

DASAR-DASAR PSIKOTERAPI ISLAM

Oleh: Isep Zainal Arifin

Pendahuluan

Dewasa ini kegelisahan jiwa hingga penyakit jiwa manusia sudah melewati ambang batas. Berbagai disiplin ilmu terus dikerahkan untuk mengatasinya. Konon ilmu yang paling berkopoten mengurus kejiwaan manusia adalah Psikologi, turunan dari psikologi yang mengurus berbagai gangguan dan penyakit jiwa adalah Psikiatri dan Psikoterapi.

Namun Psikologi sendiri akhir-akhir ini “ketahuan belangnya”, karena pada kenyataannya tidak sanggup menyentuh keadaan jiwa manusia yang sesungguhnya. Ia hanya mampu menangkap gejala-gejala dari jiwa saja, yang sifatnya empiris. Sementara jiwa sendiri bukan sesuatu yang empiris, ia lebih dari itu.

Psikoterapi yang berlindung di bawah psikologi tentu saja terkena imbasnya. Ia menjadi ilmu yang “memulasara” atau merawat dan mengobati berbagai gangguan dan penyakit jiwa, tetapi ia sendiri tidak faham mengenai jiwanya itu sendiri. Psikoterapi yang ada di Barat itu kemudian meminta bantuan pendekatan agama, maka munculah Psikoterapi Religius.

Psikoterapi Religius ini muncul dalam berbagai agama, karena sejarah membuktikan agama dengan para nabinya banyak ikut ambil bagian dalam proses penyembuhan berbagai penyakit, baik fisik maupun psikis umatnya.

BALASAN UTAMA

Dalam tradisi dunia Islam hingga masa kontemporer ini sebenarnya telah berkembang tradisi penyembuhan terhadap bathin manusia, baik pada zaman Rasulullah mau'pun zaman dinasti-dinasti besar, seperti zaman Dinasti Abasiyah dengan sebutan Thiburrahmany, ditambah dengan munculnya berbagai tokoh di dunia kedokteran, para filosof terutama para mursyid dunia sufi. Sekarang, ilmu ini telah berkembang dengan sebutan Psikoterapi Islam.

Berbagai metode yang dapat digunakan dan telah teruji dalam "merawat" jiwa manusia terdapat dalam ilmu ini, salah satunya adalah Tashawuf dan Tariqot. Pertanyaan yang menarik adalah, mengapa tashawuf dan thoriqat dapat memiliki efek terapi, serta mampu menyembuhkan berbagai gangguan dan penyakit kejiwaan manusia?

Psikoterapi dan Psikoterapi Islam

Dalam dunia medis, dilihat dari sasarannya, pengobatan secara umum dapat dibagi kepada tiga jenis: somatoterapi, sasaran pengobatannya diberikan kepada fisi atau badan. Psikoterapi, sasaran pengobatannya diberikan kepada psikis atau kejiwaan; Manipulasi lingkungan, yaitu mempengaruhi atau menterapi lingkungan bagai kesembuhan pasien. Caranya dapat mengambil bentuk milieu terapi atau sosioterapi. Dengan demikian, psikoterapi adalah pengobatan dengan prioritas sasarannya adalah kejiwaan manusia. Karena itu, Psikoterapi dapat diartikan sebagai ilmu untuk membantu penyembuhan dan perawatan terhadap aspek kejiwaan manusia.

BALASAN UTAMA

Ilmu ini lahir dari induknya, yaitu psikologi. Sebagaimana ilmu yang lahir di dunia Barat, umumnya Psikologi berakar pada pendekatan positivistic dan empiris *an sich*. Cirinya netral etik dan antroposentris. Padahal yang digeluti dan dipelajari adalah seluk-beluk tentang kejiwaan yang sifatnya non-empiris. Hal ini menimbulkan kebingungan dan kegersangan tersendiri bagi psikologi. Apalagi makin nampak psikologi akhirnya hanya mampu mempelajari tentang gejala-gejala dari jiwa yang empirik saja, karena memang psikologi nyatanya tidak sanggup mengetahui dan menjangkau jiwa yang sebenarnya. Tidak mengherankan, kini psikologi sering disebut sebagai “ilmu jiwa yang tidak berjiwa” atau ilmu jiwa yang tidak sanggup mempelajari jiwa.

Demikian juga dengan Ilmu Psikoterapi yang bertumpu pada psikologi positivistik yang empirik, menterapi berbagai gangguan dan penyakit jiwa hanya dari gejala-gejala jiwa yang empirik saja, tidak sanggup menyentuh substansi yang sebenarnya.

Kadaan ini didasari oleh masyarakat Barat, terlihat dari adanya upaya mulai berpaling dan menyadari pentingnya pendekatan spiritual dan agama yang *meta empirik* untuk menangani berbagai gangguan penyakit jiwa. Dalam dunia psikologi dan psikoterapi, kondisi ini ditandai dengan munculnya berbagai aliran yang menerapkan pendekatan agama terhadap pasien. Tokoh-tokoh seperti Maslow, Frankl, Jung dan Wetherhead merupakan paaraperintis bidang ini, maka lahirlah Psikoterapi yang didasarkan pada pendekatan agama dengan sebutan *Religio Psychotherapy*, *Psikoreligius* atau *Psikoterapi religius*.

BAHASAN UTAMA

Secara sederhana Psikoterapi religius dapat diartikan sebagai proses perawatan dan penyembuhan terhadap gangguan dan penyakit kejiwaan melalui intervensi psikhis yang didasarkan pada ajaran agama. Pendekatan ini tidak dimaksudkan untuk merubah iman dan kepercayaan seseorang, tetapi berusaha membangkitkan kekuatan spiritual dan imannya untuk membantu proses penyembuhan.

Di Barat (Kristen) pertumbuhan Psikoterapi religius dibantu dengan adanya *Konseling Pastoral*. Di dunia kedokteran Islam, praktek dan tuntunan penyembuhan berbagai penyakit dan gangguan kejiwaan telah berlangsung sejak zaman Rasulullah. Ahkan menurut Usman Najati, dalam bukunya *al-Qur'an wa Ilmunafs* menyebut salah satu tujuan diturunkannya al-Quran untuk masyarakat waktu itu adalah untuk mengadakan *shock therapy* terhadap kondisi kejiwaan masyarakat Arab waktu itu yang telah sakit jiwa dengan berbagai perilaku kejahiliyahannya.

Pada masa kejayaan dinasti-dinasti Islam, di wilayah belahan Timur, di bawah kepemimpinan Dinasti Abbasiyah dan di wilayah Barat seperti Andalus dan Spanyol Islam, Psikoterapi Islam dikenal dengan sebutan *Thibbur-rahmany*. Dalam perkembangan berikutnya muncul berbagai tokoh dari kalangan kedokteran Islam, para filosof, terutama para sufi dan mursyidthoriqot, mereka membahas seluk-beluk jiwa dengan berbagai istilahnya.

Kemunculan karya mereka awalnya memang ukan untuk tujuan Psikoterapi, tetapi kemudian menjadi sangat ermanfaat dalam lapangan ini. Muncul misalnya Al-Ghazali dengan konsep *Tazkiyatunnafs* dalam magnum opusnya

Ihya Ulumuddin; Ibn Qoyyim al-Jauzy dengan puluhan karyanya seperti *Asy-Syifa fi Mauizhul Muluk wa Khulafa*; Syekh Abdul Qodir Jailany dengan *Sirrul Asror-nya*; serta masih banyak lagi karya-karya dalam dunia tashowuf dan thoriqot.

Saat ini di kalangan dunia intelektual Islam Thibburrohmany secara akademis dikenal dengan disiplin ilmu Psikoterapi Islam yang merupakan bagian integral dari Psikoterapi Islam. Sebagai bagian integral dari Psikoterapi Islam, Psikoterapi Islam adalah ilmu tentang proses perawatan dan penyembuhan penyakit kejiwaan dan gangguan jiwa melalui intervensi psikhis yang di dasarkan kepada petunjuk al-Qur'an dan Assunah. Keajegan metodologinya dibangun melalui jalan: *istinbath*, *iqtibas* dan *istiqro*.

Proses *istinbath* adalah proses penalaran dengan menurunkan teori-teori dari al-Qur'an dan Assunah para nabi untuk Psikoterapi. *Iqtibas* adalah proses penalaran dengan meminjam teori hasil ijtihad yang telah ajeg dari para ahli tentang psikoterapi sejauh tidak bertentangan dengan al-Qur'an dan Assunah. Sedangkan *istiqro* adalah proses penalaran dengan hasil riset dan pengalaman empirik dan spiritual tentang Psikoterapi.

Dari pengayaan melalui tiga jalan tersebut didapat berbagai metode {teknik?} dalam psikoterapi Islam untuk membantu proses penyembuhan dan perawatan kejiwaan sebagai berikut: (1) Tashowuf-Thoriqot, (2) Dzikir, (3) Shalat, (4) Puasa, (6) Do'a, (7) Mandi Taubat dan (8) Hikmah (yang dibedakan dengan *kuhanah* atau klenik/perdukunan). Semuanya terutama dicari yang berefek terapi bagi berbagai gangguan dan penyakit jiwa. Karena itu jika TQN

BAHASAN UTAMA

dapat memiliki metode bagi penyembuhan berbagai gangguan dan penyakit kejiwaan, itu bukan aktifitas perdukunan, melainkan dapat dipertanggung-jawabkan dan diteliti secara ilmiah, hanya orang belum banyak mengetahui dan memahami tentang hal itu.

TQN Model Terapi Islam

Alasan yang paling sederhana, karena memang tashowuf dan thoriqot bergelut dengan upaya-upaya yang terkait dengan pembersihan sisi dalam (baca: bathin) manusia agar bersih untuk mendekati Allah SWT Yang Maha Suci. Bathin manusia inilah yang banyak dieksplorasi dan dipelajari secara mendalam sehingga banyak hal yang diketahui dan diperoleh, rahasianya tersingkap, kegelapannya terbuka dan tabir yang menyelimutinya terkuak, sehingga dapatlah diketahui, apakah, siapakah dan bagaimanakah lahir dan bathin manusia itu terutama sisi bathinnya.

Untuk membantu memahami bagaimana "sisi dalam" manusia, secara global manusia itu dapat dibagi kepada dua bagian yaitu bagian zhohir dan bagian bathin. *Pertama*, bagian zhohir yang nampak adalah wujud jasmani, menurut para filosof terdiri dari empat unsur material yaitu tanah, air, api dan udara. Keempat unsur ini bersifat abiotik (mati). Ia akan hidup jika diberi energi kehidupan oleh Allah. Energi kehidupan ini kita menyebutnya dengan nyawa. Ibn Miskawaih dan Abul Hasan al-Asy'ari menamainya dengan sebutan *al-hayat* (daya hidup) yang dibedakan dengan *arruh*. Al-hayat ada sejak adanya sel kelamin, sedangkan *arruh* menyatu dalam tubuh setelah

BAHASAN UTAMA

embrio berusia empat bulan dalam kandungan. Ruh bersifat jauhar dan hanya dimiliki oleh manusia, sedang hayat bersifat *'arodh*, di mana hewan juga memiliki. Wujud jasmani ini bersifat material. sangat tergantung kepada hal-hal fisik, butuh makan dan minum, sangat terbatas tetapi juga penting sebagai wadah bagi athin manusia.

Kedua, unsur bathin manusia adalah bagian halus dari manusia terbagi dua, yaitu ruhani dan nafsani. (1) *Substansi ruhani* terdiri dari ruh yang menjadi esensi kehidupan manusia dan pembeda dengan makhluk lain. Ia memiliki thabi'at tersendiri, menurut Ibn Sina ruh adalah kesempurnaan awal jisim manusia yang tinggi. Al-Farabi memandang ruh berasal dari 'alamul amri (alam perintah) dari sisi Allah, kendatipun ia tidak sama dengan-Nya. Karena ruh berasal dari sisi-Nya maka pada prinsipnya ruh memiliki thabi'at yang baik dan bersifat ketuhanan (Ilahiah). Ia hidup melalui zatnya sendiri, tidak butuh makan dan minum serta kebutuhan jasmani lainnya, kematian jasmani bukan berarti kematian ruh. Al-Ghazali bahkan menyebut ruh dapat berfikir, mengingat dan mengetahui serta terus hidup sampai nanti datang kehadiran Ilahi. Meskipun begitu manusia tidak banyak mengetahui tentang hakikat dan rahasia ruh ini, hanya Allah Yang Maha Tahu.

[2] *Substansi nafsani*, ia terdiri dari nafs (bedakan dengan istilah nafsu sehari-hari). Nafs memiliki gabungan thabi'at antara jasmani dan ruhani. Ia sebagai potensi bagi jasmani dan ruhan (psiko-pisik) manusia karena itu ia terikat dengan hukum jasmani dan ruhani. Karena berfungsi sebagai potensi, ia tidak boleh mati atau sebaliknya terlalu di biarkan liar. Setiap komponen dari nafs

BALASAN UTAMA

ini memiliki daya-daya laten yang berpotensi dapat menggerakkan tingkah laku manusia ke arah yang baik atau menjerumuskannya ke arah yang buruk (QS. Asy-Syams:7-8). Aktualisasi nafs ini lebih jauh dapat membentuk kepribadian manusia, seperti apa sosok dan perilaku seseorang, rupanya potensi-potensi nafs inilah yang mengendalikannya. Nafs mana yang paling dominan menguasai diri manusia, maka seperti itulah sosok perilaku dan sepak terjangnya. Dari sini nampak bagaimana posisi strategis nafs dalam kehidupan manusia.

Wadah aktualisasi nafs ini ada 3: (1) qalbu, (2) 'aql dan (3) nafs. Ketiga wadah aktualisasi nafs ini masing-masing memiliki dua substansi, jasmani-ruhani, karenanya ada istilah qalbu jasmani wujud fisik materialnya dan qalbu ruhani substansi immaterialnya. Menurut Al-Ghazali, qalbu memiliki insting *nur ilahy* (cahaya ketuhanan) dan *bashiroh bathiniyyah* (mata bathin). Ia lebih dekat kepada sisi ruhani dari pada jasmani. Fitrah asalnya cenderung menerima kebenaran. Ia berfungsi sebagai pemandu, pengontrol dan pengendali berbagai nafs dengan segala potensinya. Meskipun begitu, ia memiliki karakter suka bolak-balik dan dapat berpenyakit (Q.S. Al-Baqarah:10).

Dilihat dari sisi ini kaitannya dengan nafs di atas jelas qalbu memiliki posisi penting dan juga strategis, sebagai pengendali nafs manusia. Tetapi melihat sifatnya, qalbu juga dapat kotor dan berpenyakit. Mungkin juga karena dorongan atau tarikan-tarikan dari nafs terutam potensi nafs yang bersifat negatif.

Sedemikian penting dan strategisnya qalbu, sehingga dalam hadits riwayat Imam Bukhari dari Nu'man Bin Basyir ditegaskan, qalbu menentukan baik-buruknya manusia.

Sesuatu yang menarik adalah, jika qalbu sebagai kendali bagi nafs, maka ketika ia sendiri kotor atau *error*, melalui apa ia dapat dibersihkan? Dalam Miftahushudur dengan tegas, haditsnya disebutkan: "segala sesuatu ada alat pembersihnya, dan pembersih bagi qalbu adalah Dzikir...".

Dzikir yang dimaksud dalam hemat penulis adalah dzikir yang diaarkan dengan metode khusus seperti *Thariqat Qodariah Naqsabandiyah* (TQN). Inilah Dzikir yang efektif dan efisien bagi proses detoksifikasi kotoran qalbu. Ini berarti dzikir secara umum tetap bermanfaat, tetapi tidak akan seefektif dzikir dengan metode khusus yang telah teruji dalam thoriqat.

Selanjutnya tinggal membongkar dan mengetahui satu lagi gudang potensi anugerah Ilahi yaitu nafs. Di sinilah kehebatan TQN akan nampak, karena TQN berhasil membongkar apa, bagaimana, di mana dan potensi-potensi apa yang dikandung oleh nafs itu.

Nafs adalah kandungan substansi nafsani yang lebih tepat kita artikan jiwa yang sesungguhnya (dibanding dengan istilah jiwa atau soul atau mental dalam istilah Psikologi Barat). Dalam ajaran TQN ditemukan ada tujuh sampai sepuluh nafs yang terkenal, yaitu: (1) Nafsul Ammaroh, (2) Nafsul Lawwamah, (3) Nafsul Mulhimah/Sawiyyah, (4) nafsul Muthma'inah, (5) Nasur Rodiyyah, (6) Nafsul Mardiyah, (7) Nafsul kamilah. Tiap-tiap nafs ini memiliki potensi baik-buruk, bukan hanya itu dalam TQN tiap nafs ini dapat diketahui titik atau tempat serta wadah aktualitasnya, yang sekaligus sebagai poros penghubung antara jasmani-ruhani saat mereka berproses menuju peningkatan iman manusia ke arah yang lebih tinggi. Wadah ini (sebut saja begitu) disebut lathifah, karena

BAHASAN UTAMA

saking halusny. Keadaan ini dapat digambarkan dalam matrik sebagai berikut:

No & Nama Nafs	Nama Latifah	Letak /Tempatnya
1. Ammaroh	Lathifatunnafsi	Antara dua kening
2. Lawwamah	Lathifatulqolbi	2 jari di bawah susu kiri
3. Mulhimah	Latifaturrehi	2 jaridi bawah susu kanan
4. Muthma'innah	Latifatussirri	2 jari di atas susu kiri
5. Rodliyah	Latifatulkhofy	2 jari di atas susu kana
6. Mardiyah	Latifatulakhfa	Tengah dada
7. Kamilah	Latifatulqolab/kuljasad	Seluruh permukaan tubuh

Perhatikan baik-baik, menurut ajaran TQN, tiap-tiap nafs ini ternyata masing-masing memiliki potensi baik buruk, bahkan akhir-akhir disebutkan ketujuh nafs tersebut tidak lain dari pada tipologi kepribadian manusia. Misalnya nafs amarah memiliki potensi dan kecenderungan pada hasrat biologis, syahwat, hedonis, bahkan cenderung pada kejelekan. Pribadi ammaroh adalah pribadi yang mengejar knikmatan syahwat (birahi, kesukaan diri, dll.), ghodhob (tamak, serakah, keras kepala, sombong, dll.) Ammaroh sanggup menarik qolbu tidak berdaya hingga melakukan hal-hal yang hina dan perbuatan yang rendah. Sehingga ia menjadi sumber perbuatan akhlak tercela dan berbagai kejelekan (QS;Yusuf:10). Meskipun begitu nafs ammaroh merupakan gudang potensi untuk survivalitas hidup manusia dan lawwamah, ia merupakan gudang potensi sifat psikologis dan rasional. Secara psikologis ia cenderung ke perasaan/ emosi sedangkan secara rasional ia cenderung kepada daya akal. Tetapi teriak keduanya terkadang seimbang karena itu karakter *lawwamah* adalah karakter yang ragu-ragu karena selalu berada dalam tarikan dua sisi. Dari segi nama *lawwamah* dapat berartidua hal, yaitu al-laum

(mencela), ia dapat mencela atau menyesal ketika berbuat salah dan dosa tetapi tidak sanggup untuk berhenti meninggalkannya. *Al-laum* juga dapat berarti *taroddud* (bimbang dan ragu) karena adadidua titik ekstrim. Karena itu selalu tidak istiqomah dalam satu keadaan antara ingat dan lupa, menerima lalu menolak, cinta tapi benci, taubat tapi durhaka, percaya tapi tiba-tiba ragulagi, dst. Jika tidak dibimbing oleh qolbu ia akan terserat ke kawasan ammaroh misalnya menjadi manusia licik, tetapi jika terkendalikan oleh qolbu ia akan menjadi manusia fathonah yang pintar, karena hakikat licik dengan pintar batasnya sedikit. Karena itu selain sisi buruk *nafs lawwamah* juga merupakan gudang potensi positif dari adanya sifat-sifat baik seperti *yaqin* dan dermawan, bukankah *yaqin* adalah keraguan yang terjawab secara pasti, sedangkan dermawan adalah sikap di tengah antara kikir dan boros.

Kenalilah karakter dan indikator masing-masing nafsu sisi baik buruknya, niscaya kita akan segera tahu seperti apa sosok pribadinya karakter manusia itu. Atau mungkin kita akan segera tahu dalam posisi apa sosok seorang manusia yang sedang kita hadapi, akan segera terdeteksi jika kita segera tahu nafs yang sedang dominan dalam kepribadiannya.

Manusia yang memiliki berbagai gejala kejiwaan yang kurang normal baik berupa gangguan kejiwaan (*neurotik*) maupun penyakit jiwa (*psikotik*) jika kita peka dan terlatih akan segera kelihatan titik nafs mana yang telah rusak dan tidak seimbang dan nafs mana yang perlu di push, di *upgrade* (di tekan dan diperbaiki) agar mencapai titik keseimbangan, nafs mana yang telah hancur hingga perlu diterapi atau disembuhkan dan seterusnya. Setelah

diketahui maka akan kelihatan titik lathifah mana yang perlu disentuh dan terapi.

Karena lathifah itu merupakan unsur yang sengat halus dan immaterial alat intervensi terhadap lathifah tidak bisa dengan sesuatu yang kasar, jasadi atau fisikmaterial seperti jarum suntik atau obat-obatan parmasi. Intervensi terhadap nafs yang ada pada lathifah itu memerlukan sesuatu yang halus dan immaterial. Inilah kehebatan dzikir yang memiliki kekuatan energi immaterial sehingga sanggup secara tepat menggedor dan mengadakan intervensi terhadap titik-titik lathifah tersebut untuk diterapi, diperbaiki dan diseimbangkan.

Bagi yang menderita neurotik atau psikotik intervensi dzikir dengan energi immaterialnya dari TQN akan bersifat terapis terhadap berbagai gangguan tersebut. Sehingga tidak mengherankan berbagai gangguan dan kotoran penyakit kejiwaan yang bersumber dari berbagai nafs dan qolbu tersebut menjadi kurang atau hilang, inilah makna kesembuhan dan efek terapi dari dzikir TQN.

Bagi ikhwan yang mendawamkan dzikir TQN dan tidak memiliki gangguan neurotik-psikotik, maka dzikir dapat berfungsi "mesin" penyeimbangan energi spiritual, pengendalian berbagai dorongan nafs, dan pembersihan qolbu sebagai pengatur nafs. Lebih jauh lagi kebersihan qolbu dengan terus mengasah lathifah-lathifah tersebut akan sanggup membawa kepada puncak hakikat *ma'rifat*, baik *ma'rifatul asma'-ma'rifatush-shifat ma'rifatul afal*, bahkan *ma'rifatudzat* sebagai *ma'rifat* tertinggi.

Dalam prakteknya dzikir TQN dilakukan dengan beberapa gerakan yang intinya menyentuh atau "menggedor" ketujuh titik *lathifahter* sebut secara

simultan dan seimbang melalui hitungan atau disisi tertentu dimulai dari (1) Titik *Lathifatulqolbi*. (2) masuk kepada *lathifaturruh*, (3) Titik *Lathifatusirri*, (4) Titik *Lathifatulkhofy*, (5) *Lathifatulakhfa*, (6) *Lathifatunnafsi*, berakhir dititik *Lathifalqolab/kuljasad* sehingga berbentuklah gerakan dzikir seperti yang kita kenal.

Dengan cara yang benar pada tiap akhir proses dzikir di tiap lathifah inilah yang akan tercapai apa yang disyaratkan Allah dalam QS; Az-Zumar:23; al-Ankabut:45; dan al-A'raf: 205. Sekarang dapat diketahui kenapa gerakan dzikir TQN berputar pada tujuh titik lathifah itu, itu bukan semata-mata gerakan yang riya tanpa tujuan, atau gerakan ngawur seperti disebut orang *tripping* atau malah bergerak-gerak saja seenaknya, tetapi merupakan gerakan hasil analisis dan eksperimen yang telah teruji ratusan tahun bagi terapi terhadap jiwa dan keseimbangan bagi potensi nafs manusia.

Akhirnya, betapa nampak logis jika pada kenya-taannya metode TQN khususnya atau *tashawuf* dan *thoriqot* umumnya memiliki fungsi dan efek terapi bagi berbagai gangguan dan penyakit jiwa manusia. Karena gudang dari neurotik dan psikotik itu terdapat dalam substansi jiwa atau nafs-nafs tersebut yang terletak pada tujuh titik lathifah. Sedangkan lathifah-lathifah ini bersifat immaterial, maka alat intervensi terhadap lathifah yang imateril ini tidak dapat dengan yang sifatnya materil, melainkan dengan yang immaterial lagi.

Dzikir adalah sesuatu yang bersifat imateril, maka logis kalau ia sangat efektif menjadi alat intervensi sekaligus alat terapi bagi jiwa manusia. Dalam konteks inilah nampak jelas bagaimana *tashawuf* dan *thoriqot* khususnya TQN

BAHASAN UTAMA

sanggup memiliki efek terapi bahkan dapat menjadi metode terapi bagi gangguan dan penyakit jiwa sehingga memperjelas bentuk metode dari psikoterapi Islam khususnya psikoterapi Islam.

Meskipun begitu kita tahu bahwa sejak asal mulanya tashowuf atau thoriqot juga TQN tidak diperuntukannya sekedar sebagai metode terapi, tetapi itulah sisi aksiologis atau manfaat dari suatu ilmu, *Wallahu a'lam*.