

Bertasawuf Di Era Modern: Tasawuf Sebagai Psikoterapi

Endang Sri Rahayu

Sekolah Tinggi Filsafat Islam (STFI) Sadra Jakarta

Email: zainab.endang@gmail.com

ABSTRACT

“And we reveal of the Qur’an that which is a healing and a mercy for believers” (Q.S. Al-Isra 17:82). In this verse, Allah affirm that in Qur’an there’s a cure or medicine. The mental issue is one of the many issues concerning human health. The clinical approach to cure mental issue without the help medicinal drugs are what came to be known as psychotherapy. Islam, as the embodiment of the Qur’anic values, as the previous verse has affirm as well, provide solutions. Sufism, which takes Qur’an as it basis for it’s mysticism and spiritual practices, is the representation of Qur’anic and Islamic way to provide psychotherapy.

Keywords: *Psychology, Islam, Qur’an, Psychotherapy, Soul, Sufism, Mysticism*

ABSTRAK

“Dan Kami turunkan dari al-Qur'an (sesuatu) yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang yang beriman” (Q.S. Al-Isra 17:82). Pada ayat ini, Allah memastikan bahwa pada al-Qur’an itu ada penawar atau obat. Isu mental adalah salah satu dari banyaknya isu tentang kesehatan manusia. Pendekatan klinis untuk menyembuhkan isu mental tanpa bantuan obat-obatan medis adalah apa yang dikenal sebagai psikoterapi. Islam, sebagai pengejawantahan nilai-nilai Qur’ani, sebagaimana yang telah dipastikan pada ayat sebelumnya, memberikan solusi-solusi. Tasawuf, yang mana mengambil al-Qur’an sebagai dasar mistisisme dan praktik spiritualnya, adalah representasi atas jalan Qur’ani dan islami untuk memberikan perawatan psikoterapi.

Kata Kunci: *Psikologi, Islam, Qur’an, Psikoterapi, Jiwa, Tasawuf, Mistisisme*

PENDAHULUAN

Di era modern ini, dapat kita temui bahwa semangat dan antusiasme masyarakat modern untuk mengintegrasikan agama dan spiritualitas ke dalam rutinitas hidup naik drastis. Beberapa dekade lalu, beberapa cendekiawan menyimpulkan bahwa di era modern nanti, era yang dianggap memiliki kemajuan teknologi yang mutakhir, agama tidak akan lagi memiliki peran yang signifikan dalam kehidupan. Mereka menganggap bahwa teknologi akan mampu mengatasi atau menyelesaikan semua permasalahan

kehidupan manusia. Namun kenyataannya tidaklah demikian. Sekarang agama menjadi rujukan utama orang-orang yang haus akan aspek-aspek batiniah dalam hidupnya. Hal ini berkaitan dengan tujuan dan makna hidup, akan tetapi banyak pula orang yang beralih kepada spiritualitas untuk mencari solusi problem-problem dalam hidupnya.

Ilmu pengetahuan modern, seperti psikologi misalnya, telah berusaha memberi solusi-solusi klinis yang modern untuk menyelesaikan problem-problem ini. Akan tetapi, problem-problem yang terkait dengan jiwa manusia tak kunjung menemui solusi konkret akibat begitu tingginya tingkat abstraksi daripada objek fokus dalam hal ini, yakni jiwa manusia.

Sebagian besar manusia mencari alternatif, keluar dari diskursus yang memperlakukan kondisi kejiwaan sebagai reaksi-reaksi elektro-kimia dan neurotik belaka. Dalam hal ini, kebanyakan neurosaintis memiliki pandangan “*change your brain, change your mind*” (ubah otakmu, dan berubahlah pikiranmu), alias otak dan kondisi neurotiknyalah yang menjadi sentral dalam daya pikir manusia. Namun seiring berjalannya waktu, terutama setelah munculnya diskursus neurosains-agama, muncul ragam interpretasi yang mengintegrasikan keduanya. Buddhisme misalnya, yang pertama mengintegrasikannya, berpandangan bahwa integrasi ini memiliki implikasi sudut pandang baru, yakni “*change your mind, change your brain*”, yang mana kesempurnaan otak dapat dicapai dengan mengubah gaya pikir. Dengan begitu, cara berpikir menggantikan otak dalam menempati posisi sentral. Hal ini dibuktikan dalam buku Sharon Begley, *Train Your Mind, Change Your Brain*.

Peralihan manusia kepada hal-hal agamis tidak serta merta berupa pengalihan fokus. Manusia cenderung beralih kepada agama yang memiliki konten spiritualitas dan esoterisme yang lebih tinggi. Dewasa ini, kebanyakan orang merujuk kepada Buddhisme atau diskursus filsafat esoteris dengan laku asketik yang diadopsi dari Hinduisme atau budaya Timur lainnya, seperti yoga, meditasi, Ayurveda, dan gaya hidup holistik lainnya, dengan harapan mencapai keseimbangan lahir dan batin. Agama-agama yang berupa ritus belaka tak mendapat perhatian lebih, dan bahkan terkadang tak digubris sama sekali.

Islam memiliki dimensi batin dan esoteris yang dikenal sebagai *tasawuf* atau *irfan*, di mana di dalamnya terdapat laku spiritual yang juga mencakup pembahasan jiwa dan kondisi-kondisinya. Hal ini juga yang kemudian, secara langsung maupun tidak, berperan dalam membantu pengembangan, bahkan sebagai asas-asas, daripada psikoterapi sebagai suatu bidang keilmuan.

Tasawuf psikoterapi merupakan reaksi Islam terhadap kebutuhan-kebutuhan jiwa manusia akan pembenahan dan kesempurnaan. Tasawuf psikoterapi bisa menjadi jawaban bagi siapa saja yang mencari pendekatan holistik dalam memahami aspek-aspek kejiwaan manusia.

Psikoterapi dan tasawuf adalah dua term yang berbeda, akan tetapi memiliki kesamaan pada objek studinya, yaitu jiwa, dan tujuan pengaplikasiannya, yakni

keseimbangan batin. Tasawuf, atau yang kerap disebut sufisme, dalam agama Islam adalah sebuah ilmu untuk mengetahui bagaimana cara menyucikan jiwa, menjernihkan akhlak, membangun lahir dan batin, serta untuk memperoleh kebahagiaan yang abadi. Sementara itu, psikoterapi sendiri adalah usaha penyembuhan untuk masalah yang berkaitan dengan pikiran, perasaan dan perilaku.

Dengan itu, tasawuf menawarkan sebuah pendekatan baru terhadap problem-problem psikologis, yaitu untuk memberikan solusi yang menjadi tujuan utama daripada diskursus psikoterapi. Karena itu, urgensi akan tasawuf psikoterapi meningkat, seraya dengan meningkatnya kebutuhan manusia terhadap solusi-solusi spiritual berkenaan dengan masalah kejiwaan. Hal ini kemudian menyebabkan munculnya studi tasawuf psikoterapi di lembaga-lembaga pendidikan, khususnya di Indonesia. Meski sudah cukup banyak tersebar di berbagai universitas Islam dalam negeri, tetapi masih cukup banyak lapisan masyarakat yang belum mengenal, memahami, mengetahui, dan familiar dengan konsep psikoterapi berbasis tasawuf ini.

Tasawuf adalah dimensi batiniyah Islam,¹ sebuah fenomena mistisisme dalam Islam.² Dalam sebuah ungkapan Abu Bakar Sirajuddin, atau dikenal sebagai Martin Lings (1983: 11) mengatakan:

“From time to time, a Revelation ‘flows’ like a great tidal wave from the Ocean of Infinitude to the shores of our finite world; and Sufism is the vocation, and the discipline, and the science, of plunging into the ebb of one of these waves and being drawn back with it to its Eternal and Infinite Source. (Dari masa ke masa, pewahyuan mengalir bak ombak pasang dari samudera ketidak-terbatasan menuju ke tepian alam terbatas kita; dan Sufisme adalah suatu upaya, disiplin, atau suatu ilmu, untuk terjun kepada pasang surut salah satu daripada ombak-ombak itu dan kemudian ditarik kembali kepada sumber abadi dan tak terbatasnya).”

Sufisme menembus dimensi eksoteris Islam, dan berenang pada dimensi esoterisnya. Dengan ini sufisme tak bisa dipisahkan dari Islam itu sendiri dan merupakan substansi Islam itu sendiri.

Secara etimologis, pendapat mengenai asal usul istilah tasawuf ini sangat beragam. Tasawuf adalah suatu aktifitas baik fisik maupun psikis. Sufisme sendiri adalah nama lain dari tasawuf atau irfan, karena orang yang berjalan pada jalan ini, disebut sebagai seorang sufi.

Dalam pendapat umum, sufi berasal dari kata bahasa Arab *suf* (صوف) yang berarti wol (kain). Definisi inilah adalah definisi yang umum diterima, dan

¹ Seyyed Hossein Nasr, *The Essential Seyyed Hossein Nasr*, ed. William C. Chittick (Bloomington: World Wisdom, 2007), hal. 74

² Martin Lings, *What is Sufism?*, (Lahore: Suhail Academy, 2005), hal. 12

Encyclopaedia of Islam (himpunan ensiklopedik tentang Islam yang diterbitkan oleh penerbit akademik Belanda, *Brill*) menyatakan bahwa definisi lainnya tidak berdasar.³

Teori asal usul etimologis ini disimpulkan dari kebiasaan kaum sufi untuk mengenakan kain wol yang cenderung kasar, tidak nyaman, dan juga murah, yang menunjukkan kerendahan diri dan gaya hidup yang non-duniawi. Tidak sedikit dari kalangan cendekiawan muslim, yang menolak asal usul etimologis ini. Al-Qushairi dan Ibn Khaldun menolak bahwa *s}u>f* adalah asal kata daripada istilah tasawuf ini.⁴ Sebagian besar tokoh lainnya juga beranggapan bahwa asal kata yang sebenarnya adalah *s}afa>* (صفا) yang bermakna jernih atau bersih.

Sejarah Tasawuf

Istilah tasawuf sebagai suatu keilmuan memang tidak muncul pada masa awal-awal Islam. Akan tetapi eksistensi konsep yang sekarang dikenal sebagai tasawuf tidak bisa dilepaskan dari eksistensi Islam itu sendiri. Islam sendiri tidak bisa dilepaskan dari dimensi terdalamnya ini. Dimensi ini, baik disebut tasawuf, Irfan, mistisisme Islam atau sufisme, atau bahkan bagi yang menolak istilah-istilah ini, sama-sama memiliki konsep *tazkiyah al-nafs* (menyucikan diri), yang kurang lebih sama dalam konsepsinya meski kemudian ada paradigma yang berbeda tergantung kepada kelompok-kelompok yang menafsirkannya.

Menurut Nasr, merepresentasikan pandangan dari banyak ulama dan cendekiawan terdahulu, tasawuf merujuk kepada apa yang Nabi Muhammad sebut sebagai *ihsa>n* pada hadis Jibril. Dalam Riwayat tersebut, definisi *ihsa>n* adalah “*menyembah Tuhan, seakan-akan kau menyaksikannya, dan sekalipun kau tak melihat-Nya, maka Dia melihatmu*”. Hal ini menunjukkan makna mistis tasawuf. Ibn Arabi membaca riwayat ini dengan cara yang cukup unik, yaitu; “*Menyembah Tuhan, layaknya kau menyaksikannya, dan meski tidak, kau melihat-Nya karena Dia melihatmu.*” Hal ini kemudian merujuk pada makna gnostik.

Maka menurut Carl W Ernst,⁵ model daripada laku tasawuf adalah Nabi Muhammad itu sendiri, dan pribadi-pribadi di sekitarnya. Kemudian tasawuf berkembang sedikit demi sedikit dan menjadi suatu diskursus serius di berbagai lapisan cendekiawan Muslim saat itu.

Dengan segala perkembangan tersebut, maka sufisme kemudian tampil sebagai suatu konsep yang dibahas lintas zaman, yang juga diperkaya oleh pandangan tokoh-tokoh yang berbeda, diskusi-diskusi di antara para tokoh, serta beragam karya hasil pengalaman dan kontemplasi.

³ William C. Chittick, *Sufism. Sūfī Thought and Practice*, dalam John L. Esposito (ed.), *The Oxford Encyclopedia of the Islamic World*, (Oxford: Oxford University Press, 2009).

⁴ Jullundhry, Rashid Ahmad, *Qur'anic Exegesis in Classical Literature*, (New Westminster: The Other Press, 2010), hal. 56

⁵ Ernst, Carl W., *Tasawwuf [Sufism]*, 2003, dalam *Encyclopedia of Islam and the Muslim World*.

Tasawuf di Era Modern

Dalam analisa yang diberikan oleh Oxford Islamic Studies;⁶ sufisme di era modern seringkali dikambinghitamkan menjadi penyebab keterbelakangan Islam dikarenakan tradisionalitasnya. Kebanyakan cendekiawan Barat menyatakan bahwa para modernis Muslimlah yang menjadi harapan bagi Islam untuk mencapai kemajuan yang selaras dengan zaman. Akan tetapi, hal ini sudah dapat ditepis oleh kenyataan bahwa modernisme radikal menimbulkan reaksi-reaksi religius yang negatif ketika mesti berhadapan dengan fundamentalisme dan agenda-agenda politis yang menyeter Islam untuk suatu tujuan tertentu.

Dalam hal ini, sebagian besar cendekiawan dan praktisi tasawuf justru gencar menyebarkan nilai sufisme universal, bahkan ke Barat seperti yang dilakukan oleh *Pir Vilayat Inayat Khan*. Semangat sufisme ini mengglobal, seperti di Perancis kita mengenal sosok *Renee Guenon*, kemudian berangsur-angsur lah para sufi modern bermunculan, memberikan suatu sudut pandang baru akan tasawuf di dunia modern.

Sekarang, sufisme menjadi suatu area di mana para manusia modern dapat menemui ketenangan hidup dan suatu tujuan. Di samping itu, tasawuf pun menawarkan alternatif psikoterapi, *urban sufism* untuk para pencari makna dari kalangan orang kota modern yang sibuk, dan *corporate sufism* untuk para pengusaha yang mencari kesuksesan ekonomi-sosial yang bersamaan dengan kesuksesan spiritualitas.

Pengertian Psikoterapi

Secara literal, psikoterapi adalah istilah berasal dari bahasa Yunani *psiko* (ψυχή) dan *therapeia* (θεραπεία). *Psiko* bermakna nafas, ruh, atau yang paling digunakan sebagai terjemahan yang paling tepat adalah jiwa, dan *therapeia* bermakna upaya medis untuk menyembuhkan.

Secara istilah, definisi yang diberikan oleh *Oxford Learners Dictionary*:⁷ “*The treatment of mental illness by discussing somebody’s problems with them rather than by giving them drugs* (Pengobatan penyakit mental dengan berdiskusi tentang masalah-masalah pribadi penyandang penyakit tersebut, daripada memberi mereka obat-obatan).” Menurut *Oxford English Dictionary*, ada perbedaan pada pengertiannya, yakni yang dicantumkan adalah: “*The treatment of disorders of the mind or personality by psychological methods*. (Pengobatan kelainan pikiran dan perilaku dengan metode-metode psikologis).”

⁶ <http://www.oxfordislamicstudies.com/article/opr/t236/e0759> diakses pada 27/12/2020 pada pukul 12:34 WIB.

⁷ <https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/psychotherapy?q=psychotherapy> diakses pada 27/12/2020 pukul 14.29 WIB

Ensiklopedia Britannica menyamakan psikoterapi dengan konseling. Dalam Britannica dijelaskan bahwa psikoterapi bermakna pengobatan untuk kelainan-kelainan psikologis, emosional, dan perilaku, di mana seorang yang terlatih akan menjalin hubungan dengan beberapa personel dalam rangka memodifikasi, atau menghilangkan suatu gejala yang ada pada pasien, dan bahkan mengajak kepada pengembangan diri dan sikap. Pada mulanya, istilah ini merujuk kepada praktik hipnoterapi dan mesmerisme (pengobatan mental dengan magnet).⁸

Sejarah Psikoterapi

Dalam *A Brief History of Psychology*, psikoterapi modern diperkirakan muncul pada tahun 1879 bersamaan dengan munculnya klinik psikologi yang pertama kali didirikan oleh Wilhelm Wundt di Jerman. Akan tetapi, upaya-upaya untuk memunculkan diskursus psikoterapi telah bermula bahkan sejak awal peradaban manusia. Patanjali, seorang guru Yoga India kuno diperkirakan telah membangun asas-asas psikoterapi jauh sebelum masehi. Begitu juga Padsambhava⁹ atau Guru Rinpoche (seorang petapa Tibet), Abu Bakar al-Razi, Ibn Sina, dan bahkan Rumi.¹⁰

Upaya memahami jiwa manusia telah ada sejak awal peradaban manusia. Berbagai problem hidup yang mungkin dialami oleh siapa saja, tentunya membuat berbagai tokoh dari berbagai latar belakang memberikan suatu pendekatan khusus masing-masing untuk memahami jiwa manusia. Hal ini terbukti dari upaya para tokoh medik bahkan mistik, untuk menyintesis jiwa manusia dengan agama atau spiritualitas yang mereka bawa. Hal itu terus berkembang hingga sampai pada era psikologi modern yang cenderung lebih empiris.

Agama, Spiritualitas, dan Psikologi

Manusia dikenal sebagai *homo religiosus*, yakni manusia tidak akan bisa terpisah dari agama. Keadaan manusia yang selalu tak lepas dari agama, di mana pun itu, meniscayakan keterikatan agama dan kondisi psikologis manusia. Agama, sebagai subjek, menjadikan jiwa manusia sebagai salah satu objeknya. Di sinilah agama dan psikologi bersimpangan.

Kebanyakan agama memiliki pendekatan psikologi tersendiri, meski beberapa agama menolak eksistensi jiwa secara ontologis, seperti agama Jaina yang muncul kira-kira 4 SM di India. Akan tetapi dalam agama, diskursusnya akan hampir selalu berkaitan diskursus psikologi. meski psikologi modern jarang berkaitan dengan agama.

⁸ <https://www.britannica.com/science/psychotherapy>, diakses pada 27 Desember 2020.

⁹ T. Clifford and Samuel Wiser (1984), *Tibetan buddhist medicine and psychiatry*

¹⁰ Iqbal, Afzal. Dan Arberry, A. J., *The Life and Work of Jalaluddin Rumi*, (Lahore:Oxford Pakistan National Council of The Arts, 1999) hal. 94.

Psikologi memiliki ketertarikannya sendiri terhadap agama yang dibuktikan dengan munculnya suatu disiplin keilmuan bernama *psikologi agama*, yang mana di dalamnya membahas psikologi yang berkaitan dengan persoalan keberagamaan.

Di sisi lain, spiritualitas biasanya dianggap sebagai bagian daripada agama, dan agama memiliki pengertian yang lebih luas, meski spiritualitas juga sering dipisahkan daripada agama. Spiritualitas memiliki kaitan erat dengan psikologi modern, karena persimpangan objeknya pula, yakni jiwa. Akan tetapi keduanya memiliki sudut pandang dan epistemologi yang berbeda, di mana spiritualitas seringkali bersifat intuitif dan pengetahuannya diraih dengan proses kontemplatif, dan psikologi cenderung bersifat empiris dan pengetahuannya diraih dengan cara eksperimental.

Diskursus Tasawuf Psikoterapi

Tasawuf psikoterapi merupakan suatu corak tasawuf, atau corak psikologi, yang berupa sintesis ilmu keislaman (tasawuf/mistisisme), dengan metode dalam psikologi (psikoterapi/terapi jiwa).

Secara bahasa, jiwa dalam bahasa Arab dikenal sebagai *nafs*, dan terapi sebagai *istishfa*. Istilah tasawuf psikoterapi mungkin adalah hal yang baru, sebagaimana istilah tasawuf tidak muncul di abad-abad awal kemunculan Islam. Akan tetapi, saripati atau substansi tasawuf sudah menjadi bagian dari substansi Islam itu sendiri sejak awal. Begitu pula psikoterapi, di samping menjadi suatu disiplin yang baru dipopulerkan kembali, psikoterapi sudah menjadi bagian dari tasawuf semenjak masa awal daripada tasawuf itu sendiri.

Urgensi tasawuf psikoterapi sangatlah tinggi, mengingat bahwa tasawuf itu sendiri memiliki relevansi dan signifikansi dengan berbagai problem manusia modern, karena secara seimbang memberikan kesejukan batin dan disiplin syariat sekaligus. Psikoterapi adalah suatu upaya untuk menyembuhkan gejala-gejala mental dan psikis yang disebabkan oleh berbagai macam hal. Al-Qur'an menyediakan patologi psikologis, dan tasawuf sebagai praktik untuk menjadi al-Qur'an hidup, tentunya memiliki koneksi yang kuat dengan pengobatan kondisi kejiwaan manusia tersebut.

Objek daripada tasawuf psikoterapi tentunya adalah jiwa dan keadaan-keadaannya secara menyeluruh beserta dengan aspek-aspeknya. Dalam psikoterapi, ada upaya penyembuhan dari suatu kelainan atau penyakit. Dalam hal ini, aspek-aspek yang diberi perhatian adalah penyakit-penyakit hati seperti buruknya moral, kegelisahan, ketidaktentraman hati, putus asa, rasa malas, dan sebagainya. Ini bukan suatu yang baru dalam studi tasawuf. Al-Ghazali dalam karya-karyanya seperti *Afa>h al-Qulu>b*, menuliskan tentang patologi hati, yang dalam keilmuan modern akan dikenal sebagai ilmu tentang penyakit jiwa.

Dalam pengaplikasiannya, metode yang digunakan oleh para psikoterapis sufi, adalah metode saintifik (*scientific method*) dengan observasi dan komunikasi, metode

kegigihan atau keyakinan (*method of tenacity*) atau *al-yaqīn* yang termasuk di dalamnya, keyakinan teoritis (*‘ilm al-yaqīn*), keyakinan empiris (*‘ain al-yaqīn*), dan aplikatif (*haqq al-yaqīn*). Psikoterapis sufi juga menggunakan metode intuitif, atau yang dikenal dalam tasawuf sebagai konsep *basṭi>rah*, dan metode evolusi diri seperti *takhalli>* dan *tajalli>*.¹¹

Tujuan tasawuf psikoterapi adalah untuk memberikan bantuan spiritual dan moral untuk menciptakan keseimbangan antara lahir dan batin, menjelajah dan mengembangkan potensi-potensi esensial manusia, mengantar manusia dalam membangun perubahan dalam kepribadian dan etos kerjanya, meningkatkan kualitas iman dan tauhid dalam kehidupan sehari-hari, dan melihat hubungan antara diri dan Tuhan melalui ilmu jiwa.¹²

PENUTUP

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan sebelumnya, tasawuf psikoterapi adalah suatu pendekatan dengan corak tasawuf, kepada proses pengobatan isu-isu kejiwaan dengan cara-cara psikologis klinis non-medis (tanpa obat-obatan). Tasawuf psikoterapi merupakan reaksi Islam terhadap isu-isu kejiwaan, dan merupakan corak islami dalam ilmu kejiwaan. Jadi, tasawuf psikoterapi mengintegrasikan dimensi terdalam Islam yang bersifat dan spiritual, dan psikoterapi yang bersifat klinis di saat yang sama, untuk mengobati penyakit kejiwaan secara holistik. Untuk memahami genealogi tasawuf psikoterapi perlu kiranya penelaahan atas karya-karya para cendekiawan Muslim klasik seperti al-Ghazali, Ibn Sina, Rumi, dan Abu Bakar al-Razi, yang membahas tentang jiwa dan penyakitnya, sehingga tasawuf psikoterapi dapat dieksplorasi lebih lanjut sebagai suatu bidang ilmu yang saintifik untuk menyelesaikan ragam masalah kejiwaan manusia saat ini.

¹¹ M.Ag. Muhtar Solihin, dan M.A, Munir. *The Concept of Sufi Psychotherapy*. Journal of Engineering and Applied Sciences 12 (10): 2584-2591. 2017. Hal. 2586-2587

¹² M.Ag. Muhtar Solihin, dan M.A, Munir. *The Concept of Sufi Psychotherapy*. Journal of Engineering and Applied Sciences 12 (10): 2584-2591. 2017. Hal. 2587

DAFTAR PUSTAKA

- Benjamin, Ludy. 2007. "A Brief History of Modern Psychology". Massachusetts: Blackwell Publishing.
- Chittick, William C. 2009. "Sufism. Şūfī Thought and Practice". dalam *John L. Esposito* (ed.). *The Oxford Encyclopedia of the Islamic World*. Oxford: Oxford University Press.
- Ernst, Carl W. 2003. "Tasawwuf [Sufism]". Dalam *Encyclopedia of Islam and the Muslim World*.
- Humaidi, H. (2018). Hubungan Harmonis antara Sains dan Agama dalam Pemikiran Al-farabi dan Ikhwan Al-shafa. *Kordinat: Jurnal Komunikasi antar Perguruan Tinggi Agama Islam*, 17(1), 142-166.
- Iqbal, Afzal, dan Arberry, A. J. 1989. "The Life and Work of Jalaluddin Rumi". 1999. Lahore: Oxford Pakistan National Council of The Arts.
- Jullundhry, Rashid Ahmad. 2010. "Qur'anic Exegesis in Classical Literature". New Westminster: The Other Press.
- Lings, Martin. 1983. "What is Sufism?". 2005. Lahore: Suhail Academy.
- Nasr, Hossein. 2007. "The Essential Seyyed Hossein Nasr (Perennial Philosophy)". William C. Chittick (Ed.). 2011. Bloomington: World Wisdom.

Jurnal

- Solihin, Muhtar, dan Munir. 2017. "The Concept of Sufi Psychotherapy". dalam *Journal of Engineering and Applied Sciences* 12 (10): 2584-2591.

Website

- Oxfordislamicstudies.com. Sufism. Diakses pada 27 Desember 2020, dari <http://www.oxfordislamicstudies.com/article/opr/t236/e0759>
- Oxfordlearnersdictionaries.com. Psychotherapy. diakses pada 27 Desember 2020, dari <https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/psychotherapy?q=psychotherapy>