



MAJLIS TAFSIR AL-QUR'AN (MTA) PUSAT

<http://www.mta.or.id> email : humas@mta.or.id Fax : 0271663977

Jl. Ronggowarsito 111A, Timuran, Banjarsari, Surakarta, Kode Pos 57131, Telp. 0271663299

KHUSUS UNTUK PARA SISWA/PESERTA

Ahad, 05 Juni 2022/05 Dzul Qa'dah 1443

Brosur No. : 2079/2119/IA

Tazkiyatun Nafs (1)

Tazkiyah adalah mashdar dari :

زَكَّى - يُزَكِّي - تَزَكَّى وَ تَزْكِيَةٌ

Artinya: membersihkan/menyucikan

Sedangkan nafs, artinya jiwa

Tazkiyatun nafs artinya "Membersihkan jiwa"

Allah SWT berfirman :

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا (٧) فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا (٨) قَدْ أَفْلَحَ
مَنْ زَكَّاهَا (٩) وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا (١٠) الشمس : ٧-١٠

Dan demi jiwa serta penyempurnaannya (ciptaannya), (7)

maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya,(8)

sesungguhnya beruntunglah orang yang menyucikan jiwa itu,(9)

dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya.(10) [QS. Asy Syams : 7 – 10]

Tazkiyatun nafs yaitu membersihkan jiwa dari sifat sifat buruk dan tercela dan berusaha untuk memperbaikinya dengan mengagungkan Allah dan berbuat amal amal shalih.

Adapun cara membersihkan jiwa, diantaranya :

1) Bertaubat kembali kepada Allah SWT.

Allah SWT berfirman:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا تَوْبُوا إِلَى اللَّهِ تَوْبَةً نَّصُوحًا ۗ عَسَىٰ رَبُّكُمْ أَن يُكَفِّرَ عَنْكُمْ سَيِّئَاتِكُمْ وَيُدْخِلَكُم جَنَّاتٍ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ ۗ يَوْمَ لَا يُخْزِي اللَّهُ النَّبِيَّ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ نُورُهُمْ يَسْعَىٰ بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَبِأَيْمَانِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا آتِنَا لَنَا نُورَنَا وَاغْفِرْ لَنَا إِنَّكَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ . التحريم : ٨

Hai orang-orang yang beriman, bertaubatlah kepada Allah dengan taubat yang semurni-murninya, mudah-mudahan Tuhan kamu akan menghapus kesalahan-kesalahanmu dan memasukkan kamu ke dalam surga yang mengalir di bawahnya sungai-sungai, pada hari ketika Allah tidak menghinakan Nabi dan orang-orang yang beriman bersama dengan dia; sedang cahaya mereka memancar di hadapan dan di sebelah kanan mereka, sambil mereka mengatakan: "Ya Tuhan kami, sempurnakanlah bagi kami cahaya kami dan ampunilah kami; sesungguhnya Engkau Maha Kuasa atas segala sesuatu". [QS. At Tahirim : 8]

قُلْ يٰعِبَادِيَ الَّذِينَ اسْرَفُوْا عَلٰى اَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوْا مِنْ رَّحْمَةِ اللّٰهِ ۗ
 اِنَّ اللّٰهَ يَغْفِرُ الذُّنُوْبَ جَمِيْعًا ۗ اِنَّهٗ هُوَ الْغَفُوْرُ الرَّحِيْمُ (٥٣) وَاٰنِيْبُوْا
 اِلٰى رَبِّكُمْ وَاَسْلِمُوْا لَهٗ مِنْ قَبْلِ اَنْ يَّاتِيَكُمْ الْعَذَابُ ثُمَّ لَا تُنصِرُوْنَ
 (٥٤) وَاَتَّبِعُوْا اَحْسَنَ مَا اُنزِلَ اِلَيْكُمْ مِّنْ رَبِّكُمْ مِّنْ قَبْلِ اَنْ يَّاتِيَكُمْ
 الْعَذَابُ بِعَتَّةٍ وَّاَنْتُمْ لَا تَشْعُرُوْنَ (٥٥) الزمر : ٥٣-٥٥

Katakanlah: "Hai hamba-hamba-Ku yang melampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sesungguhnya Dialah Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang. (53)

Dan kembalilah kamu kepada Tuhanmu, dan berserah dirilah kepada-Nya sebelum datang adzab kepadamu kemudian kamu tidak dapat ditolong (lagi).(54)

Dan ikutilah sebaik-baik apa yang telah diturunkan kepadamu dari Tuhanmu sebelum datang adzab kepadamu dengan tiba-tiba, sedang kamu tidak menyadarinya, (55) [QS. Az Zumar : 53-55]

وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ ۗ
أَعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ ۝ (١٣٣) الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ
وَالْكُظُمِيقِ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ ۗ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ
(١٣٤) وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ
فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ ۗ وَمَن يَغْفِرَ اللَّهُ ۖ سِوَا اللَّهِ ۗ وَمَا يُصِرُّوا عَلَىٰ مَا
فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ (١٣٥) أُولَٰئِكَ جَزَاءُهُمْ مَّغْفِرَةٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَجَنَّاتٌ
تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا ۗ وَنَعَمَ أَجْرُ الْعَامِلِينَ (١٣٦)

ال عمران : ١٣٣-١٣٦

Dan bersegeralah kamu kepada ampunan dari Tuhanmu dan kepada surga yang luasnya seluas langit dan bumi yang disediakan untuk orang-orang yang bertaqwa, (133)

(yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan. (134)

Dan (juga) orang-orang yang apabila mengerjakan perbuatan keji atau menganiaya diri sendiri, mereka ingat akan Allah, lalu memohon ampun terhadap dosa-dosa mereka dan siapa lagi yang dapat mengampuni dosa selain daripada Allah? Dan mereka tidak meneruskan perbuatan kejinya itu, sedang mereka mengetahui. (135)

Mereka itu balasannya ialah ampunan dari Tuhan mereka dan surga yang di dalamnya mengalir sungai-sungai, sedang mereka kekal di dalamnya; dan itulah sebaik-baik pahala orang-orang yang beramal. (136) [QS. Ali 'Imraan : 133-136]

2) Banyak mengingat mati dan kehidupan akhirat

Allah SWT berfirman:

قُلْ إِنَّ الْمَوْتَ الَّذِي تَفِرُّونَ مِنْهُ فَإِنَّهُ مُلْقِيكُمْ ثُمَّ تُرَدُّونَ إِلَىٰ عَالِمِ
الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ. الجمعة : ٨

Katakanlah: "Sesungguhnya kematian yang kamu lari daripadanya, maka sesungguhnya kematian itu akan menemui kamu, kemudian kamu akan dikembalikan kepada (Allah), yang mengetahui yang ghaib dan yang nyata, lalu Dia beritakan kepadamu apa yang telah kamu kerjakan". [QS. Al Jumu'ah : 8]

أَيْنَ مَا تَكُونُوا يُدْرِكُكُمُ الْمَوْتُ وَلَوْ كُنْتُمْ فِي بُرُوجٍ مُّشِيدَةٍ. النساء

٧٨ :

Di mana saja kamu berada, kematian akan mendapatkan kamu, kendati pun kamu di dalam benteng yang tinggi lagi kokoh [QS. An Nisaa' : 78]

كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَإِنَّمَا تُوَفَّوْنَ أُجُورَكُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ ۚ فَمَنْ
زُحِرَ عَنِ النَّارِ وَأُدْخِلَ الْجَنَّةَ فَقَدْ فَازَ ۚ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعٌ

الْعُرُورُ . ال عمران : ١٨٥

Tiap-tiap yang berjiwa akan merasakan mati. Dan sesungguhnya pada hari kiamat sajalah disempurnakan pahalamu. Barang siapa dijauhkan dari neraka dan dimasukkan ke dalam surga, maka sungguh ia telah beruntung. Kehidupan dunia itu tidak lain hanyalah kesenangan yang memperdayakan. [QS. Ali 'Imraan : 185]

وَمَا هَذِهِ الْحَيَوةُ الدُّنْيَا إِلَّا هُوَ وَّلَعِبٌ وَإِنَّ الدَّارَ الْآخِرَةَ لَهِيَ الْحَيَوَانُ
لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ . العنكبوت : ٦٤

Dan tiadalah kehidupan dunia ini melainkan senda gurau dan main-main. Dan sesungguhnya akhirat itulah yang sebenarnya kehidupan, kalau mereka mengetahui. [QS. Al 'Ankabuut : 64]

Di dalam hadits disebutkan

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : أَكْثَرُوا ذِكْرَ هَاذِمِ
اللَّذَاتِ، يَعْنِي الْمَوْتَ. ابن ماجه ٢ : ١٤٢٢ ، رقم : ٤٢٥٨

Dari Abu Hurairah, ia berkata : Rasulullah SAW bersabda, “Perbanyaklah mengingat pemutus kelezatan-kelezatan, yaitu mati”. [HR, Ibnu Majah juz 2, hal. 1422, no. 4258]

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : أَكْثَرُوا ذِكْرَ هَاذِمِ
اللَّذَاتِ، الْمَوْتَ. ابن حبان ٧ : ٢٥٩ ، رقم : ٢٩٩٢

Dari Abu Hurairah, ia berkata : Rasulullah SAW bersabda, “Perbanyaklah mengingat pemutus kelezatan-kelezatan, yaitu mati”. [HR, Ibnu Hibban juz 7, hal. 259, no. 2992]

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : زُورُوا الْقُبُورَ فَإِنَّهَا

تُذَكِّرْكُمْ الْآخِرَةَ. ابن ماجه ١ : ٥٠٠ ، رقم : ١٥٦٩

Dari Abu Hurairah, ia berkata : Rasulullah SAW bersabda, "Berziyarah quburlah kalian, karena hal itu akan mengingatkan kalian pada akhirat". [HR. Ibnu Majah juz 1, hal. 500, no. 1569]

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: زَارَ النَّبِيُّ ﷺ قَبْرَ أُمِّهِ فَبَكَى وَأَبَكَى مَنْ حَوْلَهُ. فَقَالَ: اسْتَأذَنْتُ رَبِّي فِي أَنْ أَسْتَغْفِرَ لَهَا فَلَمْ يُؤْذَنْ لِي وَاسْتَأذَنْتُهُ فِي أَنْ أَزُورَ قَبْرَهَا فَأُذِنَ لِي، فَزُورُوا الْقُبُورَ، فَإِنَّهَا تُذَكِّرُ الْمَوْتَ. مسلم ٢ : ٦٧١

Dari Abu Hurairah, ia berkata : Nabi SAW pernah berziyarah qubur ke qubur ibunya, lalu beliau menangis, dan menyebabkan menangis pula orang-orang yang di sekitarnya. Lalu beliau bersabda, "Aku minta idzin kepada Tuhanku untuk memintakan ampun ibuku, tetapi aku tidak diidzinkan. Dan aku minta idzin kepada-Nya untuk menziyarahi qubur ibuku, lalu diidzinkan. Maka berziyarah quburlah kalian, karena ziyarah qubur itu mengingatkan mati". [HR. Muslim juz 2, hal. 671, no. 108]

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: يَتَّبِعُ الْمَيِّتَ ثَلَاثَةٌ، فَيَرْجِعُ اثْنَانِ وَيَبْقَى وَاحِدٌ. يَتَّبِعُهُ أَهْلُهُ وَمَالُهُ وَعَمَلُهُ، فَيَرْجِعُ أَهْلُهُ وَمَالُهُ، وَيَبْقَى عَمَلُهُ. مسلم ٤ : ٢٢٧٣

Dari Anas bin Maalik, ia berkata : Rasulullah SAW bersabda, "Ada tiga hal yang mengikuti mayyit, yang dua akan kembali, sedangkan yang satu tetap menemaninya. Yang mengikutinya adalah keluarganya, hartanya dan amalnya. Lalu keluarganya dan hartanya akan kembali, sedangkan amalnya akan tetap menemaninya". [HR. Muslim juz 4, hal. 2273, no. 5]

Allah SWT berfirman :

مَنْ كَانَ يُرِيدُ حَرْثَ الْآخِرَةِ نَزِدْ لَهُ فِي حَرْثِهِ ۖ وَمَنْ كَانَ يُرِيدُ حَرْثَ
الدُّنْيَا نُؤْتِهِ مِنْهَا وَمَا لَهُ فِي الْآخِرَةِ مِنْ نَصِيبٍ . الشورى : ٢٠

Barangsiapa yang menghendaki keuntungan di akhirat akan Kami tambah keuntungan itu baginya, dan barangsiapa yang menghendaki keuntungan di dunia akan Kami berikan kepadanya sebagian dari keuntungan dunia dan tidak ada baginya suatu bahagian pun di akhirat. [QS. Asy Syuuraa : 20]

وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا
وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ ۗ إِنَّ اللَّهَ
لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ . القصص : ٧٧

Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bahagianmu dari (kenikmatan) duniawi dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di (muka) bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan. [QS. Al Qashash : 77]

Di dalam hadits disebutkan :

عَنْ قَيْسٍ قَالَ : سَمِعْتُ مُسْتَوْرِدًا أَحَا بَنِي فَهْرٍ يَقُولُ : قَالَ رَسُولُ
اللَّهِ ﷺ : وَاللَّهِ ، مَا الدُّنْيَا فِي الْآخِرَةِ إِلَّا مِثْلُ مَا يَجْعَلُ أَحَدُكُمْ
إِصْبَعَهُ هَذِهِ (وَأَشَارَ يَحْيَى بِالسَّبَابَةِ) فِي الْيَمِّ فَلْيَنْظُرْ بِمَ يَرْجِعُ .

مسلم ٤ : ٢١٩٣

Dari Qais, ia berkata : Aku mendengar Mustaurid saudara dari Bani Fihri berkata : Rasulullah SAW bersabda, "Demi Allah, tidaklah kehidupan dunia

ini jika dibandingkan dengan kehidupan akhirat, kecuali seperti salah seorang diantara kalian memasukkan jarinya ini ke dalam laut. (Yahya (perawi) sambil menunjukkan jari telunjuknya), maka lihatlah seberapa air yang menetes kembali". [HR. Muslim juz 4, hal. 2193, no. 55]

عَنْ سَهْلِ بْنِ سَعْدٍ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : لَوْ كَانَتِ الدُّنْيَا تَعْدِلُ عِنْدَ اللَّهِ جَنَاحَ بَعُوضَةٍ مَا سَقَى كَافِرًا مِنْهَا شَرْبَةَ مَاءٍ.

الترمذی ۳ : ۳۸۳ ، رقم : ۲۴۲۲

Dari Sahl bin Sa'ad, ia berkata : Rasulullah SAW bersabda, "Seandainya dunia ini di sisi Allah ada nilainya sesayap nyamuk, niscaya Allah tidak akan memberi minum kepada orang kafir walaupun seteguk air". [HR. Tirmidzi juz 3, hal. 383, no. 2422]

Allah SWT berfirman :

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى (۱۴) وَذَكَرَ اسْمَ رَبِّهِ فَصَلَّى (۱۵) بَلْ تُؤَثِّرُونَ
الْحَيَاةَ الدُّنْيَا (۱۶) وَالْآخِرَةَ خَيْرٌ وَأَبْقَى (۱۷) الاعلى : ۱۴-۱۷

Sesungguhnya beruntunglah orang yang membersihkan diri (dengan beriman),(14)
dan dia ingat nama Tuhannya, lalu dia mengerjakan shalat.(15)
Tetapi kamu (orang-orang kafir) memilih kehidupan duniawi.(16)
Sedang kehidupan akhirat adalah lebih baik dan lebih kekal.(17) [QS. Al A'laa : 14-17]

(Bersambung)