



# ILMU IKHLAS

Belajar Membeningkan Hati  
dan Membahagiakan Hidup  
dari Ulama-Psikolog Klasik



IZZA ROHMAN

# ILMU IKHLAS

Belajar Membeningkan Hati  
dan Membahagiakan Hidup  
dari Ulama-Psikolog Klasik

IZZA ROHMAN



asyik dan mendidik

© 2025, Izza Rohman

*Ilmu Ikhlās: Belajar Membeningkan Hati dan Membahagiakan Hidup  
dari Ulama-Psikolog Klasik*, karya Izza Rohman

Hak cipta dilindungi undang-undang  
Dilarang mereproduksi atau memperbanyak  
seluruh maupun sebagian dari buku ini dalam bentuk  
atau cara apa pun tanpa izin tertulis dari penerbit

Penyerasi: Qamaruddin SF

Penata isi: Nur Aly

Perancang sampul: gedangdesign



**Penerbit Qaf** (Anggota IKAPI)

📍 Jl. Tanjung 17, Blok E 14, Jakarta Selatan, 12530

🌐 <https://penerbitqaf.com>

☎ +62 899-7657-799

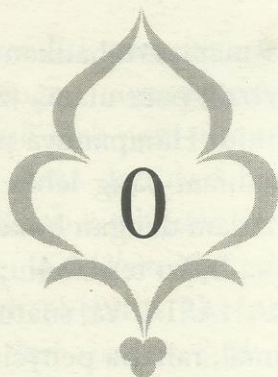
✉ [redaksi@penerbitqaf.com](mailto:redaksi@penerbitqaf.com)

✉ [marketing@penerbitqaf.com](mailto:marketing@penerbitqaf.com)

Cetakan I, Juni 2025

ISBN: 978-623-10-9963-1





## Ikhlas Tanpa Batas

Buku ini adalah pengembangan dari karya sebelumnya, *Ikhlas Tanpa Batas: Belajar Hidup Tulus dan Wajar kepada 10 Ulama-Psikolog Klasik* (pertama kali terbit 2010). Kendati menjadi buku *best-seller*, penyusun merasa karya tersebut patut disempurnakan lagi demi mensyukuri karunia ilmu ikhlas yang terhampar begitu luas.

Walhasil jadilah buku di tangan pembaca ini hadir dalam sistematika yang sangat jauh berbeda, pembahasan yang padat dan luas, namun tetap dengan bahasa yang mengalir dan dapat dicerna. Di versi baru ini, penyusun mencoba untuk lebih banyak memberikan uraian dengan



tetap berupaya mempertahankan mutiara-mutiara kearifan terbaik para ulama klasik yang ada di buku terdahulu. Harapannya pembaca dapat memperoleh manfaat yang lebih banyak, lebih luas dan lebih dalam dengan buku ini.

Sebagaimana buku terdahulu, buku ini juga menawarkan RAHASIA. Ya, suatu rahasia di balik suksesnya amal, rahasia penyelamat hati, dan rahasia menuju kebahagiaan nan lestari. Dikatakan demikian karena buku ini menjajakan wisata ke lapis-lapis makna dan hakikat ikhlas serta kiat bagaimana menerapkannya dalam kehidupan nyata.

Ilmu ikhlas adalah ilmu yang lain dari yang lain. Ini ilmu rahasia yang banyak disebut-sebut, namun rasa-rasanya tak banyak manusia yang mengetahui hakikatnya. Ilmu rahasia yang telah diwariskan dari zaman ke zaman, tapi rasa-rasanya tak banyak manusia yang tahu cara menimbanya.

Orang yang merasa mendapatkan ilmu ini boleh jadi telah kehilangannya pada saat yang sama. Orang yang mengklaim telah mahir menguasainya berarti dia tak bisa menguasainya. Dan orang yang mengaku-aku bisa mengajarkannya adalah orang yang masih perlu belajar lagi tentangnya. Itulah mengapa tak habis-habis orang membahasnya dan selalu saja muncul buku yang mengulasnya.

Buku ini sendiri mengajak pembaca belajar ilmu ikhlâs dengan menyusuri kitab-kitab klasik yang disusun oleh para ulama lintas mazhab dari berbagai masa dan dari berbagai wilayah dunia Islam. Kitab-kitab utama yang dirujuk di sini mencakup: 1) *Âdâbun-Nufûs* dan 2) *al-Washâyâ* karya Syekh al-Hârîts al-Muhâsibî, seorang sufi Baghdad dari abad ke-3 H; 3) *‘Ilmul-Qulûb* karya Syekh Abû Thâlib al-Makkî, juga seorang sufi Baghdad abad ke-3 H, penulis kitab *Qûtul-Qulûb*; 4) *Riyâdhatun-Nafs* karya Imam al-Hâkim at-Tirmidzî, seorang ahli hadis penyusun *Sunan at-Tirmidzî* sekaligus sufi dari abad ke-4 H; 5) *Mukhtashar Ihya’ ‘Ulûmid-Dîn* karya Imam al-Ghazâlî, tokoh Damaskus dari abad ke-5/6 H yang serba-bisa dan amat terkenal di Timur maupun Barat; 6) *al-Fathûr-Rabbânî wal-Faydhur-Rahmânî* karya Syekh ‘Abdul-Qâdir al-Jaylânî, sufi masyhur dari abad ke-6 H, pendiri tarekat Qadiriyyah; 7) *Syamsul-Qulûb* karya Syekh ‘Abdur-Rahmân al-Lajâ’î, sufi kawasan Maghribi dari abad ke-6 H; 8) *al-Adzkâr* karya Imam an-Nawawî ad-Dimasyqî, ulama kesohor asal Damaskus dari abad ke-7 H, penyusun kitab *Riyâdhush-Shâlihîn*; 9) *Tâjûl-‘Arûs al-Hâwî li Tahdzîbin-Nufûs* karya Syekh Ibn ‘Athâ’illâh as-Sakandarî, tokoh tarekat Syadziliyyah asal Mesir dari abad ke-7/8 H, penulis kitab *al-Hikam*; 10) *at-Tuhfah al-‘Irâqiyyah fil-A’mâl al-Qalbiyyah*



dan 11) *Syarh Hadîts Innamal-A'mâl bin-Niyyât* karya Syekh Ibn Taymiyah, tokoh pembaru Islam dari abad ke-8 H; 12) *Munyatul-Wâ'izhîn wa Ghunyatul-Mutta'izhîn* Syekh 'Abdul-Ḥamîd al-Anqûrî, ulama abad ke-8 H; dan 13) *ath-Tharîqah al-Muḥammadiyyah* karya Syekh Muḥammad al-Birgawî, ulama Turki abad ke-10 H.

Para ulama dan sufi ini—sebagaimana banyak ulama lain yang tak dicakup karyanya di sini—mengantar kita ke pemahaman ikhlas yang *unlimited* (tanpa batas), yakni ikhlas dalam segala hal dan dalam segala perbuatan; suatu ikhlas yang menjadi ekspresi tauhid, yakni ikhlas sebagai pemurnian hati dari segala syirik, dari syirik besar hingga syirik yang sekecil-kecilnya, dari syirik yang nyata hingga syirik yang sesamar-samarnya. Hatta, kita dibawa ke pemahaman bahwa hamba yang tulus bergantung hanya kepada-Nya, tidak menjadikan amalannya sebagai sandaran kemajuan spiritualnya; dan mendambakan hanya Wajah-Nya.

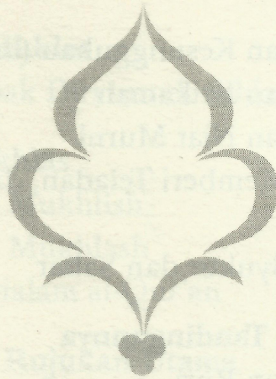
Dengan turut mendambakan hanya Wajah-Nya, semoga penyusun dan pembaca buku ini mendapatkan kepuasan dengan rida-Nya. Siapa bertakwa dan membersihkan jiwa, motivasinya tiada lain:

إِلَّا ابْتِغَاءَ وَجْهِ رَبِّهِ الْأَعْلَى ۝ وَلَسَوْفَ يَرْضَى ۝



*Melainkan karena mengejar keridaan Tuhannya Yang Mahatinggi. Dan kelak ia akan mendapat kepuasan. (al-Layl: 20–21).*

Sydney, Ramadan 1446 H



## Isi Buku

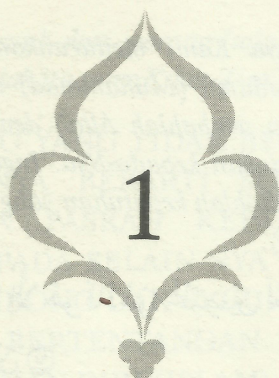
<b>0. Ikhlas Tanpa Batas</b>	<b>5</b>
<b>1. Ikhlas Itu Perlu</b>	<b>15</b>
• Ikhlas Inti Islam	15
• Ikhlas Inti Amal	18
<b>2. Ikhlas Itu Rahasia</b>	<b>22</b>
• Ikhlas sebagai Rahasia Hati	22
• Ikhlas sebagai Rahasia Kesuksesan Amal	23
<b>3. Ikhlas dan Sandingannya</b>	<b>29</b>
• Hakikat Ikhlas	29



• Ikhlas dan Kesungguhan ( <i>ash-Shidq</i> )	34
• Ikhlas dan Istikamah	37
• Ikhlas dan Niat Murni	38
• Ikhlas, Memberi Teladan, dan Menebar Syiar	39
• Ikhlas, Syukur dan Sabar	40
<b>4. Ikhlas dan Tandingannya</b>	<b>43</b>
• Ikhlas dan Riya	43
• Ikhlas dan Sum'ah	46
• Ikhlas dan Ujub	48
• Ikhlas dan Kemunafikan ( <i>Nifāq</i> )	50
<b>5. Tanda-Tanda Ikhlas</b>	<b>53</b>
• Ikhlas Saat Dipuji	54
• Berbagai Tanda Ikhlas	65
<b>6. Ikhlas dalam Menjalani Kenyataan</b>	<b>74</b>
• Ikhlas Menerima Rezeki	74
• Ikhlas Menghadapi Musibah	84
<b>7. Ikhlas dalam Menjalankan Ketaatan</b>	<b>90</b>
• Ikhlas dalam Bertauhid dan Berzikir	90
• Ikhlas dalam Beribadah	99
• Ikhlas dalam Bersedekah	106
<b>8. Menata Niat</b>	<b>113</b>
• Pentingnya Niat	113
• Menata Niat	125
• Seni Berniat Baik	135



<b>9. Menakar Ikhlas</b>	<b>142</b>
• Menjebak Diri untuk Ikhlas	160
<b>10. Puncak Ikhlas</b>	<b>165</b>
• Derajat Mukhlis	165
• Derajat Mukhlash	166
• Ikhlas dalam al-Qur'an	167
<b>Daftar Kitab Rujukan Utama</b>	<b>178</b>



## Ikhlas Itu Perlu

### Ikhlas Inti Islam

Menghamba kepada Allah dengan ikhlas adalah inti dari perintah-Nya kepada manusia. Ini sebagaimana disebutkan dalam berbagai firman-Nya, di antaranya:

وَمَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ

*“Mereka tidaklah disuruh kecuali supaya menyembah Allah dengan memurnikan ketaatan kepada-Nya.” (al-Bayyinah: 5).*

إِنَّا أَنْزَلْنَا إِلَيْكَ الْكِتَابَ بِالْحَقِّ فَاعْبُدِ اللَّهَ مُخْلِصًا لَهُ  
الدِّينَ ۚ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الدِّينُ الْحَالِصُ



*"Sesungguhnya Kami menurunkan Kitab (al-Qur'an) kepadamu (Muhammad) dengan kebenaran. Maka sembahlah Allah dengan memurnikan ketundukan kepada-Nya. Ingatlah, hanya kepunyaan Allahlah kepatuhan yang murni." (al-Zumar: 2-3).*

هُوَ الْحَيُّ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ فَادْعُوهُ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ ۚ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴿٦٥﴾

*"Dialah yang hidup kekal, tidak ada ilah selain Dia; maka sembahlah Dia dengan memurnikan ketundukan hanya kepada-Nya. Segala puji bagi Allah Tuhan seluruh alam." (Ghafir: 65).*

Tentang kedudukan ikhlas sebagai inti dari ajaran Islam, Syaikhul Islam Ibn Taymiyah menjelaskannya dalam kitab *at-Tuhfah al-'Irâqiyyah fil-A'mâl al-Qalbiyyah* sebagai berikut:

Ikhlas merupakan inti ajaran Islam. Sebab, islam berarti pasrah atau berserah diri kepada Allah, bukan yang lain. Allah berfirman:

ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا رَجُلًا فِيهِ شُرَكَاءُ مُتَشَكِّسُونَ وَرَجُلًا سَلَمًا لِرَجُلٍ هَلْ يَسْتَوِينَ مَثَلًا ۚ الْحَمْدُ لِلَّهِ بَلْ أَكْثَرُهُمْ لَا يَعْلَمُونَ ﴿٢٩﴾

*"Allah membuat perumpamaan (yaitu) seorang laki-laki (budak) yang dimiliki oleh beberapa orang yang berserikat yang dalam perselisihan dan seorang budak yang menjadi*



*milik penuh dari seorang (saja); adakah kedua budak itu sama?” (az-Zumar: 29).*

ORANG YANG TIDAK BERSERAH DIRI KEPADA-NYA BERARTI SOMBONG. SEdangkan PASRAH KEPADA-NYA DAN JUGA KEPADA SELAIN-NYA BERARTI SYIRIK. SOMBONG DAN SYIRIK BERLAWANAN DAN BERTENTANGAN DENGAN KEBERSERAHAN DIRI (ISLAM).

Allah berfirman,

إِذْ قَالَ لَهُ رَبُّهُ أَسْلِمْ قَالَ أَسَلَّمْتُ لِرَبِّ الْعَالَمِينَ ﴿١٣١﴾

*“(Ingatlah) ketika Tuhan berfirman kepadanya (Ibrahim), ‘Berserah dirilah!’ Dia menjawab, ‘Aku berserah diri kepada Tuhan seluruh alam.’” (al-Baqarah: 131)*

Allah juga berfirman:

بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿١١٢﴾

*“Tidak demikian! Orang yang menyerahkan diri sepenuhnya kepada Allah serta berbuat ihsan, akan mendapat pahala di sisi Tuhannya, tidak ada rasa takut yang menimpa mereka, dan mereka pun tidak bersedih.” (al-Baqarah: 112)*

Ayat senada banyak ditemukan dalam al-Qur’an. Dasar Islam adalah kesaksian bahwa tiada tuhan selain Allah. Kesaksian ini

meniscayakan ketundukan hanya kepada-Nya semata dan tidak kepada yang lain. Islam merupakan satu-satunya agama yang diterima di sisi Allah sejak dulu hingga kini. Allah berfirman:

وَمَنْ يَبْتَغِ غَيْرَ الْإِسْلَامِ دِينًا فَلَنْ يُقْبَلَ مِنْهُ وَهُوَ فِي  
الْآخِرَةِ مِنَ الْخَسِرِينَ ﴿٨٥﴾

*"Siapa yang mencari agama selain Islam, sekali-kali (agamanya) tidak akan diterima darinya dan di akhirat dia termasuk orang-orang yang rugi." (Âl 'Imrân: 85).*

Allah juga berfirman:

شَهِدَ اللَّهُ أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ وَالْمَلَائِكَةُ وَأُولُوا الْعِلْمِ  
قَائِمًا بِالْقِسْطِ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ ﴿١٨﴾ إِنَّ  
الدِّينَ عِنْدَ اللَّهِ الْإِسْلَامُ

*"Allah menyatakan bahwa tiada tuhan selain Dia, yang menegakkan keadilan. Para malaikat dan orang-orang yang berilmu (juga menyatakan demikian itu). Tak ada tuhan selain Dia yang Mahaperkasa lagi Mahabijaksana. Sesungguhnya agama (yang diridai) di sisi Allah hanyalah Islam." (Âl 'Imrân: 18-19).*

## **Ikhlas Inti Amal**

Mengawali bab ikhlas dalam kitab *'Ilmul-Qulûb*, Syekh Abû Thâlib al-Makkî berpesan:



Ikhlâs itu kewajiban dalam agama. Dengannya iman menjadi sempurna. Kaum muslimin sama mengenalnya. Ikhlâs adalah inti amal, dan suatu prestasi besar. Amal tanpa ikhlâs seperti kacang tanpa isi, raga tanpa nyawa, pohon tanpa buah, anak tanpa nasab, dan benih yang tidak tumbuh.

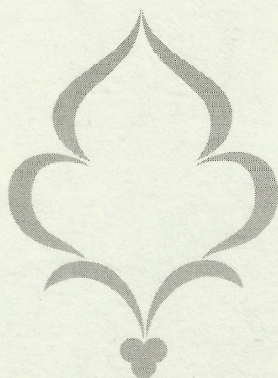
Amal ibadah tentulah untuk mendekatkan diri kepada Allah, namun tujuan ini tak akan tercapai bila orang tidak ikhlâs. Imam al-Junayd al-Baghdâdî pernah mengingatkan, "Dalam beramal di dunia ini, janganlah kamu meninggalkan keikhlasan karena Allah semata. Amal ikhlâslah yang akan mendekatkanmu kepada-Nya dan memutuskanmu dari selain-Nya."

Syekh Abul-Qâsim 'Abdur-Rahman Yûsuf al-Lajâ'î di bab tentang ikhlâs dalam kitabnya, *Syamsul-Qulûb (fi 'Ilmit-Tashawwuf)*, menerangkan pentingnya ikhlâs sebagai berikut:

Ketahuilah, amal adalah tubuh, sementara ikhlâs adalah ruhnya. Setiap jasad tanpa nyawa adalah bangkai, yang tak masalah untuk dibuang. Siapa mengerjakan suatu amal untuk Allah tanpa keikhlasan, ia laksana seseorang yang menghidahkan budak yang telah menjadi mayat ke seorang penguasa demi mendapat ridanya. Jadilah hadiah itu justru dianggap sebagai penghinaan bagi sang penguasa. Ini sama saja ia menyerahkan dirinya untuk disiksa. Maka, ikhlâs adalah



modal seorang hamba, sedangkan amal adalah labanya. Jika cacat merusak keikhlasan, laba dan modalnya akan melorot, dan si hamba pun menjadi pailit dan melarat.



## Daftar Kitab Rujukan Utama

- al-Anqûrî, ‘Abdul-Ḥamîd. *Munyatul-Wâ’izhîn wa Ghunyatul-Mutta’izhzhîn*. Beirut: Dâr al-Kutub al-‘Ilmiyyah, 2002.
- al-Birgawî, Syekh Imam Muḥammad bin Pir Ali. *ath-Tharîqah al-Muḥammadiyyah was-Sîratul-Aḥmadiyyah*. Damaskus: Dar al-Qalam, 1432/2011.
- al-Ghazâlî, Abû Ḥâmid. *Mukhtashar Ihya’ ‘Ulûmid-Dîn*. Beirut: Mu’assasat al-Kutub ats-Tsaqâfiyyah, 1990.



- al-Jilani, Sayyid 'Abdul-Qadir. *al-Fathur-Rabbānī wal-Faydhur-Rahmānī*. Beirut: Dar al-Fikr, 1419/1998.
- al-Lajā'î, 'Abdur-Rahmân Yûsuf. *Syamsul-Qulûb*. Beirut: Dâr Shâdir, 2002.
- al-Makkî, Abû Thâlib. *Ilmul-Qulûb*. Kairo: Maktabah al-Qâhirah, 1964.
- al-Muḥâsibî, Abu 'Abdillâh al-Ḥârîts bin Asad. *Âdâbun-Nufûs*. Beirut: Mu'assasah al-Kutub ats-Tsaqafiyyah, 1411/1991.
- al-Muḥâsibî, al-Ḥârîts. *al-Washâyâ*. Beirut: Dâr al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1986.
- an-Nawawî, Abû Zakariyyâ Yahyâ. *al-Adzkâr*. Beirut: Dâr al-Minhâj.
- as-Sakandarî, Sayyid Aḥmad bin 'Athâ'illâh. *at-Tanwîr fî Isqâthit-Tadbîr*. Kairo: al-Maktabah al-Azhariyah lit-Turats, 2007.
- as-Sakandarî, Sayyid Aḥmad bin 'Athâ'illâh. *Tâjûl-'Arûs al-Ḥāwî li Tahdzîbin-Nufûs*. Kairo: Dar Jawami' al-Kalim, tt.
- Taymiyah, Ibn. *al-A'mâl bin-Niyyât*. Darul-Qasim.
- Taymiyah, Ibn. *at-Tuhfah al-'Irâqiyyah fil-A'mâl al-Qalbiyyah*. Beirut: Dâr al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2005.
- at-Tirmidzî, al-Ḥâkim. *Riyâdhatun-Nafs*. Beirut: Dâr al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2005.

Iniilah buku tentang ilmu ikhlas—suatu ilmu rahasia yang menjadi kunci kebahagiaan, yang tak banyak manusia menyelami hakikatnya dan mengetahui bagaimana menimbanya.

Hamba beriman meluangkan banyak sekali waktu, tenaga, pikiran dan hartanya untuk menjalankan amal ibadahnya. Tentulah ia berharap ibadahnya tidak menjadi amal yang sia-sia. Betapa meruginya ia bila sekian banyak kekayaan, perhatian, kekuatan dan masa yang ia gunakan hanya membuahkan amal yang tak bernilai dan tak diterima. Itulah mengapa ia perlu belajar ikhlas dalam melakukan ketaatan.

Manusia pun menjalani hidup yang dihiasi ujian, duka cita, derita, dan sengsara—yang kadang datang bertubi-tubi atau silih berganti. Tentulah ia berharap musibah yang ia hadapi tidak membuat hidupnya sepenuhnya tak bermakna. Betapa meruginya ia bila pahit, perih dan pedih yang dirasa saat melalui cobaan tidak menggugurkan dosa, menambah pahala dan meninggikan derajat. Itulah mengapa ia juga perlu belajar ikhlas dalam melakoni kenyataan.


Ilmu ikhlas adalah ilmu yang lain dari yang lain. Orang yang merasa mendapatkannya boleh jadi telah kehilangannya pada saat yang sama. Orang yang mengklaim menguasainya dengan mahir berarti tak bisa menguasainya. Dan orang yang mengaku-aku bisa mengajarkannya adalah orang yang masih perlu belajar lagi tentangnya.


Iniilah buku yang menghadirkan berbagai wejangan tentang keikhlasan dari zaman ke zaman. Pembaca diajak berguru ilmu ikhlas dari para ulama, sufi, dan psikolog klasik dari berbagai penjuru dunia Islam. Mulai dari Syekh al-Muhasibi, Imam al-Ghazali, Syekh 'Abd al-Qadir al-Jaylani, hingga Syekh Ibn Taymiyah dan Ibn 'Atha'illah.


Buku ini menyajikan mutiara kearifan mereka secara tematik—mulai dari hakikat ikhlas, sandingan dan tandingannya, tanda-tandanya, cara mempraktikkannya, hingga bagaimana menata niat dan menakar keikhlasan. Ajaran ilmu ikhlas bak untaian tasbih; biji-bijinya sama dan sebangun namun sambung-menyambung dan saling mengisi dalam sebuah rangkaian; rangkaian yang baru bermanfaat bila kita titi satu per satu, dari pangkal hingga ke ujung, dari awal hingga akhir.




asyik dan mendidik

 penerbitqaf.com

 Penerbit Qaf

 @QAFrenz

 @QAFrenz

AGAMA ISLAM

ISBN: 978-623-10-9963-1



9 786231 099631 >