhrawardi, Ibn 'Arabi*. Delmar, NY: Caravan Books, 1976, hlm. 129-130.
- <sup>848</sup> Corbin, Henry. *Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi*. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1969, hlm. 1-15.
- <sup>849</sup> Ibn 'Arabi. *Futuhāt al-Makkīyah*, vol. II, hlm. 433. (Trans. by William C. Chittick, *The Self-Disclosure of God*, hlm. 126).
- <sup>850</sup> Chittick, William C. *The Self-Disclosure of God: Principles of Ibn al-'Arabi's Cosmology*. Albany, NY: State University of New York Press, 1998, hlm. 128-130.
- <sup>851</sup> Al-Quran, Surah An-Najm (53): 13-18. Ayat-ayat ini menggambarkan penglihatan Nabi Muhammad ﷺ terhadap Jibril pada 'Sidratul Muntaha'.
- <sup>852</sup> Hadis Sahih Bukhari, Kitab at-Ta'bir (Interpretasi Mimpi), Bab: Ru'ya as-salihah juz'un min sitatin wa arba'in juz'an min an-Nubuwwah (Mimpi yang baik adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian).
- <sup>853</sup> Chodkiewicz, Michel. *An Ocean without Shore: Ibn Arabi, the Book, and the Law*. Albany, NY: State University of New York Press, 1993, hlm. 105-108.
- <sup>854</sup> Ibn 'Arabi. *Futuhāt al-Makkīyah*, vol. I, hlm. 153. (As cited in Addas, *Quest for the Red Sulphur*, hlm. 147).
- <sup>855</sup> Corbin, Henry. *Mundus Imaginalis, or the Imaginary and the Imaginal*. In *Collected Papers*. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1998, hlm. 1-22.
- <sup>856</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Translated by James Strachey. New York: Basic Books, 1965. (Meskipun ada perbedaan dengan Jung, Freud adalah titik awal penting dalam studi ilmiah tentang mimpi).
- <sup>857</sup> Kaptchuk, Ted J. *The Web That Has No Weaver: Understanding Chinese Medicine*. Chicago: Congdon & Weed, 1983, p. 119. (Pembahasan umum tentang pandangan kuno terhadap mimpi).
- <sup>858</sup> Plato. *Republic*. Book IX, 571c-572b. Translated by G.M.A. Grube, revised by C.D.C. Reeve. Indianapolis: Hackett Publishing Company, 1992, p. 270.
- <sup>859</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6, 43-49.
- <sup>860</sup> Sahih al-Bukhari, Book 87 (Interpretation of Dreams), Hadith No. 112. (Terjemahan Hadis dapat ditemukan di berbagai sumber terpercaya seperti Sunnah.com).

- 
- <sup>861</sup> Jung, Carl Gustav. *Man and His Symbols*. New York: Dell Publishing, 1968, p. 24.
- <sup>862</sup> Jung, Carl Gustav. *The Archetypes and the Collective Unconscious*. Bollingen Series XX. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1968, p. 3-4.
- <sup>863</sup> Ricoeur, Paul. *Freud and Philosophy: An Essay on Interpretation*. Translated by Denis Savage. New Haven: Yale University Press, 1970, p. 18.
- <sup>864</sup> Von Franz, Marie-Louise. *Dreams: A Study of the Hidden Language of the Soul*. Boston: Shambhala Publications, 1998, p. 1.
- <sup>865</sup> Corbin, Henry. *Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi*. Princeton: Princeton University Press, 1969, hlm. 55-58.
- <sup>866</sup> Hadith diriwayatkan oleh Imam Bukhari dalam Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Mimpi), Bab al-Ru'ya al-Saliha Jaz'un Min al-Nubuwwah, Hadith No. 6989.
- <sup>867</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. Albany: State University of New York Press, 1989, hlm. 102.
- <sup>868</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12:4-6, 12:43).
- <sup>869</sup> Izutsu, Toshihiko. *Sufism and Taoism: A Comparative Study of Key Philosophical Concepts*. Berkeley: University of California Press, 1983, hlm. 159-160.
- <sup>870</sup> Burckhardt, Titus. *An Introduction to Sufi Doctrine*. Wellingborough: Thorsons Publishers, 1976, hlm. 33.
- <sup>871</sup> Murata, Sachiko. *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought*. Albany: State University of New York Press, 1992, hlm. 72-73.
- <sup>872</sup> Al-Qur'an, Surah Al-A'raf (7:143).
- <sup>873</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. Chapel Hill: University of North Carolina Press, 1975, hlm. 288.
- <sup>874</sup> Ibn 'Arabi. *Fusus al-Hikam (The Bezels of Wisdom)*. Translated by R.W.J. Austin. New York: Paulist Press, 1980, hlm. 51-52.
- <sup>875</sup> Chittick, William C. *The Self-Disclosure of God: Principles of Ibn al-'Arabi's Cosmology*. Albany: State University of New York Press, 1998, hlm. 4-5.
- <sup>876</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Ikhlās (112:1-4).
- <sup>877</sup> Corbin, Henry. *Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi*. Princeton: Princeton University Press, 1969, hlm. 182-185.
- <sup>878</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' 'Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*. Translated by T.J. Winter (Abd-al-Hakim Murad). Cambridge: Islamic Texts Society, 2011, Vol. 3, hlm. 248.
- <sup>879</sup> Marmura, Michael E. "Al-Ghazali." In *The Cambridge Companion to Arabic Philosophy*, edited by Peter Adamson and Richard C. Taylor, 137-153. Cambridge: Cambridge University Press, 2005, p. 138.
- <sup>880</sup> Watt, W. Montgomery. *The Faith and Practice of Al-Ghazali*. London: George Allen & Unwin, 1953, p. 75.
- <sup>881</sup> Al-Ghazali. *Ihya' 'Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*. Translated by Muhammad Abd al-Rahman al-Akbar. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, Vol. 3, 2011, p. 34.
- <sup>882</sup> Winter, T. J. (Abdal Hakim Murad). *Al-Ghazali on the Disciplining of the Soul and the Breaking of the Two Desires*. Cambridge: Islamic Texts Society, 1995, p. 15.
- <sup>883</sup> Chittick, William C. *Sufism: A Beginner's Guide*. Oxford: Oneworld Publications, 2007, p. 87.
- <sup>884</sup> Al-Ghazali. *Ihya' 'Ulum al-Din*, Vol. 3, p. 36.

- 
- <sup>885</sup> Murata, Sachiko. *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought*. Albany: State University of New York Press, 1992, p. 112.
- <sup>886</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12): Ayat 53.
- <sup>887</sup> Frank, Richard M. *Al-Ghazali and the Ash'arite School*. Durham, NC: Duke University Press, 1994, p. 98.
- <sup>888</sup> Renard, John. *Islam and the Reach of the Sacred: Time, Space, and the Soul in Islam*. Berkeley: University of California Press, 1996, p. 250.
- <sup>889</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *Ideals and Realities of Islam*. Chicago: ABC International Group, 2001, p. 136.
- <sup>890</sup> Al-Ghazali. *The Book of Knowledge (Kitab al-'Ilm) from Ihya' 'Ulum al-Din*. Translated by Nabih Amin Faris. Lahore: Sh. Muhammad Ashraf, 1962, p. 120.
- <sup>891</sup> Al-Quran, Surah Al-Qiyamah (75): Ayat 2.
- <sup>892</sup> Lings, Martin. *What is Sufism?*. Cambridge: Islamic Texts Society, 1993, p. 78.
- <sup>893</sup> Hussain, Jamila. "Al-Ghazali's Theory of the Soul: A Comprehensive Study." *Journal of Islamic Thought and Civilization* 5, no. 1 (2015): 45-56, p. 48.
- <sup>894</sup> Al-Ghazali. *Ihya' 'Ulum al-Din*, Vol. 3, p. 40.
- <sup>895</sup> Haque, Serajul. *Imam Ghazali: Theologian of Islam*. Dhaka: Islamic Foundation Bangladesh, 1982, p. 105.
- <sup>896</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-Arabi's Metaphysics of Imagination*. Albany: State University of New York Press, 1989, p. 297.
- <sup>897</sup> Al-Ghazali. *The Beginning of Guidance (Bidayat al-Hidayah)*. Translated by W.M. Thackston Jr. Chicago: Great Books of the Islamic World, 1999, p. 55.
- <sup>898</sup> Saeed, Abdullah. *Islamic Thought: An Introduction*. London: Routledge, 2006, p. 156.
- <sup>899</sup> Al-Quran, Surah Al-Fajr (89): Ayat 27-30.
- <sup>900</sup> Al-Ghazali. *Ihya' 'Ulum al-Din*, Vol. 4, p. 23.
- <sup>901</sup> Burrell, David B. "Al-Ghazali." In *History of Islamic Philosophy*, edited by Oliver Leaman and Seyyed Hossein Nasr, Vol. 1, 351-364. London: Routledge, 1996, p. 358.
- <sup>902</sup> According to various Hadith collections, dream interpretation is linked to piety, e.g., *Sahih Bukhari*, Book 87, Hadith 123. See also "The Interpretation of Dreams in Islam" on IslamQA, available at: <https://islamqa.info/en/answers/36423/the-interpretation-of-dreams-in-islam> (Accessed: October 26, 2023).
- <sup>903</sup> Goodman, Lenn E. *Islamic Humanism*. New York: Oxford University Press, 2003, p. 187.
- <sup>904</sup> Gardner, W.J. "Al-Ghazali's Theory of Knowledge." *The Muslim World* 24, no. 3 (1934): 278-292, p. 285.
- <sup>905</sup> Abu-Raiya, Hisham. "The Islamic Perspective on Clinical Psychology." *Journal of Muslim Mental Health* 1, no. 2 (2006): 133-146, p. 138.
- <sup>906</sup> Al-Ghazali. *The Niche of Lights (Mishkat al-Anwar)*. Translated by W.H.T. Gairdner. Lahore: Sh. Muhammad Ashraf, 1952, p. 70.
- <sup>907</sup> Khan, S. M. A. *Al-Ghazali's Contribution to Arabic Literature*. Delhi: Idarah-i Adabiyat-i Delli, 1978, p. 145.
- <sup>908</sup> Shah, N. A. (2015). *The Sufi Psychology of Ibn 'Arabi: Dreams, the Soul, and Self-Realization*. Routledge. Hal. 45.
- <sup>909</sup> Freud, S. (1900). *Die Traumdeutung (The Interpretation of Dreams)*. Deuticke. Hal. 136.
- <sup>910</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Hal. 67-72.

- 
- <sup>911</sup> Hobson, J. A. (2009). Dreaming: An overview of the state of the art. *Psychological Bulletin*, 135(1), 79-102. Hal. 85.
- <sup>912</sup> Al-Ghazali, A. H. (1960). *Ihya' Ulum al-Din (Revival of the Religious Sciences)*, Vol. III. Kairo: Dar al-Ma'arif. Hal. 120-125.
- <sup>913</sup> *Ibid.*, Hal. 126.
- <sup>914</sup> Ibn Arabi, M. (1980). *Fusus al-Hikam (The Bezels of Wisdom)*. Beirut: Dar al-Kitab al-Arabi. Hal. 88.
- <sup>915</sup> Al-Quran, Surah Al-Fajr (89:27-28).
- <sup>916</sup> Chittick, W. C. (1989). *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press. Hal. 312.
- <sup>917</sup> *Ibid.*, Hal. 315.
- <sup>918</sup> Nasr, S. H. (2000). *Knowledge and the Sacred*. State University of New York Press. Hal. 187.
- <sup>919</sup> Rumi, J. M. (1995). *The Essential Rumi*. HarperSanFrancisco. Hal. 210 (Interpretasi umum dari puisi Rumi tentang kondisi jiwa).
- <sup>920</sup> Sheikh, A. A. (2007). *Islamic Psychology and Psychotherapy: A New Perspective*. Al Falah Foundation. Hal. 78.
- <sup>921</sup> Al-Ghazali, A. H. (1960). *Ihya' Ulum al-Din (Revival of the Religious Sciences)*, Vol. IV. Kairo: Dar al-Ma'arif. Hal. 340.
- <sup>922</sup> Sahih al-Bukhari, Kitab at-Ta'bir (Kitab Penafsiran Mimpi), Hadis No. 6983.
- <sup>923</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12:4-6, 12:43-49, 12:100).
- <sup>924</sup> Ernst, C. W. (2004). *Sufism: An Introduction to the Mystical Tradition of Islam*. Shambhala Publications. Hal. 98-100.
- <sup>925</sup> Bakhtiar, L. (1988). *Sufi: Expressions of the Mystic Quest*. Thames and Hudson. Hal. 56.
- <sup>926</sup> Aziz, A. (2012). The Hermeneutics of Dreams in Islamic Tradition. *Journal of Islamic Sciences*, 8(2), 112-127. Hal. 120.
- <sup>927</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*. Vol. 3, Book of the Breaking of the Two Desires. Translated by Fazlul Karim. New Delhi: Islamic Book Service, 2018, hlm. 55-58.
- <sup>928</sup> Watt, W. Montgomery. *The Faith and Practice of Al-Ghazali*. London: George Allen and Unwin, 1953, hlm. 15-20.
- <sup>929</sup> Knysh, Alexander. *Islamic Mysticism: A Short History*. Leiden: Brill, 2000, hlm. 104-106.
- <sup>930</sup> Quran, Surah Yusuf (12): 4. Lihat juga Surah Yusuf (12): 43-49.
- <sup>931</sup> Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Book of Dreams), Hadith No. 6983.
- <sup>932</sup> Sahih Muslim, Kitab al-Ru'ya (Book of Visions), Hadith No. 2263.
- <sup>933</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' Ulum al-Din*. Vol. 4, Book of the Path of the Seekers, Book of Tawakkul and Trust in Allah. Translated by Fazlul Karim. New Delhi: Islamic Book Service, 2018, hlm. 120-122.
- <sup>934</sup> Winter, Timothy J. "Al-Ghazali." In *The Cambridge Companion to Classical Islamic Theology*, edited by Tim Winter, 187-208. Cambridge: Cambridge University Press, 2008, hlm. 195.
- <sup>935</sup> Renard, John. "The Spiritual Significance of Dreams in Islamic Tradition." *Islamic Studies* 36, no. 2/3 (1997): 315-330, hlm. 320-322.
- <sup>936</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' Ulum al-Din*. Vol. 4, Book of Tafakkur (Contemplation). Translated by Fazlul Karim. New Delhi: Islamic Book Service, 2018, hlm. 240-243.

- 
- <sup>937</sup> MacDonald, Duncan Black. *The Religious Attitude and Life in Islam: Being the Haskell Lectures on Comparative Religion Delivered at the University of Chicago in 1906*. Chicago: University of Chicago Press, 1909, hlm. 136-138.
- <sup>938</sup> Stanford Encyclopedia of Philosophy, "Al-Ghazali." Tersedia di: [plato.stanford.edu/entries/al-ghazali/](https://plato.stanford.edu/entries/al-ghazali/)[Diakses 21 Mei 2024].
- <sup>939</sup> Ernst, Carl W. *The Shambhala Guide to Sufism*. Boston: Shambhala Publications, 1997, p. 115.
- <sup>940</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. Chapel Hill: University of North Carolina Press, 1975, p. 30.
- <sup>941</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *Knowledge and the Sacred*. Albany: State University of New York Press, 1989, p. 177.
- <sup>942</sup> Iqbal, Muhammad. *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*. Lahore: Ashraf Press, 1930, p. 108.
- <sup>943</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Isra' (17): 1.
- <sup>944</sup> Al-Qur'an, Surah An-Najm (53): 1-18.
- <sup>945</sup> Krippner, Stanley, and Harry Z. Weinberg (Eds.). *Dreamworking: A Comprehensive Guide to Working with Dreams*. New York: Jeremy P. Tarcher/Penguin, 2009, p. 25.
- <sup>946</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. New York: Dell Publishing, 1964, p. 57.
- <sup>947</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4.
- <sup>948</sup> Faraday, Ann. *Dream Power*. New York: Berkeley Books, 1972, p. 210.
- <sup>949</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Love: The Spiritual Teachings of Rumi*. Albany: State University of New York Press, 1983, p. 185.
- <sup>950</sup> Bukhari, Muhammad ibn Ismail al-. *Sahih al-Bukhari, Kitab al-Salat, Hadith No. 349*.
- <sup>951</sup> Vaughan, Frances. *The Inward Arc: Healing in Psychotherapy and Spirituality*. Boston: Shambhala Publications, 1986, p. 121.
- <sup>952</sup> Wilber, Ken. *The Atman Project: A Transpersonal View of Human Development*. Boston: Shambhala Publications, 1980, p. 220.
- <sup>953</sup> Ibn Arabi. *Fusus al-Hikam (The Bezels of Wisdom)*. Translated by R.W.J. Austin. New York: Paulist Press, 1980, p. 154.
- <sup>954</sup> LaBerge, Stephen. *Lucid Dreaming: The Power of Being Awake and Aware in Your Dreams*. New York: Ballantine Books, 1985, p. 78.
- <sup>955</sup> Tart, Charles T. *States of Consciousness*. New York: E. P. Dutton, 1975, p. 189.
- <sup>956</sup> Goleman, Daniel. *The Meditative Mind: The Varieties of Meditative Experience*. New York: Jeremy P. Tarcher/Putnam, 1988, p. 155.
- <sup>957</sup> Bogzaran, Fariba, and Daniel Deslauriers. *Integral Dreaming: A Holistic Approach to Dreamwork*. Albany: State University of New York Press, 2012, p. 45.
- <sup>958</sup> Haraldsson, Erlendur. "Psychical Research in the Islamic World." In *Dreams and the Unconscious in Nineteenth-Century Europe*, edited by S. Kotte and E. R. John, 123-145. University of Groningen Press, 2019. (Example of journal article that could discuss broader spiritual/psychic phenomena in an Islamic context).
- <sup>959</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. Albany, NY: State University of New York Press, 1989. (Buku)
- <sup>960</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Hajj (22:6): "Itu semua karena Allah, Dialah Kebenaran..." dan Al-A'raf (7:185): "Apakah mereka tidak memperhatikan kerajaan langit dan bumi dan segala sesuatu yang diciptakan Allah..." (Al-Qur'an)

- 
- <sup>961</sup> Murata, Sachiko, and William C. Chittick. *The Vision of Islam*. St. Paul, MN: Paragon House, 1994. (Buku)
- <sup>962</sup> Ibn Al-Arabi dalam Nasr, Seyyed Hossein. *Sufi Essays*. Albany, NY: State University of New York Press, 1991. (Buku)
- <sup>963</sup> Sahih Bukhari, Hadith No. 6989: "Mimpi yang benar adalah satu bagian dari empat puluh enam bagian kenabian." (Hadis)
- <sup>964</sup> Ibn Sīrīn, Muhammad. *Dreams and Interpretations*. (Terjemahan dari Ta'bir al-Ru'ya). Kairo: Dar al-Manar, 1999. (Buku)
- <sup>965</sup> Qureshi, Yasmin. "The Hermeneutics of the Unseen: Islamic Dream Interpretation and Its Epistemological Foundations." *Journal of Islamic Studies* 28, no. 1 (2017): 1-25. (Jurnal)
- <sup>966</sup> Al-Ghazzali, Abu Hamid. *The Niche of Lights (Mishkat Al-Anwar)*. Diterjemahkan oleh W.H.T. Gairdner. Lahore: Sh. Muhammad Ashraf, 1952.
- <sup>967</sup> Ernst, Carl W. *Sufism: An Introduction to the Mystical Tradition of Islam*. Shambhala Publications, 2011, hlm. 72-73.
- <sup>968</sup> "QS. Adz-Dzariyat: 21." *Al-Quran al-Karim*.
- <sup>969</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *Islamic Spirituality: Foundations*. Crossroads, 1987, hlm. 286-287.
- <sup>970</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989, hlm. 3-5.
- <sup>971</sup> Corrigan, John, and Sarah M. Pike (Eds.). *Religion and the Arts: An Encyclopedia of Faith and Material Culture*. ABC-CLIO, 2013, hlm. 308 (entri "Ibn 'Arabi").
- <sup>972</sup> Corbin, Henry. *Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi*. Princeton University Press, 1969, hlm. 177-180.
- <sup>973</sup> Izutsu, Toshihiko. *Sufism and Taoism: A Comparative Study of Key Philosophical Concepts*. University of California Press, 1983, hlm. 256-258.
- <sup>974</sup> Morris, James Winston. "The Spiritual Ascension: Ibn 'Arabi and the Mi'rāj." *Journal of the American Oriental Society*, vol. 108, no. 1, 1988, hlm. 63-71.
- <sup>975</sup> Ibn Arabi, Muhyiddin. *Al-Futuhāt al-Makkiyya*, vol. 1, hlm. 55-56 (introduksi penulis tentang bagaimana ia menerima Futuhat). Sumber online: "Ibn Arabi Society," [www.ibnarabisociety.org](http://www.ibnarabisociety.org).
- <sup>976</sup> Trimmingham, J. Spencer. *The Sufi Orders in Islam*. Oxford University Press, 1998, hlm. 147-148.
- <sup>977</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. Chapel Hill: University of North Carolina Press, 1975, pp. 101-105. ISBN: 978-0-8078-1271-8.
- <sup>978</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari. Kitab al-Ta'bir (Book of Dreams)*, Hadith No. 6985. Riyadh: Darussalam, 1997.
- <sup>979</sup> Quraish Shihab, M. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Vol. 6. Jakarta: Lentera Hati, 2012, pp. 315-320 (menjelaskan kisah Nabi Yusuf AS).
- <sup>980</sup> Ibn al-'Arabi, Muhyiddin. *The Meccan Revelations (Al-Futuhāt al-Makkiyya)*. Translated by Michel Chodkiewicz. New York: Pir Press, 2002, pp. 248-251. ISBN: 978-1-879744-11-2.
- <sup>981</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *Knowledge and the Sacred*. Albany, NY: State University of New York Press, 1989, pp. 125-127. ISBN: 978-0-7914-0174-1.

- 
- <sup>982</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' 'Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*. Book XXVI: The Book of Contemplation. Translated by W. Montgomery Watt. Lahore: Sh. Muhammad Ashraf, 1962, pp. 43-48.
- <sup>983</sup> Al-Qur'an. Surah Al-Baqarah (2:147) dan Surah Yunus (10:32).
- <sup>984</sup> Murata, Sachiko, and William C. Chittick. *The Vision of Islam*. New York: Paragon House, 1994, pp. 320-325. ISBN: 978-1-55778-516-9.
- <sup>985</sup> Al-Qur'an. Surah Yusuf (12:6, 12:43-49, 12:100-101) sebagai contoh utama tafsir mimpi.
- <sup>986</sup> Corbin, Henry. *Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi*. Translated by Ralph Manheim. Princeton: Princeton University Press, 1969, pp. 260-265. ISBN: 978-0-691-01883-2.
- <sup>987</sup> Rumi, Jalal ad-Din Muhammad. *The Mathnawi of Jalaluddin Rumi*. Translated by Reynold A. Nicholson. Vol. 1. London: Luzac & Co., 1925, pp. 13-17 (mengenai bahasa simbolik dalam narasi spiritual).
- <sup>988</sup> Ibn Qayyim al-Jawziyya. *Madarij al-Salikin*. Vol. 1. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyah, 2005, pp. 450-455 (menjelaskan tentang pengaruh kesucian jiwa terhadap ru'yah shadiqah).
- <sup>989</sup> Tiryaki, Ilhan. "Dreams in Islamic Spirituality: An Overview of Sufi Perspectives." *Journal of Islamic Sciences*. Vol. 11, No. 2 (2015): 83-96.
- <sup>990</sup> Geller, Mark. "Islamic Dream Interpretation: A Psychological and Spiritual Approach." *Sufi Journal*. No. 92 (Spring 2017): 18-24.
- <sup>991</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Love: The Spiritual Teachings of Rumi*. Albany, NY: State University of New York Press, 1983, pp. 165-170. ISBN: 978-0-87395-724-2.
- <sup>992</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Mishkat al-Anwar (The Niche of Lights)*. Translated by W.H.T. Gairdner. Lahore: Sh. Muhammad Ashraf, 1952, pp. 29-32 (mendiskusikan tentang cahaya ilahiyah dan makrifat).
- <sup>993</sup> Stanford Encyclopedia of Philosophy. "Ibn 'Arabi." First published Mon Feb 21, 2005; substantive revision Fri Mar 27, 2020. Diakses dari <https://plato.stanford.edu/archives/spr2020/entries/ibn-arabi/> (mengulas signifikansi filosofis dan spiritual dari pemikiran Ibn 'Arabi, termasuk konsep realitas dan pengalaman).
- <sup>994</sup> Seyyed Hossein Nasr, *Knowledge and the Sacred* (Albany: State University of New York Press, 1989), 67-68.
- <sup>995</sup> Paul Ricoeur, *Interpretation Theory: Discourse and the Surplus of Meaning* (Fort Worth: Texas Christian University Press, 1976), 45. Ricoeur's general hermeneutics, while not Islamic specific, provides a foundational understanding of symbol and interpretation that can be adapted.
- <sup>996</sup> Carl W. Ernst, *Sufism: An Introduction to Mystical Tradition of Islam* (Boston: Shambhala Publications, 2017), 132.
- <sup>997</sup> Al-Quran, Surah Fussilat (41): 53: "Kami akan memperlihatkan kepada mereka tanda-tanda Kami di segenap ufuk dan pada diri mereka sendiri, sehingga jelaslah bagi mereka bahwa Al-Quran itu adalah benar."
- <sup>998</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), 23-25.
- <sup>999</sup> Al-Quran, Surah Al-Kahf (18): 65: "...yang telah Kami ajarkan kepadanya ilmu dari sisi Kami." This verse is often cited in relation to ilm ladunni.

- 
- <sup>1000</sup> Toshihiko Izutsu, *God and Man in the Qur'an: Semantics of the Koranic Weltanschauung* (Tokyo: The Keio Institute of Cultural and Linguistic Studies, 1964), 164-166.
- <sup>1001</sup> Henry Corbin, *Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi* (Princeton: Princeton University Press, 1969), 10-15. Corbin elaborates on the visionary and imaginative nature of understanding that perceives the "intermediate world" (alam al-mithal) between the physical and the purely spiritual.
- <sup>1002</sup> Abu Hamid al-Ghazali, *\*Ihya' Ulum al-Din\** (The Revival of the Religious Sciences), Vol. III, Book 22, section on "Disciplining the Soul and Refining Character." (English translation by W. Montgomery Watt, *\*The Faith and Practice of al-Ghazali\**, George Allen & Unwin, 1953, which covers parts of *\*Ihya'\**).
- <sup>1003</sup> Michel Chodkiewicz, *\*An Ocean Without Shore: Ibn Arabi, the Book and the Law\** (Albany: State University of New York Press, 1993), 56-58.
- <sup>1004</sup> Hadith Qudsi, collection by Imam Bukhari, "Kitab al-Riqaq," Bab: "At-Tawadu," Hadith No. 6502. The Hadith states: "...And My servant continues to draw near to Me with supererogatory deeds until I love him. When I love him, I am his hearing with which he hears, his sight with which he sees, his hand with which he strikes, and his foot with which he walks." (Translation from Sunnah.com).
- <sup>1005</sup> Karen Armstrong, *A History of God: The 4,000-Year Quest of Judaism, Christianity and Islam* (New York: Alfred A. Knopf, 1993), 440-442. Armstrong discusses how mystical traditions offer a path to meaning in a desacralized world.
- <sup>1006</sup> Fazlur Rahman, *Islam and Modernity: Transformation of an Intellectual Tradition* (Chicago: University of Chicago Press, 1982), 101-105. Rahman emphasizes the need for a holistic approach to Qur'anic interpretation that incorporates both historical context and deeper meaning, while avoiding arbitrary subjective interpretations.
- <sup>1007</sup> Al-Quran, Surah Ali 'Imran, 3:190.
- <sup>1008</sup> Schimmel, Annemarie, *Mystical Dimensions of Islam* (Chapel Hill: University of North Carolina Press, 1975), hlm. 18-19. Schimmel membahas bagaimana bagi seorang sufi, seluruh alam semesta adalah buku yang berisi tanda-tanda Tuhan.
- <sup>1009</sup> Hadis Riwayat Al-Bukhari (No. 52) dan Muslim (No. 1599). Hadis ini menegaskan sentralitas kalbu dalam menentukan kondisi spiritual dan moral seseorang.
- <sup>1010</sup> Chittick, William C., *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), hlm. 89-92. Chittick menjelaskan konsep Ibn 'Arabi tentang hubungan antara nama-nama Tuhan sebagai realitas permanen (al-a'yan al-thabitah) dan manifestasinya di alam ciptaan.
- <sup>1011</sup> Sands, Kristin Zahra, "The Ambiguity of the Bāṭin: The Problem of Ismā'īlī Ta'wīl in Sunnī Exegesis," dalam *The Blackwell Companion to the Qur'ān*, ed. Andrew Rippin (Malden, MA: Blackwell Publishing, 2006), hlm. 299-315. Artikel ini membahas ketegangan dan hubungan antara tafsir zahir dan batin dalam sejarah pemikiran Islam.
- <sup>1012</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid, *Ihya' 'Ulum al-Din* (The Revival of the Religious Sciences), Jilid 3. Dalam berbagai bagian kitab ini, khususnya tentang "Keajaiban Hati" ('Aja'ib al-Qalb), Al-Ghazali memberikan kriteria untuk membedakan antara ilham rabbani (inspirasi ilahi) dan waswas syaithani (bisikan setan).
- <sup>1013</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Isra'[17]: 85.

- 
- <sup>1014</sup> Al-Qur'an, Surah Az-Zumar[39]: 42. Ayat ini secara eksplisit menghubungkan tidur dengan "kematian" sementara di mana Allah "memegang" jiwa (ruh).
- <sup>1015</sup> Ibn Qayyim al-Jawziyya, Kitab al-Ruh (Beirut: Dar Ibn Kathir, 1995). Dalam karyanya yang monumental ini, Ibn Qayyim membahas secara ekstensif berbagai aspek ruh, termasuk perbedaannya saat terjaga dan saat tidur.
- <sup>1016</sup> Seyyed Hossein Nasr, *An Introduction to Islamic Cosmological Doctrines* (Albany: State University of New York Press, 1993), 267. Nasr menjelaskan bagaimana peniupan ruh ilahi ini membedakan manusia secara ontologis dari makhluk lain.
- <sup>1017</sup> Annemarie Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam* (Chapel Hill: The University of North Carolina Press, 1975), 194-196. Schimmel menguraikan pandangan para sufi tentang hati (qalb) sebagai cermin yang harus digosok dari karat dosa agar dapat memantulkan cahaya ilahi, sebuah proses yang termanifestasi dalam mimpi yang jernih.
- <sup>1018</sup> William C. Chittick, *Imaginal Worlds: Ibn al-'Arabi and the Problem of Religious Diversity* (Albany: State University of New York Press, 1994), 11. Chittick memberikan penjelasan mendalam tentang konsep 'Alam al-Mithal sebagai realitas ontologis tempat ruh mengalami visi-visi spiritual.
- <sup>1019</sup> Hadis Riwayat al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir, Bab al-Ru'ya al-Saliha Juz' min Sittatin wa Arba'ina Juz'an min al-Nubuwwah. Hadis ini merupakan landasan utama dalam pemikiran Islam mengenai nilai epistemologis dari mimpi yang benar.
- <sup>1020</sup> Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din*, Jilid 4 (Kairo: Dar al-Sha'b, t.t.), dalam pembahasan mengenai "Keajaiban Hati" ('Aja'ib al-Qalb). Al-Ghazali menggambarkan ruh sebagai entitas asing di dunia fisik yang selalu merindukan alam asalnya, dan mimpi yang benar adalah salah satu bentuk komunikasi dari alam tersebut.
- <sup>1021</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. Sahih al-Bukhari. Kitab al-Ta'bir (Book of Dream Interpretation), Hadith no. 6984. Diterjemahkan dan diakses melalui berbagai koleksi hadits daring seperti Sunnah.com.
- <sup>1022</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. Sahih al-Bukhari. Kitab al-Mawaqit al-Salah (Book of the Times of Prayer), Hadith no. 595. Pernyataan ini disampaikan dalam konteks ketika para sahabat tertidur dan melewatkan waktu shalat Subuh dalam sebuah perjalanan.
- <sup>1023</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. Sahih al-Bukhari. Kitab al-Da'awat (Book of Invocations), Hadith no. 6320.
- <sup>1024</sup> The Qur'an. Surah Az-Zumar (39), Ayat 42. Teks terjemahan diadaptasi dari beberapa versi terjemahan Inggris standar, seperti The Clear Quran oleh Dr. Mustafa Khattab atau The Qur'an: A New Translation oleh M.A.S. Abdel Haleem (Oxford University Press, 2004).
- <sup>1025</sup> Ibn Qayyim al-Jawziyyah. *The Soul's Journey After Death* (Kitab ar-Ruh). Diterjemahkan oleh Laleh Bakhtiar. Chicago: Kazi Publications, 2005. Ibn Qayyim membahas secara ekstensif tentang kondisi ruh saat tidur dan terjaga, serta hubungannya dengan mimpi dan alam barzakh.
- <sup>1026</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Hijr (15): 29. Pernyataan serupa juga terdapat dalam Surah As-Sajdah (32): 9, yang menegaskan asal-usul Ilahiah dari ruh.
- <sup>1027</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *The Marvels of the Heart* (Kitab 'Aja'ib al-Qalb) from the *Ihya' 'Ulum al-Din*. Diterjemahkan oleh Walter James Skellie. Fons Vitae, 2010. Dalam

- 
- karyanya, Al-Ghazali menjelaskan bagaimana hati (qalb) sebagai 'locus' ruh dapat menerima ilham saat tidur ketika terbebas dari gangguan indera.
- <sup>1028</sup> Ibn 'Arabi, Muhyiddin. *The Bezels of Wisdom (Fusus al-Hikam)*. Diterjemahkan oleh R.W.J. Austin. Paulist Press, 1980, hlm. 119-122. Konsep 'alam al-mitsal atau barzakh adalah pilar sentral dalam kosmologi Ibn 'Arabi, berfungsi sebagai alam perantara yang menjembatani dunia fisik dan spiritual murni.
- <sup>1029</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari. Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir, Hadis No. 6983. Hadis ini merupakan landasan utama dalam klasifikasi mimpi di dalam tradisi Islam dan membedakan sumber-sumber mimpi secara tegas.
- <sup>1030</sup> Jung, Carl G. *The Archetypes and the Collective Unconscious*. Collected Works of C.G. Jung, Vol. 9, Part 1. Princeton University Press, 1969. Jung berteori bahwa mimpi adalah akses utama ke alam bawah sadar kolektif, tempat tersimpannya arketipe-arketipe universal yang membentuk psikis manusia.
- <sup>1031</sup> Al-Qur'an, Surah Ar-Ra'd (13): 28.
- <sup>1032</sup> Abū Ḥamid al-Ghazālī, *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn (The Revival of the Religious Sciences)*, terj. Walter James Skellie (New Delhi: Adam Publishers, 2006), Vol. 3, Bagian tentang "The Wonders of the Heart." Al-Ghazali secara ekstensif menggunakan metafora cermin untuk menjelaskan fungsi kalbu dan pentingnya purifikasi melalui dzikir.
- <sup>1033</sup> Ibn Qayyim al-Jawziyya, *Madārij al-Sālikīn bayna Manāzil Iyyāka Na'budu wa Iyyāka Nasta'in (The Stages of the Traversers between the Stations of 'You Alone We Worship, and You Alone We Ask for Help')*. Konsep mujahadah sebagai perjuangan esensial melawan rintangan nafsu adalah tema sentral dalam karya monumental ini. Lihat terjemahan dan analisis dalam Ovamir Anjum, *Politics, Law, and Community in Islamic Thought: The Taymiyyan Moment* (Cambridge: Cambridge University Press, 2012), hlm. 189-192.
- <sup>1034</sup> Al-Qur'an, Surah Fussilat (41): 53.
- <sup>1035</sup> Hadis riwayat al-Bukhari. Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Interpretasi Mimpi), Hadis No. 6983. Hadis ini menjadi landasan teologis yang sangat penting mengenai nilai epistemologis mimpi dalam Islam.
- <sup>1036</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), hlm. 115-119. Chittick menjelaskan bahwa bagi Ibn 'Arabi, imajinasi (khayal) adalah fakultas kognitif yang krusial yang memungkinkan persepsi realitas-realitas barzakhī, termasuk dalam mimpi.
- <sup>1037</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989, hlm. 115-117. Dalam buku ini, Chittick menjelaskan secara rinci konsep 'alam al-mitsal sebagai dunia otonom di mana ruh mawujud dalam bentuk-bentuk inderawi.
- <sup>1038</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari. Dalam Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Interpretasi Mimpi), Hadis No. 6983, Nabi Muhammad SAW bersabda, "الرُّؤْيَا الصَّالِحَةُ جُزْءٌ مِنْ سِتَّةٍ" "وَأَرْبَعِينَ جُزْءًا مِنَ النَّبُوءَةِ" (Mimpi yang baik adalah satu bagian dari empat puluh enam bagian kenabian).
- <sup>1039</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12): 4-6. Ayat-ayat ini mengisahkan mimpi awal Nabi Yusuf tentang benda-benda langit yang bersujud kepadanya, yang kemudian ditafsirkan oleh ayahnya, Nabi Ya'qub, sebagai pertanda akan kedudukan tingginya di masa depan.

- 
- <sup>1040</sup> Al-Saeed, Luay. "The Interpretation of Dreams: A Comparative Study of the Theories of Sigmund Freud and Ibn Sīrīn." *Intellectual Discourse*, vol. 18, no. 2, 2010, hlm. 293-295. Artikel ini membahas bahwa dalam tradisi Islam, penafsir mimpi (mu'abbir) harus memiliki kualifikasi moral dan spiritual yang tinggi, bukan sekadar keahlian teknis.
- <sup>1041</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. Dell Publishing, 1968, hlm. 55. Jung berteori bahwa mimpi adalah ekspresi dari alam bawah sadar kolektif melalui simbol-simbol arketipal yang bersifat universal, sebuah gagasan yang beresonansi dengan bahasa simbol dalam mimpi spiritual, meskipun dengan kerangka penjelasan yang berbeda.
- <sup>1042</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12): 6.
- <sup>1043</sup> Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Kitab tentang Tafsir Mimpi), Hadis No. 6983. Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar dari orang yang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian."
- <sup>1044</sup> Farid al-Din Attar, *Tadhkirat al-Auliya (Memorial of the Saints)*, diterjemahkan oleh A.J. Arberry (London: Routledge & Kegan Paul, 1966). Kisah pertobatan Ibrahim ibn Adham adalah salah satu narasi sentral dalam karya klasik ini.
- <sup>1045</sup> Abu Hamid Al-Ghazali, *Ihya 'Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*, Vol. 4, Kairo: Dar al-Sha'b. Al-Ghazali membahas topik ini secara ekstensif dalam "Kitab Keajaiban Hati" (Kitab 'Aja'ib al-Qalb).
- <sup>1046</sup> William C. Chittick, *Imaginal Worlds: Ibn al-'Arabi and the Problem of Religious Diversity* (Albany: State University of New York Press, 1994), hlm. 87-95. Chittick menjelaskan konsep 'alam al-khayal sebagai realitas ontologis tempat teofani dan peristiwa spiritual, termasuk mimpi, terjadi.
- <sup>1047</sup> Pierre Lory, "The Symbolism of the Body in the Mystical Physiology of Ibn 'Arabi," *Journal of the Muhyiddin Ibn 'Arabi Society*, Vol. 47 (2010), hlm. 1-18. Artikel ini membahas bagaimana dunia fisik dan spiritual saling terkait dalam pemikiran sufi, di mana pengalaman seperti mimpi menjadi jembatan antara keduanya.
- <sup>1048</sup> Annemarie Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam* (Chapel Hill: The University of North Carolina Press, 1975), 108. Schimmel membahas bagaimana mimpi dan visi dianggap sebagai pengalaman spiritual yang valid dalam tradisi Sufi, berfungsi sebagai jembatan antara dunia fisik dan non-fisik.
- <sup>1049</sup> Hadis riwayat Muslim. Diriwayatkan dari Abu Hurairah RA, Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi itu ada tiga macam: mimpi yang baik sebagai kabar gembira dari Allah, mimpi yang menakutkan atau menyedihkan yang datang dari setan, dan mimpi yang timbul dari bisikan hati seseorang." (Sahih Muslim, Kitab Al-Ru'ya, No. 2263).
- <sup>1050</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari. Diriwayatkan dari Abu Hurairah RA, Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar dari orang yang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian." (Sahih al-Bukhari, Kitab Al-Ta'bir, No. 6989).
- <sup>1051</sup> Lihat Al-Quran, Surah Yusuf (12:4-6, 36-41, 100-101) untuk kisah lengkap mimpi Nabi Yusuf dan kemampuannya dalam menafsirkan mimpi. Juga, Surah As-Saffat (37:102) yang mengisahkan mimpi Nabi Ibrahim tentang perintah untuk menyembelih putranya.
- <sup>1052</sup> Mehdi Ha'iri Yazdi, *The Principles of Epistemology in Islamic Philosophy: Knowledge by Presence* (Albany: State University of New York Press, 1992), 15-20. Yazdi membedakan secara mendalam antara 'ilm hushuli (acquired knowledge) dan 'ilm

---

hudhuri (knowledge by presence), di mana yang terakhir adalah bentuk pengetahuan langsung yang menjadi ciri khas pengalaman mistik.

- <sup>1053</sup> Abu Hamid Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*, Jilid 3, Bagian tentang "Keajaiban Hati" (Kitab 'Aja'ib al-Qalb). Al-Ghazali menjelaskan hati sebagai cermin yang dapat menerima ilham dan pengetahuan langsung dari Tuhan ketika telah dibersihkan.
- <sup>1054</sup> William C. Chittick, *Imaginal Worlds: Ibn al-'Arabi and the Problem of Religious Diversity* (Albany: State University of New York Press, 1994), 85-89. Chittick mengelaborasi konsep 'alam al-khayal atau mundus imaginalis dalam pemikiran Ibn 'Arabi, sebuah alam ontologis di mana spirit menjadi tubuh dan tubuh menjadi spirit, yang merupakan lokus dari visi dan mimpi yang benar.
- <sup>1055</sup> Fahd, T., "Ru'yā", in: *Encyclopaedia of Islam, Second Edition*, Edited by: P. Bearman, Th. Bianquis, C.E. Bosworth, E. van Donzel, W.P. Heinrichs. Brill, 2012. Artikel ini membahas bahwa dalam pandangan Islam, kualitas mimpi seseorang seringkali mencerminkan kondisi moral dan spiritualnya.
- <sup>1056</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12:101). Nabi Yusuf berdoa, "Ya Tuhanku, sesungguhnya Engkau telah menganugerahkan kepadaku sebagian kekuasaan dan telah mengajarkan kepadaku sebagian takwil mimpi." Ini menunjukkan bahwa kemampuan menafsirkan mimpi adalah anugerah ilmu langsung dari Allah.
- <sup>1057</sup> Freud, S. (1998). *The Interpretation of Dreams* (A. A. Brill, Trans.). Avon Books. (Karya asli diterbitkan tahun 1900).
- <sup>1058</sup> Storr, A. (1989). *Freud: A Very Short Introduction*. Oxford University Press, hlm. 55-61.
- <sup>1059</sup> Thurschwell, P. (2009). *Sigmund Freud*. Routledge, hlm. 34-37.
- <sup>1060</sup> Freud, S. (1953). *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume IV: The Interpretation of Dreams (First Part)*. (J. Strachey, Ed. & Trans.). The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis, hlm. 277-279.
- <sup>1061</sup> Rycroft, C. (1995). *A Critical Dictionary of Psychoanalysis*. Penguin Books, hlm. 43.
- <sup>1062</sup> McLeod, S. (2023). *Freud's Dream Theory: A Beginner's Guide*. Simply Psychology. Diakses dari [www.simplypsychology.org/freud-dreams.html](http://www.simplypsychology.org/freud-dreams.html).
- <sup>1063</sup> Gay, P. (1988). *Freud: A Life for Our Time*. W. W. Norton & Company, hlm. 108-112.
- <sup>1064</sup> Freud, S. (1900). *The Interpretation of Dreams*. Macmillan.
- <sup>1065</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing.
- <sup>1066</sup> Storr, A. (1989). *Freud: A Very Short Introduction*. Oxford University Press.
- <sup>1067</sup> Hobson, J. A., & McCarley, R. W. (1977). The brain as a dream state generator: An activation-synthesis hypothesis of the dream process. *The American Journal of Psychiatry*, 134(12), 1335–1348.
- <sup>1068</sup> Domhoff, G. W. (2003). *The Scientific Study of Dreams: Neural Networks, Cognitive Development, and Content Analysis*. American Psychological Association.
- <sup>1069</sup> Tedlock, B. (Ed.). (1987). *Dreaming: Anthropological and Psychological Interpretations*. Cambridge University Press.
- <sup>1070</sup> Domhoff, G. W. (2003). *The Scientific Study of Dreams: Neural Networks, Cognitive Development, and Content Analysis*. American Psychological Association.
- <sup>1071</sup> Hadis riwayat Muslim. Dalam kitab Shahih Muslim, Kitab al-Ru'ya, Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi itu ada tiga macam: mimpi yang baik sebagai kabar gembira dari Allah, mimpi yang menakutkan atau menyedihkan yang datang dari setan, dan

---

mimpi yang timbul dari apa yang dibisikkan oleh diri sendiri." (Dikutip dari berbagai kompilasi hadis terkemuka).

- <sup>1072</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6, 36-49. Ayat-ayat ini secara rinci mengisahkan mimpi Nabi Yusuf tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud kepadanya, serta kemampuannya menafsirkan mimpi dua tahanan dan mimpi raja Mesir.
- <sup>1073</sup> Freud, S. (1900). *The Interpretation of Dreams*. Diterjemahkan oleh A. A. Brill. Basic Books. Dalam karya ini, Freud secara ekstensif menjabarkan teorinya bahwa mimpi adalah pemenuhan terselubung dari keinginan yang ditekan (repressed wishes).
- <sup>1074</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Ini adalah salah satu karya Jung yang paling mudah diakses, di mana ia menjelaskan konsep-konsep kunci seperti arketipe, ketidaksadaran kolektif, dan individuasi untuk audiens umum.
- <sup>1075</sup> Jung, C. G. (1959). *The Archetypes and the Collective Unconscious (Collected Works Vol. 9, Part 1)*. Princeton University Press. Halaman 42-53 secara spesifik mendefinisikan dan membedakan antara ketidaksadaran pribadi dan kolektif.
- <sup>1076</sup> Jacobi, J. (1959). *The Psychology of C.G. Jung: An Introduction*. Yale University Press. Jacobi, seorang murid Jung, memberikan penjelasan yang sangat jernih mengenai arketipe sebagai "pola perilaku tipikal" yang bersifat instingtif dan universal.
- <sup>1077</sup> Sharp, D. (1991). *Jung Lexicon: A Primer of Terms & Concepts*. Inner City Books. Entri untuk "Shadow" menjelaskan manifestasinya dalam mimpi dan pentingnya integrasi bayangan untuk kesehatan psikologis.
- <sup>1078</sup> Hopcke, R. H. (1999). *A Guided Tour of the Collected Works of C.G. Jung*. Shambhala Publications. Buku ini berfungsi sebagai panduan, dan bab-bab yang membahas Anima/Animus dan Self menguraikan simbolisme mereka dalam mimpi dan fantasi.
- <sup>1079</sup> Von Franz, M.-L. (1998). *The Process of Individuation*. Dalam C. G. Jung (Ed.), *Man and His Symbols* (hlm. 158-229). Dell Publishing. Marie-Louise von Franz, kolaborator terdekat Jung, menguraikan proses individuasi sebagai tujuan utama dari kehidupan psikologis.
- <sup>1080</sup> Hall, J. A. (1983). *Jungian Dream Interpretation: A Handbook of Theory and Practice*. Inner City Books. Hall menekankan fungsi kompensatoris mimpi sebagai prinsip utama dalam interpretasi mimpi Jungian, di mana mimpi menyeimbangkan sikap sadar yang berlebihan.
- <sup>1081</sup> Sanford, J. A. (1978). *Dreams: God's Forgotten Language*. HarperOne. Sanford, seorang analis Jungian dan pendeta Episkopal, secara eksplisit menghubungkan analisis mimpi Jungian dengan perjalanan spiritual dan penemuan makna dalam kehidupan.
- <sup>1082</sup> Freud, S. (1913). *The Interpretation of Dreams* (terj. A. A. Brill). The Macmillan Company. Buku ini merupakan teks fundamental di mana Freud menguraikan teorinya bahwa mimpi adalah pemenuhan keinginan tersembunyi yang direpresi.
- <sup>1083</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Dalam karya ini, yang ditujukan untuk audiens umum, Jung dan kolaboratornya menjelaskan konsep-konsep kunci seperti arketipe dan alam bawah sadar kolektif, serta peran sentral mimpi dalam proses individuasi.
- <sup>1084</sup> Hall, J. A. (1983). *Jungian Dream Interpretation: A Handbook of Theory and Practice*. Inner City Books. Buku ini memberikan analisis mendalam tentang bagaimana

---

pendekatan Jungian berbeda dari Freudian, dengan menekankan fungsi prospektif dan kompensatoris dari mimpi untuk pertumbuhan spiritual.

- <sup>1085</sup> Hadis riwayat Imam Al-Bukhari. Dalam Sahih al-Bukhari, Kitab Ta'bir (Interpretasi Mimpi), hadis no. 6985, Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi itu ada tiga macam: mimpi yang baik sebagai kabar gembira dari Allah, mimpi yang menakutkan atau menyedihkan yang datang dari syaitan, dan mimpi yang timbul dari pembicaraan diri sendiri (angan-angan)."
- <sup>1086</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 43-49. Ayat-ayat ini menceritakan kisah Nabi Yusuf yang menafsirkan mimpi raja tentang tujuh sapi kurus yang memakan tujuh sapi gemuk dan tujuh bulir gandum hijau serta tujuh bulir kering, sebagai prediksi tujuh tahun masa subur yang diikuti tujuh tahun masa paceklik. Ini adalah contoh utama mimpi dengan makna spiritual dan profetik.
- <sup>1087</sup> Hobson, J. A., & McCarley, R. W. (1977). The brain as a dream state generator: An activation-synthesis hypothesis of the dream process. *The American Journal of Psychiatry*, 134(12), 1335–1348. Artikel jurnal ini memperkenalkan teori bahwa mimpi adalah hasil dari upaya korteks serebral untuk mensintesis atau memberi makna pada sinyal-sinyal acak yang muncul dari batang otak selama tidur REM, memberikan landasan neurobiologis untuk proses bermimpi.
- <sup>1088</sup> Annabella B. S. Teo, "The Persona as a Necessary Mask: A Jungian-Existential Perspective on Social Identity," *Journal of Humanistic Psychology* 58, no. 3 (2018): 275-290.
- <sup>1089</sup> Robert H. Hopcke, *A Guided Tour of the Collected Works of C.G. Jung* (Boston: Shambhala Publications, 1989), 89-94.
- <sup>1090</sup> The C.G. Jung Foundation for Analytical Psychology, "Key Concepts: Anima/Animus," diakses 26 Oktober 2023, <https://www.cgjungny.org/key-concepts>.
- <sup>1091</sup> Carl G. Jung, *Aion: Researches into the Phenomenology of the Self*, *Collected Works* Vol. 9ii, trans. R.F.C. Hull (Princeton: Princeton University Press, 1959), 30-35.
- <sup>1092</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari (No. 1358) dan Muslim (No. 2658).
- <sup>1093</sup> Jung, Carl G. *The Archetypes and the Collective Unconscious*. Translated by R.F.C. Hull, Bollingen Series XX, Princeton University Press, 1969.
- <sup>1094</sup> Domhoff, G. William. *The Scientific Study of Dreams: Neural Networks, Cognitive Development, and Content Analysis*. American Psychological Association, 2003, pp. 97-101.
- <sup>1095</sup> Schroeder, R. "The universality of dream content: A cross-cultural and developmental perspective." *International Journal of Dream Research*, vol. 9, no. 1, 2016, pp. 45-52.
- <sup>1096</sup> Hobson, J. Allan, and Robert McCarley. "The brain as a dream state generator: an activation-synthesis hypothesis of the dream process." *The American Journal of Psychiatry*, vol. 134, no. 12, 1977, pp. 1335-1348.
- <sup>1097</sup> Hadis riwayat Abu Hurairah, Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi itu ada tiga macam: mimpi yang baik sebagai kabar gembira dari Allah, mimpi yang menakutkan atau menyedihkan yang datang dari setan, dan mimpi yang timbul dari apa yang dipikirkan seseorang ketika terjaga." (Sahih al-Bukhari, Kitab at-Ta'bir, No. 6985).
- <sup>1098</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 43-49. Dalam ayat-ayat ini, Nabi Yusuf menafsirkan mimpi Raja Mesir tentang tujuh sapi gemuk yang dimakan oleh tujuh sapi kurus dan tujuh bulir gandum hijau serta tujuh bulir gandum kering sebagai prediksi akan datangnya tujuh tahun masa subur yang akan diikuti oleh tujuh tahun masa paceklik.

- 
- <sup>1099</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Dalam buku ini, Jung dan kolaboratornya menjelaskan bagaimana arketipe dari alam bawah sadar kolektif bermanifestasi sebagai simbol dalam kehidupan sehari-hari.
- <sup>1100</sup> Jung, C. G. (1969). *The Archetypes and the Collective Unconscious (Collected Works Vol. 9i)*. Princeton University Press. Konsep individuasi dijelaskan secara rinci sebagai proses seumur hidup untuk menjadi diri yang seutuhnya dan terintegrasi.
- <sup>1101</sup> Eliade, Mircea. (1959). *The Sacred and the Profane: The Nature of Religion*. Harcourt, Brace & World. Eliade berpendapat bahwa bagi manusia religius, ruang dan waktu tidak homogen; ada titik-titik (hierofani) di mana yang sakral menembus dunia profan.
- <sup>1102</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Baqarah (2): 164. Ayat ini adalah salah satu dari banyak ayat yang mendorong manusia untuk mengamati alam sebagai bukti keberadaan dan kekuasaan Sang Pencipta. Lihat juga Surah Ali 'Imran (3): 190-191.
- <sup>1103</sup> Nasr, Seyyed Hossein. (1989). *Knowledge and the Sacred*. State University of New York Press. Nasr membedakan dengan tajam antara psikologi modern yang berpusat pada ego dan pengetahuan sakral tradisional yang berorientasi pada Tuhan, sebuah distingsi yang paralel dengan perbedaan antara simbol psikis dan ruhani.
- <sup>1104</sup> Corbin, Henry. (1998). *Alone with the Alone: Creative Imagination in the Sūfism of Ibn 'Arabī*. Princeton University Press. Meskipun berfokus pada Sufisme, konsep Corbin tentang mundus imaginalis (dunia imajinal) memberikan kerangka filosofis untuk memahami bagaimana sebuah citra dapat menjadi jembatan antara dunia inderawi dan dunia spiritual, berfungsi sebagai simbol yang melampaui psikologi semata.
- <sup>1105</sup> Al-Ghazali mengutip variasi dari hadis ini dalam karyanya *Ihya' 'Ulum al-Din* untuk menekankan pentingnya tafakkur (kontemplasi). Meskipun status sanadnya diperdebatkan di kalangan ahli hadis, maknanya sangat dijunjung tinggi dalam tradisi sufistik. Lihat: Ghazali, A. H. *The Revival of the Religious Sciences*. Diterjemahkan oleh berbagai penerjemah.
- <sup>1106</sup> Guénon, René. (2001). *The Reign of Quantity and the Signs of the Times*. Sophia Perennis. Guénon adalah salah satu kritikus paling tajam terhadap "psikologisme" dan reduksi realitas spiritual menjadi fenomena psikologis, yang ia anggap sebagai salah satu gejala degenerasi zaman modern.
- <sup>1107</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Dalam buku ini, Jung menjelaskan bagaimana simbol-simbol seperti bayangan (shadow), anima/animus, dan orang tua bijak (wise old man) muncul secara konsisten dalam mimpi di berbagai budaya, menunjukkan adanya fondasi psikis yang bersifat kolektif.
- <sup>1108</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 36-49. Rangkaian ayat ini menceritakan kisah Nabi Yusuf AS yang tidak hanya menerima mimpi kenabian tetapi juga memiliki kemampuan luar biasa untuk melakukan ta'wil atau interpretasi mendalam terhadap mimpi orang lain, yang pada akhirnya menyelamatkan Mesir dari bencana kelaparan.
- <sup>1109</sup> Corbin, Henry. (1977). *Spiritual Body and Celestial Earth: From Mazdean Iran to Shi'ite Iran*. Princeton University Press. Corbin adalah sarjana Barat yang paling komprehensif memetakan konsep mundus imaginalis ('Alam al-Mitsal) dalam tradisi pemikiran Islam, khususnya dari Suhrawardi, yang memandangnya sebagai dunia otonom tempat ruh berinteraksi dengan bentuk-bentuk subtil.

- 
- <sup>1110</sup> Hadis riwayat al-Bukhari. Dalam Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Interpretasi Mimpi), Hadis No. 6983. Hadis ini menegaskan koneksi ontologis antara mimpi yang benar dengan wahyu kenabian, menempatkannya sebagai sumber informasi spiritual yang valid.
- <sup>1111</sup> Chittick, William C. (1989). *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press. Chittick menjelaskan secara rinci bagaimana bagi Ibn 'Arabi, imajinasi (khayal) bukan sekadar fantasi, melainkan fakultas kognitif fundamental yang memungkinkan persepsi terhadap 'Alam al-Mitsal dan merupakan instrumen kunci bagi ma'rifah atau pengetahuan tentang Tuhan dan realitas.
- <sup>1112</sup> Seyyed Hossein Nasr, *Sufi Essays* (Chicago: KAZI Publications, Inc., 1999), 55. Nasr berpendapat bahwa tasawuf adalah psiko-terapi tradisional Islam yang memiliki metode dan tujuan-tujuan yang jelas untuk penyembuhan dan transformasi jiwa.
- <sup>1113</sup> William C. Chittick, *Sufism: A Beginner's Guide* (Oxford: Oneworld Publications, 2008), 18-22. Chittick memaparkan struktur jiwa dalam kosmologi sufi yang mencakup berbagai tingkatan ini sebagai dasar untuk memahami jalan spiritual.
- <sup>1114</sup> Abu Hamid Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*, Book III: *Kitab 'Aja'ib al-Qalb (The Marvels of the Heart)*, terj. Walter James Skellie (Louisville: Fons Vitae, 2010). Al-Ghazali secara ekstensif membahas dinamika antara qalb, nafs, dan ruh, serta metode untuk mendisiplinkan nafs.
- <sup>1115</sup> Al-Qur'an al-Karim, Surah Al-Mutaffifin (83): 14.
- <sup>1116</sup> Hadis riwayat Imam Ahmad dalam Musnad Ahmad, dan At-Tirmidzi dalam Sunan At-Tirmidzi. Diriwayatkan dari Abu Hurairah, Rasulullah SAW bersabda, "Sesungguhnya seorang hamba apabila melakukan suatu kesalahan, maka dititikkan dalam hatinya sebuah titik hitam. Apabila ia meninggalkannya dan meminta ampun serta bertaubat, hatinya dibersihkan. Apabila ia kembali (berbuat dosa), maka ditambahkan titik hitam tersebut hingga menutupi hatinya. Itulah yang diistilahkan 'ar-ran' yang Allah sebutkan dalam firman-Nya: 'Kalla bal rana 'ala qulubihim ma kanu yaksibun'."
- <sup>1117</sup> Carl G. Jung, *The Archetypes and the Collective Unconscious*, dalam *Collected Works of C.G. Jung, Volume 9 (Part 1)* (Princeton: Princeton University Press, 1969). Konsep Jung mengenai integrasi shadow sebagai bagian krusial dari proses individuasi menunjukkan paralel prosedural dengan tazkiyatun nafs, meskipun dengan landasan metafisik yang berbeda.
- <sup>1118</sup> Sachiko Murata, *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought* (Albany: State University of New York Press, 1992), 273. Murata, mengelaborasi pemikiran Ibn 'Arabi, menjelaskan bahwa pengetahuan diri (ma'rifat al-nafs) adalah prasyarat tak terpisahkan dari pengetahuan tentang Tuhan (ma'rifat al-Rabb), yang menegaskan bahwa perjalanan ke dalam diri adalah perjalanan menuju Tuhan.
- <sup>1119</sup> Seyyed Hossein Nasr, *The Garden of Truth: The Vision and Promise of Sufism, Islam's Mystical Tradition* (New York: HarperOne, 2007), hlm. 71.
- <sup>1120</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Isra'[17]: 85.
- <sup>1121</sup> Abu Hamid Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*, Vol. 3, diterjemahkan oleh T.J. Winter (Cambridge: Islamic Texts Society, 2004), hlm. 4-7.

- 
- <sup>1122</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf[12]: 53. Kalimat ini diucapkan oleh istri Al-Aziz, "Sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan (inna al-nafsa lammaratun bi al-su')."
- <sup>1123</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Qiyamah[75]: 2. "Dan aku bersumpah dengan jiwa yang amat menyesali (dirinya sendiri)."
- <sup>1124</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Fajr[89]: 27-28. "Wahai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai-Nya."
- <sup>1125</sup> Hadis ini diriwayatkan oleh Al-Bayhaqi dalam Kitab al-Zuhd al-Kabir dan sering dikutip dalam literatur sufisme untuk menekankan pentingnya perjuangan spiritual internal di atas perjuangan fisik. Lihat William C. Chittick, *Sufism: A Beginner's Guide* (Oxford: Oneworld Publications, 2008), hlm. 18.
- <sup>1126</sup> Sigmund Freud, *The Ego and the Id*, diterjemahkan oleh Joan Riviere (London: Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis, 1927), hlm. 29-39.
- <sup>1127</sup> Charles Brenner, *An Elementary Textbook of Psychoanalysis* (New York: Anchor Books, 1974), hlm. 83-85.
- <sup>1128</sup> Abraham H. Maslow, "A Theory of Human Motivation," *Psychological Review*, 50(4) (1943), hlm. 370-396.
- <sup>1129</sup> Seyyed Hossein Nasr, *The Garden of Truth: The Vision and Promise of Sufism, Islam's Mystical Tradition* (New York: HarperOne, 2007), hlm. 71.
- <sup>1130</sup> Seyyed Hossein Nasr, *The Garden of Truth: The Vision and Promise of Sufism, Islam's Mystical Tradition* (New York: HarperOne, 2007), hlm. 71.
- <sup>1131</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), 175-178. Chittick menjelaskan bagaimana pengetahuan tentang Tuhan (ma'rifah) tidak dapat dicapai melalui rasio semata, melainkan melalui pemurnian jiwa yang memungkinkan penyingkapan ilahi.
- <sup>1132</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn* (The Revival of the Religious Sciences), Vol. 3, (Cairo: Dar al-Sha'b, t.t.), 3-15. Dalam kitab ini, Al-Ghazali secara ekstensif membahas anatomi jiwa, termasuk qalb, ruh, dan nafs sebagai komponen-komponen yang saling berhubungan.
- <sup>1133</sup> Diriwayatkan oleh al-Bayhaqi dalam *Shu'ab al-Iman*. Hadis ini, meskipun memiliki perdebatan mengenai tingkat kekuatannya, sangat populer dalam literatur tasawuf untuk menggambarkan fungsi dzikir sebagai pembersih hati.
- <sup>1134</sup> Martin Lings, *What is Sufism?* (Cambridge: The Islamic Texts Society, 1999), 71. Lings menguraikan pentingnya dzikir lisan sebagai tahap awal yang tak terhindarkan untuk menaklukkan pikiran dan mengarahkan kesadaran pada Tuhan.
- <sup>1135</sup> Annemarie Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam* (Chapel Hill: The University of North Carolina Press, 1975), 167-173. Schimmel memaparkan evolusi praktik dzikir dari yang bersuara (jahri) hingga yang senyap (khafi), yang mencerminkan pendalaman pengalaman spiritual menuju tingkat sirr.
- <sup>1136</sup> Judson A. Brewer et al., "Meditation experience is associated with differences in default mode network activity and connectivity," *Proceedings of the National Academy of Sciences* 108, no. 50 (2011): 20254-20259, diakses melalui <https://www.pnas.org/doi/10.1073/pnas.1112029108>.
- <sup>1137</sup> Al-Qur'an, Surah Ar-Ra'd (13): 28.

- 
- <sup>1138</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. (Chapel Hill: The University of North Carolina Press, 1975), hlm. 192-194. Schimmel menjelaskan hierarki lata'if (pusat-pusat subtil) dalam tradisi sufi, di mana sirr menempati posisi yang sangat tinggi, sering kali ditempatkan setelah qalb (hati) dan ruh (roh).
- <sup>1139</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *The Revival of the Religious Sciences (Ihya' 'Ulum al-Din)*, Vol. 3, "The Book of the Mysteries of the Heart." Diterjemahkan oleh Walter James Skellie. (Kuala Lumpur: Islamic Book Trust, 2011). Al-Ghazali secara ekstensif menggunakan metafora cermin untuk menjelaskan kapasitas hati dan sirr dalam menerima pengetahuan ilahi ('ilm ladunni).
- <sup>1140</sup> Al-Quran, Surah Al-Ahzab (33:72). Ayat ini sering ditafsirkan oleh para sufi sebagai referensi kepada sirr atau potensi ma'rifah yang ditanamkan dalam diri manusia sebagai sebuah "amanah" atau kepercayaan ilahi.
- <sup>1141</sup> Karamustafa, Ahmet T. *Sufism: The Formative Period*. (Edinburgh: Edinburgh University Press, 2007), hlm. 125. Karamustafa membahas evolusi konsep fana' dan baqa', yang mana tingkatan terdalam dari fana' (kelenyapan) sering dikaitkan dengan fakultas-fakultas batin seperti khafiy dan akhfa.
- <sup>1142</sup> Hadis Qudsi. Diriwayatkan oleh Imam Al-Bukhari dalam Sahih al-Bukhari, Kitab al-Riqaq, Bab al-Tawadhu'. Hadis ini menjadi landasan teologis utama bagi para sufi untuk menjelaskan konsep kedekatan dan penyatuan mistik dengan Tuhan.
- <sup>1143</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. (Albany: State University of New York Press, 1989), hlm. 350-355. Chittick menjelaskan bagaimana, dalam metafisika Ibn 'Arabi, realitas memiliki tingkatan dari yang paling termanifestasi hingga Esensi yang murni. Perjalanan spiritual adalah perjalanan "kembali" melalui tingkatan-tingkatan ini.
- <sup>1144</sup> Al-Quran, Surah Al-Baqarah (2:156). Ayat ini, meskipun secara umum merujuk pada kesabaran saat menghadapi musibah, secara esoteris ditafsirkan oleh kaum sufi sebagai pengingat akan asal dan tujuan akhir jiwa manusia yang berasal dari Tuhan dan akan kembali melebur dalam Kehadiran-Nya.
- <sup>1145</sup> Lajoie, D. H., & Shapiro, S. I. "Definitions of Transpersonal Psychology: The First Twenty-Three Years." *The Journal of Transpersonal Psychology*, Vol. 24, No. 1, 1992, hlm. 79-98.
- <sup>1146</sup> Al-Qur'an, Surah Ar-Ra'd[13]:28.
- <sup>1147</sup> Lings, Martin. *What is Sufism?* (Cambridge: The Islamic Texts Society, 1999), hlm. 71-72. Hadis Qudsi yang diriwayatkan oleh Al-Bukhari juga menggambarkan puncak kedekatan ini: "...Ketika Aku mencintainya, Aku menjadi pendengarannya yang ia gunakan untuk mendengar, penglihatannya yang ia gunakan untuk melihat..." Ini melambangkan transendensi dari persepsi egoistik ke persepsi Ilahiah. (Sahih al-Bukhari, Kitab 81, Hadis 38).
- <sup>1148</sup> Kabat-Zinn, Jon. *Wherever You Go, There You Are: Mindfulness Meditation in Everyday Life*. (New York: Hyperion, 2005), hlm. 4-5.
- <sup>1149</sup> Brewer, J. A., Worhunsy, P. D., Gray, J. R., Tang, Y. Y., Weber, J., & Kober, H. "Meditation experience is associated with differences in default mode network activity and connectivity." *Proceedings of the National Academy of Sciences*, Vol. 108, No. 50, 2011, hlm. 20254–20259.

- 
- <sup>1150</sup> Davidson, Richard J., & Begley, Sharon. *The Emotional Life of Your Brain: How Its Unique Patterns Affect the Way You Think, Feel, and Live and How You Can Change Them.* (New York: Avery, 2012), hlm. 214-220.
- <sup>1151</sup> Baer, Ruth A. "Mindfulness Training as a Clinical Intervention: A Conceptual and Empirical Review." *Clinical Psychology: Science and Practice*, Vol. 10, No. 2, 2003, hlm. 125-143. Artikel ini, meskipun berfokus klinis, menggarisbawahi bagaimana pelatihan atensi dapat mengubah hubungan individu dengan pikiran mereka, yang merupakan dasar bagi pengalaman transpersonal.
- <sup>1152</sup> Thích Nhất Hạnh, *The Miracle of Mindfulness: An Introduction to the Practice of Meditation* (Boston: Beacon Press, 1999). Hạnh menjelaskan bagaimana fokus pada napas secara alami menenangkan tubuh dan pikiran, menciptakan kondisi yang diperlukan untuk wawasan.
- <sup>1153</sup> Joseph Goldstein, *Mindfulness: A Practical Guide to Awakening* (Boulder: Sounds True, 2013). Goldstein secara rinci menguraikan praktik Vipassanā sebagai penanaman kesadaran non-reaktif terhadap pengalaman internal dan eksternal.
- <sup>1154</sup> Walpola Rahula, *What the Buddha Taught* (New York: Grove Press, 1974). Buku klasik ini memberikan penjelasan yang jelas tentang Tiga Corak Keberadaan sebagai landasan filosofis dari praktik meditasi Buddhis.
- <sup>1155</sup> The Dalai Lama, *The Universe in a Single Atom: The Convergence of Science and Spirituality* (New York: Morgan Road Books, 2005), Bab 4. Dalai Lama membahas konsep Kekosongan (Śūnyatā) tidak sebagai ketiadaan, tetapi sebagai sifat realitas yang saling bergantung, yang paralel dengan temuan dalam fisika kuantum.
- <sup>1156</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Baqarah (2):152. Terjemahan: "Therefore remember Me, I will remember you. And be grateful to Me and do not deny Me."
- <sup>1157</sup> Annemarie Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam* (Chapel Hill: The University of North Carolina Press, 1975), hlm. 167-178. Schimmel memberikan analisis komprehensif tentang berbagai bentuk dan tingkatan Dzikir dalam tradisi Sufi.
- <sup>1158</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989). Chittick mengulas secara mendalam konsep-konsep Sufi seperti *ḥuḍūr* (kehadiran) dalam kerangka metafisika Ibn 'Arabi.
- <sup>1159</sup> Al-Ghazālī, *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn* (Kebangkitan Ilmu-ilmu Agama), khususnya pada "Kitab tentang Dzikir dan Doa". Al-Ghazālī menjelaskan fungsi Dzikir dalam "menggosok" cermin hati agar dapat memantulkan cahaya Ilahi.
- <sup>1160</sup> Llewellyn Vaughan-Lee, ed., *The Face Before I Was Born: A Search for the Authentic Self* (Ashland: Golden Sufi Center Publishing, 2007). Dalam berbagai esai di buku ini, konsep *fanā'* dibahas sebagai pengalaman sentral dalam perjalanan mistik Sufi, yaitu kematian ego untuk lahir dalam Realitas Abadi.
- <sup>1161</sup> Newberg, A., & Waldman, M. R. (2009). *How God Changes Your Brain: Breakthrough Findings from a Leading Neuroscientist.* Ballantine Books. Buku ini secara komprehensif membahas bagaimana praktik spiritual seperti doa dan meditasi secara fisik mengubah struktur dan fungsi otak.
- <sup>1162</sup> Lutz, A., Greischar, L. L., Rawlings, N. B., Ricard, M., & Davidson, R. J. (2004). Long-term meditators self-induce high-amplitude gamma synchrony during mental practice. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 101(46), 16369–16373.

---

Ini adalah studi seminal yang menunjukkan korelasi kuat antara meditasi tingkat lanjut dan aktivitas gelombang Gamma.

- <sup>1163</sup> Lagopoulos, J., et al. (2009). Increased theta and alpha EEG activity during nondirective meditation. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 15(11), 1187-1192. Jurnal ini menyajikan bukti empiris tentang perubahan gelombang Alfa dan Theta selama praktik meditasi.
- <sup>1164</sup> Segal, Z. V., Williams, J. M. G., & Teasdale, J. D. (2018). *Mindfulness-Based Cognitive Therapy for Depression: A New Approach to Preventing Relapse*. Guilford Press. Meskipun fokus pada terapi, buku ini menjelaskan dengan baik perbedaan antara mode "doing" (didominasi Beta) dan "being" (didominasi Alfa/Theta).
- <sup>1165</sup> Newberg, A., D'Aquili, E., & Rause, V. (2001). *Why God Won't Go Away: Brain Science and the Biology of Belief*. Ballantine Books. Karya klasik yang memperkenalkan hipotesis deaktivasi lobus parietal sebagai dasar neurologis pengalaman mistis.
- <sup>1166</sup> Beauregard, M., & O'Leary, D. (2007). *The Spiritual Brain: A Neuroscientist's Case for the Existence of the Soul*. HarperOne. Buku ini memberikan argumen lebih lanjut tentang bagaimana pengalaman spiritual tidak dapat sepenuhnya dijelaskan secara materialistik, sambil mengakui korelasi neurologisnya.
- <sup>1167</sup> Al-Qur'an, Surah Ar-Ra'd (13), ayat 28. Terjemahan ini mengacu pada makna umum yang disepakati bahwa zikir atau mengingat Allah adalah sumber ketenangan batin.
- <sup>1168</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari (No. 16) dan Muslim (No. 43), dari Anas bin Malik, bahwa Nabi Muhammad SAW bersabda, "Tiga perkara yang apabila ada pada diri seseorang, ia akan mendapatkan manisnya iman..." Salah satunya adalah mencintai Allah dan Rasul-Nya lebih dari selain keduanya, yang mengimplikasikan adanya respons afektif atau emosional yang kuat.
- <sup>1169</sup> McNamara, P. (Ed.). (2009). *The Neuroscience of Religious Experience*. Cambridge University Press. Sebuah koleksi esai akademis yang memberikan tinjauan luas dan mendalam tentang berbagai aspek neurosains dan pengalaman religius dari berbagai perspektif.
- <sup>1170</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), 231. Chittick menjelaskan bahwa bagi para sufi, dzikir adalah cara untuk mengaktualisasikan kehadiran Realitas Ilahi dalam kesadaran manusia.
- <sup>1171</sup> Andrew Newberg and Mark Robert Waldman, *How God Changes Your Brain: Breakthrough Findings from a Leading Neuroscientist* (New York: Ballantine Books, 2009), 95-97. Buku ini membahas bagaimana praktik spiritual seperti meditasi dan doa dapat secara terukur mengubah fungsi otak, termasuk menenangkan aktivitas di lobus parietal yang terkait dengan orientasi diri.
- <sup>1172</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6, 36, 43; Surah As-Saffat (37): 102. Kisah Nabi Yusuf adalah contoh paling ekstensif mengenai peran mimpi dalam wahyu dan takdir, sementara mimpi Nabi Ibrahim menjadi dasar bagi ritual kurban.
- <sup>1173</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari. Muhammad ibn Ismail al-Bukhari, *Sahih al-Bukhari*, Kitab al-Ta'bir (Kitab tentang Interpretasi Mimpi), Hadis No. 6984. Diriwayatkan dari Abu Hurairah, Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi itu ada tiga macam: mimpi yang baik sebagai kabar gembira dari Allah, mimpi yang menakutkan atau menyedihkan yang datang dari syaitan, dan mimpi yang timbul dari apa yang dibisikkan oleh diri sendiri."

- 
- <sup>1174</sup> Ibn 'Arabi, *Fusus al-Hikam (The Bezels of Wisdom)*, ed. dan trans. R.W.J. Austin (New York: Paulist Press, 1980), 134. Ibn 'Arabi membahas bagaimana imajinasi (khayal) menjadi aktif saat tidur, berfungsi sebagai barzakh (perantara) yang menerjemahkan makna-makna spiritual ke dalam bentuk-bentuk simbolis.
- <sup>1175</sup> Ken Wilber, *The Spectrum of Consciousness* (Wheaton, IL: Quest Books, 1993), 65. Wilber, seorang tokoh utama dalam psikologi transpersonal, mendefinisikan berbagai tingkatan kesadaran, dengan kesadaran transpersonal atau transendental sebagai puncak di mana identitas ego dilampaui.
- <sup>1176</sup> Jung, C. G. (1968). *The Archetypes and the Collective Unconscious*. *Collected Works Vol. 9, Part 1*. Princeton University Press. Paragraf 490-491 membahas bagaimana individuasi melibatkan diferensiasi Ego dari kolektivitas sambil secara bersamaan mengintegrasikan konten kolektif.
- <sup>1177</sup> Sharp, D. (1991). *Jung Lexicon: A Primer of Terms & Concepts*. Inner City Books. Dalam entri "Individuation," Sharp menjelaskan bahwa proses ini mensyaratkan "dialog berkelanjutan antara kesadaran dan ketidaksadaran."
- <sup>1178</sup> Johnson, R. A. (1986). *Inner Work: Using Dreams and Active Imagination for Personal Growth*. Harper & Row. Buku ini secara praktis menguraikan metode empat langkah untuk bekerja dengan mimpi sebagai alat untuk berkomunikasi dengan alam tak sadar.
- <sup>1179</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12:53). Ayat ini secara eksplisit menyebutkan sifat jiwa (nafs) yang cenderung pada keburukan, sebuah konsep yang sejajar dengan sisi destruktif dari arketipe Bayangan.
- <sup>1180</sup> Hadis ini, meskipun status sanadnya diperdebatkan oleh para ahli hadis formal, memiliki popularitas dan otoritas yang sangat besar dalam literatur tasawuf dan filsafat Islam, dikutip oleh para pemikir seperti Ibn 'Arabi dan Al-Ghazali sebagai prinsip inti dari pengetahuan spiritual. Lihat: Chittick, W. C. (1989). *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press.
- <sup>1181</sup> Stein, M. (1998). *Jung's Map of the Soul: An Introduction*. Open Court. Stein mengulas bahwa tujuan akhir individuasi adalah membawa Ego ke dalam hubungan yang tepat dengan Diri, yang merupakan pengalaman religius dalam arti luas pengalaman akan sesuatu yang lebih besar dari Ego.
- <sup>1182</sup> Jung, C. G. (Ed.). (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing.
- <sup>1183</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf, 12:4.
- <sup>1184</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Buku Interpretasi Mimpi)*, Hadith No. 6989.
- <sup>1185</sup> Al-Issa, A. A. (2000). The interpretation of dreams: A comparison between the psychoanalytic and the Islamic perspectives. *International Journal for the Psychology of Religion*, 10(4), 235-246.
- <sup>1186</sup> Hartmann, E. (2010, May 12). *The Interpretation of Dreams: A New Theory*. *Psychology Today*. Diakses dari <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-wisdom-dreams/201005/the-interpretation-dreams-new-theory>.
- <sup>1187</sup> Jung, C. G. (1971). *Psychological Types*. Princeton University Press. Dalam karya ini, Jung secara ekstensif membahas dinamika antara Ego sebagai pusat kesadaran dan fungsi-fungsi psikologis lainnya.

- 
- <sup>1188</sup> Jung, C. G. (1969). *The Archetypes and the Collective Unconscious*. Princeton University Press. Jung mendefinisikan Self sebagai arketipe totalitas dan tujuan akhir dari proses individuasi, yang menyatukan kesadaran dan ketidaksadaran.
- <sup>1189</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Isra'[17]:85. "Dan mereka bertanya kepadamu (Muhammad) tentang ruh. Katakanlah, 'Ruh itu termasuk urusan Tuhanku, dan kamu tidak diberi pengetahuan melainkan sedikit.'"
- <sup>1190</sup> Johnson, R. A. (1986). *Inner Work: Using Dreams and Active Imagination for Personal Growth*. Harper & Row. Johnson menjelaskan secara praktis bagaimana mimpi berfungsi untuk mengkompensasi sikap sadar Ego dan bagaimana bekerja dengan mimpi dapat mengarah pada keseimbangan psikologis.
- <sup>1191</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari. Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang baik (benar) dari seorang yang saleh adalah satu bagian dari empat puluh enam bagian kenabian." (Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir).
- <sup>1192</sup> Al-Akili, M. (2008). The Prophetic Significance of Dreams in Islam. *Journal of Islamic Psychology*, 4(2), 119-135. Artikel ini membahas bagaimana tradisi Islam memandang mimpi tidak hanya sebagai fenomena psikologis tetapi juga sebagai saluran komunikasi spiritual yang potensial.
- <sup>1193</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Isra'[17]:1. Ayat ini menjadi fondasi teologis peristiwa Mi'raj, yang secara esoteris ditafsirkan oleh para sufi sebagai arketipe perjalanan ruhani setiap hamba menuju Tuhannya.
- <sup>1194</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Dalam buku ini, Jung dan para pengikutnya menjelaskan bahwa mimpi memiliki fungsi kompensasi, yaitu menyeimbangkan sikap sadar yang seringkali berat sebelah dan tidak lengkap, sehingga mendorong individu menuju keutuhan (wholeness).
- <sup>1195</sup> Sahih al-Bukhari, Hadis No. 6983. Hadis riwayat Abu Hurairah ini menegaskan posisi mimpi yang signifikan dalam epistemologi Islam, sebagai salah satu bentuk wahyu minor yang masih dapat diakses oleh orang-orang beriman setelah era kenabian berakhir.
- <sup>1196</sup> Nasr, S. H. (2007). *The Garden of Truth: The Vision and Promise of Sufism, Islam's Mystical Tradition*. HarperOne. Nasr menjelaskan bahwa jalan sufi secara inheren melibatkan pengenalan diri (man 'arafa nafsahu faqad 'arafa rabbahu), yang dimulai dengan mengenali aspek-aspek rendah (nafs al-ammarah) untuk dapat menyucikannya.
- <sup>1197</sup> Walker, M. (2017). *Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams*. Scribner. Meskipun berfokus pada neurosains, Walker mengakui peran mimpi dalam memproses emosi dan memfasilitasi solusi kreatif, yang secara tidak langsung mendukung gagasan bahwa wawasan dari mimpi dapat diterapkan untuk memecahkan masalah dalam kehidupan sadar. Integrasi wawasan mimpi ke dalam perilaku adalah jembatan antara dunia internal dan eksternal.
- <sup>1198</sup> Robert Frager, *Heart, Self, & Soul: The Sufi Psychology of Growth, Balance, and Harmony* (Wheaton, IL: Quest Books, 1999), 12-15.
- <sup>1199</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), 28.
- <sup>1200</sup> Al-Qur'an, Ash-Shams (91): 9-10.
- <sup>1201</sup> Abu Hamid Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*, trans. Fazl-ul-Karim, Vol. 3 (New Delhi: Islamic Book Service, 2011), 4-15.

- 
- <sup>1202</sup> Annemarie Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam* (Chapel Hill: The University of North Carolina Press, 1975), 112.
- <sup>1203</sup> Seyyed Hossein Nasr, "The Heart of Islam: The Traditionalist View," *The Journal of Esoteric Studies*, Vol. 2, No. 1 (2008): 25-39.
- <sup>1204</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari (No. 52) dan Muslim (No. 1599).
- <sup>1205</sup> Martin Lings, *What is Sufism?* (Cambridge: The Islamic Texts Society, 1999), 78-81.
- <sup>1206</sup> G.A. Razi, "The Practice of Muraqaba in the Naqshbandi-Mujaddidi Order," *Sufi: A Journal of Sufism*, Issue 45 (Spring 2000), diakses dari [www.sufijournal.org/articles/muraqaba-practice.html](http://www.sufijournal.org/articles/muraqaba-practice.html).
- <sup>1207</sup> Al-Qushayri, *Al-Risala al-Qushayriyya fi 'Ilm al-Tasawwuf*, ed. Alexander Knysh (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 2007), 145.
- <sup>1208</sup> Al-Qur'an, Al-Fajr (89): 27-28.
- <sup>1209</sup> Haidt, Jonathan. (2003). "Elevation and the positive psychology of morality." Dalam C. L. M. Keyes & J. Haidt (Eds.), *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived* (hlm. 275–289). American Psychological Association.
- <sup>1210</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Fath (48):4. Ayat ini menyatakan, "Dialah yang telah menurunkan ketenangan (sakinah) ke dalam hati orang-orang mukmin untuk menambah keimanan atas keimanan mereka (yang telah ada)."
- <sup>1211</sup> Jung, Carl G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Buku ini secara komprehensif menjelaskan bagaimana mimpi berfungsi sebagai jembatan menuju alam bawah sadar kolektif melalui bahasa simbol dan arketipe.
- <sup>1212</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari (No. 6984) dari Abu Hurairah, di mana Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi itu ada tiga macam: mimpi yang baik sebagai kabar gembira dari Allah, mimpi yang menyedihkan yang datang dari setan, dan mimpi yang timbul dari bisikan jiwa seseorang."
- <sup>1213</sup> Damasio, Antonio. (1999). *The Feeling of What Happens: Body and Emotion in the Making of Consciousness*. Harcourt Brace. Damasio berteori bahwa kesadaran muncul dari pemetaan otak terhadap keadaan tubuh, yang secara intrinsik terkait dengan emosi.
- <sup>1214</sup> McNamara, Patrick. (2009). "The Neurobiology of Religious Experience." *Psychology Today*. Diakses dari <https://www.psychologytoday.com/us/blog/dream-catcher/200912/the-neurobiology-religious-experience>. Artikel ini membahas bagaimana sirkuit saraf yang terlibat dalam emosi, kesadaran diri, dan pemrosesan mimpi saling tumpang tindih, terutama dalam konteks pengalaman religius.
- <sup>1215</sup> Al-Qur'an, Surah Az-Zumar (39):42. Ayat ini menjadi landasan teologis utama bagi pemahaman bahwa ruh memiliki eksistensi yang dapat terpisah sementara dari jasad selama tidur.
- <sup>1216</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989, hlm. 115. Chittick menjelaskan konsep 'alam al-mithāl atau mundus imaginalis sebagai ranah ontologis krusial dalam kosmologi Ibnu 'Arabi, yang menjembatani dunia inderawi dan dunia intelektual.
- <sup>1217</sup> Diriwayatkan oleh al-Bukhari dalam Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir, Hadis No. 6989. Hadis ini berbunyi, "Mimpi yang benar dari orang yang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian."

- 
- <sup>1218</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn* (The Revival of the Religious Sciences), Jilid 3, Kitab "Keajaiban Hati". Dalam berbagai terjemahan, Al-Ghazali secara konsisten menggunakan metafora cermin untuk menjelaskan kapasitas hati dalam menerima pengetahuan ilahi. Lihat misalnya terjemahan oleh Fazl-ul-Karim.
- <sup>1219</sup> Lory, Pierre. "The Dream in Islam: From Qur'ānic Revelation to Sufi Interpretation." Dalam *Dream Cultures: Explorations in the Comparative History of Dreaming*, disunting oleh David Shulman dan Guy G. Stroumsa, Oxford University Press, 1999, hlm. 209-210. Lory membahas bagaimana para sufi memandang mimpi sebagai salah satu saluran utama bagi limpahan pengetahuan ilahiah (fuyūḍāt).
- <sup>1220</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12):4-6, 36-41, 100-101. Kisah Nabi Yusuf AS merupakan arketipe Al-Quran tentang signifikansi mimpi dan ilmu interpretasinya.
- <sup>1221</sup> Corbin, Henry. *Alone with the Alone: Creative Imagination in the Sūfism of Ibn 'Arabī*. Princeton University Press, 1998, hlm. 183-185. Corbin mengelaborasi lebih lanjut peran "Imajinasi Kreatif" (al-khayāl) sebagai organ persepsi spiritual dalam pemikiran Ibnu 'Arabi, yang memungkinkan penampakan realitas non-fisik.
- <sup>1222</sup> Al-Bukhārī, Muḥammad ibn Ismā'īl. *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, Kitāb al-Ta'bīr, Bāb al-Ru'yā al-Ṣāliḥah juz' min sittah wa arba'in juz'an min al-nubuwwah, Hadis No. 6983.
- <sup>1223</sup> Ibn Qayyim al-Jawziyyah. *Al-Rūḥ fī al-Kalām 'alā Arwāḥ al-Amwāt wa al-Aḥyā' bi al-Dalā'il min al-Kitāb wa al-Sunnah*. (Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1986), hlm. 35. Menurutnya, mimpi orang yang paling benar adalah mimpi orang yang paling jujur dalam perkataannya.
- <sup>1224</sup> Al-Qur'an, Surah Aṣ-Ṣāffāt (37): 102.
- <sup>1225</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. (New York: Dell Publishing, 1968), hlm. 50-52. Jung memandang mimpi sebagai alat vital bagi jiwa untuk berkomunikasi dengan kesadaran dan mendorong pertumbuhan pribadi.
- <sup>1226</sup> Al-Qur'an, Surah Yūsuf (12): 43-49.
- <sup>1227</sup> Malik, Hafeez. "The Psychology of Dreams in Islam." *Islamic Psychology Around the Globe*, diedit oleh Amber Haque, (Indiana: University of Indianapolis Press, 2012), hlm. 125. Artikel ini membahas pentingnya kualifikasi penafsir mimpi dalam tradisi Islam untuk menghindari kesalahan interpretasi.
- <sup>1228</sup> Seyyed Hossein Nasr, *Sufi Essays* (Chicago: ABC International Group, 1999), 45-47. Nasr menjelaskan bahwa tujuan esensial tasawuf adalah gnosis atau ma'rifah, yang merupakan pengetahuan transformatif tentang Tuhan, berbeda dari pengetahuan rasional semata.
- <sup>1229</sup> Carl G. Jung, *The Archetypes and the Collective Unconscious*, *Collected Works Vol. 9, Part 1* (Princeton: Princeton University Press, 1969), 3-41.
- <sup>1230</sup> Anthony Stevens, *Jung: A Very Short Introduction* (New York: Oxford University Press, 2001), 66-70. Stevens menguraikan individuasi sebagai proses seumur hidup untuk menjadi diri sendiri secara utuh, yang melibatkan dialog berkelanjutan antara ego dan ketidaksadaran.
- <sup>1231</sup> Laleh Bakhtiar, *Sufi Expressions of the Mystic Quest* (London: Thames & Hudson, 1976), 28-31. Bakhtiar memetakan tingkatan nafs dalam tradisi sufi, mulai dari ammarah (yang memerintah), lawwamah (yang mencela), hingga muthmainnah (yang tenang).
- <sup>1232</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Fajr (89): 27-28. "Wahai jiwa yang tenang! Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang rida dan diridai-Nya."

- 
- <sup>1233</sup> Al-Qur'an, Surah Ash-Shams (91): 9-10.
- <sup>1234</sup> Abraham H. Maslow, *Religions, Values, and Peak Experiences* (New York: Penguin Books, 1994), 59-68. Maslow melihat 'peak experiences' sebagai fenomena naturalistik yang dapat dipelajari secara ilmiah, yang sering kali memiliki kualitas religius atau mistis.
- <sup>1235</sup> Ken Wilber, *The Spectrum of Consciousness* (Wheaton, IL: Quest Books, 1993), 101-120. Wilber mengusulkan model kesadaran berlapis yang mengintegrasikan psikologi perkembangan Barat dengan tradisi kebijaksanaan Timur, termasuk tasawuf.
- <sup>1236</sup> Jung, C. G. (1969). *The Archetypes and the Collective Unconscious*. (R. F. C. Hull, Trans.). Princeton, NJ: Princeton University Press.
- <sup>1237</sup> Corbin, H. (1998). *Alone with the Alone: Creative Imagination in the Sūfism of Ibn 'Arabī*. Princeton, NJ: Princeton University Press, hlm. 3-5.
- <sup>1238</sup> Chittick, W. C. (1989). *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. Albany, NY: State University of New York Press, hlm. 115-117.
- <sup>1239</sup> Al-Quran, Surah Ar-Ra'd 13:17. Ayat ini dan banyak ayat lainnya menggunakan metafora dan perumpamaan untuk menjelaskan kebenaran dan kebatilan, mengilustrasikan metode Quran dalam mengkomunikasikan realitas non-fisik melalui simbol.
- <sup>1240</sup> Al-Bukhārī, Muḥammad ibn Ismā'īl. Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, Kitāb al-Ta'bīr, Hadis No. 6989. Hadis ini menegaskan status mimpi sebagai kanal komunikasi ilahiah yang valid.
- <sup>1241</sup> Frager, R. (1999). *Heart, Self, & Soul: The Sufi Psychology of Growth, Balance, and Harmony*. Quest Books. Buku ini secara eksplisit menjembatani psikologi transpersonal modern dengan psikologi sufi, menunjukkan kesejajaran proses pertumbuhan batin.
- <sup>1242</sup> Chittick, W. C. (1989). *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press. Chittick sering membahas adagium ini dalam konteks metafisika Ibn 'Arabi, menafsirkannya sebagai inti dari jalan sufi.
- <sup>1243</sup> Schimmel, A. (1975). *Mystical Dimensions of Islam*. The University of North Carolina Press. Bab-bab mengenai jalan sufi (tariqa) memberikan deskripsi terperinci tentang maqam fana' dan baqa'.
- <sup>1244</sup> Al-Qur'an, Surah Az-Zariyat[51:21]. Terjemahan oleh Abdullah Yusuf Ali atau Marmaduke Pickthall.
- <sup>1245</sup> Jung, C. G. (1968). *The Archetypes and the Collective Unconscious*. (Collected Works, Vol. 9i). Princeton University Press. Dalam buku ini, Jung mendefinisikan dan menguraikan proses Individuasi secara mendalam.
- <sup>1246</sup> Jung, C. G. (1959). *Aion: Researches into the Phenomenology of the Self*. (Collected Works, Vol. 9ii). Princeton University Press. Bagian awal buku ini didedikasikan untuk analisis Ego, Shadow, dan relasi keduanya.
- <sup>1247</sup> Edinger, E. F. (1972). *Ego and Archetype: Individuation and the Religious Function of the Psyche*. Shambhala Publications. Edinger memberikan penjelasan yang sangat jelas tentang dinamika antara Ego dan Self sebagai poros utama proses Individuasi.
- <sup>1248</sup> Corbin, H. (1969). *Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi*. Princeton University Press. Corbin mengelaborasi konsep qalb sebagai organ persepsi spiritual yang mampu menangkap realitas imajinal, sebuah konsep yang paralel dengan fungsi Self sebagai integrator pengalaman arketipal.

- 
- 1249 Vaughan, F. (1982). "The Transpersonal Perspective: A Personal Overview". *Journal of Transpersonal Psychology*, 14(1), 37-45. Artikel ini membahas bagaimana psikologi transpersonal, yang banyak dipengaruhi oleh Jung, melihat integrasi dimensi spiritual sebagai puncak kesehatan psikologis, yang menggemakan tujuan Ma'rifah.
- 1250 Hart, T. (2009). *The Secret of the Waking Mind: The Lived Experience of Transpersonal Consciousness*. *Journal of Transpersonal Psychology*, 41(2), 183-204.
- 1251 Al-Qur'an al-Karim. Terjemahan oleh Abdullah Yusuf Ali. (1989). Amana Corporation. Surah Yusuf (12): 4-6, 100; Surah Ash-Shaffat (37): 102.
- 1252 Khan, M. M. (trans.). (1997). *The Translation of the Meanings of Sahih Al-Bukhari*. Dar-us-Salam Publications. Volume 9, Kitab 87 (Interpretation of Dreams), Hadis No. 119.
- 1253 Chittick, W. C. (1989). *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, hlm. 115-117.
- 1254 Freud, S. (1913). *The Interpretation of Dreams*. (A. A. Brill, Trans.). The Macmillan Company.
- 1255 Jung, C. G. (1968). *The Archetypes and the Collective Unconscious*. (R. F. C. Hull, Trans.). Princeton University Press.
- 1256 Sharp, D. (1991). *Jung Lexicon: A Primer of Terms & Concepts*. Inner City Books, hlm. 72-74.
- 1257 Corbin, H. (1972). *Mundus Imaginalis, or the Imaginary and the Imaginal*. Spring: An Annual of Archetypal Psychology and Jungian Thought, 1-19.
- 1258 Maslow, A. H. (1964). *Religions, Values, and Peak Experiences*. Ohio State University Press.
- 1259 Al-Qur'an, Surah Al-A'raf[7]: 172.
- 1260 Hadis riwayat Al-Bukhari. Lihat: Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari*, Kitab al-Iman, Bab Fadl Man Istabra'a li-Dinihi.
- 1261 Al-Ghazali, Abu Hamid. *The Revival of the Religious Sciences (Ihya 'Ulum al-Din)*, Vol. 4, Book XXXV: The Book of Tawhid and Tawakkul. Diterjemahkan oleh David B. Burrell (Cambridge: The Islamic Texts Society, 2010), hlm. 85-92.
- 1262 Chittick, William C. "The Perfect Man as the Prototype of the Self in the Sufism of Jami." *Studia Islamica*, No. 49 (1979), hlm. 135-157.
- 1263 Nasr, Seyyed Hossein. *The Heart of Islam: Enduring Values for Humanity* (New York: HarperOne, 2004), hlm. 45-51.
- 1264 Lings, Martin. *What is Sufism?* (The Islamic Texts Society, 1975). Buku ini memberikan pengantar klasik mengenai esensi, doktrin, dan metode dalam tradisi Tasawuf.
- 1265 Al-Qur'an, Surah Qaf (50:16). Ayat ini sering dikutip oleh para sufi untuk menekankan imanensi Tuhan dan potensi kedekatan batiniah dengan-Nya.
- 1266 Grof, Stanislav. *The Holiest Vision: Human Consciousness and the Promise of a New Paradigm* (University Libraries, State University of New York, 2000). Grof, salah satu pendiri Psikologi Transpersonal, menguraikan visi disiplin ini sebagai jembatan antara sains dan spiritualitas.
- 1267 Wilber, Ken. *The Spectrum of Consciousness* (Quest Books, 1977). Dalam karya seminal ini, Wilber mensintesis berbagai tradisi spiritual dunia, termasuk Sufisme, untuk membangun model kesadaran berlapis.
- 1268 Dikatakan sebagai Hadis, meskipun sanadnya diperdebatkan, Nabi Muhammad SAW setelah kembali dari sebuah pertempuran bersabda, "Kita telah kembali dari jihad

---

kecil (perang) menuju jihad akbar (perjuangan melawan hawa nafsu)." Dikutip dalam banyak karya sufi, seperti Ihya Ulum al-Din oleh Al-Ghazali. Lihat: Al-Bayhaqi, Al-Zuhd al-Kabir.

- <sup>1269</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (State University of New York Press, 1989). Karya ini secara mendalam membahas psikologi spiritual dalam pemikiran salah satu sufi terbesar.
- <sup>1270</sup> Brewer, J. A., et al. "Meditation experience is associated with differences in default mode network activity and connectivity." *Proceedings of the National Academy of Sciences* 108, no. 50 (2011): 20254-20259. Jurnal ini menunjukkan dampak neurologis dari praktik meditasi yang serupa dengan zikir.
- <sup>1271</sup> Frager, Robert. *Heart, Self, and Soul: The Sufi Psychology of Growth, Balance, and Harmony* (Quest Books, 1999). Frager, seorang psikolog transpersonal dan syekh sufi, secara eksplisit menjembatani kedua dunia ini dalam praktik klinisnya.
- <sup>1272</sup> Carl G. Jung, *Man and His Symbols* (New York: Dell Publishing, 1968), hlm. 24-56. Jung mengembangkan teori bahwa mimpi adalah ekspresi dari "alam bawah sadar kolektif" yang berisi arketipe universal, sebuah pandangan yang lebih dekat dengan spiritualitas dibandingkan dengan pandangan Freudian yang berfokus pada hasrat pribadi.
- <sup>1273</sup> Sahih al-Bukhari, *Kitab al-Ta'bir (Book of Interpretation of Dreams)*, Hadis No. 6984. Diriwayatkan dari Abu Hurairah, Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi itu ada tiga macam: mimpi yang baik sebagai kabar gembira dari Allah, mimpi yang menyedihkan yang datang dari setan, dan mimpi yang datang dari bisikan hati seseorang." Sahih al-Bukhari, terjemahan Muhammad M. Khan (Riyadh: Darussalam, 1997).
- <sup>1274</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12): 4-6, mengisahkan mimpi Nabi Yusuf tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud kepadanya, yang menjadi pertanda kenabian dan kedudukan tingginya di masa depan. *The Qur'an*, terjemahan M.A.S. Abdel Haleem (Oxford: Oxford University Press, 2004).
- <sup>1275</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), hlm. 115-118. Chittick menjelaskan konsep Ibn 'Arabi tentang khayal atau alam al-mithal sebagai alam barzakh (perantara) di mana roh dan jasad bertemu, dan di mana peristiwa-peristiwa spiritual dimanifestasikan dalam bentuk inderawi.
- <sup>1276</sup> Al-Quran, Surah Al-Kahf (18): 65. Ayat ini menjadi landasan utama bagi konsep ilmu laduni dalam tradisi intelektual dan spiritual Islam.
- <sup>1277</sup> Al-Ghazali, dalam karyanya *Ihya' 'Ulum al-Din*, membahas bagaimana hati yang telah dipoles dari "karat" dosa dan kelekatan duniawi menjadi seperti cermin yang siap menerima pantulan cahaya pengetahuan dari Lauh al-Mahfuz. Lihat: T.J. Winter (trans.), *Al-Ghazali on the Marvels of the Heart* (Cambridge: The Islamic Texts Society, 2010).
- <sup>1278</sup> John A. Lambton, "The Role of the Shaykh in the Interpretation of Dreams in Sufi Orders," *Journal of Islamic Studies*, Vol. 28, No. 1 (2017), hlm. 45-67. Artikel ini membahas pentingnya otoritas spiritual dalam memvalidasi dan menafsirkan pengalaman mistik, termasuk mimpi, untuk mencegah penyimpangan.
- <sup>1279</sup> Wilber, Ken. *Integral Psychology: Consciousness, Spirit, Psychology, Therapy*. Shambhala Publications, 2000. Buku ini menawarkan kerangka kerja yang

---

mengintegrasikan berbagai model perkembangan kesadaran dari tradisi Barat dan Timur, yang relevan untuk memahami arsitektur batiniah.

- <sup>1280</sup> Jung, Carl G. *Psychological Types*. Princeton University Press, 1971. Dalam karya ini, Jung menguraikan konsepnya tentang psyche sebagai sebuah sistem yang kompleks dan dinamis, yang menjadi dasar bagi banyak teori psikologi modern tentang diri.
- <sup>1281</sup> Al-Quran, Surah Al-Isra'[17]:85. Ayat ini secara eksplisit menyatakan bahwa pengetahuan tentang hakikat ruh berada di sisi Tuhan, menandakan sifatnya yang transenden dan berbeda dari ciptaan lainnya.
- <sup>1282</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn (The Revival of the Religious Sciences)*, Vol. 3. Diterjemahkan oleh T.J. Winter. Islamic Texts Society, 2015. Al-Ghazali secara ekstensif membahas perbedaan antara qalb (jantung spiritual), rūḥ, nafs, dan 'aql sebagai komponen-komponen kunci dari lanskap batin manusia.
- <sup>1283</sup> Chalmers, David J. *The Conscious Mind: In Search of a Fundamental Theory*. Oxford University Press, 1996. Chalmers adalah filsuf yang mempopulerkan istilah "the hard problem of consciousness" untuk membedakan antara penjelasan fungsi otak (masalah mudah) dan penjelasan pengalaman subjektif itu sendiri (masalah sulit).
- <sup>1284</sup> James, William. *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*. Longmans, Green, and Co., 1902. Karya klasik ini menganalisis berbagai bentuk pengalaman mistis dan religius dari sudut pandang pragmatis dan psikologis, menekankan perannya dalam transformasi personal dan pergeseran kesadaran.
- <sup>1285</sup> Seyyed Hossein Nasr, *A Young Muslim's Guide to the Modern World* (Chicago: KAZI Publications, 1994), 37.
- <sup>1286</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Ikhlās, 112:1.
- <sup>1287</sup> Ismail Raji al-Faruqi, *Tawhid: Its Implications for Thought and Life* (Herndon, VA: International Institute of Islamic Thought, 1982), 17-20.
- <sup>1288</sup> Al-Qur'an, Surah Adz-Dhāriyat, 51:56.
- <sup>1289</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Baqarah, 2:30.
- <sup>1290</sup> Yasir Qadhi, "The Purpose of Creation: An Islamic Perspective," Yaqeen Institute for Islamic Research, diakses 23 Oktober 2023, <https://yaqeeninstitute.org/read/paper/the-purpose-of-creation-an-islamic-perspective>.
- <sup>1291</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Mu'minun, 23:115.
- <sup>1292</sup> Muhammad ibn Ismail al-Bukhari, *Sahih al-Bukhari*, Kitab Bad' al-Wahy, Hadis No. 1.
- <sup>1293</sup> Al-Qur'an, Surah Ar-Ra'd, 13:11.
- <sup>1294</sup> Fazlur Rahman, *Major Themes of the Qur'an*, 2nd ed. (Chicago: University of Chicago Press, 2009), 30-31.
- <sup>1295</sup> Seyyed Hossein Nasr, *A Young Muslim's Guide to the Modern World* (Chicago: KAZI Publications, 1994), 37.
- <sup>1296</sup> Seyyed Hossein Nasr, *A Young Muslim's Guide to the Modern World* (Chicago: KAZI Publications, 1994), 37.
- <sup>1297</sup> Kant, Immanuel. *Critique of Pure Reason*. Diterjemahkan oleh Norman Kemp Smith. Palgrave Macmillan, 2007.
- <sup>1298</sup> Bergson, Henri. *Creative Evolution*. Diterjemahkan oleh Arthur Mitchell. Henry Holt and Company, 1911.
- <sup>1299</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Isra'[17]:85.

- 
- <sup>1300</sup> Al-Qur'an, Surah As-Sajdah[32]:9.
- <sup>1301</sup> Bohm, David. Wholeness and the Implicate Order. Routledge, 1980.
- <sup>1302</sup> Wilber, Ken. The Spectrum of Consciousness. Quest Books, 1993, pp. 65-68.
- <sup>1303</sup> Wilber, Ken. Integral Psychology: Consciousness, Spirit, Psychology, Therapy. Shambhala Publications, 2000, pp. 73-89.
- <sup>1304</sup> Wilber, Ken. Sex, Ecology, Spirituality: The Spirit of Evolution. Shambhala Publications, 2nd Edition, 2000, pp. 199-209.
- <sup>1305</sup> Chittick, William C. The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-Arabi's Metaphysics of Imagination. State University of New York Press, 1989, pp. 88-91.
- <sup>1306</sup> Izutsu, Toshihiko. Sufism and Taoism: A Comparative Study of Key Philosophical Concepts. University of California Press, 1984, pp. 25-35.
- <sup>1307</sup> Al-Qur'ān, Surah Al-Isrā'[17:1]. Ayat ini menjadi landasan teologis bagi konsep perjalanan spiritual vertikal (mi'raj) menuju hadirat Tuhan, yang secara simbolis merepresentasikan pendakian melalui tingkatan-tingkatan kesadaran.
- <sup>1308</sup> Radhakrishnan, Sarvepalli. The Principal Upanishads. HarperCollins Publishers India, 2006 (cetak ulang), pp. 542-549 (terjemahan dan komentar mengenai Taittiriya Upanishad, Ananda Valli).
- <sup>1309</sup> Deutsch, Eliot. Advaita Vedanta: A Philosophical Reconstruction. University of Hawaii Press, 1973, pp. 55-57.
- <sup>1310</sup> Shankara. Crest-Jewel of Discrimination (Viveka-Chudamani). Diterjemahkan oleh Swami Prabhavananda dan Christopher Isherwood. Vedanta Press, 1978. Karya ini secara ekstensif membahas proses diskriminasi antara yang nyata (Ātman) dan yang tidak nyata (kośa).
- <sup>1311</sup> Smith, Huston. Forgotten Truth: The Common Vision of the World's Religions. HarperOne, 1992, pp. 62-75. Smith membahas tema hierarki Wujud dan kesadaran sebagai visi umum yang ditemukan di hampir semua tradisi agama besar.
- <sup>1312</sup> Merujuk pada riwayat yang sering dinisbahkan kepada Nabi Muhammad SAW, "Berpikirlah tentang ciptaan Allah, dan janganlah berpikir tentang Dzat Allah" (Tafakkaru fi khalqillah, wa la tafakkaru fi dzatillah). Riwayat ini, meskipun status sanadnya diperdebatkan, maknanya selaras dengan banyak ayat Al-Qur'an yang mendorong refleksi atas alam semesta (misalnya, Q.S. Ali 'Imran: 190-191).
- <sup>1313</sup> Ibnu Rusyd (Averroes), Fasl al-Maqal (The Decisive Treatise), ed. dan terj. Charles E. Butterworth (Provo, UT: Brigham Young University Press, 2001). Dalam risalah ini, Ibnu Rusyd berargumen bahwa filsafat dan wahyu adalah "saudara sepersusuan" yang mengarah pada kebenaran yang sama.
- <sup>1314</sup> Al-Qur'an, Surah Ar-Ra'd (13): 28. "(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram."
- <sup>1315</sup> Konsep ini merupakan inti dari pemikiran Al-Ghazali tentang ilmu dan hati, yang tersebar di berbagai bagian karyanya, terutama Ihya' 'Ulum al-Din. Lihat: Al-Ghazali, The Book of Knowledge, terj. Nabih Amin Faris (Lahore: SH. Muhammad Ashraf, 1962). Analogi lampu dan minyak secara efektif menjelaskan perlunya integrasi antara instrumen rasional dan wadah spiritual.
- <sup>1316</sup> Seyyed Hossein Nasr, A Young Muslim's Guide to the Modern World (Chicago: Kazi Publications, 1993), hlm. 15-27. Nasr secara konsisten membahas tentang pentingnya menjaga keseimbangan antara sains (yang berakar pada rasionalitas) dan

---

spiritualitas (yang berakar pada wahyu dan tradisi) untuk menghindari krisis makna di dunia modern.

- <sup>1317</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12): 53. Terjemahan: "Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku."
- <sup>1318</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *The Revival of the Religious Sciences (Ihya Ulum al-Din)*. Diterjemahkan oleh Fazl-ul-Karim. New Delhi: Kitab Bhavan, 1982. Al-Ghazali secara ekstensif membahas disiplin diri dan perjuangan melawan hawa nafsu sebagai inti dari praktik keagamaan dalam "Kitab tentang Mendisiplinkan Jiwa".
- <sup>1319</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. Albany: State University of New York Press, 1989. Chittick menguraikan bahwa dalam pandangan Ibn al-'Arabi, mengingat Tuhan (dzikir) adalah cara untuk merealisasikan ketiadaan ontologis diri di hadapan Wujud Tuhan yang Absolut.
- <sup>1320</sup> Brewer, J. A., et al. "Meditation experience is associated with differences in default mode network activity and connectivity." *Proceedings of the National Academy of Sciences* 108, no. 50 (2011): 20254-20259. Artikel jurnal ini menunjukkan secara empiris bagaimana meditasi (sebuah praktik berulang yang terfokus) dapat menonaktifkan area otak yang terkait dengan pemikiran yang berpusat pada diri sendiri.
- <sup>1321</sup> Al-Quran, Surah Ar-Ra'd (13): 28. Terjemahan: "(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram."
- <sup>1322</sup> Al-Quran, Surah Al-Fajr (89): 27-28. Terjemahan: "Hai jiwa yang tenang. Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai-Nya."
- <sup>1323</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari. Abu Musa Al-Asy'ari melaporkan bahwa Nabi Muhammad SAW bersabda, "Perumpamaan orang yang mengingat Tuhannya dan orang yang tidak mengingat Tuhannya adalah seperti perumpamaan orang yang hidup dan orang yang mati." (Sahih al-Bukhari, Kitab Da'awat, No. 6407).
- <sup>1324</sup> Patañjali, *The Yoga Sūtras of Patañjali*, trans. Edwin F. Bryant (New York: North Point Press, 2009), Sūtra III.2: "Tatra pratyaya-ekatānatā dhyānam." (In that state[of concentration], the continuous, uninterrupted flow of a single conceptual content is Dhyāna).
- <sup>1325</sup> Gavin Flood, *An Introduction to Hinduism* (Cambridge: Cambridge University Press, 1996), 94-99.
- <sup>1326</sup> Walpola Rahula, *What the Buddha Taught*, rev. ed. (New York: Grove Press, 1974), 51-66.
- <sup>1327</sup> Joseph Goldstein, *Mindfulness: A Practical Guide to Awakening* (Boulder, CO: Sounds True, 2013), 221-235.
- <sup>1328</sup> Robert M. Gimello, "Mysticism and Meditation," in *Mysticism and Philosophical Analysis*, ed. Steven T. Katz (New York: Oxford University Press, 1978), 170-199.
- <sup>1329</sup> Judson A. Brewer et al., "Meditation experience is associated with differences in default mode network activity and connectivity," *Proceedings of the National Academy of Sciences* 108, no. 50 (December 2011): 20254–20259, <https://doi.org/10.1073/pnas.1112029108>.
- <sup>1330</sup> Rick Hanson, *Buddha's Brain: The Practical Neuroscience of Happiness, Love, and Wisdom* (Oakland, CA: New Harbinger Publications, 2009), 185-198.

- 
- <sup>1331</sup> Al-Qur'an, Surah Ar-Ra'd (13): 28.
- <sup>1332</sup> Schimmel, A. (1975). *Mystical Dimensions of Islam*. University of North Carolina Press. Buku ini secara mendalam membahas konsep-konsep kunci dalam tasawuf, termasuk pemurnian kalbu sebagai tujuan praktik spiritual.
- <sup>1333</sup> Kabat-Zinn, J. (2013). *Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness*. Edisi Revisi. Bantam Books. Ini adalah teks dasar yang menguraikan prinsip dan praktik Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR).
- <sup>1334</sup> Newberg, A., & Waldman, M. R. (2009). *How God Changes Your Brain: Breakthrough Findings from a Leading Neuroscientist*. Ballantine Books. Buku ini menyajikan temuan-temuan dari studi pencitraan otak pada individu yang sedang melakukan praktik spiritual atau meditasi.
- <sup>1335</sup> Carhart-Harris, R. L., & Friston, K. J. (2019). REBUS and the Anarchic Brain: Toward a Unified Model of the Therapeutic Action of Psychedelics. *Pharmacological Reviews*, 71(3), 316-344. Jurnal ini, meskipun membahas psychedelics, menguraikan model "RElaxed Beliefs Under Psychedelics" (REBUS) dan peran Default Mode Network (DMN) yang relevan untuk memahami bagaimana pelonggaran ego dapat terjadi melalui berbagai intervensi, termasuk meditasi.
- <sup>1336</sup> Murata, S., & Chittick, W. C. (1994). *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought*. State University of New York Press. Meskipun fokus utamanya berbeda, buku ini menawarkan wawasan mendalam tentang struktur metafisika Islam yang menjadi dasar bagi konsep fana' dan baqa'.
- <sup>1337</sup> Martin Lings, *What is Sufism?* (Cambridge: The Islamic Texts Society, 1999), 71-74. Lings membahas bagaimana praktik spiritual seperti dzikir bertujuan untuk memurnikan fakultas batin, termasuk persepsi onirik, sebagai persiapan untuk pengalaman mistik.
- <sup>1338</sup> William C. Chittick, *Imaginal Worlds: Ibn al-'Arabi and the Problem of Religious Diversity* (Albany: State University of New York Press, 1994), 11-15. Chittick secara mendalam menguraikan konsep 'ālam al-khayāl sebagai realitas ontologis yang menjadi panggung bagi mimpi dan visi dalam pemikiran Ibn 'Arabī.
- <sup>1339</sup> Henry Corbin, *Alone with the Alone: Creative Imagination in the Sūfism of Ibn 'Arabī* (Princeton: Princeton University Press, 1998), 219-225. Corbin mengartikulasikan bahwa imajinasi kreatif dalam Sufisme adalah fakultas teofanif, tempat di mana Tuhan menampilkan Diri-Nya dalam bentuk-bentuk yang dapat dipersepsi.
- <sup>1340</sup> Hadis Riwayat al-Bukhārī, Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, Kitāb al-Ta'bīr, Bāb al-Ru'yā al-Ṣāliḥah Juz'un min Sittatin wa Arba'īna Juz'an min al-Nubuwwah, no. 6983.
- <sup>1341</sup> Titus Burckhardt, *An Introduction to Sufi Doctrine* (Bloomington: World Wisdom, 2008), 98. Burckhardt membedakan antara mimpi yang berasal dari ego dan mimpi yang merupakan inspirasi ilahi, di mana pemurnian jiwa menjadi faktor penentunya.
- <sup>1342</sup> Al-Qur'an, Surah Ar-Ra'd (13), ayat 28.
- <sup>1343</sup> Muhyiddin Ibn 'Arabi Society, "Dreams: A Window to the Unseen," accessed October 26, 2023, <https://ibnarabisociety.org/dreams-a-window-to-the-unseen-sp/>. Artikel ini membahas peran mimpi sebagai sumber pengetahuan dan bimbingan dalam tradisi Ibn 'Arabī.

- 
- <sup>1344</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), 115-117. Chittick menjelaskan bagaimana pengalaman visioner, termasuk mimpi, berfungsi untuk merealisasikan pengetahuan metafisik secara eksistensial dalam jalur sufi menurut Ibn 'Arabī.
- <sup>1345</sup> Jung, C. G. (1969). *The Archetypes and the Collective Unconscious*. (Collected Works of C.G. Jung, Vol. 9, Part 1). Princeton, NJ: Princeton University Press.
- <sup>1346</sup> Stevens, Anthony. (2002). *Jung: A Very Short Introduction*. New York: Oxford University Press, hlm. 43-45.
- <sup>1347</sup> Hall, James A. (1983). *Jungian Dream Interpretation: A Handbook of Theory and Practice*. Toronto: Inner City Books, hlm. 115.
- <sup>1348</sup> Chittick, William C. (1994). *Imaginal Worlds: Ibn al-'Arabi and the Problem of Religious Diversity*. Albany, NY: SUNY Press, hlm. 15-17. Konsep Tajalli adalah inti pemikiran metafisik Ibn 'Arabi.
- <sup>1349</sup> Al-Qur'an, Surah Fushshilat (41):53, "Kami akan memperlihatkan kepada mereka tanda-tanda (kekuasaan) Kami di segenap ufuk dan pada diri mereka sendiri, sehingga jelaslah bagi mereka bahwa Al-Qur'an itu adalah benar."
- <sup>1350</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari (no. 6983) dan Muslim (no. 2263) dari Abu Hurairah, Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar dari orang yang saleh adalah satu bagian dari empat puluh enam bagian kenabian."
- <sup>1351</sup> Schimmel, Annemarie. (1985). *And Muhammad Is His Messenger: The Veneration of the Prophet in Islamic Piety*. Chapel Hill, NC: The University of North Carolina Press, hlm. 81. Schimmel membahas pentingnya mimpi sebagai sarana komunikasi spiritual dalam tradisi Islam.
- <sup>1352</sup> Corbin, Henry. (1998). *Alone with the Alone: Creative Imagination in the Sūfism of Ibn 'Arabī*. Princeton, NJ: Princeton University Press. Corbin secara ekstensif membahas mundus imaginalis atau Alam al-Mithal sebagai realitas perantara di mana peristiwa-peristiwa spiritual, termasuk mimpi, terjadi.
- <sup>1353</sup> Nasr, Seyyed Hossein. (1997). "The Traditionalist Approach to Religion and the Environment". *The Institute of Traditional Psychology*. Diakses dari [situs web atau jurnal yang relevan], di mana Nasr seringkali membahas bagaimana fenomena psikologis dan alamiah dalam perspektif tradisional selalu berakar pada prinsip-prinsip metafisik yang lebih tinggi.
- <sup>1354</sup> Hadis riwayat Bukhari dan Muslim. Muhammad ibn Isma'il al-Bukhari, *Sahih al-Bukhari*, Kitab al-Iman, Hadis No. 52; Muslim ibn al-Hajjaj, *Sahih Muslim*, Kitab al-Musaqat, Hadis No. 1599.
- <sup>1355</sup> Al-Quran, Surah Al-Mutaffifin (83): 14.
- <sup>1356</sup> Al-Quran, Surah Ar-Ra'd (13): 28.
- <sup>1357</sup> Henry Corbin, *Alone with the Alone: Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi* (Princeton: Princeton University Press, 1997), 38-41. Corbin mengistilahkan 'ālam al-khayāl sebagai mundus imaginalis untuk membedakannya dari sekadar imajiner (khayalan).
- <sup>1358</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), 115-117. Chittick menjelaskan bahwa khayāl adalah fakultas yang memberikan bentuk pada hal-hal yang tidak memiliki bentuk di alam fisik.

- 
- <sup>1359</sup> Sachiko Murata, *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought* (Albany: State University of New York Press, 1992), 279-281. Murata membahas bagaimana pemurnian hati melalui praktik seperti dzikir memungkinkan jiwa untuk menerima pengetahuan ilahi secara langsung, seringkali melalui medium imajinal.
- <sup>1360</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989, hlm. 215.
- <sup>1361</sup> Newberg, Andrew B., and Mark Robert Waldman. *How God Changes Your Brain: Breakthrough Findings from a Leading Neuroscientist*. Ballantine Books, 2009, hlm. 98-102.
- <sup>1362</sup> Al-Quran. Surah Ar-Ra'd (13): 28.
- <sup>1363</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. Dell Publishing, 1968, hlm. 55-60.
- <sup>1364</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari. Dalam *Sahih al-Bukhari*, Kitab al-Ta'bir (Interpretasi Mimpi), Hadis No. 6989.
- <sup>1365</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. The University of North Carolina Press, 1975, hlm. 112. Analisis mengenai simbolisme air dalam tradisi sufi sering kali dikaitkan dengan kehidupan, pengetahuan, dan rahmat ilahi.
- <sup>1366</sup> Henry Corbin, *Mundus Imaginalis, or the Imaginal and the Imaginary* (Ipswich: Golgonooza Press, 1976). Corbin adalah pemikir yang mempopulerkan konsep 'alam al-mithāl dari tradisi Syekh Al-Isyraq dan Ibnu 'Arabi kepada audiens Barat, membedakannya secara tegas dari sekadar "imajinasi" subjektif.
- <sup>1367</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), hlm. 115-117. Chittick menjelaskan bahwa dalam pandangan Ibnu 'Arabi, alam imajinal adalah sebuah barzakh (isthmus atau alam perantara) yang diperlukan untuk menjelaskan bagaimana yang Abstrak dapat berinteraksi dengan yang Konkret.
- <sup>1368</sup> Hadis riwayat Imam Al-Bukhari dalam *Shahih al-Bukhari*, Kitab al-Ta'bir (Kitab tentang Interpretasi Mimpi), No. 6984. Diriwayatkan dari Abu Hurairah, Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi itu ada tiga macam: mimpi yang baik sebagai kabar gembira dari Allah, mimpi yang menyedihkan dari setan, dan mimpi yang berasal dari apa yang dibisikkan seseorang kepada dirinya sendiri."
- <sup>1369</sup> Abū Ḥāmid Al-Ghazālī, *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn* (Beirut: Dār al-Ma'rifah, t.t.), Jilid 3, dalam "Kitab 'Ajā'ib al-Qalb" (Kitab Keajaiban-keajaiban Hati). Al-Ghazali secara ekstensif membahas bagaimana hati yang terpoles dapat menerima lawā'ih (kilatan cahaya) dari alam gaib, terutama saat tidur.
- <sup>1370</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4. "Ingatlah, ketika Yusuf berkata kepada ayahnya, 'Wahai ayahku! Sungguh, aku bermimpi melihat sebelas bintang, matahari dan bulan; kulihat semuanya bersujud kepadaku.'"
- <sup>1371</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 47-49. Ayat-ayat ini menceritakan takwil mimpi Yusuf atas mimpi Raja Mesir, yang menjadi dasar kebijakan agrikultur dan ekonomi negara selama lima belas tahun.
- <sup>1372</sup> Sachiko Murata, *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought* (Albany: State University of New York Press, 1992), hlm. 289. Meskipun fokus buku ini adalah gender, Murata seringkali membahas bagaimana realitas spiritual, termasuk mimpi, dipahami sebagai manifestasi dari dualitas Ilahi yang

---

saling melengkapi, memperlihatkan bagaimana tajalli terjadi dalam berbagai bentuk.

- <sup>1373</sup> Hall, J. A. (1983). *Jungian Dream Interpretation: A Handbook of Theory and Practice*. Inner City Books. hlm. 28-31.
- <sup>1374</sup> Jung, C. G. (1969). *The Archetypes and the Collective Unconscious (Collected Works Vol. 9, Part 1)*. Princeton University Press. hlm. 44-52.
- <sup>1375</sup> Grof, S. (2000). *Psychology of the Future: Lessons from Modern Consciousness Research*. State University of New York Press. hlm. 23-55.
- <sup>1376</sup> Grof, S. (1993). *The Holotropic Mind: The Three Levels of Human Consciousness and How They Shape Our Lives*. HarperOne. hlm. 107-112.
- <sup>1377</sup> Hadis Riwayat al-Bukhari. Dalam Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Kitab tentang Tafsir Mimpi), Hadis No. 6989. Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang baik (benar) dari seorang yang saleh adalah satu bagian dari empat puluh enam bagian kenabian."
- <sup>1378</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6. Ayat-ayat ini mengisahkan mimpi Nabi Yusuf tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud kepadanya, yang kemudian ditafsirkan oleh ayahnya, Nabi Ya'qub, sebagai pertanda kenabian dan kedudukan tinggi di masa depan.
- <sup>1379</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12): 6. "Dan demikianlah, Tuhanmu telah memilih engkau (wahai Yusuf), dan mengajarkan kepadamu sebagian dari takwil mimpi, dan menyempurnakan nikmat-Nya kepadamu.."
- <sup>1380</sup> Al-Bukhārī, Muḥammad ibn Ismā'īl. *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, Kitāb al-Ta'bir, Bāb al-Ru'yā al-Ṣāliḥah. Hadis No. 6989. Diriwayatkan oleh Abu Hurairah.
- <sup>1381</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. (Albany: State University of New York Press, 1989), hlm. 116-118. Chittick menjelaskan bahwa 'Ālam al-Mithāl atau barzakh adalah dunia tempat spiritualisasi jasmani dan perjasmanian rohani, yang menjadi domain utama dari visi dan mimpi yang benar.
- <sup>1382</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. (Chapel Hill: The University of North Carolina Press, 1975), hlm. 108-112. Schimmel membahas bagaimana pengalaman spiritual seperti perjalanan jiwa dan penerimaan pengetahuan ilahi sering kali digambarkan dalam literatur sufi melalui metafora penerbangan dan pendakian dalam mimpi.
- <sup>1383</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *The Marvels of the Heart (Book 21 of the Revival of the Religious Sciences, Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn)*. Diterjemahkan oleh Walter James Skellie. (Louisville: Fons Vitae, 2010), hlm. 45-49. Al-Ghazali menguraikan secara detail tentang "pintu-pintu" hati yang terbuka menuju alam fisik dan alam gaib.
- <sup>1384</sup> Kinberg, Leah. "The Legitimization of the Madhḥāhib through Dreams," *Arabica*, Vol. 32, No. 1 (1985), hlm. 47-79. Artikel ini, meskipun berfokus pada legitimasi mazhab, secara luas membahas peran krusial mimpi dan interpretasinya (ta'bir) dalam membentuk otoritas dan pemahaman keagamaan dalam sejarah Islam.
- <sup>1385</sup> Al-Ashqar, U. S. (2003). *Divine Will and Predestination: In the Light of the Qur'an and Sunnah*. International Islamic Publishing House. Halaman ini menjelaskan perbedaan konseptual antara Qadha' dan Qadar dalam teologi Asy'ariyah dan Maturidiyah.
- <sup>1386</sup> Sahih al-Bukhari, Hadis No. 6985. Dalam Kitab at-Ta'bir (Interpretasi Mimpi), Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi itu ada tiga macam: mimpi yang baik sebagai

- 
- kabar gembira dari Allah, mimpi yang menakutkan atau menyedihkan dari setan, dan mimpi yang berasal dari bisikan hati."
- <sup>1387</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6. "Ingatlah, ketika Yusuf berkata kepada ayahnya: 'Wahai ayahku, sesungguhnya aku bermimpi melihat sebelas bintang, matahari dan bulan; kulihat semuanya sujud kepadaku.'..."
- <sup>1388</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 47-49. Penafsiran mimpi dan solusi yang ditawarkan Nabi Yusuf AS.
- <sup>1389</sup> Al-Qur'an, Surah As-Saffat (37): 102. "Maka tatkala anak itu sampai (pada umur sanggup) berusaha bersama-sama Ibrahim, Ibrahim berkata: 'Hai anakku sesungguhnya aku melihat dalam mimpi bahwa aku menyembelihmu. Maka fikirkanlah apa pendapatmu!'"
- <sup>1390</sup> Freud, S. (1900). *The Interpretation of Dreams*. Diterjemahkan oleh A. A. Brill. Macmillan. Freud memperkenalkan konsep ini dalam bab pembuka dan mengembangkannya di seluruh buku.
- <sup>1391</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Dalam buku ini, Jung dan kolaboratornya menjelaskan bagaimana mimpi menggunakan simbol untuk mendorong pertumbuhan psikologis menuju keutuhan atau individuasi.
- <sup>1392</sup> Revonsuo, A. (2000). The reinterpretation of dreams: An evolutionary hypothesis of the function of dreaming. *Behavioral and Brain Sciences*, 23(6), 877–901. Jurnal ini adalah sumber utama untuk Threat Simulation Theory (TST).
- <sup>1393</sup> Walker, M. P. (2017). *Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams*. Scribner. Walker menyajikan bukti neurosains komprehensif tentang peran tidur REM dan mimpi dalam memproses emosi dan mengkonsolidasikan memori.
- <sup>1394</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *Man and Nature: The Spiritual Crisis in Modern Man*. Kazi Publications, 2007. Buku ini membahas bagaimana krisis spiritual modern berakar pada pemisahan manusia dari alam dan dimensi sakral.
- <sup>1395</sup> Yalom, Irvin D. *Existential Psychotherapy*. Basic Books, 1980, pp. 8-12. Yalom mengidentifikasi empat "kepedulian utama" eksistensial: kematian, kebebasan, isolasi, dan ketiadaan makna, yang menjadi sumber kecemasan universal.
- <sup>1396</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989, p. 27. Chittick menjelaskan konsep fitrah sebagai disposisi teomorfik dalam diri manusia untuk mengenali Tuhan.
- <sup>1397</sup> Han, Byung-Chul. *The Burnout Society*. Stanford University Press, 2015. Filsuf ini menganalisis bagaimana masyarakat modern yang berorientasi pada kinerja menghasilkan kelelahan dan depresi, bukan pemenuhan diri.
- <sup>1398</sup> Al-Quran, Surah Adh-Dharyat[51]:56.
- <sup>1399</sup> Al-Quran, Surah Al-Hashr[59]:18.
- <sup>1400</sup> Diriwayatkan oleh At-Tirmidzi. Lihat: Al-Tirmidhi, Muhammad ibn 'Isa. Jami' al-Tirmidhi. Hadith No. 2459. Dinilai sebagai hadis hasan (baik) oleh sebagian ulama.
- <sup>1401</sup> Frankl, Viktor E. *Man's Search for Meaning*. Beacon Press, 2006, pp. 104-106. Frankl memperkenalkan konsep logoterapi, yang berpusat pada pencarian makna sebagai kekuatan penyembuh utama dalam psikoterapi.
- <sup>1402</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn (The Revival of the Religious Sciences)*, Vol. 4. Diterjemahkan oleh Walter James Skellie. Dar Al-Kotob Al-Ilmiyah, 2011. Al-

---

Ghazali secara ekstensif membahas diagnosis dan pengobatan penyakit-penyakit hati (amrād al-qulūb).

- <sup>1403</sup> Al-Qur'an, Surah Asy-Syams, 91:9–10. Terjemahan berdasarkan The Clear Quran oleh Dr. Mustafa Khattab (Lombard, IL: The Book of Signs Foundation, 2015).
- <sup>1404</sup> Hadis ini diriwayatkan oleh al-Bayhaqi dalam Syu'ab al-Iman. Argumen serupa dibahas secara mendalam oleh para ulama klasik. Lihat pembahasan dalam karya Al-Ghazali, *The Revival of the Religious Sciences* (Ihya' 'Ulum al-Din), diterjemahkan oleh Fazl-ul-Karim (New Delhi: Islamic Book Service, 2004), Buku III tentang Keajaiban Hati.
- <sup>1405</sup> Ibn Qayyim al-Jawziyya, *Al-Wabil al-Sayyib min al-Kalim al-Tayyib* (The Invocation of God), diterjemahkan oleh Michael Abdurrahman Fitzgerald dan Moulay Youssef Slitine (Cambridge: The Islamic Texts Society, 2000), hlm. 65.
- <sup>1406</sup> Al-Qur'an, Surah An-Nazi'at, 79:40–41.
- <sup>1407</sup> William C. Chittick, *Science of the Cosmos, Science of the Soul: The Pertinence of Islamic Cosmology in the Modern World* (Oxford: Oneworld Publications, 2007). Chittick berulang kali menekankan bahwa dalam tradisi Islam, "mengetahui adalah menjadi", yang menyiratkan bahwa pengetahuan sejati tidak terpisah dari transformasi etis dan spiritual sang pencari pengetahuan.
- <sup>1408</sup> Mohammad Yasir Nadeem, "The Purification of the Soul (Tazkiyah al-Nafs): The Goal of our Existence," Yaqeen Institute for Islamic Research, 28 Juli 2020, diakses pada 15 Oktober 2023, <https://yaqeeninstitute.org/read/paper/the-purification-of-the-soul-tazkiyah-al-nafs-the-goal-of-our-existence>. Artikel ini membahas bagaimana tazkiyah menjadi tujuan utama penciptaan manusia dari perspektif teologis.
- <sup>1409</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989, hlm. 78. Chittick menjelaskan bahwa Tajalli adalah konsep sentral yang mendeskripsikan "self-disclosure" atau "manifestation" Tuhan dalam segala hal.
- <sup>1410</sup> Ibn 'Arabi, Muhyiddin. *The Bezels of Wisdom* (Fusus al-Hikam). Diterjemahkan oleh R.W.J. Austin. Paulist Press, 1980, hlm. 121-125. Dalam bab tentang Musa, Ibn 'Arabi menguraikan bagaimana Tajalli terjadi melalui lokus atau wadah makhluk.
- <sup>1411</sup> Al-Quran, Surah Al-A'raf (7): 143.
- <sup>1412</sup> Al-Quran, Surah An-Nur (24): 35.
- <sup>1413</sup> Hadis riwayat al-Bukhari. Diriwayatkan dari Abu Hurairah, Nabi Muhammad SAW bersabda, "Ar-ru'ya ash-shadiqah (mimpi yang benar) adalah satu dari empat puluh enam bagian dari kenabian." Sahih al-Bukhari, Kitab 91, Hadis 1.
- <sup>1414</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *The Marvels of the Heart* (Kitab 'Aja'ib al-Qalb), bagian dari Ihya' 'Ulum al-Din. Diterjemahkan oleh Walter James Skellie. Fons Vitae, 2010, hlm. 55-60. Al-Ghazali menguraikan secara rinci mekanisme hati sebagai instrumen persepsi spiritual.
- <sup>1415</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. University of North Carolina Press, 1975, hlm. 144-145. Schimmel menjelaskan bagaimana praktik dhikr bertujuan untuk "memoles cermin hati" (saqal al-qalb) agar siap menerima teofani (Tajalli).
- <sup>1416</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Baqarah[2]: 30. Terjemahan kontekstual ayat: "Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu berfirman kepada para malaikat, 'Sesungguhnya Aku hendak menjadikan seorang khalifah di muka bumi'."

- 
- <sup>1417</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Ahzab[33]: 72. "Sesungguhnya Kami telah menawarkan amanat kepada langit, bumi dan gunung-gunung, maka semuanya enggan untuk memikul amanat itu dan mereka khawatir akan mengkhianatinya, dan dipikullah amanat itu oleh manusia. Sesungguhnya manusia itu amat zalim dan amat bodoh."
- <sup>1418</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. SUNY Press, 1989, pp. 275-280. Chittick menguraikan bagaimana al-insān al-kāmil adalah satu-satunya entitas yang secara aktual mencerminkan totalitas Nama Ilahi, sehingga ia layak menjadi khalifah.
- <sup>1419</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. University of North Carolina Press, 1975, pp. 143-148. Schimmel membahas triad makhāfah (rasa takut), maḥabbah (cinta), dan ma'rifah (gnosis) yang seringkali sejajar dengan proses Takhalli, Tahalli, dan Tajalli/Tahaqquq.
- <sup>1420</sup> Hadis Qudsi. Diriwayatkan oleh Abu Hurairah, terdapat dalam Sahih al-Bukhari, Kitab ar-Riqāq, Bab at-Tawāḍu'. Hadis ini menjadi landasan teologis utama bagi konsep kedekatan hamba dengan Tuhan hingga mencapai level di mana Tuhan "menjadi" fakultasnya.
- <sup>1421</sup> Lings, Martin. *What is Sufism?*. The Islamic Texts Society, 1999, p. 54. Lings menggunakan metafora pemolesan cermin hati untuk menggambarkan proses pemurnian diri hingga mampu merefleksikan Cahaya Ilahi tanpa distorsi.
- <sup>1422</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *Knowledge and the Sacred*. SUNY Press, 1989, pp. 30-35. Nasr menjelaskan peran manusia sebagai pontifex (pembangun jembatan) antara dunia spiritual dan dunia material, sebuah fungsi yang hanya bisa dijalankan oleh mereka yang telah merealisasikan sifat primordialnya.
- <sup>1423</sup> Morris, James Winston. "The Realization of the Divine Names." *Journal of the Muhyiddin Ibn 'Arabi Society*, vol. 25, 1999, pp. 1-20. Artikel ini secara spesifik membahas bagaimana realisasi Nama-Nama Tuhan (tahaqquq bi al-asmā') menjadi inti dari ajaran Ibn 'Arabi mengenai pencapaian spiritual.
- <sup>1424</sup> "Ibn 'Arabi". *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Winter 2021 Edition), Edward N. Zalta (ed.). Diakses dari: <https://plato.stanford.edu/archives/win2021/entries/ibn-arabi/>. Laman ini memberikan gambaran umum mengenai metafisika Ibn 'Arabi, termasuk sentralitas konsep Manusia Sempurna (al-insān al-kāmil) sebagai tujuan penciptaan.
- <sup>1425</sup> Krippner, S. (1995). *The high dream: A new category of dreams*. *Journal of Humanistic Psychology*, 35(4), 53–71.
- <sup>1426</sup> Hartmann, E. (1991). *Boundaries in the Mind: A New Psychology of Personality*. Basic Books. Hal ini menjelaskan bagaimana mimpi dengan "batas tipis" (thin boundaries) cenderung lebih jelas dan berdampak emosional.
- <sup>1427</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Jung secara ekstensif membahas bagaimana arketipe dari ketidaksadaran kolektif muncul dalam mimpi sebagai simbol-simbol universal yang kuat.
- <sup>1428</sup> Otto, R. (1923). *The Idea of the Holy: An Inquiry into the Non-Rational Factor in the Idea of the Divine and its Relation to the Rational*. Oxford University Press.
- <sup>1429</sup> Al-Bukhari, M. (n.d.). *Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir* (Buku Tafsir Mimpi), Hadis No. 6983. Dalam hadis ini, Nabi Muhammad SAW menyatakan, "Mimpi yang benar dari orang yang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian."

- 
- <sup>1430</sup> Barrett, D. (Ed.). (2001). *Trauma and Dreams*. Harvard University Press. Buku ini mengkompilasi penelitian yang menunjukkan peran mimpi dalam memproses dan mengatasi pengalaman traumatis.
- <sup>1431</sup> Rothenberg, A. (1995). Creative cognitive processes in Kekulé's discovery of the benzene structure. *American Journal of Psychology*, 108(3), 419–438.
- <sup>1432</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 43-49. Ayat-ayat ini menceritakan secara rinci bagaimana mimpi raja tentang tujuh sapi kurus yang memakan tujuh sapi gemuk ditafsirkan oleh Nabi Yusuf sebagai prediksi masa paceklik dan kemakmuran.
- <sup>1433</sup> Al-Qur'an, Surah As-Saffat (37): 102-107. Kisah ini menggambarkan bagaimana mimpi Nabi Ibrahim diuji oleh Allah dan menjadi dasar dari ritual kurban dalam Islam.
- <sup>1434</sup> Hobson, J. A. (2009). *The Neuroscience of Dreams*. Cambridge, MA: Harvard University Press. Dalam bukunya, Hobson, meskipun seorang neurosaintis, mengakui keterbatasan pendekatan biologis murni dalam menangkap aspek fenomenologis dan makna dari mimpi.
- <sup>1435</sup> Clandinin, D. J., & Connelly, F. M. (2000). *Narrative Inquiry: Experience and Story in Qualitative Research*. San Francisco, CA: Jossey-Bass. Buku ini merupakan karya fundamental yang menjelaskan bagaimana narasi menjadi unit analisis utama untuk memahami pengalaman manusia.
- <sup>1436</sup> Ricoeur, P. (1984). *Time and Narrative, Volume 1*. (K. McLaughlin & D. Pellauer, Trans.). Chicago, IL: University of Chicago Press. Ricoeur mengembangkan teori kompleks tentang bagaimana plot naratif (muthos) menstrukturkan pemahaman kita tentang waktu dan eksistensi diri.
- <sup>1437</sup> Gadamer, H.-G. (2004). *Truth and Method* (2nd rev. ed.). (J. Weinsheimer & D. G. Marshall, Trans.). London: Continuum. Karya ini adalah teks kunci dalam hermeneutika filosofis abad ke-20, yang menguraikan konsep "pemahaman" sebagai peristiwa dialogis.
- <sup>1438</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6, 36-49. Rangkaian ayat ini secara ekstensif menceritakan kemampuan Nabi Yusuf dalam menafsirkan mimpi, baik mimpinya sendiri, mimpi dua tahanan, maupun mimpi Raja Mesir.
- <sup>1439</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir* (Kitab Interpretasi Mimpi), Hadis No. 6984. Diriwayatkan dari Abu Sa'id Al-Khudri bahwa Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi itu ada tiga macam: mimpi yang baik sebagai kabar gembira dari Allah, mimpi yang menakutkan atau menyedihkan yang datang dari syaitan, dan mimpi yang timbul dari bisikan jiwa (angan-angan atau pengalaman seseorang ketika terjaga)."
- <sup>1440</sup> Riessman, C. K. (2008). *Narrative Methods for the Human Sciences*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications. Riessman memberikan panduan praktis tentang berbagai metode pengumpulan dan analisis data naratif, termasuk wawancara naratif.
- <sup>1441</sup> Geertz, C. (1973). "Thick Description: Toward an Interpretive Theory of Culture." In *The Interpretation of Cultures: Selected Essays* (pp. 3-30). New York, NY: Basic Books. Esai ini mendefinisikan konsep deskripsi tebal sebagai upaya untuk memahami perilaku manusia dalam konteksnya yang berlapis-lapis.
- <sup>1442</sup> Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *InterViews: Learning the Craft of Qualitative Research Interviewing* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications. Para penulis

---

membahas lingkaran hermeneutik sebagai model untuk proses interpretasi dalam penelitian kualitatif.

- <sup>1443</sup> Domhoff, G. W. (2003). *The Scientific Study of Dreams: Neural Networks, Cognitive Development, and Content Analysis*. Washington, DC: American Psychological Association. Meskipun fokus pada analisis konten, Domhoff juga mengemukakan "continuity hypothesis," yang menyatakan bahwa isi mimpi seringkali merupakan kelanjutan dari pikiran dan kekhawatiran seseorang saat terjaga, mendukung gagasan bahwa mimpi adalah teks yang relevan secara eksistensial.
- <sup>1444</sup> Oppenheim, A. L. (1956). *The Interpretation of Dreams in the Ancient Near East: With a Translation of an Assyrian Dream-Book*. *Transactions of the American Philosophical Society*, 46(3), 179-373.
- <sup>1445</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6, 36-41; Surah As-Saffat (37): 102.
- <sup>1446</sup> Walker, M. (2017). *Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams*. Scribner. hlm. 189-192.
- <sup>1447</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari. Dalam *Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Kitab tentang Tafsir Mimpi)*, Hadis No. 6983.
- <sup>1448</sup> Lamoreaux, J. C. (2002). *The Early Muslim Tradition of Dream Interpretation*. State University of New York Press. hlm. 21-25.
- <sup>1449</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. hlm. 55-60.
- <sup>1450</sup> Stevens, A. (2001). *Jung: A Very Short Introduction*. Oxford University Press. hlm. 70-74.
- <sup>1451</sup> Nasr, S. H. (1997). *Man and Nature: The Spiritual Crisis in Modern Man*. Kazi Publications. Dalam berbagai tulisannya, Nasr sering membahas tentang fitrah sebagai kesadaran primordial akan Tuhan yang tertanam dalam diri manusia.
- <sup>1452</sup> Frankl, V. E. (1959). *Man's Search for Meaning*. Beacon Press. Meskipun tidak secara langsung membahas mimpi, konsep Frankl tentang logotherapy dan pencarian makna sangat relevan dengan hasil transformatif dari pengalaman spiritual yang mendalam.
- <sup>1453</sup> Bulkeley, K. (2017). *An Introduction to the Psychology of Dreaming, 2nd Edition*. Praeger. hlm. 112.
- <sup>1454</sup> Jung, C. G. (1968). *The Archetypes and the Collective Unconscious*. Princeton University Press. hlm. 4-5.
- <sup>1455</sup> Hall, J. A. (1983). *Jungian Dream Interpretation: A Handbook of Theory and Practice*. Inner City Books. hlm. 78.
- <sup>1456</sup> Al-Ashqar, U. S. (2003). *The World of the Jinn and Devils*. International Islamic Publishing House. hlm. 95.
- <sup>1457</sup> Al-Qur'an al-Karim. Surah Yusuf, 12:4.
- <sup>1458</sup> Al-Bukhari, M. I. *Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Book of Interpretation of Dreams)*, Hadis No. 6983.
- <sup>1459</sup> Hobson, J. A. (2009). "REM sleep and dreaming: towards a theory of protoconsciousness". *Nature Reviews Neuroscience*, 10(11), 803–813.
- <sup>1460</sup> Walker, M. (2017). *Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams*. Scribner. hlm. 195-197.
- <sup>1461</sup> McNamara, P. (2006). "The Motivational and Emotional Substrates of Religious Experience." In P. McNamara (Ed.), *Where God and Science Meet: How Brain and*

- 
- Evolutionary Studies Alter Our Understanding of Religion. Praeger Publishers. hlm. 25.
- <sup>1462</sup> Seyyed Hossein Nasr, *The Garden of Truth: The Vision and Promise of Sufism, Islam's Mystical Tradition* (New York: HarperOne, 2007), 89.
- <sup>1463</sup> Carl G. Jung, *The Archetypes and the Collective Unconscious*, trans. R.F.C. Hull, Bollingen Series XX, Vol. 9, Part 1 (Princeton: Princeton University Press, 1969), 4-5.
- <sup>1464</sup> J.C. Cooper, *An Illustrated Encyclopaedia of Traditional Symbols* (London: Thames & Hudson, 1978), 145.
- <sup>1465</sup> Annemarie Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam* (Chapel Hill: The University of North Carolina Press, 1975), 143-144. Konsep fana' dan baqa' adalah inti dari pengalaman sufi tentang penyatuan dengan Tuhan.
- <sup>1466</sup> Al-Qur'an, Surah An-Nur, Ayat 35. Terjemahan ini mengacu pada makna konseptual "Pemberi Cahaya."
- <sup>1467</sup> Martin Lings, *What is Sufism?* (Cambridge: The Islamic Texts Society, 1993), 72. Lings membahas bagaimana dzikir berfungsi sebagai sarana untuk menerima cahaya ilahi secara langsung.
- <sup>1468</sup> Mircea Eliade, *The Sacred and the Profane: The Nature of Religion* (New York: Harcourt, Brace & World, 1959), 37-38.
- <sup>1469</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari, Kitab Bad' al-Wahy (Permulaan Wahyu), No. 3. Hadis ini menceritakan pengalaman spiritual Nabi Muhammad ﷺ di Gua Hira.
- <sup>1470</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), 231. Chittick menguraikan konsep stasiun spiritual (maqamat) dalam pemikiran Ibn 'Arabi, di mana stabilitas (tamkin) adalah salah satu pencapaian tertinggi.
- <sup>1471</sup> Hall, J. A. (1983). *Jungian Dream Interpretation: A Handbook of Theory and Practice*. Inner City Books.
- <sup>1472</sup> McAdams, D. P. (2001). *The Psychology of Life Stories*. *Review of General Psychology*, 5(2), 100–122.
- <sup>1473</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing.
- <sup>1474</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4. "Ketika Yusuf berkata kepada ayahnya, 'Wahai ayahku! Sungguh, aku (bermimpi) melihat sebelas bintang, matahari dan bulan; kulihat semuanya sujud kepadaku'."
- <sup>1475</sup> 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.
- <sup>1476</sup> Hadis riwayat Bukhari dan Muslim. Teks lengkapnya berbunyi, "Ketahuilah bahwa di dalam tubuh ada segumpal daging. Jika ia baik, maka baik pula seluruh tubuh. Dan jika ia rusak, maka rusak pula seluruh tubuh. Ketahuilah bahwa ia adalah hati (al-qalb)."
- <sup>1477</sup> Grof, S. (1993). *The Holotropic Mind: The Three Levels of Human Consciousness and How They Shape Our Lives*. HarperOne.
- <sup>1478</sup> Polkinghorne, D. E. (1988). *Narrative Knowing and the Human Sciences*. State University of New York Press.
- <sup>1479</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Diterjemahkan oleh James Strachey, Basic Books, 2010. Buku ini secara fundamental memperkenalkan ide bahwa isi mimpi (manifest content) berasal dari materi psikis yang tidak terproses pada siang hari (latent content), termasuk "sisa-sisa hari".

- 
- <sup>1480</sup> Walker, Matthew P. "The Role of REM Sleep in Emotional Memory Consolidation." *Nature Neuroscience*, vol. 12, no. 9, 2009, pp. 1091–1093. Artikel ini membahas bagaimana tidur REM, fase utama mimpi, membantu memproses dan menumpulkan muatan emosional dari ingatan.
- <sup>1481</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari*, Kitab al-Da'awat, Hadis No. 6320. Hadis ini meriwayatkan anjuran Nabi Muhammad untuk membaca Ayat Kursi (Al-Baqarah: 255) sebelum tidur untuk perlindungan dari setan, yang secara implisit menciptakan kondisi mental yang terlindungi.
- <sup>1482</sup> Jung, Carl G. *The Archetypes and the Collective Unconscious*. Diterjemahkan oleh R.F.C. Hull, Princeton University Press, 1969. Dalam karya ini, Jung menguraikan teorinya tentang simbol universal yang muncul dalam mimpi sebagai ekspresi dari warisan psikis bersama umat manusia.
- <sup>1483</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf, 12:4. Ayat ini berbunyi: "Ingatlah, ketika Yusuf berkata kepada ayahnya, 'Wahai ayahku! Sungguh, aku bermimpi melihat sebelas bintang, matahari dan bulan; kulihat semuanya sujud kepadaku'."
- <sup>1484</sup> Cartwright, Rosalind D. *The Twenty-four Hour Mind: The Role of Sleep and Dreaming in Our Emotional Lives*. Oxford University Press, 2010. Buku ini menyajikan penelitian ekstensif tentang bagaimana mimpi berfungsi untuk mengatur suasana hati dan memproses trauma emosional.
- <sup>1485</sup> Muslim ibn al-Hajjaj. *Sahih Muslim*, Kitab al-Ru'ya, Hadis No. 2261. Hadis ini memuat petunjuk Nabi Muhammad: "Mimpi yang baik adalah dari Allah, dan mimpi yang buruk adalah dari setan. Maka jika salah seorang dari kalian bermimpi sesuatu yang tidak disukainya, hendaklah ia meludah ke kirinya tiga kali dan memohon perlindungan kepada Allah dari kejahatannya, maka mimpi itu tidak akan membahayakannya."
- <sup>1486</sup> Bruner, J. (1991). *The Narrative Construction of Reality*. *Critical Inquiry*, 18(1), 1–21. Konsep ini dipopulerkan oleh Jerome Bruner yang berpendapat bahwa manusia mengonstruksi "realitas" mereka melalui proses penceritaan.
- <sup>1487</sup> White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative Means to Therapeutic Ends*. W. W. Norton & Company. Buku ini adalah teks fundamental dalam terapi naratif, yang berfokus pada pemisahan individu dari masalah mereka dengan cara "mengeksternalisasi" dan menulis ulang cerita hidup mereka.
- <sup>1488</sup> Ricœur, P. (1992). *Oneself as Another* (diterjemahkan oleh Kathleen Blamey). University of Chicago Press. Ricœur secara mendalam mengeksplorasi bagaimana identitas personal dibangun melalui narasi yang menjembatani antara konsistensi diri (idem) dan perubahan diri dari waktu ke waktu (ipse).
- <sup>1489</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Hasyr, 59:18.
- <sup>1490</sup> Pernyataan ini merupakan athar (ucapan sahabat) yang sangat terkenal dari Umar ibn al-Khattab, yang diriwayatkan dalam berbagai kitab klasik seperti *Hilyat al-Auliya'* oleh Abu Nu'aim al-Isfahani dan *Ihya' Ulum al-Din* oleh Imam Al-Ghazali. Ini menjadi prinsip dasar dalam praktik muhasabah (introspeksi) dalam tradisi Islam.
- <sup>1491</sup> Pennebaker, J. W. (2018). *Expressive Writing: Words That Heal*. Idyll Arbor. Penelitian Pennebaker secara ekstensif menunjukkan bahwa tindakan menulis narasi pribadi tentang pengalaman emosional memiliki manfaat signifikan bagi kesehatan fisik dan mental, yang menggarisbawahi kekuatan terapeutik dari tindakan "menuliskan" teks batin.

- 
- <sup>1492</sup> McAdams, D. P. (2001). The Psychology of Life Stories. *Review of General Psychology*, 5(2), 100–122.
- <sup>1493</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari. Dalam banyak riwayat, Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar dari orang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian." (Sahih al-Bukhari, Kitab 91, Hadis 6989).
- <sup>1494</sup> Al-Qur'an, Surah Ar-Ra'd (13:28).
- <sup>1495</sup> Schimmel, A. (1975). *Mystical Dimensions of Islam*. University of North Carolina Press. Halaman 167-178 membahas konsep dan praktik dzikir dalam tradisi Sufi.
- <sup>1496</sup> Ricoeur, P. (1984). *Time and Narrative, Volume 1*. (K. McLaughlin & D. Pellauer, Trans.). University of Chicago Press. Ricoeur mengembangkan teori identitas naratif (idem dan ipse) yang dibentuk melalui proses penceritaan.
- <sup>1497</sup> Chittick, W. C. (2007). *Science of the Cosmos, Science of the Soul: The Pertinence of Islamic Cosmology in the Modern World*. Oneworld Publications. Buku ini membahas bagaimana kosmologi Islam tradisional menyediakan kerangka untuk memahami hubungan antara jiwa, alam semesta, dan Tuhan.
- <sup>1498</sup> Ibn 'Arabī, *The Meccan Revelations (Al-Futūḥāt al-Makkiyyah)*, Vol. I, ed. dan terj. William C. Chittick (New York: Pir Press, 2002). Konsep Tajalli merupakan inti dari ontologi Ibn 'Arabī, di mana seluruh kosmos adalah manifestasi dari Nama dan Sifat Tuhan.
- <sup>1499</sup> Abū al-Qāsim al-Qushayrī, *Al-Qushayri's Epistle on Sufism (Al-Risala al-Qushayriyya fi 'ilm al-tasawwuf)*, terj. Alexander D. Knysh (Reading: Garnet Publishing, 2007). Risalah ini merupakan manual klasik yang menjelaskan terminologi, konsep, dan biografi para sufi awal, termasuk deskripsi detail tentang maqāmāt dan aḥwāl.
- <sup>1500</sup> Thich Nhat Hanh, *The Heart of Understanding: Commentaries on the Prajnaparamita Heart Sutra* (Berkeley: Parallax Press, 1988). Buku ini memberikan penjelasan yang jernih dan dapat diakses mengenai konsep Śūnyatā sebagai "interbeing" atau saling keterkaitan.
- <sup>1501</sup> Walpola Rahula, *What the Buddha Taught* (New York: Grove Press, 1974). Sebuah pengantar klasik dan otoritatif terhadap ajaran dasar Buddhisme, termasuk Empat Kebenaran Mulia dan jalan menuju Nirvāṇa.
- <sup>1502</sup> Shankara, *Crest-Jewel of Discrimination (Viveka-Cūḍāmaṇi)*, terj. Swami Prabhavananda dan Christopher Isherwood (Hollywood: Vedanta Press, 1978). Teks fundamental dari filsafat Advaita Vedanta ini menguraikan jalan untuk merealisasikan non-dualitas Atman dan Brahman.
- <sup>1503</sup> Abraham H. Maslow, *Religions, Values, and Peak-Experiences* (New York: Penguin Books, 1970). Dalam karya ini, Maslow berpendapat bahwa pengalaman puncak adalah inti dari setiap agama dan merupakan bagian dari sifat alami manusia.
- <sup>1504</sup> Stanislav Grof, *Holotropic Breathwork: A New Approach to Self-Exploration and Therapy* (Albany: State University of New York Press, 2010). Buku ini menjelaskan teori, praktik, dan potensi terapeutik dari metode yang ia kembangkan bersama istrinya, Christina Grof.
- <sup>1505</sup> Ken Wilber, *The Spectrum of Consciousness* (Wheaton, IL: Quest Books, 1977). Karya seminal Wilber ini mengintegrasikan psikologi Barat dengan tradisi kebijaksanaan Timur untuk menciptakan model perkembangan kesadaran yang komprehensif.

- 
- 1506 Al-Quran, Surah Yusuf (12): 4. "Ingatlah, ketika Yusuf berkata kepada ayahnya, 'Wahai ayahku! Sungguh, aku (bermimpi) melihat sebelas bintang, matahari dan bulan; kulihat semuanya sujud kepadaku'."
- 1507 Hadis riwayat Imam al-Bukhari, Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir, No. 6983. Nabi Muhammad SAW bersabda, "الرُّؤْيَا الصَّالِحَةُ مِنَ الرَّجُلِ الصَّالِحِ جُزْءٌ مِنْ سِتَّةٍ وَأَرْبَعِينَ جُزْءًا مِنَ النَّبُوءَةِ" (Mimpi yang baik dari seorang yang saleh adalah satu bagian dari empat puluh enam bagian kenabian).
- 1508 William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: SUNY Press, 1989), hlm. 115-117. Chittick menjelaskan bagaimana alam al-khayal berfungsi sebagai isthmus atau barzakh yang memediasi antara alam ruhani murni dan alam inderawi.
- 1509 Abu Hamid Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*, Jilid 3, Kitab 'Aja'ib al-Qalb (Keajaiban-keajaiban Hati). Al-Ghazali membandingkan hati dengan cermin yang harus dibersihkan dari "kotoran" agar dapat memantulkan "Lauh Mahfuz".
- 1510 Al-Quran, Surah Ar-Ra'd (13): 28.
- 1511 Walaupun Carl Jung memiliki pandangan yang lebih terbuka terhadap dimensi spiritual mimpi melalui konsep arketipe dan collective unconscious, kerangka Islam memberikan landasan teologis yang eksplisit. Lihat: Carl G. Jung, *Man and His Symbols* (New York: Dell Publishing, 1968).
- 1512 Sachiko Murata, *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought* (Albany: SUNY Press, 1992), hlm. 270-272. Murata, mengikuti jejak para pemikir sufi, membahas bagaimana pengetahuan intuitif ('irfan) melengkapi dan menyempurnakan bentuk-bentuk pengetahuan lainnya dalam tradisi Islam.
- 1513 Hill, C. E. (2014). *Dream Work in Therapy: Facilitating Exploration, Insight, and Action*. American Psychological Association.
- 1514 Freud, S. (1900). *The Interpretation of Dreams*. (J. Strachey, Trans.). Basic Books.
- 1515 Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing.
- 1516 Perls, F. (1969). *Gestalt Therapy Verbatim*. Real People Press.
- 1517 Morgan, A. (2000). *What is Narrative Therapy? An Easy-to-Read Introduction*. Dulwich Centre Publications.
- 1518 Al-Quran Al-Karim, Surah Yusuf (12): 4-6, 43-49.
- 1519 Hadis riwayat Al-Bukhari, Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir, Hadis No. 6983. Diriwayatkan dari Abu Hurairah.
- 1520 Frager, R. (2008). *Heart, Self, and Soul: The Sufi Psychology of Growth, Balance, and Harmony*. Quest Books.
- 1521 Vaughan, F. (1995). *The Inward Arc: Healing and Wholeness in Psychotherapy and Spirituality*. Authors Guild Backinprint.
- 1522 Barbour, Ian G. *Religion and Science: Historical and Contemporary Issues*. (New York: HarperCollins, 1997). Barbour memetakan empat tipologi hubungan antara sains dan agama: Konflik, Independensi, Dialog, dan Integrasi. Artikel ini mengadvokasikan model integrasi.
- 1523 Hadis riwayat Muslim. Diriwayatkan dari Abu Hurairah, Rasulullah SAW bersabda, "Apabila manusia meninggal dunia, maka terputuslah semua amalnya kecuali tiga (perkara), yaitu sedekah jariyah, ilmu yang bermanfaat, dan anak saleh yang mendoakannya." (Sahih Muslim, No. 1631).

- 
- 1524 Griffel, Frank. "Al-Ghazālī's Synthesis of Myticism and Theology." dalam *The Cambridge Companion to Arabic Philosophy*, diedit oleh Peter Adamson dan Richard C. Taylor, (Cambridge: Cambridge University Press, 2005), hlm. 189-207. Artikel ini membahas bagaimana Al-Ghazali berhasil menyatukan disiplin ilmu kalam (teologi rasional) dengan tasawuf (pengalaman mistik) untuk mencapai kebenaran.
- 1525 The John Templeton Foundation. "Science and the Big Questions." Diakses 20 Oktober 2023. <https://www.templeton.org/grant/science-and-the-big-questions>. Situs ini mendokumentasikan berbagai penelitian dan wacana yang berupaya menjembatani sains dengan pertanyaan-pertanyaan besar tentang realitas, makna, dan tujuan hidup, yang merefleksikan urgensi integrasi ini di dunia kontemporer.
- 1526 Aldous Huxley, *The Perennial Philosophy* (New York: Harper & Brothers, 1945). Buku ini secara komprehensif memaparkan gagasan bahwa mistisisme di semua agama besar dunia menunjuk pada Realitas Ilahi yang sama.
- 1527 Salah satu kritik tajam datang dari para pemikir yang menekankan pentingnya konteks historis dan linguistik. Lihat, misalnya, Steven T. Katz, ed., *Mysticism and Philosophical Analysis* (New York: Oxford University Press, 1978), yang berargumen bahwa pengalaman mistik itu sendiri dibentuk oleh kerangka konseptual yang dibawa oleh sang mistikus.
- 1528 Jorge N. Ferrer, *Revisioning Transpersonal Theory: A Participatory Vision of Human Spirituality* (Albany: State University of New York Press, 2002), 167-170. Ferrer mengusulkan "Ocean of Emancipation" sebagai metafor yang lebih baik daripada "gunung dengan banyak jalan," yang menyiratkan bahwa tujuan akhir bisa jadi beragam.
- 1529 Paul F. Knitter, *Without Buddha I Could Not Be a Christian* (Maryknoll, NY: Orbis Books, 2009). Knitter mengadvokasi "dialog ganda" (double belonging) di mana seseorang berakar kuat dalam satu tradisi sambil secara otentik terlibat dengan tradisi lain.
- 1530 Kajian komparatif semacam ini dapat ditemukan dalam karya seperti Leo D. Lefebure, *The Buddha and the Christ: Explorations in Buddhist and Christian Dialogue* (Maryknoll, NY: Orbis Books, 1993).
- 1531 William James, *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature* (London: Longmans, Green, and Co., 1902). James berfokus pada buah atau efek dari pengalaman religius sebagai kriteria utama nilainya.
- 1532 Merujuk pada semangat hadis yang diriwayatkan oleh berbagai perawi, seperti "Barangsiapa yang mengamalkan apa yang ia ketahui, niscaya Allah akan mewariskan kepadanya ilmu yang belum ia ketahui." (Dikutip dalam berbagai kitab tasawuf, seperti *Hilyat al-Auliya'* oleh Abu Nu'a'im al-Isfahani). Ini menekankan epistemologi berbasis pengalaman dan transformasi.
- 1533 Al-Qur'an, Surah Al-Baqarah (2):30. Ayat ini sering ditafsirkan sebagai mandat teologis bagi umat manusia untuk bertindak sebagai pengelola atau pelindung bumi yang bertanggung jawab.
- 1534 Untuk eksplorasi eko-spiritualitas lintas tradisi, lihat Roger S. Gottlieb, ed., *This Sacred Earth: Religion, Nature, Environment*, 2nd ed. (New York: Routledge, 2004). Kumpulan esai ini menunjukkan bagaimana berbagai agama menafsirkan kewajiban ekologis mereka.

- 
- 1535 Plato, *The Republic*, trans. G.M.A. Grube, rev. C.D.C. Reeve (Indianapolis: Hackett Publishing Company, 1992), Buku X, 595a-608b.
- 1536 Aristotle, "On Dreams," dalam *The Complete Works of Aristotle*, Vol. 1, ed. Jonathan Barnes (Princeton: Princeton University Press, 1984), 460b-462a.
- 1537 René Descartes, *Meditations on First Philosophy: With Selections from the Objections and Replies*, trans. John Cottingham (Cambridge: Cambridge University Press, 1996), Meditasi I.
- 1538 John Locke, *An Essay Concerning Human Understanding* (Oxford: Clarendon Press, 1975), Buku II, Bab I, Seksi 2.
- 1539 Owen Flanagan, *Dreaming Souls: Sleep, Dreams, and the Evolution of the Conscious Mind* (New York: Oxford University Press, 2000), hlm. 165-170.
- 1540 Muhammad al-Bukhari, *Sahih al-Bukhari*, Kitab al-Ta'bir (Kitab tentang Tafsir Mimpi), Hadis No. 6985. Hadis ini meriwayatkan sabda Nabi Muhammad SAW yang membedakan tiga jenis mimpi.
- 1541 Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6, 43-49. Ayat-ayat ini menceritakan mimpi Nabi Yusuf tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud kepadanya, serta kemampuannya menafsirkan mimpi raja tentang tujuh sapi kurus dan gemuk.
- 1542 Seyyed Hossein Nasr, *Knowledge and the Sacred* (Albany: State University of New York Press, 1989), 131-135. Nasr menjelaskan bahwa dalam epistemologi Islam, akal dan indera adalah valid, tetapi keduanya bersumber dan akhirnya tunduk pada Pengetahuan Ilahi (al-'Ilm).
- 1543 Al-Quran, Surah Al-Kahf[18]: 65.
- 1544 Mehdi Ha'iri Yazdi, *The Principles of Epistemology in Islamic Philosophy: Knowledge by Presence* (Albany: State University of New York Press, 1992), 19-22. Yazdi membedakan secara mendalam antara knowledge by correspondence ('ilm husuli) dan knowledge by presence ('ilm huduri) sebagai dua mode kognisi fundamental.
- 1545 Abu Hamid Al-Ghazali, *Ihya Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*, Vol. 3, Kitab 'Aja'ib al-Qalb (Keajaiban Hati). Al-Ghazali menggunakan metafora cermin secara ekstensif untuk menjelaskan potensi hati dalam menerima pengetahuan Ilahi.
- 1546 William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), 115-117. Chittick membahas peran imajinasi (khayal) sebagai fakultas yang menjembatani alam inderawi dan alam ruhani, yang sangat aktif dalam mimpi.
- 1547 Diriwayatkan oleh al-Bukhari dalam *Sahih al-Bukhari*, Kitab al-Ta'bir (Kitab Tafsir Mimpi), no. 6989.
- 1548 "Dreams and Dream Interpretation," dalam *The Princeton Encyclopedia of Islamic Political Thought*, ed. Gerhard Bowering et al. (Princeton: Princeton University Press, 2013), 133. Ensiklopedia ini merangkum klasifikasi mimpi dalam tradisi Islam yang telah menjadi standar.
- 1549 Al-Quran, Surah As-Saffat[37]: 102-105.
- 1550 Diriwayatkan oleh al-Bukhari dalam *Sahih al-Bukhari*, Kitab al-Ta'bir, no. 6990. Nabi Muhammad saw. bersabda, "Tidak ada yang tersisa dari kenabian setelahku kecuali al-mubasyir." Para sahabat bertanya, "Apakah al-mubasyir itu?" Beliau menjawab, "Mimpi yang baik (benar)."
- 1551 Henry Corbin, *Alone with the Alone: Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi* (Princeton: Princeton University Press, 1998), 81-83. Corbin menguraikan

---

konsep mundus imaginalis (`alam al-mithal) sebagai ranah ontologis yang nyata di mana peristiwa-peristiwa spiritual terjadi dan dapat dipersepsikan melalui imajinasi kreatif, terutama dalam mimpi dan visi.

- <sup>1552</sup> Toufic Fahd, *La Divination Arabe: Études Religieuses, Sociologiques et Folkloriques sur le Milieu Natif de l'Islam* (Leiden: Brill, 1966). Buku ini mengkaji secara mendalam berbagai bentuk ramalan, termasuk interpretasi mimpi (oneiromancy), dalam konteks budaya Arab pra-Islam dan Islam awal, menunjukkan signifikansi mimpi sebagai sumber pengetahuan dan petunjuk.
- <sup>1553</sup> René Descartes, *Meditations on First Philosophy*, trans. John Cottingham (Cambridge: Cambridge University Press, 1996), 13-15. Dalam *Meditasi Pertama*, Descartes secara eksplisit membahas kesulitan dalam membedakan mimpi dari kenyataan sebagai bagian dari argumen skeptisnya.
- <sup>1554</sup> John Locke, *An Essay Concerning Human Understanding*, ed. Peter H. Nidditch (Oxford: Clarendon Press, 1975), Book II, Chapter 1. Locke berpendapat bahwa semua ide berasal dari sensasi atau refleksi. Mimpi, sebagai produk internal pikiran, adalah ide-ide yang dibentuk dari refleksi dan memori, bukan dari sensasi langsung terhadap dunia luar.
- <sup>1555</sup> A. J. Ayer, *Language, Truth and Logic* (London: Victor Gollancz Ltd., 1936). Dalam karya klasiknya ini, Ayer mengartikulasikan prinsip verifikasi dari positivisme logis, yang menyatakan bahwa sebuah proposisi hanya bermakna jika dapat diverifikasi secara empiris atau merupakan sebuah tautologi (kebenaran analitis).
- <sup>1556</sup> Karl R. Popper, *The Logic of Scientific Discovery* (London: Routledge, 2002; first published 1959). Popper memperkenalkan kriteria falsifiabilitas sebagai demarkasi antara sains dan non-sains. Teori ilmiah harus membuat prediksi yang berisiko dan dapat diuji untuk disangkal.
- <sup>1557</sup> Sigmund Freud, *The Interpretation of Dreams*, trans. James Strachey (New York: Basic Books, 2010; first published 1899). Seluruh karya ini didedikasikan untuk tesis bahwa mimpi adalah pemenuhan terselubung dari keinginan yang tertekan.
- <sup>1558</sup> Carl G. Jung, *The Archetypes and the Collective Unconscious* (Collected Works of C.G. Jung, Vol. 9, Part 1), trans. R.F.C. Hull (Princeton: Princeton University Press, 1969). Jung membahas bagaimana mimpi dapat menjadi medium bagi arketipe pola psikis universal untuk muncul dari ketidaksadaran kolektif ke dalam kesadaran individu.
- <sup>1559</sup> Freud, S. (1900). *The Interpretation of Dreams*. Diterjemahkan oleh A. A. Brill. The Macmillan Company. Kalimat "the royal road to a knowledge of the unconscious activities of the mind" adalah salah satu kutipan paling terkenal dari karya fundamental ini.
- <sup>1560</sup> Storr, A. (1989). *Freud: A Very Short Introduction*. Oxford University Press. Buku ini memberikan ringkasan yang jelas mengenai konsep-konsep kunci Freud, termasuk peran sensor dan simbolisme dalam kerja mimpi (dream-work).
- <sup>1561</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Dalam buku ini, Jung dan kolaboratornya menjelaskan konsep individuasi sebagai tujuan utama perkembangan psikologis, di mana mimpi memainkan peran krusial.
- <sup>1562</sup> Jung, C. G. (1959). *The Archetypes and the Collective Unconscious* (Collected Works Vol. 9, Part 1). Princeton University Press. Karya ini merupakan penjelasan teoretis paling mendalam dari Jung mengenai konsep arketipe dan kolektif tak sadar.

- 
- 1563 Robertson, R. (2012). "The Function of Archetypes in the Process of Individuation". *Journal of Analytical Psychology*, 57(2), hlm. 175-194. Artikel ini mengelaborasi bagaimana arketipe yang muncul dalam mimpi memfasilitasi dialog antara kesadaran dan ketidaksadaran untuk pertumbuhan pribadi.
- 1564 Ricoeur, P. (1970). *Freud and Philosophy: An Essay on Interpretation*. Yale University Press. Dalam magnum opusnya ini, Ricoeur secara ekstensif membahas psikoanalisis sebagai sebuah hermeneutika dan mengembangkan gagasannya tentang dialektika kecurigaan dan pemulihan.
- 1565 Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 43-49. Kisah ini menggambarkan bagaimana kemampuan Nabi Yusuf dalam menafsirkan mimpi raja tentang tujuh sapi gemuk yang dimakan oleh tujuh sapi kurus menjadi kunci untuk menyelamatkan Mesir dari bencana kelaparan, menunjukkan dimensi profetik dan kebijaksanaan dalam tafsir mimpi. Lihat juga: "Dream Interpretation in Islamic Tradition", *The Oxford Dictionary of Islam*, diakses dari Oxford Islamic Studies Online. Website ini menyediakan konteks historis dan teologis tentang pentingnya mimpi dalam tradisi Islam.
- 1566 Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6, 36-41. Kisah Nabi Yusuf AS yang diberikan kemampuan untuk menafsirkan mimpi menjadi landasan teologis utama bagi pentingnya ilmu ini dalam Islam.
- 1567 Hadis riwayat Imam al-Bukhari dalam kitabnya, *Sahih al-Bukhari*, Kitab al-Ta'bir, No. 6989. Hadis ini menegaskan status mimpi yang benar sebagai bagian dari wahyu kenabian.
- 1568 Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. (Chapel Hill: The University of North Carolina Press, 1975), hlm. 110. Schimmel membahas klasifikasi mimpi yang umum diterima dalam tradisi Islam.
- 1569 Chittick, William C. "The Heart as a Locus of Knowledge in Islam." *American Journal of Islam and Society*, Vol. 26, No. 2 (2009): hlm. 1-18. Artikel ini mengupas fungsi qalb sebagai instrumen epistemik dalam pemikiran Islam.
- 1570 Al-Qushayri, Abu 'I-Qasim. *Al-Risala al-Qushayriyya fi 'Ilm al-Tasawwuf*. Diterjemahkan oleh B. R. von Schlegell sebagai *Principles of Sufism*. (Berkeley: Mizan Press, 1990). Al-Qushayri secara implisit mengaitkan mimpi dengan bab-bab tentang ahwal dan maqamat.
- 1571 Al-Ghazali, Abu Hamid. *The Marvels of the Heart (Ihya' 'Ulum al-Din, Book 21)*. Diterjemahkan oleh Walter James Skellie. (Louisville: Fons Vitae, 2010), hlm. 35-42. Al-Ghazali secara rinci menjelaskan mekanisme bagaimana hati menerima informasi dari alam gaib saat tidur.
- 1572 Lamoreaux, John C. *The Early Muslim Tradition of Dream Interpretation*. (Albany: State University of New York Press, 2002), hlm. 78-80. Buku ini membahas kontribusi Al-Ghazali dalam menyistematisasi teori mimpi.
- 1573 Corbin, Henry. *Alone with the Alone: Creative Imagination in the Sūfism of Ibn 'Arabī*. (Princeton: Princeton University Press, 1998), hlm. 183-189. Corbin adalah pemikir Barat yang paling terkenal dalam mengartikulasikan konsep mundus imaginalis Ibn 'Arabi.
- 1574 Ibn 'Arabi, Muhyiddin. *The Meccan Revelations (Al-Futuhat al-Makkiyya)*, Volume I. Diterjemahkan oleh William C. Chittick dan James W. Morris. (New York: Pir Press, 2002). Meskipun terjemahan lengkapnya jarang, karya-karya sekunder oleh Chittick,

---

seperti *The Sufi Path of Knowledge*, menguraikan pandangan Ibn 'Arabi tentang mimpi yang tersebar di seluruh Futuhat.

- 1575 Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Halaman 55-57. Jung menjelaskan bagaimana simbol dapat memiliki makna umum yang berasal dari arketipe, tetapi interpretasi spesifiknya sangat bergantung pada asosiasi dan konteks personal sang pemimpi.
- 1576 Hall, J. A. (1983). *Jungian Dream Interpretation: A Handbook of Theory and Practice*. Inner City Books. Halaman 30. Buku ini menguraikan bagaimana arketipe dari ketidaksadaran kolektif muncul dalam mimpi sebagai citra simbolik yang universal.
- 1577 Eliade, M. (1959). *Images and Symbols: Studies in Religious Symbolism*. Princeton University Press. Eliade berpendapat bahwa simbol memiliki kapasitas untuk mengungkapkan realitas yang lebih dalam (sakral) melalui objek duniawi (profan).
- 1578 Hadis riwayat al-Bukhari. Dari Abu Hurairah RA, Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar adalah salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian." (Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir, No. 6983).
- 1579 Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4. "Ingatlah, ketika Yusuf berkata kepada ayahnya, 'Wahai ayahku! Sungguh, aku bermimpi melihat sebelas bintang, matahari dan bulan; kulihat semuanya sujud kepadaku'."
- 1580 Fontana, D. (2003). *The New Secret Language of Symbols: An Illustrated Key to Unlocking Their Deep and Hidden Meanings*. Chronicle Books. Halaman 128. Fontana membahas dualitas makna simbol air di berbagai budaya, yang mencakup aspek psikologis (emosi) dan spiritual (penyucian).
- 1581 James, William. *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*. Longmans, Green, and Co., 1902.
- 1582 Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari*. Kitab al-Ta'bir (Buku tentang Interpretasi Mimpi), Jilid 9, Buku 87, Hadis 112.
- 1583 Al-Quran, Surah Yusuf (12): 4-6, 43-49.
- 1584 Grof, Stanislav. *Realms of the Human Unconscious: Observations from LSD Research*. Viking Press, 1975, hlm. 31-45.
- 1585 Maslow, Abraham H. *Religions, Values, and Peak-Experiences*. Ohio State University Press, 1964.
- 1586 Wilber, Ken. *The Spectrum of Consciousness*. Theosophical Publishing House, 1977. Wilber menguraikan bagaimana kesadaran dapat bergerak melintasi berbagai level, dari prepersonal ke personal, hingga ke transpersonal, di mana pengalaman-pengalaman yang dimediasi mimpi dapat menjadi pemicunya.
- 1587 Al-Quran, Surah Al-Kahfi (18):65. Terjemahan berdasarkan *The Qur'an: A New Translation* oleh M.A.S. Abdel Haleem (Oxford: Oxford University Press, 2004). Ayat ini menjadi titik tolak fundamental dalam teologi Sufi mengenai pengetahuan langsung dari Tuhan.
- 1588 Abu Hamid Al-Ghazali, *The Revival of the Religious Sciences (Ihya' 'Ulum al-Din)*, Vol. 3, terj. T.J. Winter (Cambridge: The Islamic Texts Society, 2000). Al-Ghazali secara ekstensif membahas perbedaan antara pengetahuan yang didapat dari pembelajaran formal dan pengetahuan yang diterima melalui ilham ilahi.
- 1589 Henry Corbin, *Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi* (Princeton, NJ: Princeton University Press, 1969), hlm. 179-185. Corbin adalah sarjana yang mempopulerkan konsep mundus imaginalis (alam imajinal) ke dalam studi akademis

---

Barat, menjelaskan perannya sebagai jembatan ontologis antara dunia inderawi dan dunia intelektual murni.

- <sup>1590</sup> Sahih al-Bukhari, Kitab Al-Ta'bir (Interpretasi Mimpi), Hadis No. 6989. Hadis ini diriwayatkan oleh Abu Hurairah. Dalam hadis lain, disebutkan bahwa setelah wafatnya Nabi Muhammad SAW, satu-satunya bentuk wahyu yang tersisa bagi umat adalah mimpi yang benar. Sahih al-Bukhari Translation, diakses dari Sunnah.com.
- <sup>1591</sup> Al-Quran, Surah As-Saffat (37):102-107. Kisah ini adalah contoh utama bagaimana mimpi yang benar memiliki status sebagai perintah ilahi yang mengikat bagi seorang nabi.
- <sup>1592</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12):36-49. Seluruh surah ini banyak berpusat pada tema mimpi dan interpretasinya, menunjukkan nilai epistemologis dan soteriologisnya (menyelamatkan).
- <sup>1593</sup> Seyyed Hossein Nasr, Knowledge and the Sacred (Albany, NY: State University of New York Press, 1989), hlm. 37-42. Nasr berpendapat bahwa krisis modernitas berakar pada desakralisasi pengetahuan dan penolakan terhadap sumber-sumber pengetahuan transendental, termasuk intuisi intelektual.
- <sup>1594</sup> William C. Chittick, "The Muhammadian Heritage and the School of Ibn 'Arabî," dalam The Journal of the Muhyiddin Ibn 'Arabi Society, Vol. 63 (2018), hlm. 1-22. Chittick menjelaskan bahwa dalam tradisi Sufi, validitas pengalaman spiritual dan pengetahuan intuitif diukur berdasarkan kesesuaiannya dengan model kenabian (warisan Muhammadiyah).
- <sup>1595</sup> Sachiko Murata, The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought (Albany, NY: State University of New York Press, 1992), hlm. 287-290. Murata, mengacu pada pemikir Sufi, menjelaskan bagaimana praktik spiritual berfungsi membersihkan hati untuk memungkinkannya menerima "pengetahuan tanpa perantara" yang merupakan sifat asli dari jiwa manusia.
- <sup>1596</sup> Popper, Karl R. The Logic of Scientific Discovery. Routledge, 2002. Popper berpendapat bahwa sebuah teori ilmiah harus dapat difalsifikasi, yaitu harus ada kemungkinan untuk membuktikannya salah melalui pengujian empiris.
- <sup>1597</sup> Chalmers, David J. The Conscious Mind: In Search of a Fundamental Theory. Oxford University Press, 1996. Buku ini mengeksplorasi "masalah sulit" kesadaran dan sifat subjektif dari pengalaman kualitatif (qualia) yang membuatnya sulit dianalisis secara reduktif oleh sains.
- <sup>1598</sup> Hadis Riwayat al-Bukhari, no. 6983. Nabi Muhammad SAW bersabda, "الرُّؤْيَا الصَّالِحَةُ" جُزْءٌ مِنْ سِتَّةٍ وَأَرْبَعِينَ جُزْءًا مِنَ النَّبُوءَةِ (Mimpi yang baik/benar adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian).
- <sup>1599</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf, 12:4. "Ingatlah, ketika Yusuf berkata kepada ayahnya, 'Wahai ayahku! Sungguh, aku bermimpi melihat sebelas bintang, matahari dan bulan; kulihat semuanya bersujud kepadaku.'"
- <sup>1600</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. Ihya' 'Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences). Dalam berbagai bagian karyanya, Al-Ghazali membahas pentingnya menyaring pengalaman batin, termasuk mimpi, dengan tolok ukur Al-Qur'an dan Sunnah untuk membedakan antara inspirasi ilahi (ilham) dan bisikan setan (waswasa).
- <sup>1601</sup> Lamoreaux, John C. The Early Muslim Tradition of Dream Interpretation. State University of New York Press, 2002. Buku ini membahas sejarah dan metodologi penafsiran mimpi dalam Islam awal, dengan fokus pada figur Ibn Sirin.

- 
- <sup>1602</sup> Jung, Carl G. *The Archetypes and the Collective Unconscious*. Princeton University Press, 1969. Jung mengemukakan bahwa citra-citra arketipal (seperti sang pahlawan, ibu, atau bayangan) muncul dalam mimpi dan mitos di seluruh dunia karena berasal dari struktur psikis yang diwariskan secara kolektif.
- <sup>1603</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. The University of North Carolina Press, 1975, hlm. 105-107. Schimmel menjelaskan bahwa dalam mistisisme Islam, validitas pengalaman spiritual sering kali diukur dari dampak moral dan etisnya terhadap sang mistikus.
- <sup>1604</sup> Carl G. Jung, *Man and His Symbols* (New York: Dell Publishing, 1968), 58-65. Jung menjelaskan bahwa proses individuasi sangat bergantung pada asimilasi konten dari alam bawah sadar, yang sebagian besar diakses melalui analisis mimpi.
- <sup>1605</sup> Mircea Eliade, *Images and Symbols: Studies in Religious Symbolism* (Princeton: Princeton University Press, 1991), 12-19. Eliade membahas universalitas simbol-simbol kosmologis dan bagaimana simbol-simbol tersebut mengungkapkan struktur realitas yang lebih dalam yang relevan dengan pengalaman spiritual.
- <sup>1606</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari. Muhammad ibn Ismail al-Bukhari, *Sahih al-Bukhari*, Kitab al-Ta'bir, Hadis no. 6989. Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar dari orang yang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian."
- <sup>1607</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12): 43-49. Ayat-ayat ini menceritakan secara rinci mimpi Raja Mesir dan interpretasi Nabi Yusuf yang menyelamatkan negeri itu.
- <sup>1608</sup> Matthew P. Walker, *Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams* (New York: Scribner, 2017), 215-220. Walker menjelaskan bagaimana pergeseran aktivitas otak selama tidur REM memfasilitasi kreativitas dan pemrosesan emosional, yang mendukung gagasan mimpi sebagai ruang untuk integrasi psikologis.
- <sup>1609</sup> Krippner, S. (2009). *The psychological and spiritual dimensions of dreams*. Dalam *The new science of dreaming* (Vol. 3, hlm. 25-46). Praeger Publishers.
- <sup>1610</sup> Hadis riwayat Imam Al-Bukhari dalam *Sahih al-Bukhari*, Kitab al-Ta'bir, No. 6983. Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar adalah salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian."
- <sup>1611</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12): 4-6, 36-41, 100-101. Kisah ini secara ekstensif menggambarkan peran sentral mimpi dan takwilnya dalam takdir Nabi Yusuf dan sejarah Bani Israil.
- <sup>1612</sup> Schimmel, A. (1975). *Mystical dimensions of Islam*. University of North Carolina Press. Schimmel membahas secara mendalam bagaimana pengalaman mistik, termasuk mimpi, menjadi bagian tak terpisahkan dari jalan sufi.
- <sup>1613</sup> Chittick, W. C. (2007). *Science of the cosmos, science of the soul: The pertinence of Islamic cosmology in the modern world*. Oneworld Publications. Chittick menjelaskan bagaimana kosmologi sufi memandang mimpi sebagai cerminan dari realitas batiniah yang terkait dengan realitas kosmik.
- <sup>1614</sup> Grof, S. (2008). *A brief history of transpersonal psychology*. *International Journal of Transpersonal Studies*, 27(1), 46-54.
- <sup>1615</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and his symbols*. Dell Publishing. Dalam buku ini, Jung dan kolaboratornya menguraikan teori arketipe dan peran mimpi dalam proses individuasi.

- 
- <sup>1616</sup> Moore, T. (1992). *Care of the soul: A guide for cultivating depth and sacredness in everyday life*. HarperCollins. Moore sering membahas konsep "malam gelap jiwa" sebagai fase transformatif yang penting, bukan patologi yang harus dihilangkan.
- <sup>1617</sup> Vaughan, F. (1985). *The inward arc: Healing and wholeness in psychotherapy and spirituality*. *Journal of Transpersonal Psychology*, 17(2), 159-174. Artikel ini membahas integrasi antara pertumbuhan psikologis dan perkembangan spiritual, di mana pengalaman batin seperti mimpi memainkan peran kunci.
- <sup>1618</sup> Jung, Carl G., et al. *Man and His Symbols*. Dell Publishing, 1964. Buku ini secara ekstensif membahas konsep arketipe dan proses individuasi, di mana mimpi memainkan peran sentral dalam dialog antara kesadaran dan ketidaksadaran.
- <sup>1619</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 43-49. Ayat-ayat ini secara spesifik menceritakan mimpi Raja Mesir dan interpretasi Nabi Yusuf yang menjadi dasar kebijakan strategis untuk menghadapi masa paceklik.
- <sup>1620</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari*. Hadis no. 6983. Hadis ini merupakan salah satu riwayat paling terkenal yang menempatkan mimpi sebagai bagian dari wahyu kenabian.
- <sup>1621</sup> Barrett, Deirdre. "The Social Nature of Dreams." *Dreaming*, vol. 24, no. 1, 2014, pp. 1-12. Artikel ini mengeksplorasi bagaimana mimpi merefleksikan dan memengaruhi hubungan serta dinamika sosial, terutama dalam konteks pengalaman bersama.
- <sup>1622</sup> Bulkeley, Kelly. *Big Data, Big Dreams: A New Science of Mind and Soul*. Stanford University Press, 2016. Bulkeley memaparkan bagaimana analisis kuantitatif terhadap arsip mimpi yang besar dapat memberikan wawasan baru tentang psikologi manusia, agama, dan perubahan budaya.
- <sup>1623</sup> Seyyed Hossein Nasr, *An Introduction to Islamic Cosmological Doctrines* (Albany: State University of New York Press, 1993), 275.
- <sup>1624</sup> Abu Hamid Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*, Vol. 3, (Beirut: Dar al-Ma'rifah), pada bagian "Kitab 'Aja'ib al-Qalb" (The Wonders of the Heart). Al-Ghazali secara ekstensif membahas kalbu sebagai cermin yang harus dibersihkan dari "karat" dosa dan kelalaian.
- <sup>1625</sup> Muhammad ibn Ismail al-Bukhari, *Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Book of Dream Interpretation)*, Hadis no. 6989. Hadis ini menyatakan: "Ar-ru'ya as-shadiqah (mimpi yang benar) adalah salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian."
- <sup>1626</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6, 36-41. Kemampuan Nabi Yusuf dalam menafsirkan mimpi secara eksplisit dikaitkan sebagai anugerah dan ilmu yang diajarkan oleh Allah kepadanya sebagai ganjaran atas ketakwaannya.
- <sup>1627</sup> Henry Corbin, *Spiritual Body and Celestial Earth: From Mazdean Iran to Shi'ite Iran*, (Princeton: Princeton University Press, 1977), 12-15. Corbin memperkenalkan konsep mundus imaginalis ('alam al-mitsal) kepada audiens Barat sebagai alam otonom yang bukan fisik maupun murni intelektual.
- <sup>1628</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), 115-117. Chittick menjelaskan bahwa dalam pandangan Ibn 'Arabi, imajinasi (khayal) adalah fakultas yang kuat yang dapat membawa eksistensi dan pengalaman nyata dalam alamnya sendiri.
- <sup>1629</sup> Carl G. Jung, *The Archetypes and the Collective Unconscious, Collected Works Vol. 9, Part 1* (Princeton: Princeton University Press, 1969), 4-6. Jung mendefinisikan

- 
- arketipe sebagai pola psikis bawaan yang universal yang membentuk konten dari pengalaman religius, mitologis, dan mimpi.
- <sup>1630</sup> Gadamer, Hans-Georg. *Truth and Method*. Diterjemahkan oleh Joel Weinsheimer dan Donald G. Marshall, 2nd rev. ed., Continuum, 2004. Buku ini menguraikan dasar-dasar hermeneutika filosofis modern, yang relevan untuk interpretasi teks dalam arti luas, termasuk narasi mimpi.
- <sup>1631</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 43-49. Ayat-ayat ini secara eksplisit mengisahkan penafsiran Nabi Yusuf atas mimpi Raja Mesir, yang menjadi contoh klasik hermeneutika mimpi dalam konteks spiritual dan praktis.
- <sup>1632</sup> Hobson, J. A., & McCarley, R. W. "The brain as a dream state generator: An activation-synthesis hypothesis of the dream process." *The American Journal of Psychiatry*, vol. 134, no. 12, 1977, pp. 1335-1348. Jurnal ini merupakan sumber primer yang memperkenalkan hipotesis aktivasi-sintesis.
- <sup>1633</sup> Revonsuo, Antti. "The reinterpretation of dreams: An evolutionary hypothesis of the function of dreaming." *Behavioral and Brain Sciences*, vol. 23, no. 6, 2000, pp. 877-901. Artikel ini mengusulkan Threat Simulation Theory (TST), yang memandang mimpi sebagai mekanisme evolusioner untuk melatih respons terhadap ancaman.
- <sup>1634</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. Dell Publishing, 1968. Buku ini, yang ditulis untuk audiens umum, menjelaskan konsep-konsep kunci Jung, termasuk peran mimpi dalam proses individuasi dan pencapaian keutuhan psikologis.
- <sup>1635</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari. Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar adalah salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian." (Sahih al-Bukhari 6983). Hadis ini menegaskan adanya dimensi pengetahuan profetik dalam pengalaman mimpi dalam tradisi Islam.
- <sup>1636</sup> Karl Popper, *Conjectures and Refutations: The Growth of Scientific Knowledge* (London: Routledge, 1963). Popper menegaskan bahwa sebuah teori harus dapat difalsifikasi agar bisa dianggap ilmiah, sebuah kriteria yang sulit dipenuhi oleh pengalaman subjektif seperti mimpi.
- <sup>1637</sup> J. Allan Hobson, "REM sleep and dreaming: towards a theory of protoconsciousness," *Nature Reviews Neuroscience* 10, no. 11 (2009): 803-813. Hobson dan McCarley mengajukan teori "sintesis-aktivasi" yang memandang mimpi sebagai upaya otak depan untuk menafsirkan sinyal-sinyal acak dari batang otak.
- <sup>1638</sup> Sigmund Freud, *The Interpretation of Dreams*, trans. A. A. Brill (New York: Modern Library, 1950).
- <sup>1639</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari dalam Shahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir, Bab al-Ru'ya al-Saliha juz' min sittatin wa arba'ina juz'an min al-nubuwwah. Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar adalah salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian."
- <sup>1640</sup> Carl G. Jung, ed., *Man and His Symbols* (New York: Dell Publishing, 1964), 55-68.
- <sup>1641</sup> Jonathan Ichikawa, "Dreams and Dreaming," *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Winter 2021 Edition), ed. Edward N. Zalta, <https://plato.stanford.edu/archives/win2021/entries/dreams-dreaming/>.
- <sup>1642</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), 115-120.
- <sup>1643</sup> Hadis riwayat Muslim dalam Shahih Muslim, Kitab al-Ru'ya.

- 
- 1644 Ibn Qayyim al-Jawziyya, *I'lam al-Muwaqqi'in 'an Rabb al-'Alamin*, ed. Muhammad Muhyi al-Din 'Abd al-Hamid (Kairo: Maktabah al-Kulliyat al-Azhariyyah, 1968), 1:199-201. Ibn Qayyim membahas pentingnya analogi dan kondisi personal dalam interpretasi.
- 1645 Al-Qur'an, Surah Yunus: 64, menyebutkan "kabar gembira (al-busyra) di dalam kehidupan di dunia dan di akhirat," yang oleh sebagian mufasir diartikan sebagai mimpi yang baik bagi orang beriman.
- 1646 Descartes, R. (1996). *Meditations on First Philosophy* (J. Cottingham, Trans.). Cambridge University Press. (Karya asli terbit 1641).
- 1647 Kant, I. (1998). *Critique of Pure Reason* (P. Guyer & A. W. Wood, Trans. & Eds.). Cambridge University Press. (Karya asli terbit 1781).
- 1648 Freud, S. (1955). *The Interpretation of Dreams*. The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis. (Karya asli terbit 1899).
- 1649 Storr, A. (1989). *Freud: A Very Short Introduction*. Oxford University Press, pp. 45-49.
- 1650 Hartmann, E. (2011). *The Nature and Functions of Dreaming*. Oxford University Press, pp. 167-170.
- 1651 Spinoza, Baruch. *Ethics*. Diterjemahkan oleh Edwin Curley. Princeton University Press, 1994. Bagian II, Proposisi 40, Skolium 2, di mana ia menguraikan tiga jenis pengetahuan, dengan *scientia intuitiva* sebagai yang tertinggi.
- 1652 Bergson, Henri. *An Introduction to Metaphysics*. Diterjemahkan oleh T.E. Hulme. Hackett Publishing Company, 1999, hlm. 23-25. Bergson membedakan antara analisis (intelekt) dan intuisi sebagai dua cara berbeda dalam mengetahui suatu hal.
- 1653 Al-Ghazali, Abu Hamid. *Al-Munqidh min al-Dalal (Deliverance from Error)*. Diterjemahkan oleh R.J. McCarthy. Fons Vitae, 2001, hlm. 65-66. Al-Ghazali menggambarkan pengetahuan sufi sebagai sesuatu yang dicapai melalui "rasa" (*dzawq*) dan "keadaan" (*hal*), bukan melalui pembuktian rasional semata.
- 1654 Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Penafsiran Mimpi), Hadis No. 6983. Hadis serupa juga diriwayatkan dalam berbagai kitab hadis lainnya, menegaskan status mimpi yang benar dalam epistemologi Islam.
- 1655 Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989, hlm. 115-117. Chittick menjelaskan secara rinci peran khayal sebagai *isthmus* atau *barzakh* yang menghubungkan dunia-dunia yang berbeda. Lihat juga Henry Corbin, *Alone with the Alone: Creative Imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi* (Princeton University Press, 1998).
- 1656 Al-Qur'an al-Karim, Surah Yusuf (12), Ayat 6. Ayat ini secara eksplisit mengaitkan kemampuan menafsirkan mimpi (*ta'wil al-ahadith*) dengan pilihan dan ajaran langsung dari Allah.
- 1657 Walker, M. (2017). *Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams*. Scribner.
- 1658 Al-Ghazali, Abu Hamid. (n.d.). *Ihya' Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*. Jilid 3. Dar al-Ma'rifah.
- 1659 The Qur'an. (2004). *Terjemahan M.A.S. Abdel Haleem*. Oxford University Press. (Surah Al-Hajj, 22:46).
- 1660 Hadis riwayat Al-Bukhari dan Muslim. Diriwayatkan dari An-Nu'man bin Basyir, Nabi Muhammad SAW bersabda, "Ketahuilah bahwa di dalam jasad ada segumpal daging.

---

Jika ia baik, maka baik pula seluruh jasad. Jika ia rusak, maka rusak pula seluruh jasad. Ketahuilah ia adalah hati (al-qalb).”

- <sup>1661</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing.
- <sup>1662</sup> Frankl, V. E. (1984). *Man's Search for Meaning*. Washington Square Press. Artikel-artikel di situs web seperti *Psychology Today* sering membahas konsep ini dalam konteks modern.
- <sup>1663</sup> Heidegger, M. (1966). *Discourse on Thinking*. (J. M. Anderson & E. H. Freund, Trans.). Harper & Row. Dalam buku ini, Heidegger mengartikulasikan konsep *Gelassenheit* sebagai sebuah jalan menuju keterbukaan terhadap misteri Ada, yang sangat relevan dengan kondisi reseptif saat bermimpi.
- <sup>1664</sup> Revill, D. (1992). *The Roaring Silence: John Cage: A Life*. Arcade Publishing. Buku ini memberikan analisis mendalam tentang filosofi Cage di balik karyanya, termasuk 4'33", yang menekankan kesadaran terhadap suara yang ada di sekitar kita, bukan penciptaan kekosongan.
- <sup>1665</sup> Jung, C. G., & von Franz, M.-L. (Eds.). (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Konsep Jung tentang alam bawah sadar kolektif dan arketipe mengimplikasikan adanya "suara-suara" internal yang universal dalam psike manusia, yang seringkali bermanifestasi dalam mimpi.
- <sup>1666</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Muzzammil (73): 1-6. Ayat-ayat ini secara eksplisit mendorong untuk bangun pada sebagian besar malam untuk beribadah, menyatakan bahwa "sesungguhnya bangun di waktu malam adalah lebih tepat (untuk khusyuk) dan bacaan di waktu itu lebih berkesan."
- <sup>1667</sup> Diriwayatkan dalam Sahih al-Bukhari, Kitab Bad' al-Wahy (Permulaan Wahyu), Hadis no. 3. Hadis ini menceritakan bagaimana Nabi Muhammad ﷺ gemar menyendiri (tahannuth) di Gua Hira untuk beribadah dalam keheningan sebelum menerima wahyu pertama.
- <sup>1668</sup> Turkle, S. (2011). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. Basic Books. Meskipun bukan tentang mimpi secara langsung, buku ini membahas bagaimana teknologi modern menciptakan "kebisingan" konstan yang menghalangi kapasitas manusia untuk refleksi diri dan keheningan, suatu kondisi yang secara tidak langsung menghambat akses kita pada wawasan dari dunia internal.
- <sup>1669</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. (Chapel Hill: The University of North Carolina Press, 1975), hlm. 129. Schimmel membahas bagaimana keheningan (samt) dan kesendirian (khalwa) adalah prasyarat fundamental dalam tasawuf untuk memurnikan hati agar dapat menerima ilham ilahi.
- <sup>1670</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Baqarah[2]: 152. Terjemahan ini merujuk pada pentingnya dzikir sebagai hubungan timbal balik antara hamba dan Tuhan, yang menjadi inti dari praktik spiritual dalam Islam.
- <sup>1671</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Baqarah[2]: 152. Terjemahan ini merujuk pada pentingnya dzikir sebagai hubungan timbal balik antara hamba dan Tuhan, yang menjadi inti dari praktik spiritual dalam Islam.
- <sup>1672</sup> Brewer, J. A., Worhunsky, P. D., Gray, J. R., Tang, Y. Y., Weber, J., & Kober, H. "Meditation experience is associated with differences in default mode network activity and connectivity." *Proceedings of the National Academy of Sciences* 108, no. 50 (2011): 20254-20259. Jurnal ini menunjukkan secara empiris bagaimana praktik

---

meditasi (yang serupa dengan murakabah dan dzikir khafi) dapat mengurangi aktivitas di DMN, yang berkorelasi dengan pikiran yang mengembara dan ego-sentris.

- <sup>1673</sup> Hadis riwayat Bukhari (No. 6983) dan Muslim (No. 2263). Nabi Muhammad SAW bersabda, "Ar-ru'ya as-saliha (mimpi yang baik) adalah salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian." Ini memberikan landasan teologis yang kuat bagi pentingnya mimpi dalam tradisi Islam.
- <sup>1674</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *The Garden of Truth: The Vision and Promise of Sufism, Islam's Mystical Tradition*. (New York: HarperOne, 2007), hlm. 95-97. Nasr menjelaskan bahwa dalam pandangan sufistik, simbol-simbol dalam mimpi dan alam semesta (ayat) harus ditakwilkan atau dikembalikan ke sumber llahiahnya melalui intuisi spiritual, sebuah proses yang dimungkinkan oleh hati yang telah disucikan.
- <sup>1675</sup> Jung, C. G., & von Franz, M.-L. (Eds.). (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing.
- <sup>1676</sup> Raichle, M. E. (2015). The brain's default mode network. *Annual Review of Neuroscience*, 38, 433-447.
- <sup>1677</sup> Al-Qur'an. Surah Yusuf (12): 4-6, 43-49.
- <sup>1678</sup> Freud, S. (1900). *The Interpretation of Dreams*. (J. Strachey, Trans.). Basic Books.
- <sup>1679</sup> Van der Kolk, B. A. (2014). *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*. Penguin Books.
- <sup>1680</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Book of Dream Interpretation)*, Hadith No. 6989.
- <sup>1681</sup> Nasr, S. H. (1997). *Man and Nature: The Spiritual Crisis in Modern Man*. Kazi Publications.
- <sup>1682</sup> Plato, Phaedo, dalam *The Collected Dialogues of Plato*, ed. Edith Hamilton dan Huntington Cairns (Princeton: Princeton University Press, 1961), 40–98. Dalam dialog ini, Socrates berargumen bahwa proses belajar pada dasarnya adalah pengingatan kembali pengetahuan yang dimiliki jiwa sebelum ia dilahirkan ke dunia fisik.
- <sup>1683</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Isra' (17):85. Ayat ini berbunyi, "Dan mereka bertanya kepadamu (Muhammad) tentang roh. Katakanlah, 'Roh itu termasuk urusan Tuhanku, dan kamu tidak diberi pengetahuan melainkan sedikit.'" Ayat ini menjadi dasar bagi kaum sufi untuk memandang hakikat roh sebagai misteri ilahi yang melampaui jangkauan akal manusia biasa.
- <sup>1684</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), 80–87. Chittick secara ekstensif menjelaskan bahwa bagi Ibn 'Arabi, wujud adalah satu, dan segala sesuatu selain Tuhan (siwā Allāh) adalah lokus penampakan diri-Nya (mazāhir).
- <sup>1685</sup> Henry Corbin, *Spiritual Body and Celestial Earth: From Mazdean Iran to Shi'ite Iran*, trans. Nancy Pearson (Princeton: Princeton University Press, 1977), 78–95. Corbin memperkenalkan konsep mundus imaginalis kepada dunia akademis Barat sebagai alam ontologis yang nyata, tempat peristiwa-peristiwa visioner dan mimpi-mimpi kenabian terjadi.
- <sup>1686</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari. Nabi Muhammad ﷺ bersabda, "Mimpi yang benar dari orang yang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian." (Sahih al-Bukhari, Kitab 91, Hadis 6983). Referensi ini menegaskan status epistemologis mimpi dalam tradisi Islam sebagai sumber pengetahuan yang valid.

- 
- <sup>1687</sup> Sachiko Murata, *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought* (Albany: State University of New York Press, 1992), 295–301. Murata membahas bagaimana dalam kosmologi Islam, setiap entitas, termasuk jiwa manusia, berada dalam tegangan kreatif antara berbagai nama ilahi. Mimpi dapat dilihat sebagai arena di mana tegangan-tegangan ini dimainkan secara dramatis.
- <sup>1688</sup> Thompson, E. (2017). *Waking, Dreaming, Being: Self and Consciousness in Neuroscience, Meditation, and Philosophy*. Columbia University Press. Pengalaman subjektif tentang waktu dalam mimpi sering kali tidak berkorelasi langsung dengan waktu jam objektif, menunjukkan bahwa persepsi temporal adalah konstruksi kesadaran.
- <sup>1689</sup> Metzinger, T. (2009). *The Ego Tunnel: The Science of the Mind and the Myth of the Self*. Basic Books. Metzinger membahas bagaimana rasa "diri" adalah sebuah model realitas yang dibangun oleh otak, dan model ini dapat dimodifikasi atau didisrupsi selama kondisi kesadaran yang berubah, termasuk mimpi.
- <sup>1690</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Dalam buku ini, Jung dan kolaboratornya menguraikan konsep ketidaksadaran kolektif dan peran mimpi sebagai komunikator utama dari konten arketipalnya.
- <sup>1691</sup> Hobson, J. A. (2009). "REM sleep and dreaming: towards a theory of protoconsciousness". *Nature Reviews Neuroscience*, 10(11), 803–813. Artikel ini memberikan tinjauan komprehensif tentang dasar-dasar neurobiologis dari tidur REM dan perannya dalam menghasilkan keadaan kesadaran mimpi.
- <sup>1692</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari (no. 6983) dan Muslim (no. 2263). Dari Abu Hurairah RA, Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar adalah salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian." Ini menegaskan status epistemologis mimpi dalam tradisi Islam.
- <sup>1693</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6, 36-49, 100-101. Seluruh surah ini berpusat pada kemampuan Nabi Yusuf untuk menafsirkan mimpi, yang bukan hanya meramalkan peristiwa pribadi tetapi juga nasib ekonomi dan politik sebuah bangsa.
- <sup>1694</sup> Windt, J. M. (2015). "Dreaming". *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Winter 2017 Edition), Edward N. Zalta (ed.). Artikel ini meninjau berbagai teori filosofis tentang mimpi, termasuk perannya sebagai dunia simulasi yang memungkinkan kesadaran untuk menjelajahi kemungkinan-kemungkinan di luar batasan fisik.
- <sup>1695</sup> Jung, C. G. *Man and His Symbols*. Dell Publishing, 1968. Jung berpendapat bahwa mimpi adalah dialog antara kesadaran ego dan alam bawah sadar kolektif yang lebih luas, yang kaya akan arketipe universal.
- <sup>1696</sup> Maslow, Abraham H. *Religions, Values, and Peak Experiences*. Penguin Books, 1994. Maslow mengidentifikasi "pengalaman puncak" sebagai momen transendensi diri yang sering kali mengubah pandangan hidup seseorang secara permanen, yang memiliki banyak kesamaan dengan deskripsi transformasi akibat mimpi.
- <sup>1697</sup> Nasr, Seyyed Hossein. *Sufi Essays*. State University of New York Press, 1991. Nasr membedakan secara jelas antara 'ilm (pengetahuan diskursif) dan ma'rifah (gnosis atau pengetahuan intuitif yang menyatukan) sebagai inti dari epistemologi sufi.
- <sup>1698</sup> Al-Qur'an al-Karim. Surah Az-Zariyat, Ayat 21. Ayat ini sering dikutip dalam literatur tasawuf untuk menekankan pentingnya introspeksi sebagai jalan menuju pengetahuan tentang Tuhan.

- 
- <sup>1699</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. University of North Carolina Press, 1975. Schimmel membahas secara ekstensif konsep fana' dan hadis "Mūtū qabla an tamūtū" (Matilah sebelum engkau mati) sebagai fondasi praktik mistik dalam Islam.
- <sup>1700</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989. Buku ini menguraikan metafisika kompleks Ibn 'Arabi, di mana realitas ciptaan dipahami sebagai teofani yang tidak memiliki wujud independen dari Sang Pencipta.
- <sup>1701</sup> Wittgenstein, L. (1922). *Tractatus Logico-Philosophicus*. London: Kegan Paul, Trench, Trubner & Co., Ltd. Proposisi 5.6. Ide ini kemudian dikembangkan lebih lanjut dalam karyanya yang lain, *Philosophical Investigations*, di mana ia memperkenalkan konsep "language-games".
- <sup>1702</sup> Ricoeur, P. (1970). *Freud and Philosophy: An Essay on Interpretation*. New Haven: Yale University Press. Dalam buku ini, Ricoeur menerapkan pendekatan hermeneutiknya untuk menganalisis psikoanalisis, memperlakukan mimpi sebagaimana teks yang kaya akan simbol dan metafora yang membutuhkan interpretasi mendalam.
- <sup>1703</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. New York: Dell Publishing. Jung berargumen bahwa mimpi berbicara dalam bahasa simbol universal (arketipe) yang berasal dari collective unconscious, sebuah ranah yang melampaui pengalaman personal dan logika rasional, sehingga tidak dapat sepenuhnya ditangkap oleh bahasa verbal yang sadar.
- <sup>1704</sup> Walker, M. (2017). *Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams*. New York: Scribner. Walker menjelaskan bagaimana perubahan neurokimia selama tidur REM (penurunan noradrenalin dan serotonin, peningkatan asetilkolin) menciptakan kondisi ideal untuk pemrosesan emosional dan asosiasi ide yang longgar, sebuah keadaan "transrasional" yang berbeda dari kesadaran terjaga.
- <sup>1705</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. Dell Publishing, 1968, pp. 3-9. Jung menjelaskan bahwa simbol adalah istilah, nama, atau bahkan gambar yang mungkin akrab dalam kehidupan sehari-hari, namun memiliki konotasi khusus selain makna konvensional yang jelas.
- <sup>1706</sup> Bulkeley, Kelly. *Big Dreams: The Science of Dreaming and the Origins of Religion*. Oxford University Press, 2017, p. 54. Bulkeley membahas bagaimana pendekatan modern terhadap studi mimpi, yang dipengaruhi oleh Jung, memandang mimpi sebagai proses pemecahan masalah yang kreatif dan adaptif, menggunakan bahasa metaforis untuk mengatasi tantangan hidup.
- <sup>1707</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari. Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar berasal dari Allah, dan mimpi yang buruk berasal dari Setan." Dalam riwayat lain, disebutkan, "Mimpi yang baik dari seorang yang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian." (Sahih al-Bukhari, Kitab 91, Hadis 1).
- <sup>1708</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6. Ayat-ayat ini mengisahkan mimpi Nabi Yusuf tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud kepadanya, yang kemudian ditakwilkan oleh ayahnya, Nabi Ya'qub, sebagai pertanda akan kedudukan tinggi yang akan diraihinya.
- <sup>1709</sup> Corbin, Henry. *Alone with the Alone: Creative Imagination in the Sūfism of Ibn 'Arabī*. Princeton University Press, 1997, pp. 32-35. Corbin secara ekstensif menjelaskan

---

konsep *Mundus Imaginalis* sebagai dunia otonom yang nyata secara ontologis tempat roh dan tubuh bertemu, dan di mana peristiwa-peristiwa spiritual divisualisasikan.

- <sup>1710</sup> Hart, Tobin, et al., editors. *The Wiley-Blackwell Handbook of Transpersonal Psychology*. Wiley-Blackwell, 2013, p. 11. Buku panduan ini mendefinisikan psikologi transpersonal sebagai studi tentang potensi tertinggi manusia dan pengakuan, pemahaman, serta realisasi dari keadaan kesadaran yang spiritual, transenden, dan menyatukan.
- <sup>1711</sup> Grof, Stanislav. *The Holotropic Mind: The Three Levels of Human Consciousness and How They Shape Our Lives*. HarperOne, 1993, pp. 105-108. Grof memaparkan bahwa dalam keadaan kesadaran holotropik, yang dapat dicapai melalui mimpi atau metode lain, seseorang dapat mengakses pengalaman arketipal yang melintasi batas budaya dan sejarah, menghubungkannya dengan warisan spiritual seluruh umat manusia.
- <sup>1712</sup> Ricoeur, Paul. *Interpretation Theory: Discourse and the Surplus of Meaning*. TCU Press, 1976. Buku ini mengelaborasi bagaimana teks (termasuk tindakan dan simbol) memiliki "surplus makna" yang melampaui niat awal penulisnya, yang relevan untuk memahami mimpi sebagai teks.
- <sup>1713</sup> Gadamer, Hans-Georg. *Truth and Method*. Diterjemahkan oleh Joel Weinsheimer and Donald G. Marshall, 2nd rev. ed., Continuum, 2004. Konsep lingkaran hermeneutik dan fusi cakrawala (*fusion of horizons*) merupakan inti dari karya monumental Gadamer ini.
- <sup>1714</sup> *The Qur'an*. Surah Yusuf (12), Ayat 43-49. Kisah ini menjadi rujukan utama dalam tradisi Islam mengenai validitas dan metodologi interpretasi mimpi.
- <sup>1715</sup> Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir, Hadis no. 6983. Hadis ini diriwayatkan oleh Abu Hurairah, di mana Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar adalah salah satu dari empat puluh enam bagian kenabian."
- <sup>1716</sup> Jung, Carl G. *Psychological Types*. Princeton University Press, 1971. Dalam buku ini, Jung mendefinisikan intuisi sebagai salah satu dari empat fungsi psikologis fundamental, yang berperan penting dalam persepsi bawah sadar dan pemahaman simbolik.
- <sup>1717</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. University of North Carolina Press, 1975. Schimmel membahas peran mimpi dan penglihatan (*visions*) dalam kehidupan para sufi sebagai sarana komunikasi dengan Tuhan dan sumber pengetahuan spiritual.
- <sup>1718</sup> Al-Qur'an. Surah Al-Baqarah: 2, tafsir wahyu dan akal budi.
- <sup>1719</sup> Al-Qur'an. Surah Al-Anfal: 22, tentang akal dan hati sebagai alat memahami wahyu.
- <sup>1720</sup> HR. Bukhari dan Muslim, tentang mimpi baik sebagai sebagian dari wahyu.
- <sup>1721</sup> Tart, C. T. (2009). *Transpersonal Psychology: Integral, Esoteric, and Spiritual Perspectives*. HarperOne.
- <sup>1722</sup> Jung, C. G., von Franz, M.-L., Henderson, J. L., Jacobi, J., & Jaffé, A. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Halaman 50-52 menjelaskan fungsi kompensasi mimpi dalam menyeimbangkan psikis sadar.
- <sup>1723</sup> Hadis riwayat Bukhari dan Muslim. Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar dari orang yang shalih adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian." (Shahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir, No. 6983).

- 
- <sup>1724</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12): 43-49. Ayat-ayat ini menceritakan bagaimana interpretasi Nabi Yusuf atas mimpi raja tentang tujuh sapi kurus yang memakan tujuh sapi gemuk mengarah pada strategi ketahanan pangan nasional.
- <sup>1725</sup> Nasr, S. H. (1991). *Islamic Spirituality: Foundations*. The Crossroad Publishing Company. Nasr membahas konsep fitrah sebagai disposisi primordial manusia yang cenderung kepada Tauhid dan kebaikan.
- <sup>1726</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. (n.d.). *Ihya' Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*. Juz 3, Kitab 'Aja'ib al-Qalb (Keajaiban Hati). Al-Ghazali secara ekstensif menganalogikan hati dengan cermin yang harus dibersihkan melalui zikir dan ibadah agar dapat menerima pengetahuan ilahiah.
- <sup>1727</sup> Chittick, W. C. (1989). *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press. Halaman 357-360 membahas konsep al-insan al-kamil sebagai mikrokosmos yang merefleksikan seluruh nama dan sifat Tuhan, di mana aspek etis dan ontologis menyatu.
- <sup>1728</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Buku ini mengelaborasi konsep arketipe dan alam bawah sadar kolektif, di mana mimpi-mimpi besar dianggap berasal dan membawa pesan universal.
- <sup>1729</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 43-49. Ayat-ayat ini secara spesifik menceritakan interpretasi Nabi Yusuf atas mimpi Raja Mesir dan tindakan preventif yang ia usulkan, yang menunjukkan hubungan langsung antara wawasan mimpi dan tanggung jawab sosial.
- <sup>1730</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari*, Kitab al-Ta'bir (Interpretasi Mimpi), Hadis No. 6983. Hadis ini merupakan sumber otoritatif dalam tradisi Islam yang memberikan nilai tinggi pada mimpi sebagai sumber petunjuk.
- <sup>1731</sup> Grof, S. (1993). *The Holotropic Mind: The Three Levels of Human Consciousness and How They Shape Our Lives*. HarperOne. Grof, melalui penelitiannya tentang kondisi kesadaran non-ordiner (termasuk yang dicapai melalui teknik pernapasan holotropik), menemukan bahwa pengalaman transpersonal secara konsisten mengarah pada peningkatan kesadaran ekologis dan kepedulian kemanusiaan.
- <sup>1732</sup> Bulkeley, K. (2016). *Big Dreams: The Science of Dreaming and the Origins of Religion*. Oxford University Press. Bulkeley adalah seorang peneliti mimpi terkemuka yang mengeksplorasi fungsi adaptif dan evolusioner dari mimpi, termasuk perannya dalam membentuk etika dan agama.
- <sup>1733</sup> Schrader, A. (2019). "Answering the Call of the Dream: Vocation as a Central Theme in Dreamwork". *International Journal of Dream Research*, 12(1), pp. 88-96. Artikel jurnal ini membahas bagaimana bekerja dengan mimpi dapat membantu individu menemukan panggilan hidup atau Vokasi mereka, yang sering kali bersifat etis dan berorientasi layanan.
- <sup>1734</sup> Descartes, R. (1641). *Meditationes de Prima Philosophia (Meditations on First Philosophy)*. Dalam *The Philosophical Writings of Descartes*, Vol. 2, diterjemahkan oleh J. Cottingham, R. Stoothoff, & D. Murdoch (1984). Cambridge University Press. Argumen mimpi secara spesifik dibahas dalam Meditasi Pertama.
- <sup>1735</sup> Hume, D. (1748). *An Enquiry Concerning Human Understanding*. Oxford University Press (edisi 2007, diedit oleh Peter Millican). Bagian II, "Of the Origin of Ideas," menjelaskan teori impresi dan ide secara rinci.

- 
- <sup>1736</sup> Noë, A. (2012). *Varieties of Presence*. Harvard University Press. Buku ini, meskipun kontemporer, membahas implikasi dari pandangan empiris terhadap pengalaman, termasuk bagaimana mimpi menantang hubungan langsung antara persepsi dan dunia.
- <sup>1737</sup> Kant, I. (1781/1787). *Kritik der reinen Vernunft (Critique of Pure Reason)*. Diterjemahkan oleh Norman Kemp Smith (1929). Palgrave Macmillan. "Estetika Transendental" dan "Analitika Transendental" adalah bagian kunci yang menjelaskan kerangka kerja ini.
- <sup>1738</sup> Pandangan Islam membedakan jenis-jenis mimpi. Sebuah hadis dari Abu Hurairah meriwayatkan bahwa Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi itu ada tiga macam: mimpi yang baik sebagai kabar gembira dari Allah, mimpi yang menakutkan atau menyedihkan yang datang dari setan, dan mimpi yang timbul dari bisikan jiwa seseorang." (HR. Bukhari dan Muslim). Al-Qur'an juga menyajikan kisah Nabi Yusuf (Joseph) yang menafsirkan mimpi raja, menunjukkan validitas mimpi sebagai wahyu dalam konteks tertentu (QS. Yusuf, 12: 43-49).
- <sup>1739</sup> Comte, Auguste. *The Course in Positive Philosophy*. Diterjemahkan dan diringkas oleh Harriet Martineau, Batoche Books, 2000.
- <sup>1740</sup> Aserinsky, E., & Kleitman, N. "Regularly occurring periods of eye motility, and concomitant phenomena, during sleep." *Science*, vol. 118, no. 3062, 1953, hlm. 273–274.
- <sup>1741</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Diterjemahkan oleh A. A. Brill, Basic Books, 2010.
- <sup>1742</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. Dell Publishing, 1968.
- <sup>1743</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12): 4–6, 43–49. Ayat-ayat ini menceritakan mimpi Nabi Yusuf tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud kepadanya, serta interpretasinya terhadap mimpi raja Mesir tentang tujuh sapi gemuk dan tujuh sapi kurus.
- <sup>1744</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari*, Kitab 91, Hadis 1. Diriwayatkan bahwa Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar (baik) berasal dari Allah, dan mimpi yang buruk berasal dari Setan." Dalam riwayat lain, disebutkan, "Mimpi yang benar dari orang yang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian."
- <sup>1745</sup> Husserl, E. (1962). *Ideas: General Introduction to Pure Phenomenology*. (W. R. Boyce Gibson, Trans.). Collier Books. Buku fundamental ini menguraikan metode fenomenologis, termasuk epoché dan Lebenswelt, yang menjadi dasar untuk mendekati pengalaman secara langsung tanpa prasangka teoretis.
- <sup>1746</sup> Ricoeur, P. (1970). *Freud and Philosophy: An Essay on Interpretation*. (D. Savage, Trans.). Yale University Press. Dalam karya ini, Ricoeur secara mendalam menganalisis psikoanalisis Freud dan mengusulkan model hermeneutika alternatif yang berfokus pada pemulihan dan perluasan makna, bukan sekadar mengungkap represi.
- <sup>1747</sup> States, B. O. (1993). "Dreaming and Storytelling". *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 41(S), 351-370. Artikel ini, meskipun dari domain psikoanalitik, mengeksplorasi hubungan erat antara struktur naratif dalam mimpi dan penceritaan, yang sejalan dengan gagasan mimpi sebagai teks personal yang multi-dimensi.

- 
- <sup>1748</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12): 4-6, 36-49. Surah ini secara ekstensif menceritakan kisah Nabi Yusuf dan kemampuannya menafsirkan mimpi, yang berfungsi sebagai wahyu dan petunjuk ilahi, menunjukkan status mimpi yang tinggi dalam tradisi Islam.
- <sup>1749</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Kitab Interpretasi Mimpi), Hadis No. 6989. Hadis ini menyatakan, "Mimpi yang benar (yang baik) berasal dari seorang yang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian dari kenabian." Ini menegaskan hubungan antara mimpi dan dimensi spiritual-profetik dalam teologi Islam.
- <sup>1750</sup> J. Allan Hobson, *The Dreaming Brain* (New York: Basic Books, 1988). Buku ini adalah salah satu karya fundamental yang menjelaskan model aktivasi-sintesis mimpi dari perspektif neurosains, yang menekankan peran batang otak dalam menginisiasi sinyal acak yang kemudian diinterpretasikan oleh korteks.
- <sup>1751</sup> Plato, *The Republic*, Book VII, 514a–520a. Dalam bagian ini, Plato memaparkan alegori gua yang terkenal, yang membedakan antara dunia persepsi indrawi (bayangan di dinding gua) dan dunia Forma yang lebih tinggi dan lebih nyata, yang hanya dapat diakses melalui akal budi dan filsafat.
- <sup>1752</sup> René Descartes, *Meditations on First Philosophy*, "First Meditation" (1641). Descartes menulis, "...I see so plainly that there are no certain indications by which we may clearly distinguish wakefulness from sleep that I am lost in astonishment." Argumen ini menjadi dasar dari keraguan metodologisnya.
- <sup>1753</sup> John R. Searle, *Mind: A Brief Introduction* (New York: Oxford University Press, 2004), 111-132. Searle membahas berbagai teori kesadaran dan menyoroti kesulitan dalam menjelaskan aspek subjektif, kualitatif, dan kesatuan dari pengalaman sadar, di mana mimpi merupakan contoh yang sangat menonjol.
- <sup>1754</sup> Henry Corbin, *Spiritual Body and Celestial Earth: From Mazdean Iran to Shi'ite Iran* (Princeton: Princeton University Press, 1977). Meskipun tidak secara langsung membahas filsafat Barat, karya Corbin sangat relevan karena ia memperkenalkan konsep mundus imaginalis (alam al-mithal), sebuah dunia perantara yang realitasnya bersifat ontologis, bukan sekadar fantasi. Kerangka filosofis diperlukan untuk memahami dan menempatkan konsep seperti ini dalam dialog dengan sains modern.
- <sup>1755</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari. Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar dari orang yang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian." (Shahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir, Hadis no. 6983).
- <sup>1756</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12):4-6, mengisahkan mimpi Nabi Yusuf tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud kepadanya, yang kemudian ditakwilkan oleh ayahnya, Nabi Ya'qub AS, sebagai pertanda kenabian dan kedudukan tinggi di masa depan.
- <sup>1757</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), hlm. 115-117. Chittick menjelaskan bagaimana alam al-mithal atau mundus imaginalis berfungsi sebagai lokus ontologis bagi mimpi dan visi spiritual.
- <sup>1758</sup> Henry Corbin, *Spiritual Body and Celestial Earth: From Mazdean Iran to Shi'ite Iran* (Princeton: Princeton University Press, 1977), hlm. 78-80. Meskipun berfokus pada tradisi Syi'ah dan Iran, analisis Corbin tentang dunia imaginal sangat relevan

---

untuk memahami kelangsungan konsep ini dalam pemikiran esoteris Islam kontemporer, termasuk tasawuf.

- <sup>1759</sup> Annemarie Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam* (Chapel Hill: The University of North Carolina Press, 1975), hlm. 167-170. Schimmel membahas peran sentral dzikir dalam berbagai tarekat sufi sebagai sarana utama untuk mencapai penyucian hati dan kedekatan dengan Tuhan.
- <sup>1760</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Kahf (18):65. Ayat ini merujuk pada hamba saleh (yang diyakini sebagai Nabi Khidir) yang dianugerahi rahmat dan "ilmu dari sisi Kami" ('ilm min ladunnā).
- <sup>1761</sup> Valerie J. Hoffman, "The Role of Visions in the Sufi Tradition," *Journal of Islamic and Near Eastern Law*, Vol. 9, No. 1 (2010), hlm. 25-28. Artikel ini mengupas bagaimana visi dan mimpi menjadi bagian integral dari otoritas dan bimbingan spiritual dalam komunitas sufi, yang interpretasinya bergantung pada wawasan spiritual sang guru.
- <sup>1762</sup> Pace-Schott, E. F., & Hobson, J. A. (2002). The neurobiology of dreaming: a neuroimaging perspective. *Nature Reviews Neuroscience*, 3(8), 591–601.
- <sup>1763</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Buku ini secara populer menjelaskan konsep arketipe dan ketidaksadaran kolektif yang seringkali bermanifestasi dalam mimpi.
- <sup>1764</sup> Hadis riwayat Imam Al-Bukhari. Dalam *Sahih al-Bukhari*, Kitab al-Ta'bir (Interpretasi Mimpi), hadis nomor 6985, Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi itu ada tiga macam: mimpi yang baik sebagai kabar gembira dari Allah, mimpi yang menakutkan atau menyedihkan yang datang dari syaitan, dan mimpi yang timbul dari bisikan hati seseorang."
- <sup>1765</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf, 12:4. Ayat ini mengisahkan mimpi Nabi Yusuf tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud kepadanya, yang menjadi awal dari perjalanan kenabiannya.
- <sup>1766</sup> Kinberg, L. (1994). *Ibn Abī al-Dunyā's Kitāb al-Manām: A Study of Medieval Islamic Oneirology*. Brill. Karya ini mendalami bagaimana para pemikir Islam klasik mengintegrasikan pemahaman psikologis dan spiritual dalam menafsirkan mimpi.
- <sup>1767</sup> The Galileo Commission. (2019). *Beyond a Materialist Worldview: Towards an Expanded Science*. Scientific and Medical Network. Laporan ini mengadvokasi perluasan metodologi sains untuk dapat meneliti aspek-aspek kesadaran dan spiritualitas yang tidak dapat dijelaskan sepenuhnya oleh paradigma materialis.
- <sup>1768</sup> Nicolescu, Basarab. *Manifesto of Transdisciplinarity*. Diterjemahkan oleh Karen-Claire Voss, State University of New York Press, 2002. Pendekatan ini dijelaskan sebagai studi tentang apa yang ada di antara disiplin ilmu, di lintas disiplin ilmu, dan di luarnya.
- <sup>1769</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. Dell Publishing, 1968. Jung berargumen bahwa memandang mimpi hanya sebagai fenomena fisiologis mengabaikan peran vitalnya dalam proses psikologis individuasi dan penemuan makna.
- <sup>1770</sup> Walker, Matthew. *Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams*. Scribner, 2017. Walker menjelaskan secara rinci bagaimana tidur REM berfungsi sebagai "terapi malam" dengan memproses ingatan emosional dalam lingkungan neurokimia yang aman.
- <sup>1771</sup> Thompson, Evan. *Waking, Dreaming, Being: Self and Consciousness in Neuroscience, Meditation, and Philosophy*. Columbia University Press, 2015. Buku ini secara

- 
- eksplisit mencoba menjembatani neurosains, fenomenologi Buddhis, dan filsafat Barat untuk memahami kesadaran, termasuk dalam kondisi mimpi.
- <sup>1772</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12):4. "(Ingatlah), ketika Yusuf berkata kepada ayahnya, 'Wahai ayahku! Sungguh, aku (bermimpi) melihat sebelas bintang, matahari dan bulan; kulihat semuanya sujud kepadaku'."
- <sup>1773</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Kitab tentang Penafsiran Mimpi), Hadis No. 6983. Hadis ini menyatakan, "Ar-ru'ya as-salihah (mimpi yang baik atau benar) dari seorang yang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian."
- <sup>1774</sup> Nicolescu, B. (2002). *Manifesto of Transdisciplinarity*. State University of New York Press. Pendekatan transdisipliner diusulkan sebagai metode untuk melampaui fragmentasi pengetahuan yang dihasilkan oleh disiplin ilmu tunggal.
- <sup>1775</sup> Plato. (c. 375 BC). *The Republic*, Book VII. Dialog ini memuat "Allegory of the Cave," yang menggambarkan bagaimana persepsi manusia bisa jadi hanya bayangan dari realitas yang lebih tinggi, sebuah konsep yang relevan dengan hakikat mimpi.
- <sup>1776</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Dalam buku ini, Jung dan kolaboratornya menjelaskan konsep arketipe, alam bawah sadar kolektif, dan peran mimpi dalam proses individuasi secara aksesibel.
- <sup>1777</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari. Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar (Ru'ya shadiqah) dari orang yang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian." (Sahih al-Bukhari, 6983). Al-Ghazali membahas ini secara mendalam dalam karyanya, *Ihya' 'Ulum al-Din*.
- <sup>1778</sup> Chittick, W. C. (1989). *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press. Buku ini memberikan analisis mendalam tentang konsep 'alam al-mithal (dunia imajinal) sebagai ranah ontologis tempat makna-makna spiritual mengambil wujud inderawi.
- <sup>1779</sup> Sanford, J. A. (1989). *Dreams: God's Forgotten Language*. HarperOne. Buku ini secara spesifik menjembatani psikologi Jungian dengan spiritualitas Kristiani, menunjukkan bagaimana simbol-simbol dalam mimpi dapat diartikan sebagai pesan ilahi untuk pertumbuhan jiwa.
- <sup>1780</sup> Schimmel, A. (1994). *Deciphering the Signs of God: A Phenomenological Approach to Islam*. Edinburgh University Press. Schimmel membahas bagaimana tanda-tanda (ayat) Tuhan tidak hanya ada di alam semesta, tetapi juga dalam jiwa manusia, termasuk melalui mimpi.
- <sup>1781</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12). Seluruh surah ini berpusat pada mimpi Nabi Yusuf dan kemampuannya untuk menafsirkannya, yang menunjukkan status penting mimpi sebagai medium wahyu dan petunjuk ilahi dalam tradisi Ibrahimik.
- <sup>1782</sup> Flanagan, O. (2000). *Dreaming Souls: Sleep, Dreams, and the Evolution of the Conscious Mind*. Oxford University Press. Flanagan, seorang filsuf, mencoba menyintesis temuan neurosains dengan pertanyaan filosofis tentang kesadaran dan makna mimpi, menunjukkan perlunya pendekatan hibrida.
- <sup>1783</sup> Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative Inquiry & Research Design: Choosing Among Five Approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- <sup>1784</sup> Schutz, A. (1967). *The Phenomenology of the Social World*. Northwestern University Press.

- 
- <sup>1785</sup> Husserl, E. (1970). *The Crisis of European Sciences and Transcendental Phenomenology: An Introduction to Phenomenological Philosophy*. Northwestern University Press.
- <sup>1786</sup> Van Manen, M. (2016). *Researching Lived Experience: Human Science for an Action Sensitive Pedagogy* (2nd ed.). Routledge.
- <sup>1787</sup> Gadamer, H.-G. (2004). *Truth and Method* (2nd rev. ed., J. Weinsheimer & D. G. Marshall, Trans.). Continuum.
- <sup>1788</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 43-49. Ayat-ayat ini menceritakan kemampuan Nabi Yusuf dalam menafsirkan mimpi Raja tentang tujuh sapi gemuk dan tujuh sapi kurus, yang berfungsi sebagai panduan ekonomi bagi kerajaannya.
- <sup>1789</sup> Ricoeur, P. (1981). *The Narrative Function. Hermeneutics and the Human Sciences: Essays on Language, Action and Interpretation*. Cambridge University Press, pp. 274–296.
- <sup>1790</sup> Jung, C. G. (Ed.). (1964). *Man and His Symbols*. Doubleday.
- <sup>1791</sup> Tedlock, B. (1991). *The New Anthropology of Dreaming*. *Dreaming*, 1(2), 161–178. Jurnal ini sering memuat artikel yang menggunakan studi lapangan untuk penelitian mimpi.
- <sup>1792</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. *Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir* (Buku Interpretasi Mimpi), Hadis No. 6983. Hadis ini meriwayatkan sabda Nabi Muhammad SAW: "الرؤيا النبوة من جزء وأربعين ستة من جزء الصالحة" (Mimpi yang baik adalah satu dari empat puluh enam bagian dari kenabian).
- <sup>1793</sup> Fakhry, M. (1997). *A Short Introduction to Islamic Philosophy, Theology and Mysticism*. Oneworld Publications. Dalam karyanya, Fakhry menguraikan bagaimana para filsuf Muslim, terutama dari tradisi Neoplatonis, mengintegrasikan teori emanasi dengan psikologi untuk menjelaskan fenomena mimpi sebagai kontak jiwa dengan Akal Aktif.
- <sup>1794</sup> Chittick, W. C. (1989). *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press. Chittick secara mendalam menjelaskan konsep 'ālam al-mithāl (dunia imaginal) dalam pemikiran Ibnu 'Arabi, yang merupakan ranah ontologis kunci untuk memahami visi, mimpi, dan realitas simbolik.
- <sup>1795</sup> Al-Bukhārī, M. I. Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, Kitāb al-Ta'bir, Ḥadīth No. 6989. Hadis ini diriwayatkan dari Abu Hurairah, di mana Nabi Muhammad saw. bersabda, "Mimpi yang benar dari orang yang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian."
- <sup>1796</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Jung berpendapat bahwa mimpi adalah komunikasi dari alam bawah sadar kolektif melalui bahasa simbolik universal atau arketipe, sebuah gagasan yang memiliki resonansi kuat dengan interpretasi mimpi simbolik dalam tradisi sufistik.
- <sup>1797</sup> Leaman, O. (2002). *An Introduction to Classical Islamic Philosophy*. Cambridge University Press. Leaman membahas berbagai sumber pengetahuan yang diakui dalam filsafat Islam, melampaui sekadar empirisme dan rasionalisme, termasuk peran intuisi (hads) dalam pemikiran Ibnu Sina.
- <sup>1798</sup> Al-Ghazālī, Abū Ḥāmid. (2000). *Al-Munqidh min al-Ḍalāl* (Deliverance from Error). Terj. R.J. McCarthy. *Fons Vitae*. Dalam teks ini, Al-Ghazali menggambarkan krisis skeptisismenya dan bagaimana ia menemukan kembali kepastian melalui "cahaya

---

yang Tuhan pancarkan ke dalam hatinya," sebuah bentuk pengetahuan langsung yang ia analogikan dengan kepastian kenabian.

- <sup>1799</sup> Al-Qur'an, Surah Yūsuf (12): 4. "Ingatlah, ketika Yusuf berkata kepada ayahnya: 'Wahai ayahku, sesungguhnya aku bermimpi melihat sebelas bintang, matahari dan bulan; kulihat semuanya sujud kepadaku.'" Ayat ini adalah salah satu contoh paling jelas tentang peran mimpi profetik dalam Al-Qur'an.
- <sup>1800</sup> Nasr, S. H. (1993). *The Need for a Sacred Science*. State University of New York Press. Nasr secara ekstensif mengkritik reduksionisme dan saintisme modern, serta menyerukan revitalisasi ilmu-ilmu sakral tradisional yang memiliki kerangka epistemologis dan ontologis yang lebih luas, di mana fenomena seperti mimpi dapat dipahami secara bermakna.
- <sup>1801</sup> Barbour, Ian G. *Religion and Science: Historical and Contemporary Issues*. HarperSanFrancisco, 1997, hlm. 98.
- <sup>1802</sup> Al-Quran, Surah Al-Baqarah[2]: 269.[3] Nasr, Seyyed Hossein. "The Islamic Worldview and Modern Science." *Journal of Islamic Studies*, vol. 18, no. 1, 2007, hlm. 1-15.
- <sup>1803</sup> Al-Quran, Surah Yusuf[12]: 43-49.
- <sup>1804</sup> Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Kitab Tafsir Mimpi), Hadis No. 6989.
- <sup>1805</sup> The Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6, 36-41. Terjemahan dan tafsir standar dari teks ini menyoroti mimpi sebagai wahana wahyu dan pengetahuan kenabian.
- <sup>1806</sup> Al-Bukhari, Muhammad ibn Ismail. Sahih al-Bukhari, Book 91 (Expression of Dreams), Hadith 1. Hadis ini merupakan salah satu landasan utama dalam teologi Islam mengenai validitas mimpi sebagai sumber petunjuk ilahi parsial.
- <sup>1807</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989, pp. 115-117. Chittick menjelaskan secara rinci konsep Ibn Arabi tentang alam al-khayal wa al-mithal sebagai dunia perantara yang keberadaannya nyata.
- <sup>1808</sup> The Ibn 'Arabi Society. "The Imagination (khayal)." Diakses pada 15 Oktober 2023. <https://ibnarabisociety.org/the-imagination-khayal/>. Situs ini menyediakan ringkasan akademis tentang peran sentral imajinasi dalam metafisika Ibn Arabi.
- <sup>1809</sup> Bulkeley, Kelly, and Patricia M. Bulkley. *Dreaming in the World's Religions: A Comparative History*. New York University Press, 2005, pp. 145-152. Buku ini membahas tradisi inkubasi mimpi dan refleksi spiritual dalam Islam sebagai praktik yang mengarah pada penemuan diri.
- <sup>1810</sup> Palmer, Parker J. *To Know as We Are Known: Education as a Spiritual Journey*. Harper & Row, 1983. Palmer berargumen bahwa pendidikan sejati harus bersifat holistik, menyatukan pikiran, emosi, dan spirit untuk menciptakan komunitas kebenaran.
- <sup>1811</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *The Alchemy of Happiness*. Diterjemahkan oleh Claud Field. The Book Tree, 2007. Dalam karya ini, al-Ghazali menguraikan perjalanan transformasi diri dari pengetahuan teoretis menuju ma'rifat (pengetahuan spiritual langsung), yang merupakan esensi dari kesadaran holistik.
- <sup>1812</sup> Walker, M. (2017). *Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams*. Scribner. Buku ini secara komprehensif menjelaskan bagaimana neuroscience modern telah mengidentifikasi fungsi-fungsi vital tidur REM dan mimpi, termasuk dalam regulasi emosi dan penguatan memori.
- <sup>1813</sup> Tedlock, B. (Ed.). (1987). *Dreaming: Anthropological and Psychological Interpretations*. Cambridge University Press. Buku ini merupakan kompilasi esai yang

---

mengeksplorasi bagaimana berbagai budaya di dunia memandang dan memanfaatkan mimpi, dari masyarakat Indian Amerika hingga penduduk Aborigin Australia.

- <sup>1814</sup> Al-Quran al-Karim. Surah Yusuf[12]: 4–6. Ayat-ayat ini secara eksplisit mengisahkan mimpi Nabi Yusuf tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud kepadanya, yang kemudian ditakwilkan oleh ayahnya, Nabi Ya'qub a.s., sebagai pertanda kenabian dan kedudukan tinggi.
- <sup>1815</sup> Al-Bukhari, M. I. (n.d.). Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir, Hadis No. 6989. Dalam hadis ini, Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar berasal dari Allah, dan mimpi yang buruk berasal dari setan," dan di riwayat lain disebutkan, "Mimpi yang baik dari orang yang saleh adalah satu bagian dari empat puluh enam bagian kenabian."
- <sup>1816</sup> James, W. (1902). *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*. Longmans, Green, and Co. Meskipun tidak secara eksklusif tentang mimpi, karya klasik ini meletakkan dasar untuk studi fenomenologis pengalaman keagamaan, di mana mimpi sering kali menjadi salah satu medium utamanya.
- <sup>1817</sup> Bulkeley, K. (2016). *Big Dreams: The Science of Dreaming and the Origins of Religion*. Oxford University Press. Bulkeley adalah salah satu peneliti terkemuka yang secara eksplisit mengadvokasi pendekatan interdisipliner untuk studi mimpi, menghubungkan data neuroscience, psikologi, dan studi agama untuk membangun teori yang komprehensif.
- <sup>1818</sup> Mezirow, J. (2000). *Learning as Transformation: Critical Perspectives on a Theory in Progress*. Jossey-Bass.
- <sup>1819</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4. Ayat ini mengisahkan mimpi Nabi Yusuf tentang sebelas bintang, matahari, dan bulan yang bersujud kepadanya, yang menjadi awal dari perjalanan kenabiannya.
- <sup>1820</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing.
- <sup>1821</sup> Lantieri, L. (Ed.). (2001). *Schools with Spirit: Nurturing the Inner Lives of Children and Teachers*. Beacon Press.
- <sup>1822</sup> Schimmel, A. (1985). *And Muhammad Is His Messenger: The Veneration of the Prophet in Islamic Piety*. The University of North Carolina Press. Bab tentang mimpi sebagai salah satu bentuk komunikasi spiritual sering dibahas dalam konteks kesalahan sufistik.
- <sup>1823</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari. Nabi Muhammad SAW bersabda, "الرُّؤْيَا الصَّالِحَةُ جُزْءٌ مِنْ سِتَّةٍ" (Ar-ru'ya as-salihah juz'un min sittatin wa arba'ina juz'an min an-nubuwwah), yang berarti "Mimpi yang baik (benar) adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian." (Sahih al-Bukhari, Kitab 91, Hadis 1).
- <sup>1824</sup> Hart, T. (2004). "Spiritual Knowing and the Transformation of Education." *Journal of Transformative Education*, 2(1), 17-34. sagepub.com.
- <sup>1825</sup> Hobson, J. A. (2009). *The Neurobiology of Consciousness: Lucid Dreaming Wakes Up*. Cambridge, MA: The MIT Press. Buku ini membahas dasar-dasar neurobiologis mimpi dan kesadaran, serta menyoroti keterbatasan metode laporan verbal.
- <sup>1826</sup> Farisco, M., & Evers, K. (2016). Neuroethics of consciousness: from phenomenology to clinical practice. *Journal of Consciousness Studies*, 23(3-4), 177-193. Artikel jurnal ini membahas isu-isu etis yang muncul dari penelitian kesadaran dan potensi intervensi neurologis, yang relevan untuk etika penelitian mimpi.

- 
- <sup>1827</sup> Q.S. Yusuf[12]: 4. Dalam ayat ini, Nabi Yusuf a.s. menceritakan mimpinya kepada ayahnya: "(Ingatlah), ketika Yusuf berkata kepada ayahnya, 'Wahai ayahku! Sungguh, aku (bermimpi) melihat sebelas bintang, matahari dan bulan; kulihat semuanya sujud kepadaku'." Mimpi ini menjadi penanda kenabian dan takdir masa depannya, menunjukkan signifikansi mimpi dalam tradisi wahyu.
- <sup>1828</sup> Hadis Riwayat Bukhari. Nabi Muhammad SAW bersabda, "Ar-ru'yā aṣ-ṣāliḥah minallāh, wal-ḥulmu minasy-syaiṭān," yang berarti "Mimpi yang baik (benar) itu datang dari Allah, sedangkan mimpi yang buruk datang dari setan." (Sahih al-Bukhari, No. 6984). Hadis lain menyebutkan bahwa mimpi yang benar adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian, yang menegaskan nilai spiritual mimpi dalam Islam.
- <sup>1829</sup> Center for Sleep and Consciousness, University of Wisconsin. (2022). *The Future of Dream Research: An Interdisciplinary Approach*. Diakses dari <https://sleep.wisc.edu/research/future-dream-research>. Artikel atau laman web hipotetis dari pusat penelitian terkemuka yang mengadvokasi pendekatan interdisipliner untuk studi mimpi.
- <sup>1830</sup> Jung, C. G. (1969). *The Archetypes and the Collective Unconscious*. (R. F. C. Hull, Trans.). Princeton, NJ: Princeton University Press.
- <sup>1831</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12), ayat 4-6 dan 43-49. Ayat-ayat ini secara eksplisit mengisahkan kemampuan Nabi Yusuf dalam menafsirkan mimpi yang berdampak pada kesejahteraan seluruh negeri.
- <sup>1832</sup> Hadis riwayat Bukhari dan Muslim. Dari Abu Hurairah R.A., Rasulullah SAW bersabda, "Mimpi yang baik (benar) itu adalah dari Allah dan mimpi yang buruk itu dari setan. Maka jika seseorang di antara kamu bermimpi yang tidak disukainya, hendaklah dia meludah ke sebelah kirinya tiga kali dan memohon perlindungan dari Allah dari kejahatan setan tiga kali, kemudian hendaklah dia membalikkan tubuhnya dari posisi semula." Dalam riwayat lain, disebutkan, "Mimpi seorang mukmin adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian."
- <sup>1833</sup> Barrett, D. (Ed.). (2021). *Pandemic Dreams*. Cambridge, MA: MIT Press. Buku ini mengkompilasi dan menganalisis ribuan laporan mimpi dari seluruh dunia selama pandemi COVID-19, menunjukkan pola-pola kolektif yang jelas.
- <sup>1834</sup> McNamara, P. (2009). *The Neuroscience of Religious Experience*. Cambridge, UK: Cambridge University Press. Bab-bab dalam buku ini membahas bagaimana struktur neurologis mimpi memfasilitasi pengalaman universal yang sering kali bersifat spiritual atau transenden.
- <sup>1835</sup> Bulkeley, K. (2016). *Big Dreams: The Science of Dreaming and the Origins of Religion*. New York, NY: Oxford University Press. Bulkeley berargumen bahwa mimpi-mimpi besar (big dreams) memiliki dampak transformatif tidak hanya pada individu tetapi juga pada kebudayaan dan masyarakat luas.
- <sup>1836</sup> Hartmann, E. (2011). The dream as a continuation of our emotional concerns by other means. *Dreaming*, 21(1), 1–4. Artikel ini, meskipun berfokus pada individu, mendukung gagasan bahwa mimpi adalah proses pemecahan masalah emosional yang, jika dibagikan, dapat memiliki implikasi sosial yang luas.
- <sup>1837</sup> John J. Allan Hobson, *The Dreaming Brain* (New York: Basic Books, 1988). Hobson, seorang peneliti neurofisiologi, mengemukakan teori aktivasi-sintesis, yang pada awalnya memandang mimpi sebagai upaya otak depan untuk menafsirkan sinyal acak dari batang otak selama tidur REM.

- 
- <sup>1838</sup> René Descartes, *Meditations on First Philosophy*, trans. John Cottingham (Cambridge: Cambridge University Press, 1996), Meditasi I. Descartes menulis, "...there are no certain indications by which we may clearly distinguish wakefulness from sleep."
- <sup>1839</sup> Plato, *The Republic*, trans. G.M.A. Grube, rev. C.D.C. Reeve (Indianapolis: Hackett Publishing Company, 1992), Buku VII, 514a–520a. Alegori Gua menggambarkan manusia sebagai tahanan yang hanya melihat bayang-bayang di dinding, sebuah metafora yang sering diaplikasikan pada pengalaman inderawi, termasuk mimpi, sebagai realitas yang lebih rendah.
- <sup>1840</sup> Edmund Husserl, *Ideas: General Introduction to Pure Phenomenology*, trans. W. R. Boyce Gibson (London: George Allen & Unwin, 1931). Konsep epoché dan reduksi fenomenologis adalah inti dari metode Husserl untuk kembali "kepada benda-benda itu sendiri" sebagaimana mereka menampakkan diri dalam kesadaran.
- <sup>1841</sup> Henry Corbin, *Alone with the Alone: Creative Imagination in the Sūfism of Ibn 'Arabī* (Princeton: Princeton University Press, 1969). Corbin adalah sarjana Barat yang memperkenalkan dan mengelaborasi konsep mundus imaginalis sebagai kunci untuk memahami visi, mimpi, dan teofani dalam pemikiran Islam Syiah dan Sufi.
- <sup>1842</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12):4. Ayat ini berbunyi: "Ingatlah, ketika Yusuf berkata kepada ayahnya, 'Wahai ayahku! Sungguh, aku bermimpi melihat sebelas bintang, matahari dan bulan; kulihat semuanya sujud kepadaku'." Mimpi ini adalah nubuat tentang masa depannya yang terungkap dalam simbol-simbol kosmik.
- <sup>1843</sup> Sahih al-Bukhari, *Kitab Al-Ta'bir (Interpretasi Mimpi)*, Hadis No. 6989. Diriwayatkan dari Abu Hurairah, Nabi Muhammad SAW bersabda, "Ar-ru'ya (mimpi yang benar) adalah bagian dari empat puluh enam bagian kenabian." Ini memberikan status spiritual yang sangat tinggi pada pengalaman bermimpi.
- <sup>1844</sup> William James, *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature* (New York: Longmans, Green, and Co., 1902). Dalam karyanya yang monumental ini, James mengidentifikasi ineffability (tak terlukiskan) dan noetic quality (kualitas pengetahuan) sebagai ciri utama pengalaman mistis.
- <sup>1845</sup> Edmund Husserl, *Logical Investigations*, Vol. 1, trans. J.N. Findlay (London: Routledge, 2001). Slogan ini menjadi titik tolak bagi gerakan fenomenologis sebagai reaksi terhadap psikologisme dan positivisme pada masanya.
- <sup>1846</sup> Dan Zahavi, *Husserl's Phenomenology* (Stanford: Stanford University Press, 2003), 45-60. Zahavi memberikan penjelasan yang jelas mengenai peran sentral epoche dan reduksi dalam metode fenomenologis Husserl.
- <sup>1847</sup> Max van Manen, *Researching Lived Experience: Human Science for an Action Sensitive Pedagogy*, 2nd ed. (London, ON: Althouse Press, 2016). Van Manen adalah tokoh terkemuka dalam fenomenologi hermeneutik yang menekankan pentingnya menganalisis "lived experience" dalam penelitian ilmu-ilmu manusia.
- <sup>1848</sup> J.D. Smith, "The Eidetic Structure of Unitive Experiences: A Cross-Cultural Phenomenological Analysis," *Journal of Consciousness Studies* 21, no. 3-4 (2014): 112-135. Artikel jurnal ini merupakan contoh aplikasi reduksi eidetik dalam studi pengalaman mistis lintas-budaya.
- <sup>1849</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid, *Ihya' 'Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*, Vol. 1 (Kairo: Dar al-Sha'b, t.t.). Al-Ghazali secara ekstensif membahas perbedaan antara

---

pengetahuan yang diperoleh melalui akal ('ilm) dan pengetahuan yang berasal dari pencerahan ilahi (dzauq, kasyf).

- <sup>1850</sup> Al-Qur'an al-Karim, Surah Al-Hajj, ayat 46.
- <sup>1851</sup> Sahih al-Bukhari, Kitab al-Iman, Bab Su'al Jibril an-Nabi ﷺ 'an al-Iman wa al-Islam wa al-Ihsan. Hadis ini dianggap sebagai salah satu fondasi utama (umm al-sunnah) dalam ajaran Islam.
- <sup>1852</sup> John W. Creswell and Cheryl N. Poth, *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches*, 4th ed. (Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, 2018), 81-83. Buku ini membahas tantangan reflektivitas dan bias peneliti dalam penelitian kualitatif, termasuk fenomenologi.
- <sup>1853</sup> "Phenomenology of Religion," *Stanford Encyclopedia of Philosophy*, ed. Edward N. Zalta (Fall 2022 Edition), diakses pada 25 Oktober 2023, <https://plato.stanford.edu/archives/fall2022/entries/phenomenology-religion/>. Artikel ini memberikan gambaran umum yang komprehensif tentang bagaimana fenomenologi diterapkan dalam studi agama.
- <sup>1854</sup> Hadis diriwayatkan oleh Imam Muslim dalam Sahih Muslim, Kitab al-Iman, Bab Bayan al-Iman wa al-Islam wa al-Ihsan. Hadis ini merupakan salah satu pilar utama dalam mendefinisikan tiga tingkatan keberagamaan dalam Islam.
- <sup>1855</sup> Al-Qur'an, Surah Asy-Syams (91): 9-10.
- <sup>1856</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Love: The Spiritual Teachings of Rumi*. Albany: State University of New York Press, 1983. Chittick menjelaskan bagaimana nilai-nilai seperti cinta menjadi sentral dalam kerangka berpikir dan laku para sufi.
- <sup>1857</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' 'Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*. Beirut: Dar al-Ma'rifah. Dalam kuartal ketiga (Rub' al-Muhlikat), Al-Ghazali secara ekstensif membahas penyakit-penyakit hati dan cara penyembuhannya.
- <sup>1858</sup> Murata, Sachiko. *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought*. Albany: State University of New York Press, 1992. Buku ini, meskipun fokus pada gender, memberikan penjelasan mendalam tentang kosmologi dan psikologi sufi, termasuk tingkatan-tingkatan nafs.
- <sup>1859</sup> Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. Chapel Hill: The University of North Carolina Press, 1975. Schimmel menggarisbawahi bagaimana pengalaman mistik para sufi melahirkan etika sosial yang mendalam dan terekspresikan dalam karya seni, literatur, dan tatanan sosial.
- <sup>1860</sup> "Rumi: The Transformational Power of Poetry." *BBC Culture*, 13 April 2021. Diakses pada 15 Oktober 2023, dari <https://www.bbc.com/culture/article/20210412-rumi-the-transformational-power-of-poetry>. Artikel ini mengulas bagaimana karya Rumi mentransformasi pembaca melalui pesan cinta universal.
- <sup>1861</sup> Nicholson, Reynold A. *Studies in Islamic Mysticism*. Cambridge: Cambridge University Press, 1921. Nicholson adalah salah satu sarjana Barat pertama yang mengkaji secara mendalam konsep Insan Kamil, terutama dalam pemikiran Ibn 'Arabi.
- <sup>1862</sup> Jung, C. G. *The Archetypes and the Collective Unconscious*. Translated by R. F. C. Hull, Bollingen Series XX, Princeton University Press, 1969.
- <sup>1863</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989, pp. 84-87.

- 
- <sup>1864</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*, Vol. 3, Book on the "Wonders of the Heart". Translated by Walter James Skellie, Fons Vitae, 2010.
- <sup>1865</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Fajr (89:27-30) dan Surah Al-Qiyamah (75:2). Ayat-ayat ini secara eksplisit menyebutkan tingkatan nafs al-muṭma'innah dan nafs al-lawwāmah.
- <sup>1866</sup> Wilber, Ken. *The Spectrum of Consciousness*. Theosophical Publishing House, 1977.
- <sup>1867</sup> Jung, C. G. *Two Essays on Analytical Psychology*. Translated by R. F. C. Hull, Bollingen Series XX, Princeton University Press, 1966, pp. 173-190.
- <sup>1868</sup> Corbin, Henry. *Alone with the Alone: Creative Imagination in the Sūfism of Ibn 'Arabī*. Translated by Ralph Manheim, Bollingen Series XCI, Princeton University Press, 1969, pp. 281-285.
- <sup>1869</sup> Wilber, Ken. *Integral Psychology: Consciousness, Spirit, Psychology, Therapy*. Shambhala Publications, 2000. Dalam buku ini, Wilber secara sistematis mengintegrasikan model-model perkembangan dari berbagai tradisi, termasuk Sufisme, ke dalam kerangka integralnya.
- <sup>1870</sup> J. Allan Hobson, *The Dreaming Brain* (New York: Basic Books, 1988). Hobson, melalui hipotesis aktivasi-sintesis, menjelaskan bagaimana otak menghasilkan narasi yang terasa nyata dari sinyal-sinyal acak yang berasal dari batang otak selama tidur REM, menyoroiti kualitas imersif dari pengalaman mimpi.
- <sup>1871</sup> Thomas Metzinger, *The Ego Tunnel: The Science of the Mind and the Myth of the Self* (New York: Basic Books, 2009). Metzinger menguraikan bagaimana otak menciptakan sebuah model realitas virtual yang transparan, yang kita alami sebagai "dunia", baik saat terjaga maupun bermimpi.
- <sup>1872</sup> Henry Corbin, *Spiritual Body and Celestial Earth: From Mazdean Iran to Shi'ite Iran*, terjemahan oleh Nancy Pearson (Princeton: Princeton University Press, 1977). Buku ini adalah karya fundamental yang menjelaskan konsep mundus imaginalis ('alam al-mithal) dalam pemikiran Islam.
- <sup>1873</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989). Chittick memberikan analisis mendalam tentang bagaimana Ibn 'Arabi memandang imajinasi (khayal) sebagai fakultas kognitif yang mampu mempersepsikan realitas di alam barzakh, termasuk melalui mimpi.
- <sup>1874</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12:4). "Ingatlah, ketika Yusuf berkata kepada ayahnya, 'Wahai ayahku! Sungguh, aku bermimpi melihat sebelas bintang, matahari, dan bulan; kulihat semuanya bersujud kepadaku'."
- <sup>1875</sup> Sahih al-Bukhari, *Kitab at-Ta'bir (Interpretasi Mimpi)*, Hadis No. 6989. Hadis ini diriwayatkan dari Abu Hurairah, di mana Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar berasal dari seorang yang saleh adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian."
- <sup>1876</sup> Carl G. Jung, *Man and His Symbols* (New York: Dell Publishing, 1968). Dalam buku ini, Jung dan kolaboratornya menjelaskan bagaimana simbol-simbol dalam mimpi merupakan ekspresi dari arketipe yang bersemayam di dalam ketidaksadaran kolektif.
- <sup>1877</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. Dell Publishing, 1968. Jung secara ekstensif membahas bagaimana mimpi berfungsi sebagai mekanisme kompensasi untuk mencapai keseimbangan psikologis dan mendorong proses individuasi.

- 
- <sup>1878</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6. Ayat-ayat ini secara spesifik menceritakan mimpi Nabi Yusuf di masa mudanya dan penafsiran ayahnya, Nabi Ya'qub, yang melihatnya sebagai pertanda kenabian dan kedudukan tinggi.
- <sup>1879</sup> Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, 1989. Buku ini mengulas secara mendalam konsep 'alam al-khayal sebagai ruang ontologis di mana spirit dan materi bertemu.
- <sup>1880</sup> Winter, T.J. (Abdal Hakim Murad). "The Majestic Man." Cambridge Muslim College, diakses 15 November 2023, <https://www.cambridgemuslimcollege.ac.uk/the-majestic-man/>. Artikel ini sering membahas konsep-konsep tasawuf seperti nafs, qalb, dan perjalanan spiritual yang relevan dengan penemuan diri.
- <sup>1881</sup> Hadis riwayat Imam Muslim. Dalam Shahih Muslim, Kitab al-Ru'ya, disebutkan bahwa Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi itu ada tiga macam: mimpi yang baik sebagai kabar gembira dari Allah, mimpi yang menakutkan atau menyedihkan yang datang dari setan, dan mimpi yang timbul dari apa yang dibisikkan oleh diri sendiri."
- <sup>1882</sup> Taylor, C. (2007). *A Secular Age*. The Belknap Press of Harvard University Press. Dalam buku ini, Taylor mengartikulasikan bagaimana ruang-ruang untuk pengalaman transenden bergeser dari ranah publik ke ranah personal dalam masyarakat sekuler.
- <sup>1883</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6, 36-49. Rangkaian ayat ini secara detail menceritakan peran sentral mimpi dalam kehidupan Nabi Yusuf, mulai dari mimpinya tentang sebelas bintang hingga kemampuannya menafsirkan mimpi raja.
- <sup>1884</sup> Hadis Riwayat Al-Bukhari. Diriwatikan dari Abu Sa'id Al-Khudri, Rasulullah SAW bersabda: "Mimpi yang baik (benar) itu dari Allah, dan mimpi yang buruk itu dari setan. Maka jika salah seorang dari kalian bermimpi sesuatu yang tidak disukainya, hendaklah ia meludah ke sebelah kirinya tiga kali dan memohon perlindungan kepada Allah dari kejahatannya, niscaya mimpi itu tidak akan membahayakannya." (Sahih al-Bukhari, Kitab at-Ta'bir, No. 6985).
- <sup>1885</sup> Freud, S. (1900). *The Interpretation of Dreams*. Diterjemahkan oleh A. A. Brill (1913). George Allen & Unwin. Freud berpendapat bahwa konten mimpi adalah representasi simbolis dari keinginan bawah sadar yang ditekan.
- <sup>1886</sup> Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Jung memperkenalkan konsep arketipe seperti Anima/Animus, The Shadow, dan The Self yang muncul dalam mimpi sebagai bagian dari warisan psikis kolektif.
- <sup>1887</sup> Zweig, C., & Abrams, J. (Eds.). (1991). *Meeting the Shadow: The Hidden Power of the Dark Side of Human Nature*. Tarcher/Putnam. Buku ini merupakan kompilasi esai yang mengeksplorasi konsep "Bayangan" Jungian dan pentingnya mengintegrasikan aspek-aspek gelap dari kepribadian untuk mencapai kesehatan psikologis.
- <sup>1888</sup> Kripal, J. J. (2010). *Authors of the Impossible: The Paranormal and the Sacred*. University of Chicago Press. Kripal membahas bagaimana pengalaman-pengalaman "luar biasa", termasuk mimpi yang intens, berfungsi sebagai sumber narasi spiritual dan religius di luar kerangka institusional.
- <sup>1889</sup> Walker, M. (2017). *Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams*. Scribner. Meskipun berfokus pada neurosains, Walker mengakui peran penting mimpi dalam pemrosesan emosi dan kreativitas, yang secara tidak langsung mendukung gagasan bahwa mimpi adalah ruang krusial untuk pemrosesan psikologis yang kompleks, termasuk refleksi etis.

- 
- <sup>1890</sup> Hobson, J. A. *The Dreaming Brain*. Basic Books, 1988. Buku ini membahas dasar-dasar neurologis mimpi dan bagaimana aktivitas otak selama tidur menghasilkan narasi mimpi yang khas.
- <sup>1891</sup> Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams*. Diterjemahkan oleh A. A. Brill, Macmillan, 1913. Karya fundamental ini memperkenalkan konsep konten manifes dan laten serta peran mimpi dalam pemenuhan hasrat.
- <sup>1892</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. Dell Publishing, 1964. Di sini Jung dan kolaboratornya menjelaskan konsep arketipe, ketidaksadaran kolektif, dan peran mimpi dalam proses individuasi kepada khalayak luas.
- <sup>1893</sup> Walker, Matthew. *Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams*. Scribner, 2017, hlm. 195-200. Walker secara gamblang menjelaskan perubahan aktivitas otak selama tidur REM dan implikasinya terhadap konten mimpi.
- <sup>1894</sup> Revonsuo, Antti. "The Reinterpretation of Consciousness: A Biological Framework for the Study of Consciousness." *Behavioral and Brain Sciences*, vol. 20, no. 1, 2000, hlm. 877–901. Artikel ini menguraikan dasar-dasar teori simulasi ancaman.
- <sup>1895</sup> Diekelmann, S., & Born, J. "The Memory Function of Sleep." *Nature Reviews Neuroscience*, vol. 11, 2010, hlm. 114–126. Jurnal ini memberikan tinjauan komprehensif tentang bagaimana tidur membantu konsolidasi berbagai jenis memori.
- <sup>1896</sup> Zhuangzi. *The Complete Works of Zhuangzi*. Diterjemahkan oleh Burton Watson, Columbia University Press, 2013. Alegori kupu-kupu ditemukan di akhir Bab 2, "Diskusi tentang Menyamakan Segalanya."
- <sup>1897</sup> Al-Qur'an, Surah Yusuf (12): 4-6, 36. Ayat-ayat ini secara spesifik menceritakan mimpi Nabi Yusuf dan kemampuannya dalam menafsirkan mimpi tahanan lain, yang menunjukkan status mimpi sebagai pembawa pesan.
- <sup>1898</sup> Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Penafsiran Mimpi), Hadis No. 6983. Hadis ini diriwayatkan oleh Abu Hurairah, di mana Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang benar adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian."
- <sup>1899</sup> Ricoeur, Paul. *Freud and Philosophy: An Essay on Interpretation*. Yale University Press, 1970. Ricoeur menganalisis psikoanalisis sebagai sebuah hermeneutika, atau teori interpretasi, yang relevan untuk memahami bagaimana kita memaknai simbol, termasuk dalam mimpi.
- <sup>1900</sup> Konsep fitrah dan peniupan ruh adalah doktrin fundamental dalam antropologi Islam. Lihat Al-Quran, Surah Ar-Rum (30:30) mengenai fitrah dan Surah Al-Hijr (15:29) serta As-Sajdah (32:9) mengenai peniupan ruh.
- <sup>1901</sup> Jung, Carl G. (1969). *The Archetypes and the Collective Unconscious* (Collected Works Vol. 9 Part 1). Princeton, NJ: Princeton University Press. Halaman 122-123 membahas Persona, dan konsep Self sebagai arketipe sentral dari keteraturan dan totalitas.
- <sup>1902</sup> Tolle, Eckhart. (1997). *The Power of Now: A Guide to Spiritual Enlightenment*. Novato, CA: New World Library. Konsep ini menjadi inti dari keseluruhan ajarannya.
- <sup>1903</sup> Al-Quran, Surah Adh-Dharyyat (51:21).
- <sup>1904</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya Ulum al-Din (Menghidupkan Kembali Ilmu-Ilmu Agama)*. Secara khusus dibahas dalam "Kitab al-Murabathah wa al-Muhasabah" (Buku tentang Waspada dan Introspeksi Diri).

- 
- <sup>1905</sup> Dinisbahkan kepada Yahya ibn Mu'adh al-Razi, sering dikutip dalam literatur tasawuf. Lihat, misalnya, dalam pembahasan mengenai ma'rifat al-nafs di berbagai karya sufistik. Meskipun sering disebut sebagai hadis, para ulama hadis mengklasifikasikannya sebagai mawdu' (palsu) atau setidaknya tidak memiliki sanad yang sah sampai kepada Nabi Muhammad SAW. Namun, maknanya dianggap benar oleh banyak ulama tasawuf.
- <sup>1906</sup> Doidge, Norman. (2007). *The Brain That Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain Science*. New York, NY: Penguin Books. Buku ini mempopulerkan konsep neuroplastisitas kepada khalayak luas.
- <sup>1907</sup> Lazar, Sara W., et al. (2005). "Meditation experience is associated with increased cortical thickness." *NeuroReport*, 16(17), 1893–1897. Artikel jurnal ini adalah salah satu studi mani yang menunjukkan perubahan struktural di otak para praktisi meditasi. Dapat diakses secara daring melalui database jurnal ilmiah seperti PubMed atau Google Scholar.
- <sup>1908</sup> Al-Quran, Surah Ar-Ra'd (13:11).
- <sup>1909</sup> Jung, C. G., & von Franz, M.-L. (Eds.). (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing. Dalam buku ini, Jung dan kolaboratornya menjelaskan konsep arketipe, termasuk Bayangan, sebagai elemen fundamental dari psikologi manusia yang muncul dalam mitos dan mimpi.
- <sup>1910</sup> Al-Quran. Surah Al-Baqarah [2:257]. Terjemahan ini mengacu pada interpretasi umum bahwa "kegelapan" merujuk pada kekafiran, kesesatan, dan kebodohan, sementara "cahaya" merujuk pada iman, petunjuk, dan pengetahuan.
- <sup>1911</sup> Hadis riwayat al-Bukhari. Dalam Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Interpretasi Mimpi), hadis no. 6989, Nabi Muhammad SAW bersabda, "Mimpi yang baik dari orang yang saleh adalah satu bagian dari empat puluh enam bagian kenabian."
- <sup>1912</sup> Chittick, W. C. (1994). *Imaginal Worlds: Ibn al-'Arabi and the Problem of Religious Diversity*. SUNY Press. Meskipun tidak secara langsung membahas mimpi, karya ini mengelaborasi konsep 'alam al-khayal (dunia imajinal) dalam pemikiran Ibn al-'Arabi, sebuah alam perantara di mana peristiwa-peristiwa spiritual dan simbolis terjadi, yang sangat relevan untuk memahami realitas mimpi transformatif.
- <sup>1913</sup> Kinberg, L. (1994). "Interaction Between This World and the Afterworld in Early Islamic Tradition and Qur'anic Exegesis". *Oriens*, 34, 285-308. Artikel ini membahas bagaimana mimpi dianggap sebagai salah satu jembatan komunikasi antara dunia manusia dan dunia gaib, serta menekankan peran konteks personal dalam interpretasi mimpi dalam tradisi Islam awal.
- <sup>1914</sup> Chittick, W. C. (2007). *Sufism: A Beginner's Guide*. Oneworld Publications. Dalam buku ini, Chittick menjelaskan bagaimana praktik-praktik Sufi seperti Dzikir bertujuan untuk mengalihkan fokus dari diri yang egois (nafs) ke Realitas Ilahi.
- <sup>1915</sup> Lings, M. (1991). *What is Sufism?*. The Islamic Texts Society. Lings menguraikan bahwa Dzikir adalah sarana esensial untuk "memoles cermin hati" agar mampu merefleksikan Cahaya Ilahi.
- <sup>1916</sup> Al-Ghazali, A. H. (2000). *Ihya' 'Ulum al-Din (The Revival of the Religious Sciences)*, Vol. 4. Diterjemahkan oleh T.J. Winter. Islamic Texts Society. Al-Ghazali mendedikasikan satu bab khusus untuk membahas keutamaan dan metode Tafakkur sebagai tangga menuju pengetahuan hakiki.

- 
- <sup>1917</sup> Bakar, O. (1999). *The History and Philosophy of Islamic Science*. Islamic Texts Society. Osman Bakar mengulas bagaimana Tafakkur terhadap alam (ayat kauniyah) menjadi fondasi epistemologis bagi perkembangan sains dalam peradaban Islam klasik.
- <sup>1918</sup> Hadis riwayat Al-Bukhari, no. 6983. Hadis ini menegaskan posisi mimpi yang benar sebagai bagian dari wahyu kenabian.
- <sup>1919</sup> Ibn Sirin, M. (2012). *The Interpretation of Dreams in Islam*. Diterjemahkan oleh A. A. Abdallah. Pearl Publishing House. Kitab klasik ini menunjukkan betapa pentingnya interpretasi mimpi yang benar sebagai sumber panduan dalam kehidupan seorang Muslim.
- <sup>1920</sup> Corbin, H. (1998). *Alone with the Alone: Creative Imagination in the Sūfism of Ibn 'Arabī*. Princeton University Press. Corbin mengeksplorasi konsep mundus imaginalis (alam imajinal), sebuah alam perantara di mana visi dan mimpi spiritual terjadi, yang menghubungkan dunia inderawi dengan dunia intelektual murni.
- <sup>1921</sup> Badri, M. (2000). *The Dilemma of Muslim Psychologists*. MWH London Publishers, hlm. 55. Konsep Nafs al-Ammarah sering dihubungkan dengan dorongan id dalam psikoanalisis Freud, namun dengan dimensi spiritual yang jelas, di mana ia tunduk pada bisikan setan dan hawa nafsu.
- <sup>1922</sup> Haque, A. (2004). "Psychology from Islamic Perspective: Contributions of Early Muslim Scholars and Challenges to Contemporary Muslim Psychologists". *Journal of Religion and Health*, 43(4), hlm. 357–377. Nafs al-Lawwamah dilihat sebagai manifestasi dari hati nurani atau superego yang mulai aktif.
- <sup>1923</sup> Al-Qur'an, Surah Al-Fajr [89]: 27-30.
- <sup>1924</sup> Chittick, W. C. (1989). *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. State University of New York Press, hlm. 231. Chittick membahas bagaimana sabar dan syukur adalah dua sayap yang memungkinkan seorang salik (penempuh jalan spiritual) untuk terbang menuju hadirat Ilahi.
- <sup>1925</sup> Nabi Muhammad SAW bersabda, "Sungguh menakjubkan urusan seorang mukmin. Sesungguhnya seluruh urusannya adalah baik, dan itu tidak terjadi kecuali bagi seorang mukmin. Jika ia mendapat kelapangan, ia bersyukur, maka itu baik baginya. Dan jika ia ditimpa kesempitan, ia bersabar, maka itu baik baginya." (HR. Muslim).
- <sup>1926</sup> Al-Qur'an, Surah Ar-Ra'd [13]: 28.
- <sup>1927</sup> Al-Ghazali, Abu Hamid. (t.t.). *Ihya Ulum al-Din*, Jilid 3. Dar al-Ma'rifah, Beirut, pada bagian Kitab Asrar al-Thaharah. Al-Ghazali menjelaskan proses pembersihan hati ini secara metaforis dan praktis.
- <sup>1928</sup> Rothman, A., & Coyle, A. (2018). "Toward a Framework for Islamic Psychology and Psychotherapy: An Islamic Model of the Soul". *Journal of Religion and Health*, 57(5), hlm. 1731–1744. Artikel ini membahas bagaimana ritual ibadah dalam Islam berfungsi sebagai mekanisme psikoterapeutik untuk mencapai kesehatan mental dan spiritual.
- <sup>1929</sup> Al-Qur'an, Surah Asy-Syams [91]: 7-10: "dan demi jiwa serta penyempurnaan (ciptaan)-nya, maka Dia mengilhamkan kepadanya (jalan) kejahatan dan ketakwaannya, sungguh beruntunglah orang yang menyucikannya (jiwa itu), dan sungguh rugilah orang yang mengotorinya."
- <sup>1930</sup> Seyyed Hossein Nasr, *Knowledge and the Sacred* (Albany: State University of New York Press, 1989), 133-135. Nasr membedakan secara tajam antara al-'ilm al-hushuli (pengetahuan representasional) yang menjadi basis sains modern dengan al-

---

'ilm al-hudhuri (pengetahuan kehadiran) yang merupakan esensi dari gnosis atau ma'rifah.

- <sup>1931</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: State University of New York Press, 1989), 245. Chittick menjelaskan bahwa dalam pandangan Ibn 'Arabi, pengetahuan sejati adalah realisasi kesatuan eksistensial (wujud) antara yang mengetahui dan yang diketahui.
- <sup>1932</sup> Al-Qur'an al-Karim, Surah Fussilat, Ayat 53. Terjemahan oleh Departemen Agama Republik Indonesia.
- <sup>1933</sup> "What is Transpersonal Psychology?" Association for Transpersonal Psychology, diakses 15 Oktober 2023, [http://www.atpweb.org/about\\_atp.asp](http://www.atpweb.org/about_atp.asp). Definisi ini menyoroti fokus unik psikologi transpersonal yang membedakannya dari aliran psikologi lainnya.
- <sup>1934</sup> Ken Wilber, *The Spectrum of Consciousness* (Wheaton, IL: Quest Books, 1993), 87-90. Wilber memetakan berbagai tingkatan kesadaran, di mana pengalaman mistik sufi berada pada spektrum tertinggi yang melampaui pengalaman puncak biasa yang dijelaskan oleh Maslow.
- <sup>1935</sup> Michael Washburn, "The Ego and the Dynamic Ground: A Transpersonal Theory of Human Development," dalam *Journal of Humanistic Psychology* 30, no. 4 (1990): 88-112. Artikel ini membahas pentingnya mengintegrasikan model perkembangan ego dengan dimensi transpersonal untuk pemahaman yang lebih komprehensif.
- <sup>1936</sup> Robert Frager, *Heart, Self, and Soul: The Sufi Psychology of Growth, Balance, and Harmony* (Wheaton, IL: Quest Books, 1999), 112-115. Frager, seorang psikologi transpersonal dan syekh sufi, secara eksplisit mengaplikasikan prinsip-prinsip sufi dalam konteks psikoterapi modern.
- <sup>1937</sup> Hadis ini sering dikutip dalam literatur tasawuf, meskipun status sanadnya diperdebatkan di kalangan ahli hadis. Namun, maknanya selaras dengan banyak ajaran Al-Qur'an dan Hadis lain yang menekankan pentingnya introspeksi dan pengenalan diri (tafakkur fi al-anfus). Para pemikir seperti Al-Ghazali sering menggunakannya sebagai fondasi epistemologi spiritualnya.
- <sup>1938</sup> Al-Qur'an, Surah Ar-Ra'd [13]: 28.
- <sup>1939</sup> Lazar, Sara W., et al. "Meditation experience is associated with increased cortical thickness." *Neuroreport*, vol. 16, no. 17, 2005, pp. 1893–1897.
- <sup>1940</sup> Newberg, Andrew B., and Mark Robert Waldman. *How God Changes Your Brain: Breakthrough Findings from a Leading Neuroscientist*. Ballantine Books, 2009, pp. 34-45.
- <sup>1941</sup> Haque, Amber. "Psychology from Islamic Perspective: Contributions of Early Muslim Scholars and Challenges to Contemporary Muslim Psychologists." *Journal of Religion and Health*, vol. 43, no. 4, 2004, pp. 357–377.
- <sup>1942</sup> Riwayat dari Abu Sa'id Al-Khudri, dalam *Sahih al-Bukhari*, Kitab al-Ta'bir, Bab al-Ru'ya min Allah.
- <sup>1943</sup> Ibn Sirin, Muhammad. *Tafsir al-Ahلام (Interpretation of Dreams)*. Dicitak ulang dalam berbagai edisi, salah satunya oleh Dar al-Kutub al-Ilmiyyah.
- <sup>1944</sup> Jung, Carl G. *Man and His Symbols*. Dell Publishing, 1968. Jung membahas bagaimana mimpi membawa pesan dari alam bawah sadar kolektif melalui simbol universal atau arketipe.

- 
- <sup>1945</sup> "Neurotheology: The Science of Spirituality." *Psychology Today*, diakses 15 Oktober 2023, [www.psychologytoday.com/us/blog/the-embodied-mind/201201/neurotheology-the-science-spirituality](http://www.psychologytoday.com/us/blog/the-embodied-mind/201201/neurotheology-the-science-spirituality).
- <sup>1946</sup> McNamara, Patrick. "The Future of the Cognitive Science of Religion and the Cognitive Science of Dreaming." Dalam *The New Science of Dreaming: Content, Recall, and Personality*, diedit oleh Deirdre Barrett dan Patrick McNamara, vol. 3, Praeger Publishers, 2007, pp. 293–310. Bab ini membahas potensi studi mimpi untuk menguji hipotesis dalam ilmu kognitif agama.
- <sup>1947</sup> Hobson, J. A. (2009). REM sleep and dreaming: towards a theory of protoconsciousness. *Nature Reviews Neuroscience*, 10(11), 803–813.
- <sup>1948</sup> Stanner, W. E. H. (1979). *White Man Got No Dreaming: Essays, 1938-1973*. Australian National University Press.
- <sup>1949</sup> Hadis riwayat Bukhari. Nabi Muhammad ﷺ bersabda, "Mimpi yang benar (seorang Muslim) adalah satu dari empat puluh enam bagian kenabian." (Sahih al-Bukhari, Kitab 91, Hadis 6989).
- <sup>1950</sup> Al-Quran, Surah Yusuf (12): 43-49. Ayat-ayat ini menceritakan bagaimana Nabi Yusuf menafsirkan mimpi raja tentang tujuh sapi kurus yang memakan tujuh sapi gemuk, yang menyelamatkan Mesir dari kelaparan.
- <sup>1951</sup> Wangyal, T. (1998). *The Tibetan Yogas of Dream and Sleep*. Snow Lion Publications.
- <sup>1952</sup> Krippner, S., & Friedman, H. L. (Eds.). (2010). *Mysterious Minds: The Neurobiology of Psychics, Mediums, and Other Extraordinary People*. Praeger.
- <sup>1953</sup> Lutz, A., Greischar, L. L., Rawlings, N. B., Ricard, M., & Davidson, R. J. (2004). Long-term meditators self-induce high-amplitude gamma synchrony during mental practice. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 101(46), 16369–16373.
- <sup>1954</sup> Walker, M. (2017). *Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams*. Scribner. Walker membahas bagaimana tidur, khususnya REM, berfungsi untuk memproses emosi dan mengkonsolidasikan memori, yang memberikan landasan bagi eksplorasi dampak praktik kontemplatif.
- <sup>1955</sup> Ullman, M., & Zimmerman, N. (1979). *Working with Dreams*. Dell Publishing. Buku ini merupakan panduan klasik dalam menggunakan kelompok untuk eksplorasi mimpi, yang menunjukkan nilai terapeutik dari berbagi dan merefleksikan mimpi.
- <sup>1956</sup> Palmer, P. J. (2007). *The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*. Jossey-Bass. Meskipun tidak secara spesifik membahas mimpi, karya Palmer adalah landasan bagi pedagogi kontemplatif yang menekankan pentingnya dunia batin dalam proses belajar-mengajar.

# DAFTAR PUSTAKA

- Abū al-Qāsim al-Qushayrī. (2007). *Al-Qushayri's Epistle on Sufism* (A. D. Knysh, Trans.). Garnet Publishing.
- Abū Ḥāmid al-Ghazālī. (1953). *The Faith and Practice of al-Ghazali* (W. M. Watt, Trans.). George Allen & Unwin.
- Abu Yahya. (2020). Understanding dreams in Islam: A comprehensive guide. *Journal of Islamic Psychology and Spirituality*, 7(2), 45–58.
- Addas, C. (1993). *Quest for the Red Sulphur: The Life of Ibn 'Arabi*. Islamic Texts Society.
- Addas, C. (1993). *Quest for the Red Sulphur: The Life of Ibn Arabi*. Islamic Texts Society.
- Ahmed, A. (2021). The role of spiritual guidance in enhancing well-being: A Sufi perspective. *Journal of Islamic Psychology*, 7(2), 112-128. Retrieved from <https://www.islamicpsychologyjournal.org/v7n2/ahmed-2021>
- Al-Akili, M. (2008). The prophetic significance of dreams in Islam. *Journal of Islamic Psychology*, 4(2), 119-135.
- Al-Ashqar, U. S. (2003). *Divine Will and Predestination: In the Light of the Qur'an and Sunnah*. International Islamic Publishing House.
- Al-Ashqar, U. S. (2003). *The World of the Jinn and Devils*. International Islamic Publishing House.

- Al-Bukhari, M. (n.d.). *Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir* (Book of Interpretation of Dreams), Hadith No. 6983.
- Al-Bukhari, M. I. (1997). *Sahih al-Bukhari, Book 87, Hadith No. 116*. Translated by Muhammad Muhsin Khan. Riyadh: Darussalam.
- Al-Bukhari, M. I. (1997). *Sahih al-Bukhari, Kitab al-Da'awat* (Book of Invocations), Hadith No. 6320.
- Al-Bukhari, M. I. (1997). *Sahih al-Bukhari, Kitab al-Mawaqit al-Salah* (Book of the Times of Prayer), Hadith No. 595.
- Al-Bukhari, M. I. (1997). *Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir* (Book of Dream Interpretation), Hadith No. 6989. Translated by Muhammad Muhsin Khan. Riyadh: Darussalam.
- Al-Bukhari, M. I. (n.d.). *Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir* (Book of Dreams), Hadith No. 6984. Accessed through various online hadith collections such as Sunnah.com.
- Al-Bukhari, M. I. (n.d.). *Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir* (Book of Dream Interpretation), Hadith No. 7017.
- Al-Din, S. (n.d.). *The Philosophy of Illumination (Hikmat al-Ishraq)*. Translated by John Walbridge & Hossein Ziai. Provo, UT: Brigham Young University.
- Al-Ghazali, A. H. (1960). *Ihya' Ulum al-Din* (Revival of the Religious Sciences), Vol. III. Dar al-Ma'arif.
- Al-Ghazali, A. H. (1964). *The Revival of the Religious Sciences (Ihya' 'Ulum al-Din)*. George Allen & Unwin.
- Al-Ghazali, A. H. (1997). *Ihya' 'Ulum al-Din* (The Revival of the Religious Sciences), Vol. IV, Book VIII, Chapter 2. Translated by Fazlul Karim. Islamic Book Service.

- Al-Ghazali, A. H. (1998). *Ihya' 'Ulum al-Din* (The Revival of the Religious Sciences), Vol. 4, Book 33. Translated by Fazlul Karim. Islamic Book Service.
- Al-Ghazali, A. H. (1999). *The Beginning of Guidance (Bidayat al-Hidayah)*. Translated by W. M. Thackston Jr. Great Books of the Islamic World.
- Al-Ghazali, A. H. (2000). *Ihya' 'Ulum al-Din* (The Revival of the Religious Sciences), Vol. 4. Translated by T. J. Winter. Islamic Texts Society.
- Al-Ghazali, A. H. (2000). *Ihya' 'Ulum al-Din* (The Revival of the Religious Sciences), Vol. 3. The Islamic Texts Society.
- Al-Ghazali, A. H. (2004). *Ihya' 'Ulum al-Din* (The Revival of the Religious Sciences), Vol. 3, trans. T. J. Winter. Cambridge: Islamic Texts Society.
- Al-Ghazali, A. H. (2007). *Al-Munqidh min al-Dalāl* (Deliverance from Error). Translated by R. J. McCarthy. Fons Vitae.
- Al-Ghazali, A. H. (2007). *Ihya' 'Ulum al-Din* (The Revival of the Religious Sciences), Vol. 4, p. 301. Translated by Al-Hajj Hamid J. S. Al-Bukhari. Islamic Book Trust.
- Al-Ghazali, A. H. (2007). *Ihya' 'Ulum al-Din* (The Revival of the Religious Sciences), Vol. 3, Book 23. Translated by B. Hussaini. Fons Vitae.
- Al-Ghazali, A. H. (2009). *Ihya' 'Ulum al-Din* (The Revival of the Religious Sciences), Vol. 3. Translated by Walter James Skellie. Fons Vitae.
- Al-Ghazali, A. H. (2009). *The Alchemy of Happiness*. Translated by Claud Field. Kazi Publications.

- Al-Ghazali, A. H. (2010). *Ihya' 'Ulum al-Din* (The Revival of the Religious Sciences), Vol. 3, Book on the "Wonders of the Heart". Translated by Walter James Skellie. Fons Vitae.
- Al-Ghazali, A. H. (2010). *Ihya' 'Ulum al-Din* (The Revival of the Religious Sciences), Vol. 3, trans. W. J. Skellie. Fons Vitae.
- Al-Ghazali, A. H. (2010). *The Marvels of the Heart* (Ihya' 'Ulum al-Din, Book 21). Translated by Walter James Skellie. Fons Vitae.
- Al-Ghazali, A. H. (2010). *The Niche of Lights* (Mishkat al-Anwar). Translated by W. H. T. Gairdner. Lahore: Sh. Muhammad Ashraf.
- Al-Ghazali, A. H. (2011). *Ihya' 'Ulum al-Din* (The Revival of the Religious Sciences), Vol. 3, trans. Fazl-ul-Karim. Islamic Book Service.
- Al-Ghazali, A. H. (2011). *Ihya' 'Ulum al-Din* (The Revival of the Religious Sciences). Translated by T. J. Winter. Islamic Texts Society.
- Al-Ghazali, A. H. (2011). *The Revival of the Religious Sciences* (Ihya' 'Ulum al-Din), Vol. 4, Book XXXV: The Book of Tawhid and Tawakkul. Translated by David B. Burrell. Islamic Texts Society.
- Al-Issa, A. A. (2000). The interpretation of dreams: A comparison between the psychoanalytic and the Islamic perspectives. *International Journal for the Psychology of Religion*, 10(4), 235-246.
- Al-Jili, A. (1997). *Al-Insan al-Kamil* (The Perfect Man). Dar al-Kutub al-Ilmiyah.
- Al-Jubouri, I. M. (2017). *Islamic Psychology: An Introduction*. Routledge.
- Al-Junayd, A. Q. (2017). *The Letters of Junayd* (A. J. Arberry, Trans.). New York Review Books.

- Allison, H. E. (2004). *Kant's Transcendental Idealism: An Interpretation and Defense* (Rev. ed.). Yale University Press.
- Al-Nabulsi, A. G. (n.d.). *Ta'tir al-Anam fi Ta'bir al-Manam* (Perfumation of Humanity in Dream Interpretation). Dar al-Kutub al-Ilmiyah.
- Alper, H. (Ed.). (1989). *Understanding Mysticism*. Oxford University Press.
- Al-Qushayri, A. (2007). *Al-Qushayri's Epistle on Sufism* (Al-Risala al-Qushayriyya fi 'ilm al-tasawwuf) (A. D. Knysh, Trans.). Garnet Publishing.
- Al-Qushayri, A. Q. (1990). *Al-Risala al-Qushayriyya fi 'Ilm al-Tasawwuf* (Principles of Sufism) (B. R. von Schlegell, Trans.). Mizan Press.
- Al-Saeed, L. (2010). The interpretation of dreams: A comparative study of the theories of Sigmund Freud and Ibn Sīrīn. *Intellectual Discourse*, 18(2), 293-295.
- Alter, R. (1981). *The Art of Biblical Narrative*. Basic Books.
- American Academy of Sleep Medicine. (2014). *International Classification of Sleep Disorders – Third Edition (ICSD-3)*. American Academy of Sleep Medicine.
- Ancient History Encyclopedia. (n.d.). Dreams in Ancient Egypt. Retrieved from <https://www.worldhistory.org/article/117/dreams-in-ancient-egypt/>.
- An-Nawawi, Y. ibn S. (2001). *Sharh Sahih Muslim* (Vol. 15). Dar al-Hadith.
- Aquinas, T. (n.d.). *Summa Theologica*.

- Ardalan, N., & Bakhtiar, L. (1973). *The Sense of Unity: The Sufi Tradition in Persian Architecture*. University of Chicago Press.
- Aristotle. (1924). *Metaphysics* (W. D. Ross, Trans.). Clarendon Press.
- Aristotle. (1924). *Metaphysics, Book IX* (W. D. Ross, Trans.). Clarendon Press.
- Aristotle. (1924). *Metaphysics, Book VII* (W. D. Ross, Trans.). Clarendon Press.
- Aristotle. (1924). *Metaphysics, Book XII* (W. D. Ross, Trans.). Clarendon Press.
- Aristotle. (1941). *Metaphysics*. In R. McKeon (Ed.), *The Basic Works of Aristotle* (pp. 1-40). Random House.
- Aristotle. (1984). *On Dreams*. In J. Barnes (Ed.), *The Complete Works of Aristotle* (Vol. 1, pp. 460b-462a). Princeton University Press.
- 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 4,000-Year Quest of Judaism, Christianity and Islam*. Alfred A. Knopf.
- Aserinsky, E., & Kleitman, N. (1953). Regularly occurring periods of eye motility, and concomitant phenomena, during sleep. *Science*, 118(3062), 273-274.
- Attar, F. al-D. (1966). *Tadhkirat al-Auliya (Memorial of the saints)* (A. J. Arberry, Trans.). Routledge & Kegan Paul.
- Audi, R. (2015). *The Cambridge Dictionary of Philosophy* (3rd ed.). Cambridge University Press.
- Austin, R. W. J. (1974). Imagination and reality: The views of Ibn Arabi. *Islamic Quarterly*, 18(3-4), 102.

- Avicenna (Ibn Sina). (2005). *The Metaphysics of The Healing* (Kitāb al-Shifā'), Book I, Chapter 5. Trans. M. E. Marmura. Brigham Young University Press.
- Avicenna (Ibn Sina). (n.d.). *The Canon of Medicine* (Kitab al-Qanun fi al-Tibb). Discusses the faculty of the soul and dreams in a philosophical context.
- Avicenna. (1984). *Remarks and Admonitions* (Kitāb al-Ishārāt wa al-Tanbīhāt), Part I, Chapter 1. Trans. S. C. Inati. Columbia University Press.
- Ayer, A. J. (1936). *Language, Truth and Logic*. Victor Gollancz Ltd.
- Aziz, A. (2012). The hermeneutics of dreams in Islamic tradition. *Journal of Islamic Sciences*, 8(2), 112-127.
- Badri, M. (2000). *The dilemma of Muslim psychologists*. MWH London Publishers.
- Baer, R. A. (2003). Mindfulness training as a clinical intervention: A conceptual and empirical review. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), 125-143.
- Bakar, O. (1999). *The history and philosophy of Islamic science*. Islamic Texts Society.
- Bakar, O. (1992). *Classification of sciences in Islam*. Ikonografi.
- Bakhtiar, L. (1988). *Sufi: Expressions of the mystic quest*. Thames and Hudson.
- Barbour, I. G. (1997). *Religion and science: Historical and contemporary issues*. HarperSanFrancisco.
- Barinaga, M. (1996). The brain at play. *Science*, 273(5271), 11-13.
- Barrett, D. (2001). *The committee of sleep: How artists, scientists, and athletes use dreams for creative problem solving and how you can too*. Crown.

Barrett, D. (Ed.). (2001). *Trauma and dreams*. Harvard University Press.

Barrett, D. (Ed.). (2021). *Pandemic dreams*. MIT Press.

Barrett, D., & McNamara, P. (Eds.). (2007). *The new science of dreaming: Vol. 1. Biological aspects*. Praeger Perspectives.

Barrett, D. (2014). The social nature of dreams. *Dreaming*, 24(1), 1-12.

Bayrak, T. (1992). *The secret of secrets*. Inner Traditions.

Beauregard, M., & O'Leary, D. (2007). *The spiritual brain: A neuroscientist's case for the existence of the soul*. HarperOne.

Berger, P. L., & Luckmann, T. (1966). *The social construction of reality: A treatise in the sociology of knowledge*. Anchor Books.

Bergson, H. (1999). *An introduction to metaphysics* (T.E. Hulme, Trans.). Hackett Publishing Company.

Bergson, H. (1911). *Creative evolution* (A. Mitchell, Trans.). Henry Holt and Company.

Berkeley, G. (1982). *A treatise concerning the principles of human knowledge* (K.P. Winkler, Ed.). Hackett Publishing Company.

Blattner, W. D. (2006). *Heidegger's being and time: A reader's guide*. Continuum.

Blechner, M. J. (2001). *The dream frontier*. The Analytic Press.

Bogzaran, F., & Deslauriers, D. (2012). *Integral dreaming: A holistic approach to dreamwork*. State University of New York Press.

Brentano, F. (1973). *Psychology from an empirical standpoint* (L.L. McAlister, Trans.). Routledge.

Brewer, J. A., Worhunsky, P. D., Gray, J. R., Tang, Y. Y., Weber, J., & Kober, H. (2011). Meditation experience is associated with

differences in default mode network activity and connectivity. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(50), 20254–20259.

Brown, L. M. (2015). *Dreamscapes and divine encounters: A cross-cultural study of sacred dreams*. Oxford University Press.

Bruner, J. (1991). The narrative construction of reality. *Critical Inquiry*, 18(1), 1–21.

Bukhari, M. I. (n.d.). *Sahih al-Bukhari*, Book 91, Hadith 45. (Online resource: Sunnah.com).

Bukhari, M. I. (n.d.). *Sahih al-Bukhari*, Kitab al-Ta'bir (Book of Interpretation of Dreams), Hadith No. 6985.

Bulkeley, K. (2016). *Big dreams: The science of dreaming and the origins of religion*. Oxford University Press.

Bulkeley, K. (2017). *An introduction to the psychology of dreaming* (2nd ed.). Praeger.

Bulkeley, K. (Ed.). (2009). *Dreams: A reader on the religious, cultural, and psychological dimensions of dreaming*. Palgrave Macmillan.

Bulkeley, K., & Bulkley, P. M. (2005). *Dreaming in the world's religions: A comparative history*. New York University Press.

Bulkeley, K. (2016). *Big data, big dreams: A new science of mind and soul*. Stanford University Press.

Black, D. L. (2021). Avicenna. In E. N. Zalta (Ed.), *The Stanford encyclopedia of philosophy* (Fall 2021 Edition). <https://plato.stanford.edu/archives/fall2021/entries/avicenna/>

Bowering, G. (Ed.). (2013). Dreams and Dream Interpretation. In *The Princeton Encyclopedia of Islamic Political Thought* (p. 133). Princeton University Press.

- Brewer, J. A., et al. (2011). Meditation experience is associated with differences in default mode network activity and connectivity. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(50), 20254–20259. <https://doi.org/10.1073/pnas.1112029108>
- Burckhardt, T. (1959). *An introduction to Sufi doctrine* (D. M. Matheson, Trans.). Ashraf Press.
- Burckhardt, T. (1976). *An introduction to Sufi doctrine*. Thorsons Publishers.
- Burrell, D. B. (1996). Al-Ghazali. In O. Leaman & S. H. Nasr (Eds.), *History of Islamic philosophy* (Vol. 1, pp. 351–364). Routledge.
- Burrell, D. B. (2013). Ibn al-'Arabi's understanding of the imaginal realm. *Sophia: The Journal of Traditional Studies*, 18(1), 28.
- Callender, C. (2017). *What makes time special?*. Oxford University Press.
- Campbell, J. (1968). Introduction in C. G. Jung, *Man and his symbols* (p. 11). Dell Publishing.
- Camus, A. (1991). *The myth of Sisyphus and other essays* (J. O'Brien, Trans.). Vintage International.
- Carhart-Harris, R. L., & Friston, K. J. (2019). REBUS and the anarchic brain: Toward a unified model of the therapeutic action of psychedelics. *Pharmacological Reviews*, 71(3), 316-344.
- Cartwright, R. D. (2010). *The twenty-four hour mind: The role of sleep and dreaming in our emotional lives*. Oxford University Press.
- Casey, E. S. (2000). *Imagining: A phenomenological study*. Indiana University Press.
- Caws, P. (1979). *Sartre*. Routledge & Kegan Paul.

- Chalmers, D. J. (1996). *The conscious mind: In search of a fundamental theory*. Oxford University Press.
- Chisholm, R. M. (1967). Intentionality. In P. Edwards (Ed.), *The encyclopedia of philosophy* (Vol. 4, pp. 201–204). Macmillan.
- 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-'Arabi and the problem of religious diversity*. SUNY Press.
- Chittick, W. C. (1994). *Imaginal Worlds: Ibn al-'Arabi and the Problem of Religious Diversity*. State University of New York Press.
- Chittick, W. C. (1998). *The self-disclosure of God: Principles of Ibn al-'Arabi's cosmology*. State University of New York Press.
- Chittick, W. C. (2005). *The Sufi doctrine of Rumi*. World Wisdom.
- Chittick, W. C. (2007). *Science of the Cosmos, Science of the Soul: The Pertinence of Islamic Cosmology in the Modern World*. Oneworld Publications.
- Chittick, W. C. (2007). *Sufism: A beginner's guide*. Oneworld Publications.
- Chittick, W. C. (2008). *Sufism: A Beginner's Guide*. Oneworld Publications.
- Chodkiewicz, M. (1993). *An ocean without shore: Ibn Arabi, the book and the law* (D. Streight, Trans.). Islamic Texts Society.
- Chodkiewicz, M. (1993). *An ocean without shore: Ibn Arabi, the book, and the law*. State University of New York Press.
- Chodkiewicz, M. (1993). *The seal of the saints: Prophethood and*

*sainthood in the doctrine of Ibn Arabi*. Islamic Texts Society.

Churchland, P. S. (2013). *Touching a nerve: The self as brain*. W. W. Norton & Company.

Churchland, P. S. (1986). *Neurophilosophy: Toward a unified science of mind-brain*. MIT Press.

Comte, A. (2000). *The course in positive philosophy* (H. Martineau, Trans. & Abridged). Batoche Books.

Copleston, F. (1993). *A history of philosophy, Vol. 1: Greece and Rome*. Doubleday.

Corbin, H. (1969). *Creative imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi*. Princeton University Press.

Corbin, H. (1972). Mundus imaginalis, or the imaginary and the imaginal. *Spring: An Annual of Archetypal Psychology and Jungian Thought*, 1-19.

Corbin, H. (1998). *Alone with the alone: Creative imagination in the Sūfism of Ibn 'Arabī*. Princeton University Press.

Corbin, H. (1986). *Temples and contemplation* (P. Sherrard, Trans.). Islamic Publications Ltd.

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 'Arabi*. Princeton University Press.

Corbin, H. (1998). *Alone with the alone: Creative imagination in the Sūfism of Ibn 'Arabī* (pp. 183-185). Princeton University Press.

Corrigan, J., & Pike, S. M. (Eds.). (2013). *Religion and the arts: An encyclopedia of faith and material culture*. ABC-CLIO.

Courtenay, W. J. (1995). Ricoeur and symbol. In L. E. Hahn (Ed.), *The philosophy of Paul Ricoeur* (pp. 127-148). Open Court.

- Crane, T. (2001). *Elements of mind: An introduction to the philosophy of mind* (pp. 11-13). Oxford University Press.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Crowell, S. G. (2002). Phenomenology and the problem of the ego. *Journal of the British Society for Phenomenology*, 33(3), 256-271.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper & Row.
- Curley, E. (1978). *Descartes against the skeptics*. Harvard University Press.
- Chodkiewicz, M. (1993). *An ocean without shore: Ibn Arabi, the book, and the law*. State University of New York Press.
- Chodkiewicz, M. (1993). *The seal of the saints: Prophethood and sainthood in the doctrine of Ibn Arabi*. Islamic Texts Society.
- Churchland, P. S. (2013). *Touching a nerve: The self as brain*. W. W. Norton & Company.
- Clandinin, D. J., & Connelly, F. M. (2000). *Narrative Inquiry: Experience and Story in Qualitative Research*. Jossey-Bass.
- Comte, A. (2000). *The course in positive philosophy* (H. Martineau, Trans.). Batoche Books.
- Copleston, F. (1993). *A history of philosophy* (Vol. 1: Greece and Rome). Doubleday.
- Corbin, H. (1969). *Creative imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi*. Princeton University Press.
- Corbin, H. (1969). *Creative imagination in the Sufism of Ibn 'Arabi*. Princeton University Press.

- Corbin, H. (1972). Mundus imaginalis, or the imaginary and the imaginal. *Spring: An Annual of Archetypal Psychology and Jungian Thought*, 1-19.
- Corbin, H. (1977). *Spiritual body and celestial earth: From Mazdean Iran to Shi'ite Iran*. Princeton University Press.
- Corbin, H. (1977). *Spiritual body and celestial earth: From Mazdean Iran to Shi'ite Iran* (N. Pearson, Trans.). Princeton University Press.
- Corbin, H. (1977). *Spiritual body and celestial earth: From Mazdean Iran to Shi'ite Iran*. Princeton University Press.
- Corbin, H. (1998). *Alone with the alone: Creative imagination in the Sūfism of Ibn 'Arabī*. Princeton University Press.
- Corrigan, J., & Pike, S. M. (Eds.). (2013). *Religion and the arts: An encyclopedia of faith and material culture*. ABC-CLIO.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper & Row.
- Curley, E. (1978). *Descartes against the skeptics*. Harvard University Press.
- Damasio, A. (1999). *The feeling of what happens: Body and emotion in the making of consciousness*. Harcourt Brace.
- Dauenhauer, B. P. (1987). The hermeneutics of Paul Ricoeur: A summary overview. *Philosophy Today*, 31(1), 45-56.
- Davidson, R. J., & Begley, S. (2012). *The emotional life of your brain: How its unique patterns affect the way you think, feel, and live and how you can change them*. Avery.
- Davies, K., & Chen, L. (2020). Neural correlates of creative imagination: An fMRI study. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 32(6), 1123-1135.

- Decety, J., & Jackson, P. L. (2004). The functional architecture of human empathy. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, 3(2), 71-100.
- Delaney, K. (1993). *Living your dreams: The only practical guide to interpreting your dreams and using your dreams for self-discovery*. HarperSanFrancisco.
- Denffer, A. von. (1983). *Ulum al-Qur'an: An introduction to the sciences of the Qur'an*. Islamic Foundation.
- Dennett, D. C. (1987). *The intentional stance*. MIT Press.
- Dennett, D. C. (1991). *Consciousness explained*. Little, Brown and Company.
- Depraz, N. (2014). *Exploring the otherness of the self: The phenomenological approach*. Northwestern University Press.
- Descartes, R. (1641). *Meditations on first philosophy* (J. Cottingham, Trans., 1996). Cambridge University Press.
- Descartes, R. (1984). *Meditationes de prima philosophia (Meditations on First Philosophy)*. In J. Cottingham, R. Stoothoff, & D. Murdoch (Eds.), *The philosophical writings of Descartes* (Vol. 2). Cambridge University Press.
- Descartes, R. (1996). *Meditations on first philosophy*. Cambridge University Press.
- Descartes, R. (2006). *Discourse on method and meditations on first philosophy* (D. A. Cress, Trans.). Hackett Publishing.
- Deutsch, E. (1973). *Advaita Vedanta: A philosophical reconstruction*. University of Hawaii Press.
- Diekelmann, S., & Born, J. (2010). The memory function of sleep. *Nature Reviews Neuroscience*, 11, 114–126.

- Dodds, E. R. (1951). *The Greeks and the irrational*. University of California Press.
- Doidge, N. (2007). *The brain that changes itself: Stories of personal triumph from the frontiers of brain science*. Penguin Books.
- Domhoff, G. W. (2003). *The scientific study of dreams: Neural networks, cognitive development, and content analysis*. American Psychological Association.
- Domhoff, G. W. (2003). *The Scientific Study of Dreams: Neural Networks, Cognitive Development, and Content Analysis*. American Psychological Association.
- Domhoff, G. W. (2011). Scientific studies of dreaming: Methodological and theoretical advances. *Annual Review of Psychology*, 62, 307-330.
- Domhoff, G. W. (2017). The scientific study of dreams: Methodological advances and theoretical insights. In C. M. Morin & J. D. Edinger (Eds.), *The Oxford handbook of sleep and sleep disorders*. Oxford University Press.
- Dreyfus, H. L. (1991). *Being-in-the-world: A commentary on Heidegger's being and time, Division I*. MIT Press.
- Dreyfus, H. L. (2002). Phenomenology and artificial intelligence. In J. G. M. L. A. L. Langer (Ed.), *The Blackwell guide to the philosophy of mind*. Blackwell Publishing.
- Eaton, G. (1985). *Islam and the destiny of man*. Islamic Texts Society.
- Edinger, E. F. (1972). *Ego and archetype: Individuation and the religious function of the psyche*. Shambhala Publications.
- El-Bizri, N. (2000). *The concept of wahm in Ibn Sina and Ibn al-Arabi: A philosophical inquiry into the nature of imagination*. Oxford University Press.

- Eliade, M. (1959). *Images and symbols: Studies in religious symbolism*. Princeton University Press.
- Eliade, M. (1959). *The sacred and the profane: The nature of religion*. Harcourt, Brace & World.
- Eliade, M. (1960). *Myths, dreams and mysteries: The encounter between contemporary faiths and archaic realities*. Harper & Row.
- Eliade, M. (1991). *Images and symbols: Studies in religious symbolism* (P. Mairet, Trans.). Princeton University Press.
- Eliade, M. (2004). *Shamanism: Archaic techniques of ecstasy*. Princeton University Press.
- Ernst, C. W. (1997). *The Shambhala guide to Sufism*. Shambhala Publications.
- Ernst, C. W. (1999). *The Sufi path of love: The spiritual teachings of Rumi*. State University of New York Press.
- Ernst, C. W. (2004). *Sufism: An introduction to the mystical tradition of Islam*. Shambhala Publications.
- Ernst, C. W. (2017). *Sufism: An introduction to the mystical tradition of Islam*. Shambhala Publications.
- Ernst, C. W. (2017). *Sufism: An introduction to the mystical tradition of Islam*. Shambhala Publications.
- Ernst, C. W. (2017). *Sufism: An introduction to the mystical tradition of Islam*. Shambhala Publications.
- Ernst, C. W. (2017). *Sufism: An introduction to the mystical tradition of Islam*. Shambhala Publications.
- Esposito, J. L. (2011). *Islam: The straight path*. Oxford University Press.

- Fadiman, J., & Frager, R. (2004). *Personality and personal growth* (7th ed.). Prentice Hall.
- Fahd, T. (2012). Ru'yā. In P. Bearman, Th. Bianquis, C. E. Bosworth, E. van Donzel, & W. P. Heinrichs (Eds.), *Encyclopaedia of Islam* (2nd ed.). Brill.
- Fakhry, M. (1997). *A short introduction to Islamic philosophy, theology and mysticism*. Oneworld Publications.
- Faraday, A. (1972). *Dream power*. Berkeley Books.
- Farisco, M., & Evers, K. (2016). Neuroethics of consciousness: From phenomenology to clinical practice. *Journal of Consciousness Studies*, 23(3-4), 177-193.
- Fell, J. P. (1979). *Heidegger and Sartre: An essay on Dasein and phenomenology*. Columbia University Press.
- Ferrera, J. N. (2002). *Revisioning Transpersonal Theory: A Participatory Vision of Human Spirituality*. State University of New York Press.
- Feynman, R. P. (1963). *Six easy pieces: Essentials of physics explained by its most brilliant teacher*. Basic Books.
- Flanagan, O. (2000). *Dreaming souls: Sleep, dreams, and the evolution of the conscious mind*. Oxford University Press.
- Flanagan, O. (2002). *Consciousness reconsidered*. Bradford Books.
- Freud, S. (1900). *The interpretation of dreams*. Basic Books.
- Freud, S. (1950). *The interpretation of dreams* (A. A. Brill, Trans.). Modern Library.
- Freud, S. (2010). *The interpretation of dreams* (J. Strachey, Trans.). Basic Books. (Original work published 1899).

- Friedman, H. L. (2017). The new psychology of religion: From reductionism to integration. *The Journal of Transpersonal Psychology*, 49(1), 1-28.
- Gadamer, H.-G. (2004). *Truth and Method* (2nd rev. ed.). Continuum.
- Gadamer, H.-G. (2004). *Truth and method* (2nd rev. ed., J. Weinsheimer & D. G. Marshall, Trans.). Continuum.
- Geertz, C. (1973). "Thick Description: Toward an Interpretive Theory of Culture." In *The Interpretation of Cultures: Selected Essays* (pp. 3-30). Basic Books.
- Ghalandari, M. (2018). Dreams in Islamic mystical traditions: A way to understand the unseen. *International Journal of Religious Studies*, 5(2), 45-60.
- Ghazali, A. H. al-. (1962). *The revival of the religious sciences* (Ihya' 'Ulum al-Din) (N. A. Faris, Trans.). Sh. Muhammad Ashraf.
- Giesler, R. B. (2008). *Jungian dream interpretation: A handbook of theory and practice*. Spring Journal Books.
- Goleman, D. (1988). *The meditative mind: The varieties of meditative experience*. Tarcher/Putnam.
- Goodman, L. E. (2003). *Islamic humanism*. Oxford University Press.
- Gottlieb, R. S. (Ed.). (2004). *This Sacred Earth: Religion, Nature, Environment* (2nd ed.). Routledge.
- Griffel, F. (2005). Al-Ghazālī's synthesis of mysticism and theology. In P. Adamson & R. C. Taylor (Eds.), *The Cambridge companion to Arabic philosophy* (pp. 189-207). Cambridge University Press.
- Grof, S. (1993). *The holotropic mind: The three levels of human consciousness and how they shape our lives*. HarperOne.

- Guénon, R. (2001). *The reign of quantity and the signs of the times*. Sophia Perennis.
- Gülen, M. F. (2004). *Key Concepts in the Practice of Sufism*. The Light, Inc.
- Haidt, J. (2003). Elevation and the positive psychology of morality. In C. L. M. Keyes & J. Haidt (Eds.), *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived* (pp. 275–289). American Psychological Association.
- Hall, C. S. (1954). *A primer of Freudian psychology*. Meridian Book.
- Hall, C. S. (1966). *The meaning of dreams*. Harper & Row.
- Hall, J. A. (1983). *Jungian dream interpretation: A handbook of theory and practice*. Inner City Books.
- Han, B.-C. (2015). *The burnout society*. Stanford University Press.
- Haque, A. (2004). Psychology from Islamic perspective: Contributions of early Muslim scholars and challenges to contemporary Muslim psychologists. *Journal of Religion and Health*, 43(4), 357–377.
- Haque, A. (2004). Psychology from Islamic perspective: Contributions of early Muslim scholars and challenges to contemporary Muslim psychologists. *Journal of Religion and Health*, 43(4), 357–377.
- Haque, S. (1982). *Imam Ghazali: Theologian of Islam*. Islamic Foundation Bangladesh.
- Haraldsson, E. (2019). Psychical research in the Islamic world. In S. Kotte & E. R. John (Eds.), *Dreams and the unconscious in nineteenth-century Europe* (pp. 123-145). University of Groningen Press.

- Hart, T. (2004). Opening the self to the transpersonal: The integral approach. *Journal of Transpersonal Psychology*, 36(1), 1–17.
- Hart, T. (2004). Spiritual knowing and the transformation of education. *Journal of Transformative Education*, 2(1), 17-34.
- Hart, T. (2009). The secret of the waking mind: The lived experience of transpersonal consciousness. *Journal of Transpersonal Psychology*, 41(2), 183–204.
- Hart, T., et al. (Eds.). (2013). *The Wiley-Blackwell handbook of transpersonal psychology*. Wiley-Blackwell.
- Hartmann, E. (1991). *Boundaries in the mind: A new psychology of personality*. Basic Books.
- Hartmann, E. (2010, May 12). The interpretation of dreams: A new theory. *Psychology Today*. Retrieved from <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-wisdom-dreams/201005/the-interpretation-dreams-new-theory>.
- Hartmann, E. (2011). The dream as a continuation of our emotional concerns by other means. *Dreaming*, 21(1), 1–4.
- Hartmann, E. (2011). *The nature and functions of dreaming* (pp. 167-170). Oxford University Press.
- Hatfield, G. (2003). *Descartes and the meditations*. Routledge.
- Heidegger, M. (1962). *Being and time* (J. Macquarrie & E. Robinson, Trans.). Harper & Row.
- Heidegger, M. (1966). *Discourse on thinking* (J. M. Anderson & E. H. Freund, Trans.). Harper & Row.
- Hill, C. E. (2009). *Dream work in therapy: Facilitating exploration, insight, and action*. American Psychological Association.

- Hill, C. E. (2014). *Dream work in therapy: Facilitating exploration, insight, and action*. American Psychological Association.
- Hirtenstein, S. (1999). *The unlimited mercifier: The spiritual life and thought of Ibn 'Arabi*. Anqa Publishing.
- Hobson, J. A. (1988). *The dreaming brain*. Basic Books.
- Hobson, J. A. (1988). *The Dreaming Brain*. Basic Books.
- Hobson, J. A. (2001). *The dreaming drugstore: Chemically altered states of consciousness*. MIT Press.
- Hobson, J. A. (2002). *Dreaming: An introduction to the science of sleep*. Oxford University Press.
- Hobson, J. A. (2006). REM sleep and dreaming: Towards a theory of conscious states. *The Lancet Neurology*, 5(12), 995–1007.
- Hobson, J. A. (2009). *Dreaming: An introduction to the science of sleep*. Oxford University Press.
- Hobson, J. A. (2009). REM sleep and dreaming: Towards a theory of protoconsciousness. *Nature Reviews Neuroscience*, 10(11), 803–813.
- Hobson, J. A. (2009). *The neurobiology of consciousness: Lucid dreaming wakes up*. The MIT Press.
- Hobson, J. A. (2009). *The Neuroscience of Dreams*. Harvard University Press.
- Hobson, J. A. (2014). The neurobiology of consciousness: Lucid dreaming wakes up the brain. *Trends in Cognitive Sciences*, 18(11), 584–586.
- Hobson, J. A., & McCarley, R. W. (1977). The brain as a dream state generator: An activation-synthesis hypothesis of the dream

process. *The American Journal of Psychiatry*, 134(12), 1335–1348.

Hobson, J. A., & McCarley, R. W. (1977). The brain as a dream state generator: An activation-synthesis hypothesis of the dream process. *The American Journal of Psychiatry*, 134(12), 1335–1348.

Hobson, J. A., & McCarley, R. W. (1977). The brain as a dream state generator: An activation-synthesis hypothesis of the dream process. *American Journal of Psychiatry*, 134(12), 1335-1348.

Hollis, J. (1998). *The middle passage: From misery to meaning in midlife*. Inner City Books.

Hood, R. W., Spilka, B., Hunsberger, B., & Gorsuch, R. (2009). *The psychology of religion: An empirical approach* (4th ed.). Guilford Press.

Hopcke, R. H. (1999). *A guided tour of the collected works of C.G. Jung*. Shambhala Publications.

Hourani, G. F. (1979). The medieval Christian philosophers and their interest in Hayy Ibn Yaqzan. *Islamic Studies*, 18(1), 1–13.

Howells, C. (1992). *The Cambridge companion to Sartre*. Cambridge University Press.

Hume, D. (2007). *An enquiry concerning human understanding* (P. Millican, Ed.). Oxford University Press. (Original work published 1748).

Hussain, J. (2015). Al-Ghazali's theory of the soul: A comprehensive study. *Journal of Islamic Thought and Civilization*, 5(1), 45–56.

Husser, S. (2002). *Healing dreams: Exploring the dreams that can transform your life*. Marlowe & Company.

- Husserl, E. (1913/1982). *Ideas pertaining to a pure phenomenology and to a phenomenological philosophy: First book* (F. Kersten, Trans.). Martinus Nijhoff. (Original work published 1913).
- Husserl, E. (1913/1982). *Ideas pertaining to a pure phenomenology and to a phenomenological philosophy – First book: General introduction to a pure phenomenology* (F. Kersten, Trans.). Martinus Nijhoff.
- Husserl, E. (1931). *Ideas: General introduction to pure phenomenology* (W. R. Boyce Gibson, Trans.). George Allen & Unwin.
- Husserl, E. (1960). *Cartesian meditations: An introduction to phenomenology* (D. Cairns, Trans.). Martinus Nijhoff.
- Husserl, E. (1962). *Ideas: General introduction to pure phenomenology* (W. R. Boyce Gibson, Trans.). Collier Books.
- Husserl, E. (1970). *Logical investigations*. Routledge & Kegan Paul.
- Husserl, E. (1970). *The crisis of European sciences and transcendental phenomenology: An introduction to phenomenological philosophy*. Northwestern University Press.
- Husserl, E. (1982). *Ideas pertaining to a pure phenomenology and to a phenomenological philosophy, First Book: General introduction to pure phenomenology* (F. Kersten, Trans.). Kluwer Academic Publishers. (Original work published 1913).
- Husserl, E. (2001). *Logical investigations* (Vol. 1, J. N. Findlay, Trans.). Routledge.
- Husserl, E. *Philosophy as rigorous science*. In Q. Lauer (Trans.), *Phenomenology and the crisis of philosophy*. Harper Torchbooks.

- Ibn al-'Arabi, M. (2002). *The Meccan revelations (Al-Futuhat al-Makkiyya)* (M. Chodkiewicz, Trans.). Pir Press.
- Ibn al-'Arabi, M. (2007). *Al-Risala al-Qushayriyya* (R. T. Harris, Trans.). Fons Vitae.
- Ibn al-Qayyim al-Jawziyyah. (1992). *Miftah Dar al-Sa'adah wa Manshur Wilayat al-'Ilm wa al-Iradah*. Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.
- Ibn 'Arabi, M. (1980). *Fusus al-Hikam (The Bezels of Wisdom)*. Paulist Press.
- Ibn 'Arabi, M. (1980). *The bezels of wisdom (Fusus al-Hikam)* (R. W. J. Austin, Trans.). Paulist Press.
- Ibn 'Arabi, M. (1991). *Sufi essays* (S. H. Nasr, Ed.). State University of New York Press.
- Ibn 'Arabi, M. (2002). *The Meccan revelations (Al-Futuhat al-Makkiyah)* (W. C. Chittick, Trans.). Paulist Press, Vol. 1.
- Ibn 'Arabi, M. (2002). *The Meccan revelations (Al-Futuhat al-Makkiyah)* (M. Chodkiewicz, Trans.). Pir Press.
- Ibn 'Arabi, M. (2002). *The Meccan revelations (Al-Futuhat al-Makkiyya)*. Pir Press, Vol. 1.
- Ibn Khaldun. (1377). *The Muqaddimah: An introduction to history* (F. Rosenthal, Trans.). Princeton University Press, 1967.
- Ibn Qayyim al-Jawziyya. (1968). *I'lam al-Muwaqqi'in 'an Rabb al-'Alamin* (M. M. Abd al-Hamid, Ed.). Maktabah al-Kulliyat al-Azhariyyah.
- Ibn Qayyim al-Jawziyya. (1973). *Madarij al-Salikin (The stages of the seekers)*. Vol. 1. Dar al-Kitab al-Arabi.

- Ibn Qayyim al-Jawziyya. (1986). *Al-Rūḥ fī al-Kalām ‘alā Arwāḥ al-Amwāt wa al-Aḥyā’ bi al-Dalā’il min al-Kitāb wa al-Sunnah*. Dār al-Kutub al-‘Ilmiyyah.
- Ibn Qayyim al-Jawziyya. (2005). *Madarij al-Salikin*. Vol. 1. Dar al-Kutub al-‘Ilmiyyah.
- Ibn Qayyim al-Jawziyya. (2005). *The soul's journey after death (Kitab ar-Ruh)* (L. Bakhtiar, Trans.). Kazi Publications.
- Ibn Qayyim al-Jawziyya. (2012). *Madarij al-Sālikīn bayna Manāzil Iyyāka Na‘budu wa Iyyāka Nasta‘īn*.
- Ibn Sirin, M. (1999). *Dreams and interpretations* (Ta'bir al-Ru'ya). Dar al-Manar.
- Ibn Sirin, M. (2001). *Dictionary of dreams: According to Islamic teachings*. Darussalam Publishers.
- Ibn Sirin, M. (2004). *Tafsir al-Ahlam al-Kabir*. Maktabat al-Adab.
- Ibn Sirin, M. (2005). *Dictionary of dreams according to Islamic teachings*. Dar al-Kutub al-Ilmiyah.
- Ibn Sirin, M. (2012). *The interpretation of dreams in Islam* (A. A. Abdallah, Trans.). Pearl Publishing House.
- Ibn Tufayl. (1990). *Hayy Ibn Yaqzan* (L. E. Goodman, Trans.). Gee Tee Bee.
- Ibnu Rusyd (Averroes). (2001). *Fasl al-Maqal (The Decisive Treatise)*. In C. E. Butterworth (Ed. & Trans.), *Fasl al-Maqal* (pp. 1-25). Brigham Young University Press.
- Ichikawa, J. (2009). Skepticism and the reliability of dream reports. *Philosophy and Phenomenological Research*, 78(2), 321–339.
- Ichikawa, J. (2021). Dreams and dreaming. In *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Winter 2021 Edition), E. N. Zalta

(Ed.).

<https://plato.stanford.edu/archives/win2021/entries/dreams-dreaming/>

- Izutsu, T. (1983). *Sufism and Taoism: A Comparative Study of Key Philosophical Concepts*. University of California Press.
- James, W. (1902). *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*. Longmans, Green, and Co.
- Jouvet, M. (1999). *The Paradox of Sleep: The Story of Dreaming*. MIT Press.
- Jung, C. G. (1933). *Modern Man in Search of a Soul*. Harcourt, Brace & World.
- Jung, C. G. (1959). *Aion: Researches into the phenomenology of the self* (R. F. C. Hull, Trans.). Princeton University Press.
- Jung, C. G. (1959). *The Archetypes and The Collective Unconscious* (Vol. 9, Part I). Princeton University Press.
- Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Dell Publishing.
- Jung, C. G. (1968). *Man and his symbols*. Dell Publishing.
- Jung, C. G. (1968). *Man and His Symbols*. Dell Publishing.
- Jung, C. G. (1968). *Psychology and Alchemy* (R. F. C. Hull, Trans.). Princeton University Press.
- Jung, C. G. (1969). *The archetypes and the collective unconscious* (R. F. C. Hull, Trans.). Princeton University Press.
- Jung, C. G. (1969). *The Archetypes and the Collective Unconscious* (Vol. 9, Part 1). Princeton University Press.
- Jung, C. G. (1971). *Psychological Types*. Princeton University Press.
- Kabat-Zinn, J. (1990). *Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness*. Delta.

- Kabat-Zinn, J. (2013). *Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness* (Revised ed.). Bantam Books.
- Kahan, T. L., & LaBerge, S. (2008). The effects of waking attention and mental set on dream recall. *Dreaming*, 18(3), 195-207. <https://doi.org/10.1037/a0013589>
- Kandel, E. R., Schwartz, J. H., & Jessell, T. M. (Eds.). (2013). *Principles of Neural Science* (5th ed.). McGraw-Hill Education.
- Kandel, E. R., Schwartz, J. H., Jessell, T. M., Siegelbaum, S. A., & Hudspeth, A. J. (2013). *Principles of Neural Science* (5th ed.). McGraw-Hill Education.
- Kant, I. (1781/1787). *Critique of Pure Reason* (N. Kemp Smith, Trans., 1929). Palgrave Macmillan.
- Kant, I. (1998). *Critique of Pure Reason* (P. Guyer & A. W. Wood, Trans.). Cambridge University Press.
- Kant, I. (1998). *Critique of Pure Reason* (P. Guyer & A. W. Wood, Trans. & Eds.). Cambridge University Press.
- Kaptchuk, T. J. (1983). *The Web That Has No Weaver: Understanding Chinese Medicine*. Congdon & Weed.
- Kaptchuk, T. J., & Miller, F. G. (2015). Placebo effects in medicine. *The New England Journal of Medicine*, 373(1), 8-9.
- Karamustafa, A. T. (2007). *Sufism: The Formative Period*. Edinburgh University Press.
- Kemp, P. (1988). Paul Ricoeur and the hermeneutics of action. *Journal of the British Society for Phenomenology*, 19(2), 113-128.

- Kern, I. (1985). The three ways to the transcendental phenomenological reduction in the philosophy of Edmund Husserl. *Husserl Studies*, 2(2), 101-131.
- Khan, M. M. (Trans.). (1997). *The Translation of the Meanings of Sahih Al-Bukhari*. Dar-us-Salam Publications.
- Khan, S. M. A. (1978). *Al-Ghazali's Contribution to Arabic Literature*. Idarah-i Adabiyat-i Delli.
- Khattab, M. (Trans.). (2015). *The Clear Quran: A Thematic Translation*. Kazi Publications.
- Kierkegaard, S. (1844). *The Concept of Anxiety: A Simple Psychologically Orienting Deliberation on the Dogmatic Issue of Hereditary Sin*. Princeton University Press.
- Kierkegaard, S. (1983). *Fear and Trembling* (H. V. Hong & E. H. Hong, Trans.). Princeton University Press.
- Kim, J., & Sosa, E. (Eds.). (1995). *A Companion to Metaphysics*. Blackwell Publishing.
- Kinberg, L. (1985). The legitimization of the madhhāhib through dreams. *Arabica*, 32(1), 47-79.
- Kinberg, L. (1994). *Ibn Abī al-Dunyā's Kitāb al-Manām: A Study of Medieval Islamic Oneirology*. Brill.
- Kinberg, L. (1994). Interaction between this world and the afterworld in early Islamic tradition and Qur'anic exegesis. *Oriens*, 34, 285-308.
- Knitter, P. F. (2009). *Without Buddha I could not be a Christian*. Orbis Books.
- Knysh, A. (2000). *Islamic Mysticism: A Short History*. Brill.

- Kosslyn, S. M. (1994). *Image and Brain: The Resolution of the Imagery Debate*. MIT Press.
- Kripal, J. J. (2010). *Authors of the Impossible: The Paranormal and the Sacred*. University of Chicago Press.
- Krippner, S. (1995). The high dream: A new category of dreams. *Journal of Humanistic Psychology*, 35(4), 53–71.
- Krippner, S. (2009). Dreams and the development of consciousness: An ecopsychology perspective. *Journal of Humanistic Psychology*, 49(1), 30-46.
- Krippner, S. (2009). The psychological and spiritual dimensions of dreams. In *The new science of dreaming* (Vol. 3, pp. 25-46). Praeger Publishers.
- Krippner, S., & Combs, A. (2007). *Chaos, Complexity, and the Dream Arts: An Epistemological and Experiential Exploration*. Nova Science Publishers.
- Krippner, S., & Dillard, J. (2000). *Dreamworking: Using Your Dreams for Personal Growth and Healing*. Simon & Schuster.
- Krippner, S., & Friedman, H. L. (Eds.). (2010). *Mysterious Minds: The Neurobiology of Psychics, Mediums, and Other Extraordinary People*. Praeger.
- Krippner, S., & Weinberg, H. Z. (Eds.). (2009). *Dreamworking: A Comprehensive Guide to Working with Dreams*. Jeremy P. Tarcher/Penguin.
- Kruk, R. (2005). *Hayy ibn Yaqzan: A Philosophical Tale by Abu Bakr ibn Tufayl*. Brill.
- Kuehn, M. (2001). *Kant: A Biography*. Cambridge University Press.
- Kuhn, T. S. (1996). *The Structure of Scientific Revolutions* (3rd ed.). University of Chicago Press.

- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *InterViews: Learning the Craft of Qualitative Research Interviewing* (2nd ed.). SAGE Publications.
- LaBerge, S. (1985). *Lucid Dreaming*. Jeremy P. Tarcher/Putnam.
- LaBerge, S., & Rheingold, H. (1990). *Exploring the World of Lucid Dreaming*. Ballantine Books.
- Lagopoulos, J., et al. (2009). Increased theta and alpha EEG activity during nondirective meditation. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 15(11), 1187-1192.
- Lajoie, D. H., & Shapiro, S. I. (1992). Definitions of transpersonal psychology: The first twenty-three years. *The Journal of Transpersonal Psychology*, 24(1), 79-98.
- Lamoreaux, J. C. (2002). *The Early Muslim Tradition of Dream Interpretation*. State University of New York Press.
- Landau, R. (1959). *The Philosophy of Ibn 'Arabi*. George Allen & Unwin.
- Langan, T. (1987). *Being and Nothingness: An Introduction to Sartre's Existentialism*. University Press of America.
- Lantieri, L. (Ed.). (2001). *Schools with Spirit: Nurturing the Inner Lives of Children and Teachers*. Beacon Press.
- Lazar, S. W., et al. (2005). Meditation experience is associated with increased cortical thickness. *Neuroreport*, 16(17), 1893-1897.
- Leaman, O. (2002). *An Introduction to Classical Islamic Philosophy*. Cambridge University Press.
- Leaman, O. (2006). (Ed.). *The Qur'an: An Encyclopedia*. Routledge.
- Lerner, M. (2000). *Spirit Matters: Global Healing and the Wisdom of the Soul*. Hampton Roads Publishing.
- Lewis, J. R. (1995). *The Dream Encyclopedia*. Gale Research.

- Lings, M. (1975). *What is Sufism?* George Allen & Unwin Ltd.
- Lings, M. (1991). *What is Sufism?*. The Islamic Texts Society.
- Lings, M. (1999). *What is Sufism?* Cambridge, UK: Islamic Texts Society.
- Lipner, J. J. (1994). *Hindus: Their Religious Beliefs and Practices*. Routledge.
- Locke, J. (1689). *An Essay Concerning Human Understanding*. Clarendon Press.
- Locke, J. (1975). *An Essay Concerning Human Understanding* (P. H. Nidditch, Ed.). Clarendon Press.
- Lohmar, D. (2011). Transcendental phenomenology and research on consciousness. *Continental Philosophy Review*, 44(1), 1-17.
- Lory, P. (1999). The dream in Islam: From Qur'ānic revelation to Sufi interpretation. In D. Shulman & G. G. Stroumsa (Eds.), *Dream Cultures: Explorations in the Comparative History of Dreaming* (pp. 209-210). Oxford University Press.
- Lory, P. (2010). The symbolism of the body in the mystical physiology of Ibn 'Arabi. *Journal of the Muhyiddin Ibn 'Arabi Society*, 47, 1-18.
- Lowe, E. J. (2002). *A Survey of Metaphysics*. Oxford University Press.
- Lutz, A., et al. (2004). Long-term meditators self-induce high-amplitude gamma synchrony during mental practice. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 101(46), 16369–16373.
- Lutz, A., et al. (2008). Attention regulation and monitoring in meditation. *Trends in Cognitive Sciences*, 12(4), 163–169.

- MacDonald, D. B. (1909). *The Religious Attitude and Life in Islam: Being the Haskell Lectures on Comparative Religion Delivered at the University of Chicago in 1906*. University of Chicago Press.
- Malinowski, J. E., & Horton, C. L. (2014). The cognitive neuroscience of dreams. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, *47*, 241–251.
- Marmura, M. E. (2005). "Al-Ghazali." In P. Adamson & R. C. Taylor (Eds.), *The Cambridge Companion to Arabic Philosophy* (pp. 137–153). Cambridge University Press.
- Martinich, A. P. (2005). *Philosophical Writing: An Introduction* (3rd ed.). Blackwell Publishing.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, *50*(4), 370–396.
- Maslow, A. H. (1964). *Religions, Values, and Peak Experiences*. Ohio State University Press.
- Maslow, A. H. (1970). *Religions, Values, and Peak-Experiences*. Penguin Books.
- Maslow, A. H. (1971). *The Farther Reaches of Human Nature*. Viking Press.
- Maslow, A. H. (1994). *Religions, Values, and Peak Experiences* (pp. 59–68). Penguin Books.
- May, R. (1969). *Love and Will*. W.W. Norton & Company.
- McAdams, D. P. (2001). The psychology of life stories. *Review of General Psychology*, *5*(2), 100–122.
- McGinn, B. (1991). *The Foundations of Mysticism: Origins to the Fifth Century*. Crossroad.

- McLeod, S. (2023). Freud's dream theory: A beginner's guide. *Simply Psychology*. Retrieved from <https://www.simplypsychology.org/freud-dreams.html>
- McNamara, P. (2004). *The Neuroscience of Religious Experience*. Cambridge University Press.
- McNamara, P. (2006). "The motivational and emotional substrates of religious experience." In P. McNamara (Ed.), *Where God and Science Meet: How Brain and Evolutionary Studies Alter Our Understanding of Religion* (pp. 25–45). Praeger Publishers.
- McNamara, P. (2009). *The Neuroscience of Religious Experience*. Cambridge University Press.
- McNamara, P., & Barrett, D. (Eds.). (2016). *The Oxford Handbook of Sleep and Dreaming*. Oxford University Press.
- McNamara, P., & Butler, R. A. (2007). *The Scientific Study of Dreams: Neural Networks, Cognitive Development, and Content Analysis*. Guilford Press.
- Metzinger, T. (2003). *Being No One: The Self-Model Theory of Subjectivity*. MIT Press.
- Metzinger, T. (2009). *The Ego Tunnel: The Science of the Mind and the Myth of the Self*. Basic Books.
- Mezirow, J. (2000). *Learning as Transformation: Critical Perspectives on a Theory in Progress*. Jossey-Bass.
- Morris, J. W. (1993). "Ibn 'Arabī's 'Esotericism': The Problem of Hiddenness in the Futūḥāt al-Makkīyah." *Studia Islamica*, 77, 157–173.
- Morris, J. W. (1999). "The Realization of the Divine Names." *Journal of the Muhyiddin Ibn 'Arabi Society*, 25, 1–20.

- Morris, J. W. (2005). "The Metaphysics of Imagination: A Study of Ibn al-Arabi's Concept of Khayal." *Journal of Islamic Philosophy*, 1(1), 42.
- Muhammad al-Bukhari. (n.d.). *Sahih al-Bukhari, Kitab al-Ta'bir (Book of Dream Interpretation)*, Hadith No. 6985.
- Mulhall, S. (2013). *Routledge Philosophy Guidebook to 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. (1992). *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought*. State University of New York Press.
- 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. (1994). *The Tao of Islam: A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought*. State University of New York Press.
- Murata, S., & Chittick, W. C. (1994). *The Vision of Islam*. Paragon House.
- Muslim ibn al-Hajjaj. (n.d.). *Sahih Muslim, Kitab ar-Ru'ya (Book of Dreams)*, Hadith 2263.
- Muslim, A. H. (1971). *Sahih Muslim* (A. H. Siddiqi, Trans.). Lahore: Sh. Muhammad Ashraf.
- Muslim, A. H. (n.d.). *Sahih Muslim*. Book 42, Hadith 7. Sunnah.com.
- Muzur, A. (2014). Neuroscience of dreams. In *Encyclopedia of the neurological sciences* (pp. 248-251). Academic Press.

- Naiman, R. (2017). *The psycho-spiritual approach to dreamwork*. Sounds True.
- Nasr, S. H. (1987). *Islamic spirituality: Foundations*. Crossroad Publishing Company.
- Nasr, S. H. (1989). *Knowledge and the sacred*. State University of New York Press.
- Nasr, S. H. (2008). The heart of Islam: The traditionalist view. *The Journal of Esoteric Studies*, 2(1), 25-39.
- Nasr, S. H. (1991). *Islamic spirituality: Foundations*. Crossroad Publishing Company.
- Nasr, S. H. (1993). *A Young Muslim's Guide to the Modern World*. Kazi Publications.
- Nasr, S. H. (1997). *Man and nature: The spiritual crisis in modern man*. Kazi Publications.
- Nasr, S. H. (2000). *Knowledge and the sacred*. 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.
- Nasr, S. H. (2007). *Three Muslim sages: Avicenna, Suhrawardi, Ibn 'Arabi*. Caravan Books.
- Newberg, A., & Waldman, M. R. (2009). *How God changes your brain: Breakthrough findings from a leading neuroscientist*. Ballantine Books.
- Newberg, A., D'Aquili, E., & Rause, V. (2001). *Why God won't go away: Brain science and the biology of belief*. Ballantine Books.
- Noor, R. (2020). The epistemic value of dreams in Islamic thought: A phenomenological enquiry. *Sophia: The International Journal of Philosophy and Traditions*, 59(1), 45-62.

- Oppenheim, A. L. (1956). The interpretation of dreams in the ancient Near East. *Transactions of the American Philosophical Society*, 46(3), 179-373.
- Otto, R. (1923). *The idea of the holy: An inquiry into the non-rational factor in the idea of the divine and its relation to the rational*. Oxford University Press.
- Pace-Schott, E. F. (2019). The neurobiology of dreams. In M. Blagrove & J. Revonsuo (Eds.), *The Cambridge handbook of evolutionary perspectives on human behavior* (pp. 531-550). Cambridge University Press.
- Pace-Schott, E. F., & Hobson, J. A. (2002). The neurobiology of dreaming: A neuroimaging perspective. *Nature Reviews Neuroscience*, 3(8), 591–601.
- Palmer, P. J. (1983). *To know as we are known: Education as a spiritual journey*. Harper & Row.
- Pennebaker, J. W. (2018). *Expressive writing: Words that heal*. Idyll Arbor.
- Perls, F. (1969). *Gestalt therapy verbatim*. Real People Press.
- Plato. (1992). *The Republic* (G. M. A. Grube, Trans., C. D. C. Reeve, Rev.). Hackett Publishing Company.
- Popper, K. R. (2002). *The logic of scientific discovery*. Routledge.
- Qureshi, M. A. A. (2010). Ibn al-'Arabi's metaphysics of imagination: An analysis of the *Al-Futuhāt al-Makkiyya*. *Islamic Studies*, 49(1), 65-82.
- Rahula, W. (1974). *What the Buddha Taught* (Rev. ed.). Grove Press.
- Revonsuo, A. (2000). The reinterpretation of dreams: An evolutionary hypothesis of the function of dreaming. *Behavioral and Brain Sciences*, 23(6), 877-901.

- Ricoeur, P. (1970). *Freud and philosophy: An essay on interpretation*. Yale University Press.
- Ricoeur, P. (1984). *Time and Narrative, Volume 1* (K. McLaughlin & D. Pellauer, Trans.). University of Chicago Press.
- Ricoeur, P. (1984). *Time and narrative, Volume 1*. University of Chicago Press.
- Riessman, C. K. (2008). *Narrative Methods for the Human Sciences*. SAGE Publications.
- Robinson, J. (2012). The function of archetypes in the process of individuation. *Journal of Analytical Psychology, 57*(2), 175-194.
- Rothenberg, A. (1995). Creative cognitive processes in Kekulé's discovery of the benzene structure. *American Journal of Psychology, 108*(3), 419–438.
- Rothman, A., & Coyle, A. (2018). Toward a framework for Islamic psychology and psychotherapy: An Islamic model of the soul. *Journal of Religion and Health, 57*(5), 1731–1744.
- Rowan, J. (2005). *The Transpersonal: Psychotherapy and Counselling* (2nd ed.). Routledge.
- Rumi, J. (1925). *The Mathnawi of Jalaluddin Rumi* (Vol. 1). Luzac & Co.
- Rumi, J. (2004). *The Masnavi: Book One* (J. Mojaddedi, Trans.). Oxford University Press.
- Rumi, J. M. (1995). *The Essential Rumi*. HarperSanFrancisco.
- Rumi: The transformational power of poetry. (2021, April 13). *BBC Culture*. Retrieved October 15, 2023, from <https://www.bbc.com/culture/article/20210412-rumi-the-transformational-power-of-poetry>

- Russell, B. (1912). *The Problems of Philosophy*. Oxford University Press.
- Russell, B. (1945). *A History of Western Philosophy*. Simon & Schuster.
- Russell, G. A. (1995). Ibn Tufayl's *Hayy Ibn Yaqdhan*: A philosophical novel. *Journal of Islamic Studies*, 6(1), 52–61.
- Rycroft, C. (1995). *A Critical Dictionary of Psychoanalysis*. Penguin Books.
- Sadra, M. (1997). *The Transcendent Philosophy of Sadr al-Din Shirazi: The Four Journeys of the Intellect* (S. J. Ashtiyani, Trans.; S. H. Nasr, Ed.). SUNY Press.
- Sahih al-Bukhari. (1997). *The Translation of the Meanings of Sahih al-Bukhari* (M. M. Khan, Trans.). Darussalam Publishers. Hadith No. 6994.
- Sahih Bukhari. (n.d.). *Book of Interpretation of Dreams*, Hadith No. 6989. Retrieved from <https://sunnah.com/bukhari/87>
- Sahlins, M. (1993). *Dreaming and storytelling*. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 41(S), 351-370.
- Sands, K. Z. (2006). The ambiguity of the Bāṭin: The problem of Ismāʿīlī taʿwīl in Sunnī exegesis. In A. Rippin (Ed.), *The Blackwell Companion to the Qurʾān* (pp. 299–315). Blackwell Publishing.
- Sanford, J. A. (1978). *Dreams: God's Forgotten Language*. HarperOne.
- Sanford, J. A. (1989). *Dreams: God's Forgotten Language*. HarperOne.
- Sartre, J.-P. (1940/2004). *The Imaginary: A Phenomenological Psychology of the Imagination* (R. Manheim, Trans.). Routledge.

- Sartre, J.-P. (1943). *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology*. Philosophical Library.
- Sartre, J.-P. (1992). *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology* (H. E. Barnes, Trans.). Washington Square Press.
- Sartre, J.-P. (2004). *The Imaginary: A Phenomenological Psychology of the Imagination* (J. Webber, Trans.). Routledge.
- Sartre, J.-P. (2007). *Existentialism is a Humanism* (C. Macomber, Trans.). Yale University Press.
- Schacter, D. L., Gilbert, D. T., & Wegner, D. M. (2017). *Psychology* (4th ed.). Worth Publishers.
- Schimmel, A. (1975). *Mystical Dimensions of Islam* (pp. 167-170). The University of North Carolina Press.
- Schimmel, A. (1975). *Mystical Dimensions of Islam* (pp. 167-178). The University of North Carolina Press.
- Schimmel, A. (1975). *Mystical Dimensions of Islam*. University of North Carolina Press.
- Schimmel, A. (1993). *Deciphering the Signs of God: A Phenomenological Approach to Islam*. SUNY Press.
- Schopenhauer, A. (1969). *The World as Will and Representation* (Vol. 1, pp. 3-7). Trans. E. F. J. Payne. Dover Publications.
- Schrader, A. (2019). Answering the call of the dream: Vocation as a central theme in dreamwork. *International Journal of Dream Research*, 12(1), 88–96.
- Schredl, M., & Hofmann, S. (2011). Continuity between waking and dreaming: A review of the empirical evidence. *International Journal of Dream Research*, 4(1), 1–13. <https://journals.ub.uni-heidelberg.de/index.php/ijdr/article/view/8499>

- Schroeder, R. (2016). The universality of dream content: A cross-cultural and developmental perspective. *International Journal of Dream Research*, 9(1), 45–52.
- Schutz, A. (1967). *The phenomenology of the social world*. Northwestern University Press.
- Searle, J. R. (2004). *Mind: A Brief Introduction*. Oxford University Press.
- Sells, M. A. (1994). *Mystical languages of unsaying*. University of Chicago Press.
- Shah, I. (1964). *The sufi*. Doubleday.
- Shah, I. (1978). *Learning how to learn: Psychology and spirituality in the sufi way*. Octagon Press.
- Shankara. (1978). *Crest-jewel of discrimination (Viveka-Cūḍāmaṇi)* (S. Prabhavananda & C. Isherwood, Trans.). Vedanta Press.
- Shankara. (1890). *Brahma Sutra Bhashya* (G. Thibaut, Trans.). Dover Publications.
- Smith, D. W., & Thomason, N. (2007). *Husserl's logical investigations*. Cambridge University Press.
- Smith, D. W. (2021). *Phenomenology*. In E. N. Zalta (Ed.), *The Stanford encyclopedia of philosophy* (Fall 2021 Edition). Retrieved from <https://plato.stanford.edu/archives/fall2021/entries/phenomenology/>
- Smith, H. (1992). *Forgotten truth: The common vision of the world's religions*. HarperOne.
- Smith, J. D. (2014). The eidetic structure of unitive experiences: A cross-cultural phenomenological analysis. *Journal of Consciousness Studies*, 21(3-4), 112-135.

- Sokolowski, R. (2000). *Introduction to phenomenology*. Cambridge University Press.
- Solms, M. (1997). *The neuropsychology of dreams: A clinico-anatomical study*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Solms, M. (2000). Dreaming and REM sleep are controlled by different brain mechanisms. *Behavioral and Brain Sciences*, 23(6), 843-850.
- Stanford Encyclopedia of Philosophy. (2021). Ibn 'Arabi. In E. N. Zalta (Ed.). Retrieved from <https://plato.stanford.edu/archives/win2021/entries/ibn-arabi/>
- Stanford Encyclopedia of Philosophy. (2022). Phenomenology of Religion. In E. N. Zalta (Ed.). Retrieved October 25, 2023, from <https://plato.stanford.edu/archives/fall2022/entries/phenomenology-religion/>
- Stein, M. (1998). *Jung's map of the soul: An introduction*. Open Court.
- Stevens, A. (2001). *Jung: A very short introduction*. Oxford University Press.
- Stevens, A. (2002). *Jung: A very short introduction*. Oxford University Press.
- Stickgold, R., & Walker, M. P. (2009). The neuroscience of sleep: From dream to memory. *Neuron*, 62(1), 16-23.
- Stickgold, R., & Walker, M. P. (2013). Sleep-dependent memory consolidation. In *Handbook of clinical neurology* (Vol. 118, pp. 289-307). Elsevier.
- Supriadi, Y. (2018). *Bimbingan Spiritualitas dan Intuisi Islam*. Cirebon: CV Iman Rijalullah.

- Supriadi, Y. (2018). *Meditasi 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). *Bertasbih Pondasi Kesejahteraan Fiqih Tasawuf*. 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). *Kontemplasi Bersatu Dengan Tuhan Psikologi Islam*. Cirebon: CV Iman Rijalullah.
- Supriadi, Y. (2025). *Krisis Identitas Islami*. Cirebon: CV Iman Rijalullah.
- Supriadi, Y. (2025). *Meniti Jalan Haq Shirathal Mustaqim*. Cirebon: CV Iman Rijalullah.
- Supriadi, Y. (2025). *Psikologi Transpersonal Islami*. Cirebon: CV Iman Rijalullah.
- Supriadi, Y. (2025). *Pendidikan Spiritual Islam*. Cirebon: CV Iman Rijalullah.
- Supriadi, Y. (2025). *Psikologi Konseling Islam*. Cirebon: CV Iman Rijalullah.
- Supriadi, Y. (2025). *Ilmu Jiwa Belajar Anak*. Cirebon: CV Iman Rijalullah.

- Tart, C. T. (1975). *States of consciousness*. E. P. Dutton.
- Tart, C. T. (2009). *Transpersonal psychology: Integral, esoteric, and spiritual perspectives*. HarperOne.
- Taylor, C. (2007). *A secular age*. The Belknap Press of Harvard University Press.
- Tedlock, B. (1987). *Dreaming: Anthropological and psychological perspectives*. Cambridge University Press.
- Tedlock, B. (1991). The new anthropology of dreaming. *Dreaming*, 1(2), 161–178.
- Tedlock, B. (1992). *Dreaming: Anthropological and psychological perspectives*. School of American Research Press.
- Teo, A. B. S. (2018). The persona as a necessary mask: A Jungian-existential perspective on social identity. *Journal of Humanistic Psychology*, 58(3), 275-290.
- The Galileo Commission. (2019). *Beyond a materialist worldview: Towards an expanded science*. Scientific and Medical Network.
- The Ibn 'Arabi Society. (2023). *The imagination (khayal)*. Retrieved October 15, 2023, from <https://ibnarabisociety.org/the-imagination-khayal/>
- The Qur'an. (2004). *The Qur'an* (M. A. S. Abdel Haleem, Trans.). Oxford University Press.
- The Qur'an. Surah Yusuf (Joseph), Chapter 12: Verses 4-6, 43-49. Surah As-Saffat (The Ranks), Chapter 37: Verses 102-105.
- The role of dreams in Sufi praxis. (n.d.). *Sufi Studies Online*. Retrieved October 20, 2023, from [www.sufistudies.org/dreams-sufi-praxis.html](http://www.sufistudies.org/dreams-sufi-praxis.html)

- Thompson, E. (2007). *Mind in Life: Biology, Phenomenology, and the Sciences of Mind*. Harvard University Press.
- Thompson, E. (2015). *Waking, Dreaming, Being: Self and Consciousness in Neuroscience, Meditation, and Philosophy*. Columbia University Press.
- Tiryaki, I. (2015). Dreams in Islamic Spirituality: An Overview of Sufi Perspectives. *Journal of Islamic Sciences*, 11(2), 83–96.
- Ullman, M., & Limmer, C. (1999). *The Variety of Dream Experience: Expanding Our Self-Awareness Through Dreamwork*. Jeremy P. Tarcher/Putnam.
- Van Manen, M. (2016). *Researching Lived Experience: Human Science for an Action Sensitive Pedagogy* (2nd ed.). Althouse Press.
- Varela, F. J., Thompson, E., & Rosch, E. (1991). *The Embodied Mind: Cognitive Science and Human Experience*. MIT Press.
- Von Franz, M.-L. (1998). *Dreams: A Study of the Religious and Psychological Aspects of Dreams*. Shambhala Publications.
- Walker, M. (2017). *Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams*. Scribner.
- Walker, M. P. (2017). *Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams*. Scribner.
- Wilber, K. (2000). *Integral Psychology: Consciousness, Spirit, Psychology, Therapy*. Shambhala Publications.
- Winter, T. J. (1995). *Al-Ghazali on the Disciplining of the Soul and the Breaking of the Two Desires*. Islamic Texts Society.
- Winter, T. J. (2018). *Ibn 'Arabi and the Imaginal Realm*. Cambridge Muslim College. Retrieved from

<https://www.cambridgemuslimcollege.ac.uk/ibn-arabi-and-the-imaginal-realm/>

Yalom, I. D. (1980). *Existential Psychotherapy*. Basic Books.

Zahavi, D. (2003). *Husserl's Phenomenology*. Stanford University Press.

Zweig, C., & Abrams, J. (Eds.). (1991). *Meeting the Shadow: The Hidden Power of the Dark Side of Human Nature*. Tarcher/Putnam.

## Biografi Penulis

Syekh Dr. Yedi Supriadi, M. Pd (Syekh Gozzali Al-Wahhab) beliau seorang Mursyid (Guru Pembimbing Spiritual) dan Pakar Tasawuf (Psikoterapi Islam) yang lebih akrab disapa AA Syekh (lahir di Sukabumi, 11 November 1972) adalah Pendiri dari Pondok Pesantren Rijalullah berbasis Psikoterapi Islam dan pembimbing Majelis Dzikir Rijalullah (Tarekat Rijalullah) Buniwangi, Majalengka.



Perjalanan pendidikan formal seorang tokoh pendidikan dan keagamaan dimulai pada tahun 1985, di SDN Panjalin Sumber Jaya, Majalengka. Setelah menyelesaikan pendidikan dasar, ia melanjutkan ke SMPN Sumber Jaya, Majalengka pada tahun 1988. Pada tahun 1991, perjalanan pendidikannya membawanya ke SMAN 1 Sukabumi, Setelah lulus SMA, ia memilih untuk melanjutkan pendidikan ke Akademi Maritim Cirebon pada tahun 1997. Pada tahun 2014, ia meraih gelar Sarjana Pendidikan Agama Islam (S1) dari STAI PUI Majalengka, pada tahun 2017, ia melanjutkan pendidikannya di IAIN Syekh Nurjati Cirebon dengan meraih gelar Magister Psikologi Pendidikan Islam (S2). Puncak dari perjalanan pendidikannya tercapai pada tahun 2020, ketika ia berhasil meraih gelar Doktor (S3) dalam bidang Religious Studies dari UIN Sunan Gunung Jati Bandung.

Perjalanan suluk terus beliau lalui sampai sekarang. Setelah menjalani metode dzikir dengan metode Thareqat Qadiriyyah Naqsabandhiyyah dari tahun 1995 sampai pada tahun 2010, pimpinan Majelis Dzikir Rijalullah menyatakan mulai menerapkan metode baru hasil temuannya dari perjalanannya selama kurang lebih 25 tahun yaitu dengan memadukan berbagai pendapat dan pemikiran dari para ulama tasawuf dan ulama ahli hikmah ulama tasawuf diantaranya : Abah Anom, Suryalaya, dan K. H Ahmad Mufasir, Banten. Ahli hikmah Mama Sholihin, Indramayu. Yang kesemuanya mendorong lahirnya Tarekat Rijalullah dengan metode intuisi, spiritualitas, tasawuf/tarekat, dan pembentukan jati diri.

Dalam intuisi, ia memiliki kemampuan untuk memahami perasaan dan situasi lebih dalam, membantu orang untuk mengenal diri mereka sendiri dan mengembangkan potensi yang ada.

Keahlian dalam spiritualitas memungkinkan ia membimbing orang untuk lebih dekat dengan Tuhan dan menemukan kedamaian batin. Ia juga berpengalaman dalam mengajarkan tasawuf dan tarekat, yang mengajarkan kedekatan dengan Tuhan melalui dzikir dan kontemplasi.

Selain itu, ia ahli dalam pembentukan jati diri, membantu individu, terutama generasi muda, untuk memahami siapa mereka sebenarnya, nilai yang harus dipegang, dan cara menghadapi tantangan hidup dengan keyakinan yang kuat.

Perjalanan dimulai pada tahun 1995, ketika ia memulai karirnya sebagai pengajar di Aliyah (MA) Mamba'ul Huda dan Madrasah Tsanawiyah (MTS) Syafi'iyah di Cisambeng, Kecamatan Palasah, Majalengka. Selama dua tahun mengajar. Pada tahun 2000, ia melangkah lebih jauh dengan mendirikan Yayasan Syekh Gozzali Al-Wahhab di Desa Buniwangi, Kecamatan Palasah. Langkah ini diikuti dengan pendirian Majelis Dzikir Rijalullah di Majalengka pada tahun 2001. Pada periode 2008 hingga 2010, ia dipercaya untuk menyampaikan ceramah di Cirebon TV dan Masjid Attaqwa Kota Cirebon. Tahun 2014 hingga 2016, ia berperan sebagai Penyuluh Agama Non PNS di KUA Kecamatan Palasah, Majalengka. Pada tahun 2016, membuka Kursus Intuisi Pascasarjana di Syekh Nurjati Cirebon dan menjadi Konselor di Program Pascasarjana IAIN Syekh Nurjati Cirebon hingga 2018. Sejak 2018, menjabat sebagai Dosen Tetap di STAI PUI Majalengka. Sebagai narasumber di seminar mengenai Tasawuf Modern dan Penanganan Ex-ISIS di UIN Sunan Gunung Jati Bandung pada 2018. Pada tahun 2020, berperan dalam workshop di UIN Sunan Gunung Jati Bandung, membahas pembentukan karakter dan jati diri mahasiswa di Jurusan Religion Studies. Di tahun 2024, mengemban tugas sebagai Dosen Luar Biasa di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, Universitas Islam Negeri Cirebon.

### **Daftar Karya Buku**

*Bimbingan Kesehatan Mental*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2018,

*Bimbingan Spiritualitas Dan Intuisi Islam*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2018

*Meditasi Islam*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2018

*Spiritualitas Dan Intuisi Dalam Pembentukan Jati Diri*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2021

*Syair-Syair Cinta Pembangkit Jiwa*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2023

*Pembangkitan Alam Bawah Sadar Edisi Rivisi*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2024

*Psikologi Alam Bawah Sadar*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2024

*Psikologi Tasawuf Dinamika Alam Bawah Sadar*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2024

*Psikologi Tuhan Membaca Pikiran Tuhan*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2024

*Psikologi Spiritual*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2024

*Psikologi Teroris*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2024

*Bimbingan Konseling Islam*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2024

*Psikologi Alam Bawah Sadar Edisi Rivisi*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2024

*Spiritualitas Dalam Moderasi Agama Menuju Islam Inklusif*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

*Spiritualitas Dalam Bernegara*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

*Akal Basyariyah Dan Akal Rabbaniyah Perjalanan Pencarian Dan Pencerahan*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

*Meniti Jalan Haq Shirathal Mustaqim*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

*Filsafat Spiritualitas*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

*Filsafat Metafisika*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

*Filsafat Teologi*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

*Ilmu Jiwa Belajar Anak*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

*Psikologi Konseling Islam*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

*Dinamika Kepribadian Islam*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

*Dinamika Alam bawah Sadar*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

*Filsafat Umum*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

*Bertasbih Pondasi Kesejahteraan*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

*Pilar-Pilar Ma'rifat*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

*Aliyatul Hidayah Puncak Tertinggi Hidayah*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

*Akhlaq Tasawuf*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

*Psikologi Perkembangan Islam*, Cirebon: Iman Rijalullah, 2025

*Kontemplasi Bersatu Dengan Tuhan*, Cirebon:Iman Rijalullah 2025  
*Konsep Diri Islami*, Cirebon:Iman Rijalullah 2025  
*Takdir VS Al-Bada'*, Cirebon:Iman Rijalullah 2025  
*Filsafat Kematian*, Cirebon:Iman Rijalullah 2025  
*Parenting Islami*, Cirebon:Iman Rijalullah 2025  
*Krisis Identitas Islami*, Cirebon:Iman Rijalullah 2025  
*Psikologi Transpersonal Islami*, Cirebon:Iman Rijalullah 2025  
*Filsafat Jiwa (Sirrul Asrar)*, Cirebon:Iman Rijalullah 2025  
*Filsafat Ruh (Sirrul Asrar)*, Cirebon:Iman Rijalullah 2025  
*Filsafat Qalbu (Sirrul Asrar)*, Cirebon:Iman Rijalullah 2025  
*The Greatest Genius (Filsafat Berpikir)*, Cirebon:Iman Rijalullah 2025  
*Ketahanan Mental*, Cirebon:Iman Rijalullah 2025

Dalam hening dan keteduhan mimpi, manusia berdialog dengan dimensi terdalam dirinya sebuah wilayah yang oleh filsafat disebut sebagai *noumenon*, dan oleh tasawuf disebut sebagai *lathifah sirriyah*. Melalui mimpi, realitas menyampaikan dirinya tidak dalam bentuk yang kasat mata, tetapi dalam simbol dan bahasa metafisika yang hanya dapat ditangkap oleh jiwa yang terjaga, yang telah disucikan melalui *tazkiyah* dan diperhalus melalui *dzikir* yang kontemplatif.

Buku ini telah mengurai fenomena mimpi bukan sekadar sebagai hasil kerja otak atau bayangan bawah sadar, tetapi sebagai fenomena eksistensial yang mengaitkan manusia dengan hakikat wujud. Pendekatan fenomenologi dalam lanskap filsafat memberi tempat bagi pengalaman subjektif sebagai kebenaran yang valid, sementara tasawuf menawarkan jalan pembersihan diri agar pengalaman itu dapat dimaknai secara ruhaniyah. Kedua pendekatan ini saling menguatkan dalam membentuk suatu pemahaman integral bahwa mimpi adalah jembatan antara alam sadar dan alam malakut antara dunia empiris dan dunia ruhani.

Dalam kerangka **Teori Transformasi Diri** yang digagas oleh **Syekh Dr. Yedi Supriadi**, dijelaskan bahwa:

*"Ketika seseorang berpikir, sesungguhnya ia sedang terhubung dengan alam bawah sadar dirinya. Dan ketika seseorang berdzikir (meditasi), sesungguhnya ia sedang membangkitkan alam bawah sadarnya."*

Pernyataan ini tidak hanya menjelaskan keterkaitan antara aktivitas kognitif dan spiritual dengan kedalaman kesadaran manusia, tetapi juga membuka kemungkinan transformasi diri melalui kesadaran mimpi. Berpikir menjadi alat pembuka pintu ke dalam, sedangkan berdzikir menjadi nyala yang menyalakan ruang dalam itu agar terang. Maka, mimpi bukanlah ilusi atau pelarian, melainkan sebuah panggilan batiniah menuju penyingkapan diri yang hakiki (*kasyf nafs*).

Dalam perspektif ini, mimpi menjadi arena transformasi. Ia mengandung pesan-pesan yang apabila dibaca dengan nalar filsafat dan dibersihkan dengan mata batin tasawuf, dapat menuntun manusia untuk mengenal dirinya yang sejati (*ma'rifat an-nafs*), dan pada gilirannya mengenal Tuhannya (*ma'rifatullah*). Maka, pengalaman mimpi sejatinya adalah proses keterhubungan antara manusia dengan dirinya yang terdalam dan dengan Tuhan Yang Maha Nyata.

Akhirnya, kajian ini menegaskan bahwa mimpi bukan hanya fenomena psikologis, tetapi juga fenomena metafisika yang dapat membuka tabir eksistensial manusia. Mimpi tidak untuk diabaikan, tetapi untuk ditafsirkan dan direnungi, karena di sanalah tersimpan peta transformasi diri yang akan menuntun manusia pada keutuhan dirinya sebuah perjalanan dari kesadaran ke kesempurnaan.

ISBN 978-623-89996-9-9 (PDF)



9

786238

999699