

[Menghilangkan Ketakutan dari Kematian Menurut Ulama Sufi](#)

Ditulis oleh Hosiyanto Ilyas pada Jumat, 04 Agustus 2023



Imam Al-Ghazali dalam karyanya *Mizanul Amal* Juz, 1, Hlm. 294, menjelaskan tentang *Nafyi Khaufi Minal Maut* (menghilangkan rasa ketakutan dari kematian).

Menurut penuturan Imam Al-Ghazali, orang yang masih hidup di dunia, seharusnya tidak melupakan kematian. Orang yang melupakan kematian, tergolong orang-orang yang bodoh, yang tidak bisa mengambil pelajaran dari orang yang telah mati.

Orang yang melupakan kematian walaupun ia melihat jenazah yang sudah tidak berdaya lagi, ia tidak berusaha kembali ke jalan Allah dengan memperbaiki diri, baik dalam ucapan atau perbuatan, bahkan ia lalai untuk beribadah.

Orang yang mempunyai prasangka matinya masih lama, ia akan menunda-nunda melakukan kebaikan, ia tidak pernah berubah akan kecintaannya kepada harta benda. Oleh karena itu, bila sakit telah menimpamu maka tanamkanlah dalam pikiranmu bahwa

kematian akan segera datang, entah sehari, seminggu, atau sebulan.

Selanjutnya Imam Al-Ghazali menambahkan bahwa orang yang takut akan kematian itu ada empat masalah yang tertanam dalam pikirannya. *Pertama*, karena syahwat perut dan kemaluannya. *Kedua*, mimikirkan hartanya akan berpindah kepada orang lain. *Ketiga*, tidak tau akan terjadi apa setelah kematian. *Keempat*, karena takut terhadap balasan kemaksiatan yang ia lakukan.

Adapun orang yang cerdas ia selalu mengingat akan kematian, baginya hidup di dunia bagaikan musafir yang hendak menunaikan ibadah haji, tentunya segala kebutuhan saat diperjalanan sudah dipersiapkan semuanya.

Baca juga: Mbah Basyir Kudus, Sang Kiai Tirakat

Orang yang selalu ingat akan kematian ia tidak akan pernah takut akan datangnya kematian. Dalam jiwanya sudah tertanam sifat *Qanaah* (merasa cukup) atas rezeki yang Allah anugerahkan kepadanya, ia segera bertaubat atas dosa-dosanya, menjahui sifat iri dengki, tidak tamak terhadap kemewahan harta, dan selalu bersemangat dalam menjalankan ibadah.

Terakhir Imam Al-Ghazali mengulas tentang hakikat sesudah kematian. Beliau mengutip ungkapan Zaid bin Haritsah ketika ditanya oleh Nabi Muhammad SWT terkait kematian:

?????????? ?????????? ?????? ??????? ??????? ??????????? ??????????? ?????????? ??????
????????? ?????????????? ?????????????????? ?????????? ?????????????? ?????????? ?????? ???????
?????????? ??????????????? ??????????

Sehingga seakan-akan diriku melihat 'Arasy Tuhanku tampak jelas, melihat ahli surga yang sedang saling berkunjung diantara sesamanya di dalam surga, dan melihat penduduk neraka sedang menjerit-jerit di dalamnya.

Oleh karena itu, kita harus memperbanyak mengingat akan kematian, dan memperbanyak amal kebajikan, dengan amal kebajikan insya Allah kita tergolong orang-orang yang selamat, yang akan menjadi penghuni surga. *Wallahu A'lam Bissawab.*