

Mengendalikan Syahwat dan Hawa Nafsu

<"xml encoding="UTF-8?">

:Jasmani manusia memiliki dua dorongan utama yang harus dihadapi

Syahwat: yaitu keinginan untuk memperoleh sesuatu, seperti harta, kedudukan, dan .1
.kesenangan duniawi

Hawa: dorongan untuk mempertahankan apa yang telah dimiliki, yang berpotensi mengarah .2
.pada kezaliman atau keserakahan

Menurut Al-Qur'an, dalam Surah Asy-Syams ayat 7-10, manusia memiliki dorongan untuk
fujūr, kecenderungan berbuat dosa dan) (فُجُورٌ berbuat baik (taqwa) serta berbuat buruk
menyimpang dari kebenaran)). Sebagai contoh, sikap fujur tampak pada perilaku ujub bagi
yang berilmu dan kikir bagi yang memiliki harta. Namun, di dalam diri manusia juga terdapat
taqwa, yang tercermin dalam rasa kasih sayang, seperti simpati terhadap anak kecil yang
terjatuh atau perhatian kepada orang yang menderita. Ketika dorongan kebaikan itu terus
menerus direalisasikan hingga menyatu dengan diri, individu tersebut disebut sebagai muttaqīn
(مُتَّقِينَ, orang-orang yang bertakwa).

Lanjutan dari ayat ini menekankan, "Qad aflaha man zakkāhā," yang mengajak manusia untuk
tazkiyatun nafs, pensucian jiwa). Mengapa demikian? Karena تَزْكِيَةُ النَّفْسِ menjalankan
dorongan keburukan dalam diri manusia sering kali lebih besar daripada kebaikan. Oleh sebab
itu, saat kita melakukan kesalahan, penting untuk segera beristighfar dan bertaubat. Istighfar
banyak ditemui dalam shalat dan doa, contohnya dalam doa Kumayl, doa Abu Hamzah, dan
.munajat Sya'baniyah