

019 PERANAN UZLAH DALAM MERAWAT PENYAKIT ROHANI MUSLIM

Nazneen binti Ismail, Mohd Noorikhwan bin Sarbini

Kolej Universiti Islam Antarabangsa Selangor (KUIS),
Bandar Seri Putra, 43000 Kajang, Selangor.

ABSTRAK

Muslim hari ini mengalami serangan ideologi yang didasari oleh dominasi pola kehidupan moden yang materialistik, egoistik dan hedonistik. Kesemuanya merupakan kesan daripada sekularisasi gaya hidup lalu menghakis nilai fitrah insan yang pada asalnya berada atas tauhid. Untuk kembali semula kepada fitrah, individu Muslim perlu menajam kembali iman dan amal seperti yang dinyatakan dalam al-Quran dan Sunnah. Maka, pendekatan uzlah adalah salah satu daripada kaedah yang diformulasikan oleh para ulama tasawuf dengan berpaksikan kepada dua sumber utama Islam. Sehubungan itu, penulisan ini bertujuan menjelaskan hubungan di antara uzlah dengan rawatan jiwa Muslim hari ini dengan mengambil kira situasi semasa. Ia dilakukan dengan meneliti karya ilmuwan Islam di samping menyesuaikan dengan pandangan ahli psikologi semasa. Tuntasnya, penulisan ini mendapati uzlah berperanan dalam merawat penyakit rohani Muslim kerana ia melibatkan hubungan dengan Allah SWT (*Habl min Allah*) dan hubungan dengan manusia (*Habl min al-Nas*).

PENDAHULUAN

Suasana dunia hari ini banyak mempengaruhi jiwa individu. Di mana iklimnya telah mengalami proses pengasingan (*alienation*) dan serangan ideologi yang didasari oleh dominasi pola kehidupan moden yang materialistik, egoistik dan hedonistik. Sehhinggakan perkara penting dalam kehidupan psikologi manusia banyak diabaikan bahkan dilupakan. Unsur-unsur moral dan rohani (*spiritual*) yang merupakan unsur terpenting menjadi satu bahagian yang terpisah dari kehidupan psikologi manusia. Suasana ini berkembang hasil daripada pengaruh pemahaman sekularisme. Sulaiman Noordin (2010) menyatakan fahaman sekularisme menghasilkan pelbagai pemikiran-pemikiran yang membawa kesesatan, pemisahan antara roh dan jasad, dunia dan akhirat atau sains dan agama. Ideologi sekularisme (sosialisme) memisahkan peranan pencipta daripada bidang ilmu pengetahuan sehingga menurut pandangan mereka agama adalah candu untuk masyarakat.

Ideologi tersebut juga telah memberi kesan kepada hati atau jiwa manusia sehingga tanpa disedari ataupun disedari manusia semakin beransur-ansur menjauhi Allah SWT seterusnya melupakan-Nya. Hati dan jiwa yang tidak tenang lebih mudah diresapi oleh unsur-unsur negatif seperti tingkah laku delinkuen iaitu sikap melanggar undang-

undang atau melakukan perkara yang tidak diterima masyarakat, terlibat dalam tingkah laku berisiko, salah laku seksual, terlibat dalam hubungan seks luar nikah, terlibat kegiatan merokok, penyalahgunaan dadah, terlibat dengan HIV dan AIDS, pembuangan bayi, rasuah dan sebagainya. (Mohd Noorikhwan 2013)

Keseriusan penyakit rohani masyarakat diakui semua pihak dengan dibuktikan oleh statistik permasalahan yang sentiasa meningkat saban tahun. Contohnya kajian yang dibuat oleh Institut Penyelidikan Pembangunan Belia Malaysia (2010) terhadap 2403 responden berhubung keterlibatan dalam tingkah laku delinkuen menunjukkan 94 peratus daripada mereka mengaku pernah terlibat sekurang-kurangnya sekali berbanding 6 peratus yang tidak pernah terlibat langsung.

Justeru, fokus rawatan masalah sosial masyarakat hari ini sewajarnya ditumpukan kepada aspek kerohanian tanpa mengabaikan aspek lain. Ini kerana meskipun pelbagai rawatan disediakan pihak kerajaan dan swasta tetapi tetap tidak berjaya mengurangkan kebimbangan segelintir masyarakat terhadap ancaman unsur negatif ini. Antara kelemahan yang dapat dilihat ialah kurangnya tumpuan diberikan kepada pembangunan rohani pesakit.

Rawatan kepada penyakit rohani ini disebut juga sebagai psikospiritual dalam psikologi. Teori psikospiritual Islam didefinisikan sebagai satu kaedah perawatan kejiwaan dan kerohanian yang berteraskan sumber-sumber ketuhanan dan amalan Islam yang tidak bercanggah dengan prinsip syariah. Matlamatnya ialah untuk melahirkan kestabilan diri, jiwa dan roh. (Utusan Melayu 2013)

Psikospiritual mempunyai kaitan secara langsung dengan tasawuf Islam. Pendekatan tasawuf terbukti mampu mengisi kekosongan hati, mendidik jiwa dan menenangkan fikiran. (Dara Aisyah 2013). Justeru, tidak hairanlah apabila kaedah psikospiritual dijadikan alternatif oleh pihak-pihak tertentu kepada pusat-pusat pemulihan dan rawatan dadah yang sedia ada memandangkan terdapat sebilangan besar penagih dadah mengulangi penyalahgunaan bahan tersebut meskipun telah melalui rawatan. Dalam Islam, masalah ketagihan dadah tidak dianggap sebagai isu fizikal semata-mata, sebaliknya ia juga dianggap sebagai penyakit rohani. Lantaran itu, gabungan rawatan yang berteraskan biologi, sosial psikologi dan agama wajar dijadikan pilihan. (Utusan Melayu 2013, Dr. Dara Aisyah dkk 2013)

Penulisan ini dilakukan bertujuan meninjau dan menjelaskan hubungan salah satu kaedah psikospiritual yang telah dicadangkan oleh ilmuwan terdahulu iaitu uzlah dengan rawatan jiwa Muslim hari ini berdasarkan situasi semasa yang semakin meruncing dan menjurus kepada kehancuran umat.

Perkara-perkara seperti kelalaian, menuruti dorongan syahwat dan tergelincir daripada panduan syarak sehingga menghalang hati manusia daripada menjalankan peranan menurut fitrah disarankan agar menjalani proses uzlah. Tujuannya ialah untuk menjernihkan dan membersihkan rohani manusia supaya kembali kepada fitrah tauhid, menumpukan perhatian kepada Allah SWT dan mengatur kehidupannya dalam

kalangan manusia lain berdasarkan syariat. Hasilnya, individu tersebut akan mendapat kesucian rohani, mengembalikan jati diri Muslim sebelum bergerak melaksanakan usaha dakwah. (Sa'id Hawwa 2011) Untuk itu, karya ilmuwan Islam terdahulu perlu dikaji dan diperhalusi supaya dapat diusahakan untuk menjadikan ia selari dengan pandangan ahli psikologi semasa.

DEFINISI UZLAH

Dari sudut bahasa, uzlah berasal daripada perkataan Arab yang bermaksud pengasingan diri daripada orang banyak. Ia juga diertikan sebagai khalwat. (Kamus Dewan edisi keempat) Perkataan ini berasal daripada 'azala (عزل) yang bermaksud meletakkan sesuatu di tempat lain atau menjauh dan menghindar. Manakala 'uzlah (عزلة) bermaksud menjauhi atau mengasingkan diri daripada orang lain. (al-Mu'jam al-'Arabiyy al-Asasiyy 1988)

Pengertian ini tidak berbeza dengan maksud uzlah dalam istilah tasawuf iaitu kegiatan menyendiri, menyepi, menghindari atau mengasingkan diri dari gangguan kehidupan dan urusan duniawi yang dilakukan para sufi untuk menyucikan diri dengan beribadah kepada Allah SWT. (Totok Jumantoro & Samsul Munir Amin 2005) Definisi ini diperincikan lagi oleh Zakaria Stapa (2013) yang memetik pandangan Yusuf Muhammad Taha Zaydan dengan menyatakan bahawa uzlah adalah merujuk kepada peningkatan seorang hamba dari alam fana menuju Allah Yang Maha Kekal dengan cara keluar daripada unsur kelalaian, cinta dunia, lupa Tuhan kepada ketaatan dan kecintaan kepada Allah SWT.

Firman Allah SWT (Saba' 34:46):

﴿ قُلْ إِنَّمَا أَعْظَمُكُمْ بَوَاحِدَةٍ أَنْ تَقُومُوا لِلَّهِ مِثْلِي وَفُرَادَى ثُمَّ تَتَفَكَّرُونَ مَا بِصَاحِبِكُمْ
مِّنْ جِنَّةٍ إِنْ هُوَ إِلَّا نَذِيرٌ لَّكُمْ بَيْنَ يَدَيْ عَذَابٍ شَدِيدٍ ﴾

Maksudnya:

Katakanlah: "Sesungguhnya aku hendak memperingatkan kepadamu suatu hal saja, Iaitu supaya kamu menghadap Allah (dengan ikhlas) berdua-dua atau sendiri-sendiri; kemudian kamu fikirkan (tentang Muhammad) tidak ada penyakit gila sedikit pun pada kawanmu itu. Dia tidak lain hanyalah pemberi peringatan bagi kamu sebelum (menghadapi) azab yang keras.

Ayat ini mengajar umat manusia untuk berada dalam keadaan yang sunyi dan tenang dalam usaha untuk mendapatkan pemikiran yang rasional. Ini disebut melalui ungkapan berdua-duaan atau bersendirian dalam menghadap kepada Allah SWT.

Dengan erti kata lain, ia mengandungi anjuran melakukan uzlah untuk berzikir dan berfikir.

Al-Darwish (2002) menyatakan perkataan (مَتْنِي وَفُرَادِي) menunjukkan bersendirian lebih terkawal atau terpelihara daripada duduk bersama khalayak. Ini kerana bersama khalayak lebih mengundang kepada wujudnya kesamaran sesama manusia sehingga membawa kepada prasangka atau perbalahan khususnya apabila tidak disertai dengan pemikiran yang mendalam kematangan berfikir. Ini bermakna situasi berdua-duaan atau bersendirian lebih membuka ruang untuk berfikir dan meneliti. Sebaliknya keadaan di tengah ramai cenderung kepada sikap fanatik atau keengganan menerima kebenaran kerana sentimen perkumpulan atau kepuakan yang lebih menjurus kepada menafikan kebenaran. Sedangkan dengan bersendirian dapat menghilangkan segala unsur negatif tersebut.

Manakala maksud ayat (ثُمَّ تَتَفَكَّرُوا مَا بِصَاحِبِكُمْ مِّنْ جِنَّةٍ) ialah memahami apa yang dibawa oleh baginda iaitu kitab al-Quran sebagai satu mukjizat yang luar biasa dan tidak memungkinkan baginda terkena penyakit gila atau gila (Al-Sabuni 1980).

Tambahan pula, Nabi Muhammad s.a.w sendiri turut melakukan uzlah di Gua Hira' ketika mencapai usia empat puluh tahun. Amalan ini memakan masa beberapa hari dan malam, kadang-kadang melewati satu bulan sehinggalah datangnya wahyu yang pertama (al-Buti 1988). Baginda berkhawatir kerana memikirkan tanda-tanda kebesaran Allah s.w.t dan kehebatan kekuasaanNya (al-Siba i 2004).

Di samping itu, Rasulullah SAW juga ada menyatakan di antara manusia yang paling utama ialah orang yang mengasingkan diri ke gua atau pergunungan untuk menyembah Tuhannya agar dirinya terhindar dari kejahatan. Hadis Rasulullah SAW:

عَنْ أَبِي سَعِيدٍ قَالَ، قَالَ رَجُلٌ أَيُّ النَّاسِ أَفْضَلُ يَا رَسُولَ اللَّهِ، قَالَ: مُؤْمِنٌ يُجَاهِدُ بِنَفْسِهِ وَمَالِهِ فِي سَبِيلِ اللَّهِ، قَالَ: ثُمَّ مَنْ، قَالَ: ثُمَّ رَجُلٌ مُّعْتَزِلٌ فِي شِعْبٍ مِنَ الشُّعَابِ يَعْبُدُ رَبَّهُ وَيَدْعُ النَّاسَ مِنْ شَرِّهِ.¹

Maksudnya:

Dari Abu Sa'id katanya, seorang lelaki bertanya kepada Rasulullah SAW: Siapakah manusia yang paling utama wahai Rasulullah SAW?. Jawab Baginda: Orang mukmin yang berjuang dengan diri dan hartanya untuk menegakkan agama Allah s.w.t. Lelaki itu bertanya lagi: Kemudian siapa lagi?. Jawab Rasulullah SAW: Orang yang mengasingkan diri ke gua atau pergunungan untuk menyembah Tuhannya, supaya terhindar dari kejahatan.

¹ Muslim, *Sahih Muslim*, Kitab al-Imarah, Bab Fadl al-Jihad wa al-Ribat, No. 3502.

Hadis ini mempunyai kaitan langsung dengan krisis kehidupan moden kini yang berlandaskan materialistik bersifat merbahaya dan merosakkan kalbu di samping menghakis iman manusia. Ini bermakna, pendekatan uzlah dalam mendepani masalah ini adalah menepati salah satu kaedah yang berkait dengan kemudaratan menurut kaedah feqah bahaya mesti dihapuskan (*al-Darar Yuzalu*), iaitu menolak kemudaratan menurut kemampuan (*al-Darar Yudafi'u bi qadr al-Imkan*) (Ab. Latif Muda & Rosmawati Ali 2000).

Ini menunjukkan amalan uzlah mempunyai asas dalam Islam. Bertujuan mengasingkan diri daripada masyarakat dalam usaha menghindar daripada keburukan dan kemaksiatan yang berleluasa dan tidak lagi dapat dibendung. Selain daripada menyelamatkan fizikal dan mental manusia, secara tidak langsung rohani manusia juga dapat dirawat dan dipulihkan dengan sebaiknya.

PERBAHASAN ILMUWAN MENGENAI UZLAH

Imam al-Ghazali (2012) menyatakan bahawa ibadah adalah satu-satunya jalan menuju Allah SWT dan dalam melaksanakannya manusia akan berhadapan dengan pelbagai penghalang menjadikan ia adalah satu perjalanan yang panjang lagi merumitkan. Justeru, beliau mencadangkan penghapusan bagi penghalang ibadah ini antara lainnya ialah amalan uzlah. Ia kerana uzlah adalah cara untuk menjauhkan diri daripada manusia yang tidak soleh. Manusia jenis ini yang akan sentiasa mengganggu dan menghalang kegiatan ibadah yang ingin dilakukan bahkan akan menjatuhkan manusia ke dalam kejahatan dan kebinasaan.

Ibn 'Ata' Allah al-Sakandari menyifatkan uzlah yang disertai dengan kegiatan tafakkur adalah satu bentuk amalan yang sangat penting bagi hati manusia. Uzlah yang dimaksudkan ialah dengan menumpukan sepenuh hati atau jiwa raga bersendirian bersama Allah SWT. Ia bertujuan untuk mendapatkan tumpuan dalam berfikir sehingga mampu beroleh ilmu dan menguatkan hati. (Ibn 'Ajibah 1982) Tafakkur yang dimaksudkan ialah seseorang itu berfikir tentang kebenaran Tuhan dan keimanan dengan kehadiran hati sepanjang proses tersebut. Amalan ini mampu membantu kalbu yang berpenyakit dalam usaha menjauhkan diri daripada manusia yang tidak baik akhlaknya. (Muhibbuddin 2004)

Terdapat dua bentuk uzlah iaitu sama ada mengasingkan diri dan hati daripada makhluk dan manusia atau menjadikan hati itu sentiasa dalam keadaan berinteraksi dengan Allah SWT sedangkan tubuhnya bergerak berinteraksi dengan makhluk atau manusia lain. (Muhibbuddin 2004)

Amalan ini perlu disertai dengan syarat-syarat tertentu bagi memastikan tujuan sebenarnya tidak tersasar. Syarat yang dimaksudkan ialah berusaha melatih dan mendidik diri untuk berakhlak dan menghindarkan diri daripada berkata yang sia-sia,

berpegang dengan akidah yang benar iaitu *Ahl al-Sunnah wa al-Jama'ah*, mengetahui cara-cara melaksanakan ibadah dan bertaubat dari segala dosa (al-Taftazani 1969)

Pandangan ahli tasawuf tentang uzlah dengan sifatnya yang mengasingkan diri secara total daripada masyarakat mendapat perhatian seorang ahli falsafah Islam di Andalus iaitu Ibn Bajah. Beliau telah mengemukakan satu pemikiran yang dinamakan sebagai *al-Insan al-Munfarid* iaitu manusia penyendiri. Pada dasarnya pemikiran ini dikemukakan kerana beliau tidak bersetuju dengan pendekatan uzlah yang diperkenalkan oleh Imam al-Ghazali dan ahli tasawuf lain,

Sebagai solusi, Ibn Bajah dalam pemikirannya telah mencadangkan pendekatan yang sedikit berbeza iaitu bersendiri sama ada secara berseorangan atau melibatkan beberapa orang tanpa berhubung dengan orang lain kerana dikhuatiri terpengaruh dengan unsur tidak baik daripada masyarakat sekeliling. Ini bermakna beliau menyarankan pengasingan dalam khalayak. Dengan erti kata lain, *al-mutawahhid* atau manusia penyendiri itu tetap berada dalam khalayak masyarakat dengan keadaan tidak bercampur gaul dengan masyarakat yang rosak. Sebaliknya, mereka memilih untuk hidup bersendirian di tengah masyarakat atau hanya bergaul dengan kelompok yang memilih untuk menyendiri juga. (Majid Fakhri 1968; Sirajuddin Zar 2004)

Istilah *al-mutawahhid* juga disebut sebagai ahli falsafah dalam kaca mata Ibn Bajah. Ia kerana ahli falsafah mempunyai daya taakul yang tinggi dan mampu membuat penilaian secara benar tentang nilai-nilai buruk dalam masyarakat yang perlu dihindari dan nilai-nilai mulia yang perlu dilazimi. Tujuan pengasingan atau uzlah yang dicadangkan oleh Ibn Bajah ini ialah untuk mengasingkan diri daripada perbuatan buruk masyarakat dan hanya bergaul dengan para ilmuwan semata. (Majid Fakhri 1968; Sirajuddin Zar 2004) Firman Allah SWT (Maryam 19:48):

وَأَعْتَزِلْكُمْ وَمَا تَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ وَأَدْعُوا رَبِّي عَسَىٰ أَلَّا أَكُونَ بِدُعَاءِ رَبِّي شَقِيًّا



Maksudnya:

Dan aku akan menjauhkan diri darimu dan dari apa yang kamu seru selain Allah, dan aku akan berdoa kepada Tuhanku, Mudah-mudahan aku tidak akan kecewa dengan berdoa kepada Tuhanku".

Dari aspek psikologi, kaedah bersendirian atau uzlah ini mampu memberi kesan positif terhadap psikologi manusia khususnya dalam merawat diri bermasalah. Di antara jenis dan sub jenis psikoterapi yang diamalkan oleh ahli-ahli psikoterapi, ahli psikologi atau pakar psikiatri adalah melalui pengendalian psikoterapi secara perseorangan atau kumpulan kecil dalam usaha membantu pesakit memahami dan mengurus perasaan serta mengatasi komplikasi yang timbul akibat penyakit jiwa

tersebut. Kaedah sokongan kepada pesakit amat dititik beratkan bertujuan untuk mengembalikan kepercayaan diri sendiri kepada diri pesakit. Kesannya, pesakit dapat memperbaiki kualiti hidup dan dapat mengurangkan kebergantungan terhadap ubat-ubatan (Mohamed Hatta Shaharom 2003).

Selain itu, ahli terapi psiko spiritual Muslim menggunakan kaedah mewujudkan persekitaran yang selesa dan selamat untuk pesakit meluahkan apa yang dirasakan olehnya dan membincangkan masalah yang dihadapi. Di samping itu, pesakit turut dibantu dalam mengatasi kecelaruan yang dialami seperti gangguan emosi berbentuk kekosongan, kemurungan, kebimbangan, kekecewaan serta gangguan spiritual berupa kehilangan kekuatan dalaman, harapan, makna hidup dan kasih sayang, rasa berdosa, malu, keseorangan dan terpisah daripada Tuhan. (Mohamed Hatta Shaharom 2003).

UZLAH SEBAGAI RAWATAN ROHANI

Fenomena masyarakat yang ditimpa dengan pelbagai penyakit rohani dan membawa kepada keruntuhan umat telah dikhabarkan oleh baginda SAW dalam hadis berhubung amaran serta peringatan terhadap ancaman zaman fitnah. Antara perkara yang telah diberitakan baginda ialah berleluasanya kejahilan dan merosotnya ilmu. Sabda Rasulullah SAW:

إِنَّ بَيْنَ يَدَيْ السَّاعَةِ لَأَيَّامًا نَزَلُ فِيهَا الْجَهْلُ وَيُرْفَعُ فِيهَا الْعِلْمُ وَيَكْثُرُ فِيهَا الْهَرْجُ وَالْهَرْجُ الْقَتْلُ²

Maksudnya:

Menjelang hari kiamat akan berleluasanya kejahilan, ilmu diangkat, banyak berlaku *al-haraj*, iaitu pembunuhan.

Di samping perkhabaran ciri-ciri umat akhir zaman ini, baginda SAW turut menyatakan pelbagai jalan keluar yang perlu diambil oleh umat baginda SAW. Termasuk antaranya ialah dengan melakukan uzlah. Sabda Rasulullah SAW:

يُوشِكُ أَنْ يَكُونَ خَيْرَ مَالِ الْمُسْلِمِ غَنَمٌ يَتَّبِعُ بِهَا شَعَفَ الْجِبَالِ وَمَوَاقِعَ الْقَطْرِ يَفِرُّ بِدِينِهِ مِنَ الْفِتَنِ³

Maksudnya:

Sebaik-baik harta bagi umat Islam ialah kambing-kambing peliharaannya yang dibawa ke puncak gunung dan lembah-lembah bagi menyelamatkan agamanya daripada fitnah.

Menurut al-'Asqalani (1998), hadis ini menyarankan perpindahan umat pada akhir zaman daripada tempat berlakunya fitnah. Ia diharuskan apabila berleluasanya fitnah

² Al-Bukhari, Sahih, Kitab al-Fitan, Bab Zuhur al-Fitan, No. 6538.

³ Al-Bukhari, Sahih, Kitab al-Fitan, Bab al-Ta'arrub fi al-fitnah, No. 6561.

hingga tidak terbencong lagi. Amalan uzlah adalah pilihan terbaik pada ketika ini kerana ia bertujuan untuk menyelamatkan agama yang tersisa dalam diri. Khususnya bagi mereka yang tidak yakin mampu selamat daripada terjebak dalam maksiat. Begitu juga bagi mereka yang tidak mampu untuk melakukan amar makruf nahi mungkar.

Maka, pesakit rohani adalah tergolong antara mereka yang tidak mampu untuk menghindarkan diri daripada melakukan maksiat apatah lagi melakukan amar makruf nahi mungkar. Justeru, menyelamatkan iman dan memperkukuh kembali ibadah kepada Allah SWT adalah perkara terpenting bagi mereka. Melalui uzlah terpimpin, mereka mempunyai ruang tersendiri dalam mempersiapkan diri di zaman fitnah ini.

Tuntasnya, kepentingan uzlah dapat disenaraikan seperti berikut (Ibn ‘Ajibah 1982; Muhibbuddin 2004):

- i. Memelihara pancaindera daripada pengaruh tidak baik.
- ii. Membantu memelihara hati daripada riyak, mengampu dan ‘ujub.
- iii. Memberi ruang melatih akhlak mahmudah dalam suasana terkawal.
- iv. Menumpukan hati dan diri pesakit dalam melakukan ibadah.
- v. Memberi kerehatan fizikal dan rohani daripada tuntutan duniawi sehingga diri menjadi tenang.
- vi. Menjauhi fitnah, perselisihan dan permusuhan akibat pergaulan dengan manusia.
- vii. Melakukan tafakkur mengenai kebenaran dan kesucian Islam.
- viii. Memberi masa dan ruang untuk melakukan muhasabah dan mengambil iktibar.

Kesemua ini adalah berpaksikan hadis Rasulullah SAW :

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ، قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: مِنْ حُسْنِ إِسْلَامِ الْمَرْءِ تَرْكُهُ مَا لَا يَعْنِيهِ.⁴

Maksudnya:

Dari Abu Hurairah r.a.h katanya: Telah bersabda Rasulullah s.a.w: Daripada keelokan Islam seseorang ialah meninggalkan barang yang tidak berguna kepadanya.

Kepentingan proses pengasingan atau uzlah ini juga dapat dilihat menerusi rawatan dan pemulihan dadah yang diamalkan di Malaysia. Menurut Mahmood Nazar Mohamed (2005) proses rawatan terdiri daripada dua bentuk iaitu pemulihan melalui pengetahuan dan amalan serta pemulihan aspek penyucian jiwa dan luaran. Penagih dadah akan ditempatkan di pusat-pusat Serenti selama 18 hingga 24 bulan untuk

⁴ al-Tirmidhi, *Sunan al-Tirmidhi*, Kitab al-Zuhd °An Rasul li Allah , Bab Fi Man Takallam Bi Kalimah Yadhak Biha al-Nas, No. 2239.

mendapatkan rawatan dan pemulihan melalui pengetahuan dan amalan seperti memahami rukun Islam, bersembahyang, berpuasa, ilmu asas agama, solat berjemaah, berdoa serta membuat amalan yang selaras dengan ajaran Islam.

Manakala, pemulihan aspek penyucian jiwa dan luaran dilaksanakan dengan menempatkan penagih di Pondok Remaja Inabah di Kedah dan Terengganu. Di pondok ini, mereka mendapat rawatan kerohanian secara rutin, berjadual dan berterusan seperti zikrullah, berhadapan dengan guru, mandi taubat, mendirikan solat wajib dan sunat berjemaah, puasa sunat, riadah, sukan dan pengajaran ilmu-ilmu Islam (Mahmood Nazar Mohamed 2005). Malahan, keberkesanannya dapat dilihat apabila kajian Mahmood Nazar Mohamed pada tahun 1998 mendapati hanya 23 peratus pelatih Pondok Inabah yang kembali menagih selepas menjalani rawatan selama 25 minggu. (Dara Aisyah dkk 2013)

Oleh itu, ahli psikologi, psikoterapi dan psiko spiritual Islam didapati telah mengamalkan kaedah yang sama iaitu uzlah yang sama ada berbentuk kaedah perseorangan dan berkumpulan, kaedah mewujudkan persekitaran yang selesa dan selamat untuk pesakit mahupun kaedah menempatkan pesakit di pusat-pusat tertentu bagi memberi rawatan pemulihan.

Uzlah perlu dilakukan dengan mengambil kira ketulusan niat, keadaan sekeliling yang kondusif, keimanan, kefahaman terhadap matlamat, falsafah dan konsep uzlah, dipandu oleh pembimbing yang benar memahami penyakit rohani yang dialami oleh pesakit serta sedia untuk membantu. Malah, dalam konteks yang lebih luas, uzlah boleh diertikan dengan program-program ilmiah lain seperti usrah, kem motivasi, diskusi buku, konvensyen dan seumpamanya. Melalui pertemuan dan perkumpulan dengan mereka yang mempunyai matlamat yang sama iaitu mempertajam iman dan memperbaiki amal, ia juga berperanan dalam menjadikan individu bermuhasabah diri dan mendapat kaedah yang lebih baik atau berkesan dalam merawat penyakit rohani yang dialami. (Mohd Noorikhwan 2013)

Dalam amalan Pondok Inabah, zikrullah secara berterusan dan amalan ibadah dengan disertai pengajian kitab-kitab agama menjadi tonggak utama rawatan. (Dara Aisyah 2013) Ini membuktikan uzlah perlu disertai dengan zikir dan fikir bagi memastikan kejayaan satu-satu rawatan rohani.

KESIMPULAN

Amalan uzlah wajar dijadikan alternatif dalam merawat rohani masyarakat Muslim. Di kala dunia menghadapi masalah kecelaruan dan kepincangan, setiap masalah yang timbul perlu diselesaikan daripada akar umbinya. Setiap pelakuan manusia adalah berasal daripada dorongan dalaman diri. Maka, untuk merawat kesan buruk yang terzahir daripada tingkah laku seseorang, rawatan intensif terhadap aspek rohani perlu dititik beratkan.

Tambahan pula, uzlah yang disertai dengan zikir dan fikir menyeimbangkan hubungan antara manusia dengan Allah SWT dan hubungan sesama manusia. Ia jelas menerusi penekanan dalam aspek amal ibadah fardu dan sunat serta kepentingan melazimi akhlak mulia dan mengikis sikap buruk dalam diri. Apabila individu mampu menjalankan peranannya yang sebenar lagi menepati fitrahnya, hasilnya sikap buruk yang hanya merosakkan diri dapat dihindarkan. Malah, potensi untuk kembali melakukan amalan negatif yang lampau juga dapat dikurangkan. Justeru, konsep uzlah perlu diperluaskan lagi kepada sebarang bentuk kegiatan yang menekankan aspek zikir dan fikir. Tidak lagi hanya tertumpu kepada pengasingan jasad dan rohani daripada masyarakat semata-mata. Dalam hal ini, pandangan Ibn Bajjah dan ulama tasawuf seperti al-Ghazali dan al-Sakandari perlu diintegrasikan supaya dapat disesuaikan dengan peredaran zaman.

RUJUKAN

Al-Qur'an.

Ab. Latif Muda & Rosmawati Ali (2000). *Rujukan Pengajian Syariah Perbahasan*

Kaedah-Kaedah Fiqh. Kuala Lumpur: Pustaka Salam Sdn. Bhd.

Al-Asqalani, Ahmad bin 'Ali bin Hajar (1998) *Fath al-Bari bi Syarh Sahih al-*

Bukhari. Juz. 13. Kaherah: Dar al-Hadith.

Al-Buti, Muhammad Sa'id Ramadan (1983). *Fiqh al-Sirah.* Terj. Mohd Darus

Sanawi. Jil. 1. Ed. Ke-3. Selangor: Dewan Pustaka Fajar.

Dara Aisyah bt. H.M. Ali Puteh dkk (2013). Drug addict treatment and rehabilitation

programme at Pondok Inabah Kuala Terengganu, Terengganu, Malaysia (1998-2011). Dlm *British Journal of Social Sciences.* Vol. 1. No. 5. Hlm. 37-46. ISSN: 2326-4209.

Al-Darwish (2002). *Ṭ'rab al-Qur'an al-Karim wa Bayanuh.* Jil. 6. Beirut: Dar Ibn

Kathir.

al-Ghazali (2012) *Minhajul 'Abidin (Jalan Para 'Abid).* Terj. Engku Ali Engku Endut.

Kuala Lumpur: Pustaka Darul Iman.

Ibn 'Ajibah, Ahmad bin Muhammad. (1982). *Iqaz al-Himam fi Syarh al-Hikam.*

Beirut: al-Maktabah al-Thaqafiyah.

Juani Munir Abu Bakar (2013) Rawat rohani terapi mujarab penagih? Dlm. Utusan

Melayu. 4 Jun 2013. Dipetik daripada

- http://www.utusan.com.my/utusan/Bicara_Agama/20130604/ba_03/Rawat-rohani-terapi-mujarab-penagih pada 11 September 2014.
- Kamus Dewan edisi keempat. Laman Web DBP. Dipetik daripada <http://prpm.dbp.gov.my>. pada 22 September 2014.
- Mahmood Nazar Mohamed dkk. (2005) Program pemulihan luar institusi untuk penagih dadah. Sintok: Universiti Utara Malaysia.
- Majid Fakhri. (1968). *Rasail Ibn Bajjah al-Ilahiyyah*. Beirut: Dar al-Nahar.
- Al-Maktabah al-Syamilah. 2008. Edisi ke-2.
- Mohamed Hatta Shaharom. (2003). Rawatan Pesakit yang Menghadapi Maut. Prosiding Seminar Kebangsaan Kaunseling Berperspektif Islam, hlm. 23-25.
- Mohd Noorikhwan bin Sarbini (2013) Terapi jiwa menurut Imam Ibn ‘Ata’ Allah al-Sakandari. Latihan ilmiah Sarjana Muda Usuluddin dan Falsafah. Fakulti Pengajian Islam Universiti Kebangsaan Malaysia, Bangi.
- al-Mu’jam al-‘Arabiyy al-Asasiyy* (1988). Al-Munazzamah al-‘Arabiyyah li al-tarbiyyah wa al-thaqafah wa al-‘Ulum.
- Muhibbuddin Waly (2004) *Hakikat Hikmah Tauhid dan Tasawuf (al-Hikam)*. Singapura: Pustaka Nasional Pte. Ltd.
- Al-Sabuni, Muhammad ‘Ali. (1980). *Safwah al-Tafasir Tafsir Li al-Quran al-Karim*. Jil. 2. Al-Qahiraah: Dar al-Sabuni.
- Sa’id Hawwa. 2011. *Ulasan Kata-kata Hikmah Syeikh Ibn Ata’illah al-Sakandari (al-Hikam)*. Terj. Basri bin Ibrahim. Johor: Perniagaan Jahabersa.
- Al-Sibai, Mustafa (2004) *Sirah Nabi Muhammad s.a.w Pengajaran & Pedoman*. Kuala Lumpur: Pustaka Salam Sdn Bhd.
- Sirajuddin Zar. (2004). *Filsafat Islam Filosof dan Filsafatnya*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Al-Taftazani, Abu al-Wafa’ al-Ghanami (1969) *Ibn ‘Ata’ Allah al-Sakandari wa Tasawwufuhu*. Kaherah: Maktabat al-Anjlu al-Misriyyah.
- Totok Jumentoro & Samsul Munir Amin. (2005) *Kamus Ilmu Tasawuf*. T.tpt: Penerbit Amzah.
- Zakaria Stapa. (2013). Elemen Falsafah Dalam Wacana Sufi. Kertas Kerja Simposium Antarabangsa Falsafah Islam 2013. Anjuran Yapeim, Dewan Bahasa Dan Pustaka, Jabatan Usuluddin Dan Falsafah Universti Kebangsaan Malaysia, Selangor, 21 – 22 Mei.