

KEUTAMAAN ZIKIR

Oleh

Ma'ruf Zahran Sabran

VARIAN zikir sangat banyak. Pilihlah zikir yang disenangi, mudah untuk diamalkan, tidak memayahkan. Tuhan memahami bahwa manusia cepat bosan terhadap sesuatu termasuk amal. Imam Ahmad ibnu Athaillah As-Sakandari Rahimahullah (wafat: Mesir, 709 Hijriah) dalam kitab Al-Hikam mengatakan: "Sengaja berbagai macam amal ketaatan diciptakan-Nya, karena Dia mengetahui bahwa manusia kadang bosan terhadap satu amal."

Semua amal kebaikan bernilai zikir, jika bermuara dari dan kepada Allah, awal, inti, akhir. Sebagian ulama menyebut macam-macam zikir dan metode pelaksanaan:

1. Zikir lisan.

Zikir lisan penting sebab sangat baik dalam kualitas pembelajaran dan syiar Islam. Pengamal zikir secara lisan jahar (nyaring) ialah kumpulan ahli tarikh Qadiriyyah, Samaniyyah, Tijaniyyah. Tujuannya membangkitkan semangat bertuhan dalam irama zikir yang sama.

Zikir lisan harus berbasis hati yang mengingat Allah Swt. Ketika media lisan dipinjam oleh Allah untuk menyebut nama Allah. Niscaya keduanya, hati dan lisan diharamkan oleh Allah Swt disentuh api neraka. Zikir yang merasuk hingga ke tulang sumsum. Zikir yang menggetarkan seluruh batang tubuh, hati dan kulit para penzikir laki-laki (dzakirin) dan para penzikir perempuan (dzakirat).

Zikir berfungsi sebagai solusi pelepas beban psikologis yang menggantung berat di pundak hati. Namun bukan lari dari tanggungjawab (escape). Kenyataan hidup tetap dihadapi dengan pedoman zikir. Karena makna zikir ialah seluruh amal saleh yang bertujuan mengingat Allah Swt. "Ketahuilah, dengan mengingat Allah, hati menjadi tenang. (Ar-Ra'du:28)." Salat adalah zikir, berkhidmat kepada kedua orang tua, keluarga, sahabat dan guru merupakan zikir. Setinggi-tinggi nilai zikir adalah salat. "Sesungguhnya salat mencegah dari perbuatan keji dan mungkar. Dan mengingat Allah (salat) lebih besar keutamaannya daripada ibadah-ibadah yang lain. Dan Allah maha mengetahui apa-apa yang kamu usahakan. (Al-Ankabut:45).

Tilawah Alquran adalah zikir, sedekah zikir, puasa zikir, zakat zikir. Doa juga zikir, karena isi doa ialah mengingat Allah berlandaskan iman. Tanpa iman, doa akan sia-sia (sesat). Doa tidak selalu harus meminta. Redaksi doa cinta, sayang, kasih banyak ditemui dalam khazanah klasik kaum sufi. Gubahan doa mereka menunjukkan kerinduan yang sangat mendalam kepada sang pengasih.

2. Zikir hati.

Zikir hati termasuk kategori zikir sir (tersembunyi). Artinya zikir yang tidak digerakkan oleh lisan. Lisan diam tanpa berzikir, namun hati, nadi, jantung aktif berbicara dengan alunan irama zikir yang teratur dan disiplin. Metode zikir sir menjadi amal harian silsilah ahli tarekat Naqsabandiyah. Mereka senyap tidak berteriak, mereka tenggelam dalam kesyahduan. Mereka terbenam lenyap dalam pengalaman spiritual masing-masing tanpa pernah terbit ke permukaan. Keseharian mereka tampak tidak berzikir, tapi hati mereka sedang bergelora dengan zikir cinta Tuhan, memuja, memuji, memanja, merindu pada-Nya. Hati mereka ibarat minyak panas yang sedang mendidih dengan zikir.

Keutamaan zikir dapat menenangkan hati. Sebuah sinyal yang membuktikan bahwa hati manusia gelisah bila terpisah dengan asal penciptaan diri yaitu Allah Swt. Sebaliknya, zikir dapat membahagiakan karena hati telah terpenuhi dengan Allah yang maha meliputi, memenuhi, memadati dan melingkupi. Karena sifat Allah yang maha peduli dan mengobati, sehingga sifat-Nya bekerja membuang racun (toksin) hati, jantung, sel, aliran darah dan air dalam tubuh. Zikir pada aspek jasmani membersihkan tubuh dari kanker dan tumor. Keduanya penyakit parasit yang menumpang pada tubuh dengan sifat jahat, merusak dan menghabisi. Zikir bekerja secara preventif dengan prinsip sederhana makan dan sederhana minumlah, jangan boros. Sebab tubuh memiliki kapasitas daya tampung terbatas. Jangan sampai tubuh terbebani kerja ekstra di luar batas kewajaran. Ilmu pengetahuan menyebut ajaran klasik sejak 1.400 tahun yang lalu dengan program gizi seimbang.

Maksudnya, aplikasi zikir dalam makan dan minum ialah mengingatkan diri agar tidak berlebihan. Zikir dapat diartikan mengingatkan diri saat makan ialah sabda Rasul: "Kami adalah kaum, umat (komunitas) yang tidak akan makan kecuali merasa lapar. Dan kami adalah kaum yang berhenti makan sebelum kenyang. (Hadis riwayat Ahmad)." Makanlah sekadar menguatkan tulangmu untuk beribadah kepada Allah. Jika tidak sanggup, maka berikan ruang kosong untuk perutmu, yaitu sepertiga untuk makanan, sepertiga minuman, dan sepertiga bernapas.

Akhirnya, memerhatikan bahwa zikir beririsan dengan akhlak, keduanya tak terpisahkan. Fakta bahwa zikir (ingat) yang membentuk perilaku keseharian sehingga menjadi watak yang disebut akhlak. Sesungguhnya sifat baik dapat mengusir sifat buruk dari ruang hati. Baik dan buruk merupakan dua entitas yang tidak bisa disatukan hadir di rumah hati secara bersamaan. Kecuali salah satu diantaranya mengalah atau dikalahkan. Hati yang berisi zikir tentu menerjang hati yang lalai. Oleh karena itu, hati yang lalai dari zikir terkadang masih menyisakan kotoran. Bersihkan dengan terapi jiwa. Air mata tobat, menyesal atas dosa dan

berazam (tekat kuat) untuk selalu di jalan kebaikan. Berbahagialah orang yang membersihkan jiwanya, dan merugilah orang yang mengotorinya. Balasan surga sebagai tempat kediaman yang nikmat bagi orang yang takut kepada Tuhannya dan menahan gejolak hawa nafsunya. Balasan neraka sebagai tempat kediaman yang sengsara bagi orang yang menyombongkan diri dan menuruti ajakan hawa nafsu dunianya. Apakah engkau tidak memerhatikan bagaimana kesudahan buruk bagi orang-orang yang mengikuti ajakan hawa nafsunya sebagai Tuhan? Tentu mereka menyesal karena sudah diperingatkan sejak awal tentang kepastian hari pertemuan (kiamat) yang datang secara tiba-tiba. Sedang mereka tidak menyadari (lalai). *Wallahu a'lamu bish shawab.*