

## Jiwa yang Terpenjara Raga

Oleh: **Abad Badruzaman** | Tanggal Upload: 21 April 2021



“ Jiwa yang ditundukkan oleh raga, sejatinya mendekam dalam belenggu penjara ragawi. Itulah jiwa yang tunduk. Tidak memiliki ruang kebebasan, kecuali hanya seruas terali-terali penjara ragawi. Jiwa itu dikerangkeng oleh banalitas inderawi. Ia seperti serigala yang siap menerkam bila sang jiwa berusaha memberontak. Jiwa yang demikian akan selamanya memuja dan menyembah banalitas inderawi. Ia akan terus terjajah oleh hasrat ragawi. Inilah siklus keterjajahan yang tak berujung.”

2 Ramadhan 1442 H / 14 April 2021 M

**Prof. Dr. Maftukhin, M.Ag.**  
Rektor IAIN Tulungagung

[www.iaintulungagung.ac.id](http://www.iaintulungagung.ac.id) @iaintulungagung @iaintulungagungoffice @IAINTulungagung IAIN Tulungagung

“Jiwa yang ditundukkan oleh raga, sejatinya mendekam dalam belenggu penjara ragawi. Itulah jiwa yang tunduk. Tidak memiliki ruang kebebasan, kecuali hanya seruas terali-terali penjara ragawi. Jiwa itu dikerangkeng oleh banalitas inderawi. Ia seperti serigala yang siap menerkam bila sang jiwa berusaha memberontak. Jiwa yang demikian akan selamanya memuja dan menyembah banalitas inderawi. Ia akan terus terjajah oleh hasrat ragawi. Inilah siklus

keterjajahan yang tak berujung” (Prof. Dr. Maftukhin, M. Ag, Rektor IAIN Tulungagung).

Jalaluddin Rumi dalam “Fihi Ma Fihi” membagi makhluk Allah menjadi tiga jenis. Pertama, malaikat. Malaikat memfokuskan dan menyibukkan diri hanya dengan ibadah. Taat, ibadah dan zikir adalah sifat sekaligus makanan mereka. Mereka hidup dengan esensi-esensi itu; taat, ibadah, dan zikir. Layaknya ikan yang hidup dalam air. Alas dan bantal ikan adalah air. Malaikat tidak punya nafsu, pun syahwat. Terang saja, mereka suci dari keduanya. Karena mereka bebas dari nafsu dan syahwat, maka tentu saja mereka tidak pernah berusaha melepaskan diri dari keduanya. Taat pada perintah-Nya, seperti telah disitir, merupakan sifat malaikat. Mereka tidak punya daya sedikit pun untuk tidak taat.

Kedua, binatang. Dalam diri binatang hanya ada nafsu. Binatang tidak bisa mencegah hawa-nafsu karena tidak ada pada mereka akal. Karena tidak punya akal, maka binatang tidak punya beban tanggungjawab apa pun. Ketiga, manusia. Tidak seperti malaikat yang hanya dikaruniai akal, tidak pula seperti binatang yang hanya memiliki nafsu, manusia memiliki keduanya: akal dan nafsu. Setengah dari dirinya adalah malaikat, dan setengah lainnya adalah binatang. Setengah ular, setengah ikan. Ikan menariknya ke lautan, sedang ular menariknya ke daratan. Mereka berada dalam pergulatan dan peperangan. Imam Ali menggambarkan seperti ini: “Barangsiapa akalnya mengalahkan hawa nafsunya, ia lebih mulia dari malaikat. Dan barangsiapa nafsunya mengalahkan akalnya, ia lebih rendah dari binatang.”

Hemat saya, quote atau refleksi Pak Rektor kali ini tidak terlalu jauh dari uraian Rumi di atas. Pak Rektor sedang menggambarkan manusia yang sisi malaikatnya dikuasai oleh sisi binatangnya. Jiwa adalah ranah di mana tiupan-tiupan malaikat berhembus. Sedang raga adalah medan di mana dorongan-dorongan hewaniah banyak berkeliaran. Ranah malaikatiah dan medan hewaniah, seperti digambarkan Imam Ali di atas, satu sama lain selalu saja terlibat dalam pergulatan dan perebutan kekuasaan. Jika pasukan jiwa di bawah komando akal menang, maka manusia akan naik derajat melebihi malaikat. Tapi jika pasukan raga di bawah kendali nafsu menang, manusia akan terdegradasi hingga derajatnya di bawah binatang.

Mengulang apa yang sudah disinggung, Pak Rektor sedang menunjukkan gambaran orang yang sisi ragawi-hewaninya dengan segala banalitasnya berhasil menundukkan, membelenggu, mengkerangkeng, dan memenjarakan jiwa-ruhaninya. Di titik kulminasi, jiwa yang demikian akan menjadi jiwa terjajah yang memuja dan menyembah banalitas ragawi.

Segep amal ibadah pada Ramadhan, terutama puasanya, sangat diharapkan sanggup membebaskan jiwa-jiwa yang terjajah oleh banalitas inderawi dan hasrat-hasrat liar ragawi itu. Jiwa, bagaimana pun, harus tampil sebagai penguasa dan pemegang kendali setiap diri manusia. Hanya saja, dalam pandangan akhlak-tasawuf, kekuasaan dan pengendalian jiwa atas diri bukan dimaksudkan untuk memberangus atau pun menjajah sisi ragawi-hewani. Melainkan untuk mendidik dan menghaluskannya lalu mengarahkannya ke jalan yang dikehendaki-Nya. Satu dapat dijadikan contoh: watak beringas dan buas kebinatangan pada sisi ragawi. Sifat ini, dalam kacamata akhlak-tasawuf, dapat (dan harus) dididik, dihaluskan, lalu diarahkan ke jalan yang

benar bernama syaja'ah. Syaja'ah adalah keberanian yang terukur, terkendali, terstruktur, terarah serta berada di bawah sinaran Ilahiah dalam rangka menegaskan kebenaran.

Tapi memang jalan mengembalikan supremasi jiwa atas raga; akal atas nafsu adalah jalan terjal nan sulit. Rumi dalam "Signs of The Unseen" menggambarkan jalan itu seperti perjuangan Maryam melahirkan Isa. Maryam tidak pergi ke pohon yang diberkahi sampai dia mengalami kesakitan saat melahirkan: dan rasa sakit dari kelahiran bayi datang padanya di dekat ranting pohon kurma. Rasa sakit membawanya menuju pohon, dan pohon kering itu memberinya buah-buahan. Tubuh kita, tegas Rumi, persis seperti Maryam, dan kita masing-masing menanggung seorang Isa. Apabila mengalami rasa sakit kelahiran, Isa kita akan lahir; tetapi apabila tidak ada rasa sakit, Isa kita akan kembali pada asal mulanya melalui jalan tak tampak dari tempat dia datang. Dan dia akan tetap hilang.

[Baca Artikel Asli di Website](#)

**Tentang islamsantun.org:**

Portal media yang berdedikasi menyebarkan diskursus Islam yang ramah, moderat, dan *rahmatan lil 'alamin*. Menyajikan ragam artikel keislaman, opini, khutbah, hingga sastra pesantren, islamsantun.org hadir sebagai rujukan literasi keagamaan yang sejuk dan mencerahkan bagi masyarakat luas.

Ditulis oleh **Abad Badruzaman**

Dosen dan Peneliti Senior UIN Sayyid Ali Rahmatullah (SATU) Tulungagung

© 2026 islamsantun.org · Menyebarkan Islam yang rahmatan lil 'alamin