

[Ngaji Rumi: Doa yang Menyegarkan Jiwa](#)

Ditulis oleh Afifah Ahmad pada Jumat, 22 Maret 2019



Vincent Brummer, profesor filsafat agama dari universitas Utrecht, dalam bukunya “What Are We Doing When We Pray?” menuliskan, bahkan August Comte, salah seorang peletak dasar mazhab positivisme sekalipun, menganjurkan kepada para pengikutnya untuk berdoa setidaknya dua jam dalam sehari.

Rasanya memang tidak ada agama maupun aliran kepercayaan apapun yang tidak membicarakan doa.

Doa merupakan kebutuhan rohani manusia yang paling dasar. Sebagaimana tubuh kita yang memerlukan makan, minum, dan asupan biologis lainnya. Ruh manusia pun butuh penyegaran melalui sarana doa. Setiap hari kita berdoa, bahkan umat Islam memiliki kesempatan lima kali dalam sehari untuk berdoa. Pertanyaan yang barangkali muncul, doa seperti apa yang dapat memberikan pengaruh dalam perbaikan rohani kita?

Menarik kiranya, menyimak lantunan doa-doa dari para guru sufi dan wali Allah. Selain mereka merupakan pewaris para Nabi, pengalaman pribadi mereka dalam menapaki tangga-tangga spiritual hingga mencapai derajat makrifatullah, dapat menjadi cermin berharga.

Terlebih sosok Rumi, ia tidak hanya guru sufi, tapi juga seorang adib yang memiliki rasa berbahasa tinggi. Lalu bagaimana sebenarnya Rumi memaknai doa yang dilantunkan dalam syair-syairnya, terutama buku *Matsnawi*?

Pertama, Rumi berpendapat, ketika kita akan mulai berdoa, sesungguhnya Tuhan telah mengabulkan doa itu sendiri. Karena kesadaran untuk berdoa pada hakikatnya adalah hadiah dari-Nya. Dalam berbagai bait syair di buku *Matsnawi*, Rumi bersenandung:

Baca juga: Sabilus Salikin (103): Macam-Macam Zikir Tarekat Histiyyah (1)

*Mata air doa ini bersumber dari kasih sayang dan ajaran Rabbani
Jika tidak, mana mungkin api hawa nafsu menjadi taman rohani
(Matsnawi, jilid 2, bait 2449)*

*Doa ini sejak awal adalah titah-MU
Jika tidak, mana mungkin hamba lemah ini menghadap-Mu
(Matsnawi, jilid 6, bait 2319)*

Kedua, Menurut Rumi, pengakuan dan memaafkan merupakan syarat berdoa, seperti syair yang ditulisnya di buku *Matsnawi* jilid 5, bait 4010-4011:

Tuhan...telah kuzalimi diriku dan tak terbilang dosaku

*Wahai yang Maha Penyayang, ampunilah segala khilafku
Telah kumaafkan siapa saja yang pernah menyakitiku
Maka, duhai Tuhan...maafkanlah segala kesalahanku*

Baca juga:

- [Ngaji Rumi: Syair Sufistik untuk Jalan Perdamaian 2019](#)
- [Ngaji Rumi: Membangun Empati dari Imajinasi](#)
- [Ngaji Rumi: Seni Bertawasul pada Nabi](#)

Sebagaimana kita ketahui, dosa merupakan salah satu penghalang terkabulnya doa. Sayidina Ali dalam salah satu munajatnya, berdoa, “Ampunilah dosa-dosaku yang menghalangi doa”. Karena itu, Rumi menganjurkan untuk memohon ampunan kepada Allah, sebelum mulai berdoa. Dan Tuhan hanya akan mengampuni orang-orang yang telah memaafkan dirinya dan orang lain yang berbuat salah kepadanya.

Di kelas Yoga yang saya ikuti, sebelum melakukan meditasi, mentor saya menganjurkan untuk menuliskan seluruh hal yang tidak menyenangkan dan mengosongkan jiwa dari segala kebencian.

Ketiga, Rumi menjelaskan, tujuan utama doa adalah berdialog dengan Tuhan. Pendapat ini mewakili banyak tokoh tasawuf, sebagaimana juga Imam Ghazali menyebutkan, doa merupakan cara mendekatkan diri kepada Allah. Sayangnya, saat berdoa seringkali kita menyebutkan seluruh hajat, dari permintaan umum sampai yang paling detail.

Tetapi, kita melupakan Tuhan sang pengabul hajat itu sendiri. Kita meminta kesuksesan, mengharap umur panjang, rejeki berlimpah, dan kehidupan bahagia. Tapi kita lupa, memohon kedekatan dan keridhaan Allah. Rumi memberikan perumpamaan seperti orang yang mengejar laba, tetapi modal utamanya sendiri sebenarnya telah hilang.

Baca juga: [Genealogi Kewalian dalam Literatur Islam Klasik](#)

*Mereka minta apapun dari Tuhan, tapi melupakan Tuhan sendiri
Mereka sangka telah peroleh semuanya, padahal sangat merugi
(Matsnawi, jilid 5, bait 773)*

Keempat, Rumi mengajarkan kepada kita untuk berdoa penuh harapan dan cinta. Jauh dari segala keputusan. Dalam banyak lantunan puisinya, terutama di buku Matsnawi, Rumi memberikan contoh bermunajat dengan menggunakan diksi indah dan penuh optimisme.

*Engkaulah yang mengubah dan memberi ruh pada semesta
Sedang aku hanyalah hamba yang sering khilaf dan alpa*

*Ubahlah kemarahan yang menguasai diri
Menjadi kesabaran yang tak terperi*

*Wahai yang mengubah tanah mati menjadi roti
Wahai yang mengubah roti menjadi energi*

*Duhai yang menjadikan manusia penuh khilaf sebagai pemimpin
Duhai yang menobatkan manusia terasing sebagai Nabi*

*Duhai yang mengangkat manusia berkalang tanah
Jauh menembus tangga langit tak terbatas
(Masnawi, jilid 5, bait 781-785)*

*Tuhan...
Engkau dengan segala kesabaran-Mu, telah Kau tutupi aibku yang paling buruk
Jika tidak, dengan segala ilmu-Mu, Engkau mengetahui seluruh keburukanku*

*Duhai sang Pemaaf tanpa syarat
Di luar segala daya dan upayaku*

*Di luar segala keyakinan dan ingkarku
Segala keterbatasan dan ketergantunganmu*

*Segala khayalanku dan ratusan orang sepertiku
Segala pengabaian akan perintah-Mu*

*Aku hanya berharap pada kasih sayang-Mu yang tulus
Aku bergantung pada ampunan-Mu yang tak berujung*

Duhai Tuhan...

Aku mengharap pada ketulusan kasih-Mu

Bukan pada amal yang kuperbuat

(Masnawi, jilid 5, bait 1836-1841)

Baca juga: Ahmad Tohari dan Anton Chekhov

Rumi dalam dua potongan puisi di atas, tidak hanya mendemostrasikan keindahan bahasa, tetapi juga menunjukkan kedalaman makna. Totalitas dan kepasrahan di hadapan Tuhan menjadi kunci dalam berdoa, sehingga kehadiran Tuhan benar-benar terasa lebih dekat. Doa seperti inilah yang akan menyegarkan jiwa, bukan doa yang hanya berupa permintaan-permintaan duniawi semata.