

# Transformasi Jiwa dalam Pandangan Ibnu 'Arabi: Implikasinya bagi Terapi Trauma Psikologis

**Khoirun Nisa Urrozi**

Tasawuf dan Psikoterapi, STAI Al Mujtama Pamekasan

Email: [khoirunnisaurozzi@gmail.com](mailto:khoirunnisaurozzi@gmail.com)

## Abstract

The increasing prevalence of psychological trauma in the modern era calls for more holistic and transcendental approaches to the healing process. This study explores the concept of soul transformation (*tahawwul al-nafs*) in the Sufi thought of Ibn 'Arabi as an alternative paradigm for trauma recovery that is not merely clinical, but also spiritual. Ibn 'Arabi conceives the human soul as a dynamic entity that continuously moves toward perfection through processes of purification, unveiling, and union with the Absolute Reality (*al-Haqq*). This perspective opens the possibility of reinterpreting trauma as part of the soul's journey toward integration and meaning. Employing a qualitative-hermeneutic approach to Ibn 'Arabi's primary texts, this article examines how the inner dimension of traumatic experience can be transformed into moments of spiritual illumination and inner strengthening. The findings suggest that integrating Sufi metaphysical insights into psychological therapy can broaden the horizons of healing, particularly for individuals experiencing post-traumatic existential alienation. Ibn 'Arabi's approach offers a significant contribution to the development of therapeutic models that integratively combine spiritual, philosophical, and psychological dimensions.

**Keywords:** Ibn 'Arabi, *tahawwul al-nafs*, psychological trauma, Sufi metaphysics, spiritual healing, transpersonal psychology

**Abstrak:**

Fenomena trauma psikologis yang semakin meningkat di era modern menuntut pendekatan yang lebih holistik dan transendental dalam proses penyembuhannya. Studi ini mengeksplorasi konsep transformasi jiwa (*tahawwul al-nafs*) dalam pemikiran sufi Ibnu 'Arabi sebagai alternatif paradigma penyembuhan trauma yang tidak hanya bersifat klinis, tetapi juga spiritual. Ibnu 'Arabi memandang jiwa manusia sebagai entitas dinamis yang terus bergerak menuju kesempurnaan melalui proses penyucian, penyingkapan, dan penyatuan dengan Realitas Mutlak (*al-Ḥaqq*). Proses ini membuka ruang bagi reinterpretasi trauma sebagai bagian dari perjalanan jiwa menuju integrasi dan makna. Dengan pendekatan kualitatif-hermeneutik terhadap teks-teks utama Ibnu 'Arabi, artikel ini menguraikan bagaimana dimensi batin dari pengalaman traumatik dapat ditransformasikan menjadi momen pencerahan dan penguatan spiritual. Temuan studi ini menunjukkan bahwa integrasi pemahaman sufistik ke dalam terapi psikologis dapat memperluas horizon penyembuhan, khususnya bagi individu yang mengalami keterasingan eksistensial pasca trauma. Pendekatan Ibnu 'Arabi memberikan kontribusi signifikan bagi pengembangan model terapi yang menggabungkan dimensi spiritual, filosofis, dan psikologis secara integral.

**Kata Kunci:** Ibnu 'Arabi, *tahawwul al-nafs*, trauma psikologis, metafisika tasawuf, penyembuhan spiritual, psikologi transpersonal

## Pendahuluan

ada era kontemporer ini, dunia tengah menghadapi lonjakan **P** kasus gangguan mental akibat trauma psikologis yang beragam sumbernya, mulai dari konflik sosial hingga tekanan hidup individual. Fenomena ini tidak hanya menjadi isu medis, tetapi juga spiritual dan eksistensial. Banyak pendekatan terapi modern masih terfokus pada pemulihan fungsional individu tanpa menjangkau lapisan

terdalam jiwa. Dalam konteks ini, pendekatan sufistik menawarkan jalan pemahaman baru terhadap penderitaan batin. Ibnu 'Arabi, seorang sufi dan filsuf besar Islam, menyajikan konsep transformasi jiwa yang menyeluruh dan dinamis. Konsep ini tidak hanya melihat jiwa sebagai entitas pasif yang mengalami luka, tetapi sebagai potensi aktif yang bisa berkembang melalui pengalaman traumatik. Maka, menjadikan pandangan Ibnu 'Arabi sebagai landasan refleksi dalam terapi trauma psikologis menjadi sangat relevan pada masa kini.

Pada era kontemporer ini, dunia tengah menghadapi lonjakan kasus gangguan mental akibat trauma psikologis yang beragam sumbernya, mulai dari konflik sosial hingga tekanan hidup individual. Fenomena ini tidak hanya menjadi isu medis, tetapi juga spiritual dan eksistensial. Banyak pendekatan terapi modern masih terfokus pada pemulihan fungsional individu tanpa menjangkau lapisan terdalam jiwa. Dalam konteks ini, pendekatan sufistik menawarkan jalan pemahaman baru terhadap penderitaan batin. Ibnu 'Arabi, seorang sufi dan filsuf besar Islam, menyajikan konsep transformasi jiwa yang menyeluruh dan dinamis. Konsep ini tidak hanya melihat jiwa sebagai entitas pasif yang mengalami luka, tetapi sebagai potensi aktif yang bisa berkembang melalui pengalaman traumatik. Maka, menjadikan pandangan Ibnu 'Arabi sebagai landasan refleksi dalam terapi trauma psikologis menjadi sangat relevan pada masa kini.

Transformasi jiwa menurut Ibnu 'Arabi merupakan bagian dari perjalanan spiritual menuju penyempurnaan diri dan penyatuan dengan Realitas Mutlak. Jiwa dalam pandangannya melewati tahap-tahap penting: dari ego yang dominan menuju jiwa yang tenang (*nafs al-muṭma'innah*) hingga akhirnya fana dalam Tuhan. Proses ini adalah laku dinamis yang melibatkan pembongkaran ilusi diri, pengalaman pencerahan, dan rekonstruksi makna hidup. Transformasi tidak terjadi di luar penderitaan, melainkan justru melalui pengalaman-pengalaman batin yang mendalam dan mengguncang, termasuk trauma. Oleh karena itu, dalam kerangka Ibnu 'Arabi, trauma bukan hanya luka psikologis, melainkan juga peluang transendensi. Pemahaman ini membuka jalan baru dalam melihat penderitaan bukan sekadar sebagai gangguan, tetapi

sebagai potensi spiritual. Sebagaimana ia katakan: “Segala bentuk penderitaan adalah cermin bagi penyingkapan makna Ilahi”.<sup>1</sup>

Konsep-konsep ini sangat diperlukan saat ini, terutama ketika terapi psikologis modern mengalami keterbatasan dalam merespons penderitaan yang bersifat eksistensial. Meskipun terapi kognitif dan perilaku telah banyak membantu individu pulih dari gejala traumatik, dimensi makna, spiritualitas, dan krisis eksistensial sering kali tidak tersentuh. Banyak penderita trauma merasa kehilangan arah hidup, makna, bahkan identitas diri. Inilah yang membuat integrasi dimensi spiritual, seperti yang ditawarkan Ibnu 'Arabi, menjadi penting dalam paradigma terapi modern. Terapi yang tidak hanya menyembuhkan, tetapi juga memaknai ulang penderitaan menjadi proses pertumbuhan jiwa, adalah kebutuhan mendesak. Pendekatan seperti ini bisa disebut sebagai terapi transformatif berbasis spiritual. Ini sejalan dengan arah baru psikologi transpersonal yang mulai menggali khazanah mistik dan spiritual untuk memperluas pemahaman tentang manusia.

Menjembatani teori sufistik Ibnu 'Arabi dan problem trauma kontemporer, diperlukan metodologi yang tidak hanya tekstual, tetapi juga hermeneutik dan kontekstual. Studi ini menggunakan pendekatan kualitatif-hermeneutik terhadap teks-teks utama Ibnu 'Arabi seperti *Fuṣūṣ al-Ḥikam* dan *al-Futūḥāt al-Makkiyyah*. Metodologi hermeneutik memungkinkan penelusuran makna batin dari simbol, metafora, dan konsep yang digunakan dalam karya-karyanya. Pendekatan ini menuntut sensitivitas terhadap kedalaman bahasa sufi yang tidak literal, tetapi bersifat simbolik dan multidimensi. Dengan demikian, analisis tidak hanya bersifat doktrinal, tetapi juga eksistensial. Hermeneutika ini akan dikaitkan dengan pemahaman kontemporer tentang trauma, terutama dari perspektif psikologi eksistensial dan transpersonal. Melalui cara ini, dapat ditemukan jembatan antara warisan pemikiran Islam klasik dan kebutuhan penyembuhan jiwa modern.

Trauma dalam psikologi konvensional sering didefinisikan sebagai respons terhadap peristiwa ekstrem yang mengguncang rasa aman, identitas, atau integritas psikologis seseorang. Model-model seperti PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder) menekankan pada gejala-gejala

---

<sup>1</sup> Ibnu 'Arabi, *Fuṣūṣ al-Ḥikam*, terj. Titus Burckhardt (Lahore: Suhail Academy, 1946), hlm. 115.

seperti mimpi buruk, kecemasan, dan penghindaran terhadap pemicu trauma. Terapi umum seperti CBT (Cognitive Behavioral Therapy) dan EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) telah terbukti efektif secara klinis, namun sering kali tidak menyentuh dimensi terdalam dari krisis makna yang dialami korban trauma.<sup>2</sup> Dalam banyak kasus, penderita merasa “terlepas” dari diri mereka sendiri dan hidup dalam keterasingan batin. Di sinilah pendekatan spiritual menjadi relevan, karena trauma sejatinya juga adalah luka spiritual. Dan pemikiran Ibnu 'Arabi bisa menawarkan kerangka pemulihan yang bersifat penyatuan dan integratif.

Ibnu 'Arabi memandang eksistensi manusia sebagai cermin Tuhan, dan jiwa sebagai wahana penyingkapan Ilahi. Dalam kerangka ini, pengalaman hidup termasuk penderitaan—adalah cara Tuhan memperkenalkan Diri-Nya kepada manusia. Oleh sebab itu, trauma dapat dipahami sebagai bagian dari proses tajalli, penampakan Tuhan dalam realitas duniawi yang mengguncang dan menguji. Jiwa yang berhasil melewati pengalaman traumatik bukan hanya sembuh, tetapi juga naik ke tingkat spiritual yang lebih tinggi. Hal ini sesuai dengan pandangan Ibnu 'Arabi bahwa setiap realitas, bahkan yang paling menyakitkan, memiliki aspek Ilahi yang tersembunyi.<sup>3</sup> Maka, penyembuhan bukanlah kembali ke keadaan sebelum trauma, melainkan transformasi menuju kedewasaan spiritual dan pengenalan lebih dalam terhadap Tuhan.

Dalam konteks terapi, ini berarti bahwa penyembuh (terapis) bukan hanya fasilitator teknik, tetapi juga pendamping jiwa yang menuntun klien menuju pemahaman baru tentang dirinya dan Tuhan. Konsep ini sangat berbeda dari model terapis-klien modern yang cenderung objektif dan terpisah. Pendekatan sufistik lebih menekankan pada kehadiran, kasih sayang, dan keterhubungan antar jiwa. Dalam kerangka ini, trauma bisa menjadi momen kasyf atau penyingkapan terhadap kenyataan terdalam tentang keberadaan. Ini adalah pemahaman radikal yang menjungkirbalikkan paradigma umum tentang trauma sebagai "kerusakan" menuju trauma sebagai "pembuka jalan".

---

<sup>2</sup> Judith Herman, *Trauma and Recovery* (New York: Basic Books, 1997), hlm. 33–47.

<sup>3</sup> Ibnu 'Arabi, *al-Futūḥāt al-Makkiyyah*, Jilid 1 (Beirut: Dar Ṣadr, 1999), hlm. 78.

Dengan demikian, terapi tidak hanya bertujuan menyembuhkan luka, tetapi juga mengarahkan jiwa untuk menemukan dimensi Ilahiah dalam dirinya.

Penelitian ini memiliki relevansi kontekstual yang tinggi, terutama dalam masyarakat modern yang semakin menghadapi krisis makna dan identitas. Perkembangan globalisasi, krisis lingkungan, dan digitalisasi yang cepat telah menciptakan tekanan psikologis baru yang belum mampu dijawab oleh psikologi konvensional. Banyak individu mengalami perasaan kosong, terputus, dan kehilangan tujuan hidup. Dalam situasi inilah, pendekatan spiritual seperti Ibnu 'Arabi bisa menjadi jawaban yang menjembatani antara ilmu, pengalaman batin, dan pencarian makna. Khususnya bagi komunitas Muslim, pendekatan ini juga dapat mengakar secara kultural dan teologis. Maka, penelitian ini tidak hanya bernilai ilmiah, tetapi juga praktis dan aplikatif dalam pengembangan terapi berbasis spiritualitas Islam.

Studi ini akan menguraikan secara sistematis teori transformasi jiwa dalam pemikiran Ibnu 'Arabi, lalu mengaitkannya dengan teori trauma dalam psikologi. Kajian akan membahas titik temu dan potensi integrasi kedua pendekatan ini. Langkah selanjutnya adalah mendiskusikan metode dan model pendekatan yang mungkin digunakan untuk merancang terapi yang berbasis pada spiritualitas Islam. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih teoritis dan praktis dalam bidang psikologi, spiritualitas, dan kajian Islam. Di akhir, akan diajukan refleksi tentang bagaimana pendekatan Ibnu 'Arabi dapat diterapkan dalam konteks klinis maupun non-klinis. Penelitian ini juga membuka ruang untuk pengembangan terapi transpersonal berbasis sufistik dalam ranah akademik dan praksis.

Keterbukaan terhadap warisan pemikiran Islam klasik bukan berarti kembali ke masa lalu, tetapi menafsir ulang warisan tersebut agar relevan untuk masa kini. Ibnu 'Arabi menawarkan model holistik manusia sebagai makhluk spiritual yang memiliki kapasitas untuk bertumbuh melalui penderitaan. Ini sejalan dengan pendekatan psikologi humanistik dan eksistensial yang menekankan pertumbuhan, makna, dan potensi manusia. Oleh karena itu, menjembatani pemikiran Ibnu 'Arabi dengan terapi trauma modern adalah langkah strategis dalam memperkaya model penyembuhan jiwa yang lebih mendalam. Di tengah krisis

kemanusiaan global, integrasi spiritualitas dan psikologi bukan hanya alternatif, melainkan kebutuhan. Dan Ibnu 'Arabi adalah salah satu tokoh yang dapat memberi kontribusi besar dalam arah ini.

Dengan demikian, tema ini sangat relevan dalam situasi saat ini. Di satu sisi, ia merespons kebutuhan untuk menggali kembali khazanah pemikiran Islam yang mendalam. Di sisi lain, ia menjawab tantangan kontemporer dalam bidang kesehatan mental dan krisis spiritual manusia modern. Penelitian ini menjadi jembatan antara tradisi dan kebutuhan aktual manusia hari ini. Melalui kajian ini, diharapkan terbentuk model pemulihan jiwa yang tidak hanya menyembuhkan, tetapi juga menyadarkan dan mengangkat martabat manusia sebagai makhluk spiritual. Ini adalah kontribusi penting bagi dunia keilmuan dan kemanusiaan. Maka, penelitian ini merupakan langkah awal menuju integrasi ilmu dan hikmah.

### Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*) yang berfokus pada analisis pemikiran Ibnu 'Arabi terkait konsep transformasi jiwa (*tahawwul al-nafs*) dan relevansinya terhadap terapi trauma psikologis. Sumber data utama berupa karya-karya Ibnu 'Arabi, seperti *al-Futūḥāt al-Makkiyyah* dan *Fuṣūṣ al-Ḥikam*, sementara data sekunder diperoleh dari literatur pendukung berupa buku, artikel jurnal bereputasi, serta kajian kontemporer dalam bidang tasawuf dan psikologi. Pendekatan ini dipilih untuk menggali secara mendalam dimensi konseptual dan metafisis dari gagasan Ibnu 'Arabi serta menghubungkannya dengan wacana psikologi modern.

Metode analisis yang digunakan adalah pendekatan hermeneutik, yang bertujuan untuk memahami makna teks secara kontekstual dan filosofis. Dalam hal ini, peneliti melakukan interpretasi terhadap konsep-konsep kunci seperti jiwa, transformasi spiritual, penyucian diri (*tazkiyah al-nafs*), dan penyingkapan (*kashf*), dengan mempertimbangkan latar belakang intelektual dan spiritual Ibnu 'Arabi. Proses analisis dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu reduksi data, kategorisasi konsep, interpretasi makna, serta sintesis antara pemikiran tasawuf dan teori trauma dalam psikologi. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya bersifat deskriptif, tetapi juga analitis dan reflektif.

Selanjutnya, untuk mengaitkan pemikiran Ibnu 'Arabi dengan konteks terapi trauma psikologis, penelitian ini menggunakan pendekatan interdisipliner yang mengintegrasikan perspektif tasawuf dan psikologi, khususnya psikologi transpersonal. Konsep transformasi jiwa dianalisis sebagai kerangka alternatif dalam memahami trauma, tidak semata sebagai gangguan psikologis, melainkan sebagai proses eksistensial menuju pemaknaan dan integrasi diri. Hasil analisis kemudian dirumuskan dalam bentuk konstruksi teoretis yang menunjukkan implikasi praktis dari pemikiran Ibnu 'Arabi bagi pengembangan model terapi yang menggabungkan dimensi spiritual, filosofis, dan psikologis secara integral.

## Diskusi dan Hasil

### Konsep Jiwa Dan Transformasinya Dalam Pemikiran Ibnu 'Arabi

Ibnu 'Arabi adalah salah satu tokoh terpenting dalam khazanah pemikiran tasawuf Islam yang menawarkan pandangan mendalam dan sistematis tentang jiwa manusia. Dalam karyanya yang monumental, *al-Futūḥāt al-Makkiyyah* dan *Fuṣūṣ al-Ḥikam*, ia mengembangkan konsepsi tentang realitas manusia yang kompleks dan multidimensional. Jiwa (*nafs*) menurut Ibnu 'Arabi bukan sekadar aspek psikologis, tetapi entitas spiritual yang menjadi pusat perjalanan eksistensial manusia. Jiwa dalam hal ini merupakan arena pertemuan antara kehendak Ilahi dan respons manusiawi. Oleh karena itu, memahami struktur dan dinamika jiwa menjadi sangat penting untuk menelusuri potensi transformasi batin yang ditawarkan oleh pengalaman hidup. Ibnu 'Arabi menempatkan jiwa sebagai kendaraan menuju kesempurnaan spiritual atau *kamāl*.<sup>4</sup>

Jiwa manusia menurut Ibnu 'Arabi mengalami proses penciptaan yang berjenjang, mulai dari Ruh Ilahi hingga menjadi entitas sadar yang terikat oleh tubuh dan dunia. Pada tingkat awal, jiwa bersifat murni dan Ilahiah, namun saat memasuki dunia material, ia tertutupi oleh tabir kegelapan, yaitu syahwat, ego, dan keterikatan duniawi. Transformasi jiwa adalah proses untuk kembali menyingkap tabir-tabir tersebut agar jiwa bisa kembali pada asal keilahianya. Di sinilah pentingnya proses *tazkiyah al-nafs* (penyucian jiwa) yang menjadi inti dari perjalanan spiritual manusia. Ibnu 'Arabi menyebut jiwa sebagai entitas yang "selalu

---

<sup>4</sup> Ibnu 'Arabi, *al-Futūḥāt al-Makkiyyah*, Jilid I (Beirut: Dar Ṣadr, 1999), hlm. 123.

dalam keadaan berubah," karena ia memiliki potensi untuk mendekati atau menjauhi Tuhan tergantung pada kehendak dan kesadaran manusia itu sendiri.<sup>5</sup>

Tahapan transformasi jiwa dalam pandangan Ibnu 'Arabi dapat dilacak melalui struktur hierarkis jiwa yang dikenal dalam tradisi tasawuf: *nafs al-ammārah*, *nafs al-lawwāmah*, dan *nafs al-muṭma'innah*. Jiwa yang memerintah kepada kejahatan (*ammārah*) merupakan tahap paling rendah, penuh ego dan keinginan duniawi. Jiwa yang mencela (*lawwāmah*) menunjukkan munculnya kesadaran moral, rasa bersalah, dan refleksi diri. Sedangkan *nafs al-muṭma'innah* adalah jiwa yang telah tenang dan selaras dengan kehendak Ilahi. Ibnu 'Arabi memahami setiap tahap ini bukan sebagai kondisi tetap, tetapi sebagai dinamika yang terus berlangsung dan berulang sepanjang hidup manusia.<sup>6</sup>

Perbedaan pemikiran Ibnu 'Arabi dari para sufi lain adalah penekanannya bahwa transformasi jiwa bukan hanya perubahan moral, tetapi juga perubahan ontologis. Jiwa tidak hanya menjadi "baik", tetapi mengalami perubahan cara eksistensial dalam memahami realitas. Hal ini terlihat dari bagaimana Ibnu 'Arabi memahami hubungan antara jiwa dan *tajālli* (penampakan Tuhan). Jiwa yang telah mengalami penyucian dapat menjadi cermin yang bening bagi manifestasi sifat-sifat Ilahi. Dalam keadaan ini, jiwa tidak lagi menjadi pusat ego, melainkan pusat pantulan Cahaya Ilahi. Transformasi jiwa adalah transformasi pandangan dan pengalaman terhadap hakikat hidup itu sendiri.<sup>7</sup>

Dalam kerangka kosmologi Ibnu 'Arabi, jiwa juga dipandang sebagai makhluk simbolik yang membawa pesan dari alam tinggi ke alam rendah. Jiwa berfungsi sebagai mediator antara ruh dan tubuh, antara Ilahi dan insani. Ketika seseorang mengalami trauma, keseimbangan antara dua sisi ini bisa terganggu. Namun bagi Ibnu 'Arabi, krisis seperti trauma justru bisa menjadi pintu masuk menuju transformasi jika ditanggapi dengan kesadaran spiritual. Trauma mengguncang identitas ego yang palsu, dan membuka ruang bagi dimensi Ilahi dalam diri

---

<sup>5</sup> Ibnu 'Arabi, *Fuṣūṣ al-Ḥikam*, terj. Titus Burckhardt (Lahore: Suhail Academy, 2001), hlm. 98.

<sup>6</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: SUNY Press, 1989), hlm. 161.

<sup>7</sup> Michel Chodkiewicz, *An Ocean Without Shore: Ibn 'Arabi, the Book, and the Law* (Albany: SUNY Press, 1993), hlm. 45.

manusia. Dengan demikian, transformasi jiwa pasca trauma bisa dibaca sebagai proses kembali ke fitrah spiritual.<sup>8</sup>

Salah satu konsep kunci dalam pemikiran Ibnu 'Arabi adalah *insān kāmil* (manusia sempurna), yang menjadi model akhir dari transformasi jiwa. *Insān kāmil* adalah manusia yang telah menyempurnakan dirinya dengan menyatu sepenuhnya dengan kehendak dan sifat-sifat Tuhan. Jiwa yang telah mencapai tahap ini menjadi "mikrokosmos", representasi sempurna dari makrokosmos dan cermin bagi realitas Ilahi. Bagi Ibnu 'Arabi, tujuan akhir jiwa bukan hanya kedamaian atau kebahagiaan, tetapi pengenalan terhadap Tuhan secara langsung. Dalam bahasa sufistik, ini disebut dengan *ma'rifah*. Transformasi menuju *insān kāmil* bukan hanya personal, tetapi juga kosmik dan ontologis.<sup>9</sup>

Transformasi ini juga dipahami dalam kerangka waktu batiniah, bukan sekadar kronologi luar. Ibnu 'Arabi memperkenalkan konsep "waktu spiritual" (*zamān rūḥānī*) yang menjadi panggung bagi peristiwa batin dan pengalaman mistik. Jiwa bergerak dalam waktu ini, melalui momen-momen kesadaran, perenungan, krisis, dan pencerahan. Setiap pengalaman bahkan yang tampaknya negatif seperti penderitaan memiliki nilai edukatif dan transformatif. Waktu batin ini memungkinkan trauma untuk tidak hanya dilihat sebagai luka masa lalu, tetapi sebagai fase dalam perjalanan spiritual. Oleh karena itu, jiwa yang terluka bukan akhir, tetapi awal dari kesadaran baru.<sup>10</sup>

Imaginasi (*khayāl*) dalam pemikiran Ibnu 'Arabi juga memainkan peran penting dalam transformasi jiwa. *Khayāl* bukan hanya fiksi atau ilusi, melainkan medium di mana realitas Ilahi dimanifestasikan dalam bentuk-bentuk yang bisa dipahami oleh manusia. Jiwa yang matang mampu menafsirkan pengalaman hidupnya secara simbolik melalui lapisan *khayāl*. Dengan cara ini, pengalaman traumatik pun bisa diolah secara kreatif sebagai simbol perjalanan spiritual. Maka dari itu, transformasi bukan hanya rasional atau moral, tetapi juga bersifat estetis

---

<sup>8</sup> Stephen Hirtenstein, *The Unlimited Mercifier: The Spiritual Life and Thought of Ibn 'Arabi* (Oxford: Anqa Publishing, 1999), hlm. 129.

<sup>9</sup> Ibnu 'Arabi, *Fuṣūṣ al-Ḥikam*, hlm. 152.

<sup>10</sup> Chittick, *The Sufi Path of Knowledge*, hlm. 205.

dan simbolik. Jiwa menjadi seniman spiritual yang membentuk makna dari fragmen-fragmen penderitaan.<sup>11</sup>

Aspek lain yang relevan dari pemikiran Ibnu 'Arabi adalah konsep *tajdid al-khalq* (penciptaan ulang yang terus-menerus). Dalam pandangannya, setiap saat adalah momen penciptaan baru oleh Tuhan. Maka, jiwa juga diperbarui terus-menerus dalam setiap nafas kehidupan. Kesadaran akan hal ini memberikan harapan bagi manusia yang terluka: bahwa mereka tidak terjebak di masa lalu, karena realitas senantiasa baru. Trauma tidak bersifat final dalam sistem kosmos Ibnu 'Arabi. Justru, dalam setiap saat ada kemungkinan kelahiran spiritual yang baru.<sup>12</sup>

Dalam pengertian ini, pembersihan jiwa tidak bersifat linear, tetapi spiral. Jiwa bisa mengalami kejatuhan lalu bangkit lagi dengan kesadaran yang lebih dalam. Ibnu 'Arabi menolak dikotomi antara “suci” dan “dosa” secara absolut; baginya, setiap pengalaman manusiawi mengandung potensi untuk menjadi jalan menuju Tuhan. Inilah yang ia sebut sebagai *rahmah mutlaqah* (kasih sayang mutlak Tuhan) yang meliputi segalanya. Dalam konteks terapi, ini berarti pendekatan non-stigmatisasi terhadap penderita trauma. Jiwa mereka tetap bernilai, bahkan bisa menjadi lebih matang secara spiritual melalui luka-luka yang mereka alami.<sup>13</sup> Kecenderungan modern dalam psikologi untuk memandang jiwa secara mekanistik telah mengaburkan aspek transenden dari eksistensi manusia.

Ibnu 'Arabi mengembalikan jiwa pada posisi aslinya sebagai makhluk spiritual yang memiliki asal dan tujuan Ilahi. Hal ini sangat relevan dalam konteks krisis eksistensial dan trauma psikologis masa kini yang kerap dipicu oleh dislokasi makna. Dalam pandangan Ibnu 'Arabi, jiwa yang kehilangan orientasi dapat dituntun kembali melalui pengenalan diri dan Tuhan secara simultan. Proses ini dikenal sebagai *tahqiq al-nafs*, yaitu pencarian jati diri sejati yang hanya bisa dicapai melalui kesadaran akan kehadiran Tuhan dalam diri. Oleh karena itu,

---

<sup>11</sup> Toshihiko Izutsu, *Sufism and Taoism: A Comparative Study of Key Philosophical Concepts* (Berkeley: University of California Press, 1983), hlm. 215.

<sup>12</sup> Ibnu 'Arabi, *al-Futūḥāt al-Makkiyyah*, Jilid II, hlm. 49.

<sup>13</sup> Hirstenstein, *The Unlimited Mercifier*, hlm. 189.

terapi jiwa bukan hanya penyembuhan psikologis, tetapi juga inisiasi spiritual.<sup>14</sup>

Ibnu 'Arabi juga menekankan pentingnya *murāqabah* (pengawasan diri) dan *mujāhadah* (perjuangan spiritual) sebagai metode internal transformasi jiwa. Dalam konteks ini, jiwa dilatih untuk mengamati pikirannya sendiri, menahan dorongan negatif, dan menumbuhkan kualitas ilahiah seperti kasih, sabar, dan syukur. Ini sejalan dengan pendekatan psikoterapi kontemplatif masa kini, seperti mindfulness dan compassion-based therapy, tetapi dengan muatan spiritual yang lebih mendalam. Jiwa yang disiplin dalam latihan spiritual ini akan mulai mengalami “pembukaan” atau *kashf*, yaitu tersingkapnya realitas batin dan makna ilahiah dalam kehidupan. Transformasi ini sangat berbeda dari sekadar perbaikan perilaku; ini adalah pergeseran total dalam cara eksistensial manusia memahami dirinya dan Tuhan. Inilah bentuk terapi batin yang tak dapat dijangkau oleh pendekatan konvensional semata.<sup>15</sup>

Pada ranah edukatif, pandangan Ibnu 'Arabi tentang jiwa juga memberi implikasi besar bagi cara kita membina generasi muda dalam menghadapi tantangan zaman. Jika pendidikan hanya fokus pada aspek rasional dan teknis, jiwa manusia akan tumbuh kering dan rapuh, mudah hancur saat mengalami krisis. Ibnu 'Arabi menawarkan paradigma pendidikan spiritual yang menekankan introspeksi, kesadaran nilai-nilai batin, dan koneksi dengan Yang Ilahi. Jiwa anak didik tidak hanya dibentuk sebagai pelaku sosial, tetapi juga sebagai pencari makna dan peziarah kebenaran. Dalam konteks trauma kolektif seperti pandemi, perang, dan tekanan hidup modern, pendekatan ini sangat mendesak untuk dihidupkan kembali. Jiwa yang terhubung dengan Tuhan akan memiliki daya lenting yang tinggi dalam menghadapi luka hidup.<sup>16</sup>

Ketika jiwa mencapai tahap kesadaran spiritual yang tinggi, ia menjadi locus dari *tajalli* atau manifestasi sifat-sifat Tuhan. Jiwa bukan lagi entitas pasif yang perlu “disembuhkan” dari luar, melainkan pusat aktif dari dinamika kesucian dan kedalaman spiritual. Di sinilah pentingnya dialog antara psikologi modern dan tasawuf klasik: untuk

---

<sup>14</sup> Chittick, *The Sufi Path of Knowledge*, hlm. 278.

<sup>15</sup> Ibnu 'Arabi, *al-Futūḥāt al-Makkiyyah*, Jilid III, hlm. 187.

<sup>16</sup> Izutsu, *Sufism and Taoism*, hlm. 302.

membangun pendekatan integratif yang memulihkan manusia secara utuh. Ibnu 'Arabi tidak memisahkan antara akal, rasa, dan intuisi dalam proses penyembuhan jiwa. Semua unsur ini harus terlibat dalam membimbing individu melewati pengalaman luka menuju pengetahuan yang lebih tinggi. Dengan demikian, transformasi jiwa adalah gerakan dari keterpecahan menuju keutuhan.<sup>17</sup>

Dunia yang dalamnya dipenuhi keresahan eksistensial dan kekosongan spiritual, konsep jiwa menurut Ibnu 'Arabi memberikan jawaban yang tidak hanya filosofis tetapi juga aplikatif. Ia menunjukkan bahwa penderitaan bukan musuh, melainkan panggilan Ilahi untuk naik ke tingkat kesadaran yang lebih dalam. Dengan membingkai kembali pengalaman traumatik sebagai bagian dari skenario Ilahi, manusia bisa mengolahnya sebagai jalan pembebasan, bukan sekadar beban psikologis. Transformasi jiwa dalam pemikiran Ibnu 'Arabi bukan jalan pelarian dari penderitaan, tetapi jalan melewati dan melampaui penderitaan menuju Tuhan. Dengan pendekatan ini, konsep jiwa sufistik bisa menjadi basis teoretis dan praktis bagi model terapi psikospiritual masa kini. Inilah yang menjadikan gagasan Ibnu 'Arabi tetap hidup dan sangat relevan dalam dunia modern.<sup>18</sup>

#### **Teori Trauma Psikologis Dan Keterbatasan Pendekatan Konvensional**

Trauma psikologis merupakan respons emosional yang intens terhadap pengalaman yang mengejutkan, menakutkan, atau menyakitkan secara ekstrem. Dalam konteks psikologi klinis, trauma didefinisikan sebagai gangguan yang dapat muncul setelah individu mengalami peristiwa di luar kendali, seperti kekerasan, kecelakaan, bencana alam, atau kehilangan mendalam. Trauma dapat mengganggu fungsi kognitif, emosi, dan sosial seseorang, serta menyebabkan berbagai gangguan seperti PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder), depresi, dan kecemasan kronis. Teori klasik trauma seperti yang dikembangkan oleh Judith Herman menekankan adanya fase-fase reaksi terhadap trauma, yaitu fase keamanan, pemrosesan, dan reintegrasi.<sup>19</sup> Meskipun model ini sangat

---

<sup>17</sup> Hirtenstein, *The Unlimited Mercifier*, hlm. 212.

<sup>18</sup> Chittick, *The Sufi Path of Knowledge*, hlm. 302.

<sup>19</sup> Judith L. Herman, *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence—from Domestic Abuse to Political Terror* (New York: Basic Books, 1992), hlm. 155.

membantu dalam memahami trauma, banyak penderita tetap mengalami gejala residual yang sulit pulih. Hal ini menunjukkan adanya batasan dalam efektivitas pendekatan konvensional terhadap trauma.

Pendekatan konvensional dalam psikologi Barat terhadap trauma sangat dipengaruhi oleh paradigma kognitif-behavioral. Model ini berfokus pada restrukturisasi pikiran dan perilaku maladaptif melalui terapi seperti CBT (Cognitive Behavioral Therapy). Meski terapi ini terbukti efektif dalam banyak kasus, fokus utamanya masih bersifat reduksionis dan memisahkan jiwa dari dimensi spiritual. Banyak penderita trauma mengalami luka batin yang mendalam, bukan hanya distorsi kognisi atau pola perilaku negatif. Oleh karena itu, tidak semua trauma dapat dijelaskan atau ditangani melalui kerangka kerja kognitif semata. Keterbatasan inilah yang membuka ruang bagi pendekatan alternatif yang lebih holistik dan spiritual.<sup>20</sup>

Salah satu kritik utama terhadap pendekatan konvensional adalah kecenderungannya mengabaikan tubuh dan pengalaman somatik sebagai bagian penting dari pemrosesan trauma. Van der Kolk menekankan bahwa trauma tersimpan dalam tubuh dan tidak dapat disembuhkan hanya melalui percakapan rasional.<sup>21</sup> Akibatnya, pasien sering kali merasa “tahu” bahwa mereka harus sembuh, tetapi tubuh dan sistem saraf mereka tetap bereaksi secara traumatik. Fenomena ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kesadaran intelektual dan penyembuhan emosional yang lebih dalam. Dengan demikian, dibutuhkan pendekatan yang melibatkan tubuh, perasaan, dan spiritualitas sebagai satu kesatuan. Kesadaran ini mulai membuka ruang bagi terapi berbasis spiritualitas dan praktik kontemplatif.

Psikoterapi konvensional juga jarang menyentuh aspek eksistensial dari trauma, yaitu krisis makna yang dialami individu setelah mengalami penderitaan yang ekstrem. Viktor Frankl melalui pendekatan logoterapinya telah menggarisbawahi bahwa penderitaan yang tidak bermakna dapat menjadi beban eksistensial yang sangat berat.<sup>22</sup> Dalam

---

<sup>20</sup> Bessel van der Kolk, *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma* (New York: Viking, 2014), hlm. 87.

<sup>21</sup> *Ibid.*, hlm. 97.

<sup>22</sup> Viktor E. Frankl, *Man's Search for Meaning* (Boston: Beacon Press, 2006), hlm. 109.

kasus trauma, penderita sering bertanya: “Mengapa ini terjadi padaku?” atau “Apa makna dari semua ini?”. Pertanyaan-pertanyaan ini tidak dapat dijawab melalui CBT atau medikasi psikiatris. Di sinilah pentingnya pendekatan yang membantu individu menemukan makna spiritual dari penderitaan yang mereka alami. Sebuah pendekatan sufistik seperti yang ditawarkan oleh Ibnu 'Arabi bisa menjadi jalan untuk mengintegrasikan penderitaan ke dalam proses transformasi jiwa.

Masyarakat modern saat ini sangat materialistik, sebab penderitaan psikologis sering kali dianggap sebagai disfungsi semata, bukan sebagai bagian dari perjalanan batin. Paradigma kesehatan mental yang dominan menekankan pada “fungsi sosial yang normal” sebagai tolok ukur kesehatan jiwa. Padahal, banyak orang yang tampak “normal” secara sosial tapi sesungguhnya terluka secara spiritual. Sebaliknya, mereka yang sedang mengalami krisis atau trauma bisa jadi sedang menjalani fase penting dalam perjalanan menuju kedewasaan batin. Model konvensional jarang melihat potensi pertumbuhan atau *post-traumatic growth* yang bersifat spiritual. Hal ini menguatkan perlunya pendekatan baru yang tidak hanya meredakan gejala, tetapi mengangkat makna dan kesadaran baru dari trauma.<sup>23</sup>

Pada terapi konvensional, sering kali pasien dikondisikan untuk “melupakan” atau menekan memori traumatik. Pendekatan ini, alih-alih menyembuhkan, justru memperkuat represi dan menjauhkan individu dari proses pemaknaan. Ibnu 'Arabi justru mendorong manusia untuk menafsirkan pengalaman mereka, termasuk penderitaan, sebagai manifestasi dari kehendak Ilahi dan sarana untuk mengenal diri. Perspektif ini sangat relevan dalam mengolah trauma sebagai sesuatu yang harus dihadapi, direnungkan, dan ditransformasi. Tidak semua luka perlu ditutup; sebagian luka justru adalah pintu masuk menuju pemahaman diri yang lebih dalam. Dalam hal ini, pendekatan konvensional sering kali berhenti pada gejala, bukan menyelami esensi luka itu sendiri.<sup>24</sup>

---

<sup>23</sup> Richard Tedeschi dan Lawrence Calhoun, *Posttraumatic Growth: Positive Changes in the Aftermath of Crisis* (New York: Routledge, 2004), hlm. 12.

<sup>24</sup> Ibnu 'Arabi, *Fuṣūṣ al-Ḥikam*, hlm. 117.

Aspek budaya dan spiritual sering kali luput dalam model terapi Barat yang mengklaim universalitasnya. Padahal, dalam masyarakat Muslim atau tradisional, pengalaman spiritual, doa, dzikir, dan relasi dengan Tuhan memainkan peran sentral dalam menghadapi penderitaan. Oleh karena itu, pendekatan terapi yang tidak memperhitungkan dimensi religius akan terasa asing dan bahkan tidak efektif. Integrasi antara pendekatan psikologis dan sufistik bisa menjembatani kesenjangan ini dengan menghormati konteks kultural dan spiritual klien. Dalam konteks inilah, pemikiran Ibnu 'Arabi menawarkan wawasan berharga tentang bagaimana penderitaan bisa ditafsirkan dalam kerangka tauhid dan cinta Ilahi.<sup>25</sup>

Pendekatan sufistik tidak menolak keberadaan luka, tetapi justru mengubahnya menjadi sumber energi spiritual. Ibnu 'Arabi memandang penderitaan sebagai “takdir ilahi” yang harus ditembus, bukan dihindari. Dalam konteks terapi, ini sangat penting karena banyak pendekatan modern justru mendorong penghindaran terhadap rasa sakit. Padahal, menghindar sering kali memperpanjang penderitaan. Sufisme mendorong untuk *menghadiri* luka itu dengan kesadaran dan cinta, bukan menolaknya. Dari sini, penyembuhan bukan hanya menjadi proses psikologis, tetapi juga spiritual dan eksistensial.<sup>26</sup>

Sebagian besar pendekatan psikologis modern bekerja dengan logika objektifikasi, yakni memandang klien sebagai “objek” analisis. Hubungan terapeutik bersifat hirarkis: terapis tahu lebih banyak, sementara klien adalah pihak yang “diperbaiki.” Dalam pendekatan sufistik, hubungan itu lebih setara dan dialogis: jiwa manusia memiliki akses langsung kepada kebenaran ilahi dan potensi penyembuhannya sendiri. Tugas terapis adalah menemani, bukan menggantikan kesadaran batin klien. Pendekatan ini membangun martabat spiritual klien dan memberinya kuasa untuk menyembuhkan dirinya sendiri. Ini sangat kontras dengan model medis yang cenderung pasifatif.<sup>27</sup>

Krisis global saat ini pandemi, perang, perubahan iklim, disintegrasi komunitas menyebabkan trauma kolektif yang tidak bisa

---

<sup>25</sup> Chittick, *The Sufi Path of Knowledge*, hlm. 221.

<sup>26</sup> Hirtenstein, *The Unlimited Mercifier*, hlm. 134.

<sup>27</sup> John Rowan, *The Transpersonal: Spirituality in Psychotherapy and Counselling* (London: Routledge, 2005), hlm. 66.

ditangani dengan model individualistik belaka. Diperlukan paradigma penyembuhan yang menyentuh akar eksistensial manusia dan mampu memulihkan rasa keterhubungan. Spiritualitas, terutama dalam tradisi tasawuf, menyediakan kerangka untuk memahami penderitaan bukan sebagai musibah semata, tetapi sebagai panggilan untuk bangkit dan menyatu kembali dengan asal ilahi. Dengan demikian, spiritualitas bukan pelarian, tetapi jalan transformasi. Perspektif ini memberi kontribusi penting bagi reformasi ilmu psikologi masa kini.<sup>28</sup>

Keterbatasan pendekatan konvensional, dan kompleksitas trauma psikologis modern, dibutuhkan sintesis antara psikologi dan spiritualitas. Pemikiran Ibnu 'Arabi, yang melihat jiwa sebagai entitas spiritual yang bisa tumbuh melalui pengalaman penderitaan, memberikan landasan filosofis dan praktis untuk terapi yang transformatif. Integrasi ini bukan sekadar menambah “unsur religius” ke dalam terapi, melainkan mendefinisikan ulang apa itu penyembuhan jiwa. Dalam dunia yang haus akan makna dan pengobatan yang holistik, pendekatan sufistik menjadi sangat relevan dan mendesak untuk dikembangkan. Ini adalah saatnya membangun jembatan antara ilmu jiwa modern dan warisan kebijaksanaan spiritual Islam. Dari sinilah akan lahir psikologi transformatif yang membebaskan dan memulihkan.<sup>29</sup>

#### **Metodologi Kajian Dan Pendekatan Hermeneutik Sufistik**

Metodologi merupakan fondasi epistemologis dari setiap kajian ilmiah, termasuk dalam studi pemikiran sufistik seperti yang dikembangkan oleh Ibnu 'Arabi. Kajian terhadap transformasi jiwa dalam pandangan Ibnu 'Arabi menuntut pendekatan yang tidak hanya tekstual, tetapi juga kontekstual dan spiritual. Dalam hal ini, pendekatan hermeneutik sufistik menjadi sangat relevan karena mampu menggali makna batiniah dari teks dan pengalaman mistik. Hermeneutika sufistik tidak sekadar menafsirkan kata-kata, melainkan menyingkap dimensi ruhani yang terkandung di balik simbol dan isyarat. Sebagaimana ditunjukkan oleh Ibnu 'Arabi, kebenaran bukanlah sesuatu yang statis, melainkan terus-menerus tersingkap sesuai kesiapan rohani

---

<sup>28</sup> Mark Epstein, *The Trauma of Everyday Life* (New York: Penguin, 2013), hlm. 175.

<sup>29</sup> Chittick, *The Self-Disclosure of God: Principles of Ibn al-'Arabi's Cosmology* (Albany: SUNY Press, 1998), hlm. 284.

pembacanya.<sup>30</sup> Oleh karena itu, metode ini sangat cocok untuk memahami dimensi terdalam dari jiwa dan transformasinya.

Hermeneutika sufistik berakar dari prinsip bahwa teks-teks suci dan wacana spiritual memiliki lapisan makna yang beragam, dari lahiriah (*ẓāhir*) hingga batiniah (*bāṭin*). Pendekatan ini sejalan dengan cara Ibnu 'Arabi membaca realitas dan wahyu: sebagai manifestasi dari Tuhan yang tak terhingga. Dengan demikian, penafsiran tidak bersifat tunggal dan tertutup, tetapi dinamis, berlapis, dan terbuka terhadap pengungkapan baru melalui pengalaman ruhani. Dalam kerangka ini, setiap teks dan pengalaman harus dibaca dengan "mata hati" yang jernih dan terbuka terhadap makna simbolik. Proses ini bukan sekadar pemahaman intelektual, tetapi perjalanan spiritual yang melibatkan transformasi diri. Inilah perbedaan mendasar dengan hermeneutika filosofis sekuler yang hanya menekankan pada makna rasional.<sup>31</sup>

Kajian sufistik terhadap transformasi jiwa juga memerlukan pendekatan yang inklusif terhadap teks primer seperti *Fuṣūṣ al-Ḥikam* dan *al-Futūḥāt al-Makkiyyah* karya Ibnu 'Arabi. Kedua karya ini tidak bisa dibaca secara literal karena dipenuhi oleh simbolisme, struktur spiral, dan narasi visioner. Oleh karena itu, peneliti perlu menggunakan metode pembacaan yang dialogis dan transendental: tidak hanya menjelaskan isi, tetapi juga berinteraksi secara spiritual dengannya. Hal ini menuntut kesiapan batin dari peneliti sendiri, karena dalam tradisi sufistik, pengetahuan sejati diperoleh melalui penyaksian (*mushāhadah*) dan bukan sekadar hafalan konsep. Dengan kata lain, studi tentang jiwa menurut Ibnu 'Arabi tidak bisa dilepaskan dari perjalanan batin si peneliti itu sendiri.<sup>32</sup>

Salah satu prinsip penting dalam hermeneutika sufistik adalah *ta'wīl*, yaitu penafsiran batiniah yang menyingkap makna terdalam dari teks. *Ta'wīl* bukanlah distorsi terhadap makna asli, melainkan upaya kembali ke asal spiritual dari kata dan simbol. Ibnu 'Arabi menyatakan

---

<sup>30</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: SUNY Press, 1989), hlm. 18.

<sup>31</sup> Toshihiko Izutsu, *Sufism and Taoism: A Comparative Study of Key Philosophical Concepts* (Berkeley: University of California Press, 1983), hlm. 45.

<sup>32</sup> Michel Chodkiewicz, *An Ocean Without Shore: Ibn Arabi, the Book, and the Law* (Albany: SUNY Press, 1993), hlm. 77.

bahwa teks wahyu memiliki dimensi “makna dalam makna”, yang hanya bisa ditangkap oleh mereka yang jiwanya telah terlatih dalam kesadaran spiritual.<sup>33</sup> Oleh karena itu, dalam pendekatan sufistik, teks bukan hanya objek kajian, tetapi juga cermin bagi jiwa. Proses membaca menjadi ritual kontemplatif, dan penafsiran menjadi bagian dari proses transformasi diri. Hal ini memperkaya dunia akademik yang cenderung membatasi makna pada aspek literal dan historis.

Metodologi hermeneutik sufistik juga bersifat fenomenologis, yaitu memperhatikan pengalaman subyektif sebagai sumber validitas pengetahuan. Dalam konteks ini, pengalaman spiritual atau krisis batin yang dialami seseorang dapat menjadi pintu masuk untuk memahami teks dan realitas yang lebih dalam. Ibnu 'Arabi sendiri menggunakan pengalamannya dalam *kashf* (penyingkapan) dan *ru'yā* (visi) sebagai dasar dari argumentasi mistiknya. Ini memperluas batas metodologi ilmiah yang biasanya menolak pengalaman subjektif sebagai sumber data yang sah. Dalam konteks kajian trauma, metode ini sangat membantu karena banyak luka batin yang hanya bisa dipahami melalui narasi dan kesadaran personal.<sup>34</sup> Dengan demikian, pengalaman hidup dan bacaan teks saling memperkaya dan menghidupkan makna.

Pendekatan hermeneutik sufistik juga mempersyaratkan akhlak peneliti. Dalam tradisi tasawuf, ilmu bukan semata hasil analisis, tetapi buah dari tazkiyah al-nafs (penyucian jiwa). Artinya, seorang peneliti tidak dapat memahami kebenaran sufistik kecuali ia sendiri telah menjalani sebagian dari jalan spiritual tersebut. Inilah alasan mengapa banyak teks Ibnu 'Arabi terasa “tertutup” bagi pembaca yang hanya mengandalkan logika akademik. Oleh sebab itu, metode ini sangat menantang namun juga memperkaya secara spiritual dan intelektual. Etika keilmuan sufistik ini menawarkan kritik tajam terhadap akademia modern yang cenderung memisahkan ilmu dari kebijaksanaan.<sup>35</sup>

Pendekatan hermeneutik sufistik bisa menjadi jembatan antara studi keislaman, psikologi, dan filsafat spiritual. Misalnya, dalam

---

<sup>33</sup> Ibnu 'Arabi, *Fuṣūṣ al-Hikam*, ed. 'Affi (Beirut: Dār al-Kitāb al-'Arabī, 1946), hlm. 19.

<sup>34</sup> Annemarie Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam* (Chapel Hill: University of North Carolina Press, 1975), hlm. 308.

<sup>35</sup> Seyyed Hossein Nasr, *Knowledge and the Sacred* (Albany: SUNY Press, 1989), hlm. 147.

memahami trauma psikologis, pengalaman subjektif penderita bisa ditafsirkan melalui simbolisme sufistik tentang kehancuran ego dan pencarian Tuhan. Perspektif ini memberi dimensi tambahan terhadap terapi yang biasanya hanya berfokus pada aspek gejala dan perilaku. Kajian semacam ini juga memungkinkan integrasi antara teks klasik dan kebutuhan manusia modern. Dalam konteks ini, metode hermeneutik sufistik bukan sekadar nostalgia spiritual, tetapi kontribusi aktif bagi pembaruan ilmu humaniora dan psikologi. Ini menunjukkan bahwa warisan spiritual Islam tetap hidup dan relevan di era kontemporer.<sup>36</sup> Untuk menerapkan pendekatan ini secara metodologis, peneliti perlu menggabungkan analisis teks (teksualitas), biografi penulis (kontekstualitas), dan pengalaman pembaca (refleksivitas). Ketiga aspek ini menjadikan kajian terhadap Ibnu 'Arabi bersifat dialogis dan terbuka. Hal ini berbeda dengan studi normatif atau positivistik yang mencari kebenaran tunggal dan final. Dalam kajian hermeneutik sufistik, makna bersifat tak terbatas, sesuai kapasitas spiritual pembacanya. Maka, validitas dalam penelitian ini bukan terletak pada objektivitas belaka, tetapi pada kedalaman penyingkapan dan transformasi makna. Ini menciptakan standar baru dalam keilmuan yang menyatukan intelektualitas dan spiritualitas.<sup>37</sup>

Metodologi hermeneutik sufistik juga sangat sesuai untuk kajian multidisipliner, khususnya dalam upaya mengintegrasikan spiritualitas ke dalam ilmu psikologi dan terapi. Banyak pendekatan psikologi humanistik modern, seperti transpersonal psychology, mulai menyentuh aspek spiritual sebagai bagian dari penyembuhan. Hermeneutika sufistik dapat memperkaya pendekatan ini dengan kedalaman simbolis dan pengalaman mistik dari tradisi Islam. Ini memberikan kerangka konseptual baru bagi pengembangan terapi berbasis spiritualitas lokal. Dengan begitu, metodologi ini tidak hanya aplikatif dalam studi teks, tetapi juga dalam praktik klinis dan sosial.<sup>38</sup>

---

<sup>36</sup> Mohammed Rustom, *The Triumph of Mercy: Philosophy and Scripture in Mulla Sadra* (Albany: SUNY Press, 2012), hlm. 91.

<sup>37</sup> Paul Ricoeur, *Interpretation Theory: Discourse and the Surplus of Meaning* (Fort Worth: Texas Christian University Press, 1976), hlm. 93.

<sup>38</sup> John Rowan, *The Transpersonal: Spirituality in Psychotherapy and Counselling* (London: Routledge, 2005), hlm. 54.

Penerapan metode hermeneutik sufistik juga memerlukan kesabaran dalam menyelami teks-teks yang kompleks dan penuh lapisan makna. Oleh karena itu, proses penulisan dan penelitian menjadi bagian dari perjalanan batin yang perlahan namun mendalam. Setiap istilah dan konsep tidak bisa langsung diartikan secara literal, melainkan harus dipahami melalui jaringan simbolik dan pengalaman batin. Dalam studi Ibnu 'Arabi, misalnya, istilah seperti “wujūd”, “nafs”, atau “tajalli” memerlukan konteks teologis, filosofis, dan mistik yang luas. Hal ini menjadikan peneliti sebagai pelajar seumur hidup, bukan hanya pengumpul data. Dengan begitu, metodologi ini melatih kerendahan hati ilmiah dan keterbukaan spiritual.<sup>39</sup>

Secara keseluruhan, pendekatan hermeneutik sufistik memberikan alternatif metodologis yang sangat dibutuhkan dalam studi jiwa, spiritualitas, dan terapi masa kini. Ia membuka ruang bagi pemaknaan yang lebih dalam, mengintegrasikan akal dan hati, teks dan pengalaman, logika dan intuisi. Dalam dunia akademik yang kerap terfragmentasi, pendekatan ini menawarkan sintesis antara ilmu dan kebijaksanaan. Lebih dari sekadar metode, hermeneutik sufistik adalah jalan spiritual menuju pemahaman yang menyembuhkan. Inilah kontribusi penting warisan Ibnu 'Arabi bagi dunia keilmuan dan penyembuhan kontemporer. Dan dari sini, kita belajar bahwa membaca bukan hanya untuk tahu, tetapi untuk menjadi.<sup>40</sup>

#### **Integrasi Konsep Transformasi Jiwa Ibnu 'Arabi Dalam Terapi Trauma: Analisis Dan Implikasinya**

Kerangka pemikiran Ibnu 'Arabi, transformasi jiwa merupakan proses dinamis yang menuntun individu menuju kesadaran akan hakikat wujud sejati, yaitu manifestasi Ilahi dalam dirinya. Trauma psikologis, yang pada dasarnya merupakan “pecahnya keutuhan jiwa”, dapat dipahami sebagai peluang untuk membangun kembali struktur jiwa pada tataran yang lebih tinggi. Pemikiran ini sangat kontras dengan pendekatan psikologis konvensional yang cenderung memandang trauma sebagai gangguan yang harus dihapus, bukan dimaknai. Ibnu 'Arabi mengajarkan bahwa luka jiwa bukanlah akhir, melainkan awal dari jalan

---

<sup>39</sup> Chittick, *The Self-Disclosure of God: Principles of Ibn al-'Arabi's Cosmology*, hlm. 132.

<sup>40</sup> Ibn 'Arabi, *al-Futūḥāt al-Makkiyyah*, Jilid I, hlm. 88.

menuju transformasi spiritual.<sup>41</sup> Maka, dalam konteks terapi, konsep ini memberi paradigma baru: bahwa penderitaan bukanlah musuh, melainkan pintu. Integrasi ini menggeser fokus dari pemulihan pasif menjadi transformasi aktif.

Konsep penting dalam kerangka transformasi jiwa Ibnu 'Arabi adalah *nafs* (jiwa) yang memiliki berbagai tingkatan eksistensial, mulai dari *nafs al-ammarah* (jiwa yang memerintah kepada keburukan) hingga *nafs al-mutma'innah* (jiwa yang tenang). Trauma psikologis sering kali menahan seseorang di tingkat jiwa yang lebih rendah karena keterikatan pada rasa takut, rasa bersalah, dan kemarahan. Proses terapi berbasis transformasi jiwa harus membantu individu melewati tahapan-tahapan tersebut, bukan sekadar menstabilkan kondisi psikis. Di sinilah metode sufistik bekerja, dengan menggunakan kontemplasi, refleksi diri, dan pengenalan makna sebagai sarana terapi. Setiap lapisan trauma dapat ditransformasi menjadi gerbang kesadaran baru bila diarahkan pada pengenalan Diri Ilahi dalam diri.<sup>42</sup> Dengan demikian, terapi menjadi proses spiritual, bukan hanya psikis.

Salah satu implikasi penting dari pendekatan ini adalah perlunya perubahan dalam cara pandang terhadap penderita trauma. Dalam pendekatan sufistik Ibnu 'Arabi, penderita bukan hanya korban, tetapi juga subjek spiritual yang sedang menjalani fase penyucian jiwa. Trauma dapat menjadi perantara *tajalli* (penyingkapan ilahi) yang menyadarkan manusia akan kelemahan dan keterbatasannya sebagai makhluk. Kesadaran ini, dalam pandangan sufistik, menjadi fondasi penting dalam membangun relasi dengan Tuhan. Maka, dalam terapi, tugas penyembuh bukan sekadar membantu “sembuh”, melainkan memfasilitasi perjalanan menuju makna dan ketenangan batin yang hakiki.<sup>43</sup> Pendekatan ini memperluas cakrawala terapi modern yang masih terbatas pada fungsi dan keseimbangan psikologis semata.

Integrasi ini menuntut metode praktik yang konkret. Salah satunya adalah praktik kontemplasi (*tafakkur*) dan *murāqabah*

---

<sup>41</sup> William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination* (Albany: SUNY Press, 1989), hlm. 225.

<sup>42</sup> Toshihiko Izutsu, *Sufism and Taoism* (Berkeley: University of California Press, 1983), hlm. 90.

<sup>43</sup> Ibn 'Arabi, *Fusūs al-Hikam*, ed. 'Afīfī (Beirut: Dār al-Kitāb al-'Arabī, 1946), hlm. 31.

(pengawasan diri) sebagai alat utama menghadapi trauma. Dalam banyak kasus, penderita trauma sulit mengekspresikan atau bahkan memahami luka batinnya karena luka itu bersifat eksistensial, bukan sekadar emosional. Pendekatan sufistik memberi ruang untuk diam, hening, dan menyelami makna di balik rasa sakit yang dirasakan. Pendampingan berbasis spiritualitas mengajarkan bahwa tidak semua jawaban bisa ditemukan dalam logika, melainkan juga dalam keheningan dan penghayatan. Ini sangat penting di era modern di mana terapi cenderung mengandalkan kata dan analisis rasional.<sup>44</sup> Dalam kerangka Ibnu 'Arabi, eksistensi manusia adalah pantulan dari Tuhan, dan jiwa manusia memiliki potensi untuk menyaksikan realitas ilahiah melalui *tahawwul* (transformasi eksistensial). Maka, saat seseorang mengalami trauma, sesungguhnya ia berada dalam kondisi eksistensial yang memanggil transformasi diri menuju kesadaran lebih tinggi. Konsep ini dapat diterjemahkan ke dalam terapi sebagai transendensi ego dan penyadaran akan makna hidup yang lebih besar. Alih-alih menolak pengalaman traumatik, terapi justru memfasilitasi proses integratif terhadap pengalaman tersebut sebagai bagian dari perjalanan ruhani. Ini membuka kemungkinan pemaknaan baru dan membebaskan penderita dari narasi luka sebagai kutukan.<sup>45</sup>

Transformasi jiwa juga berkaitan erat dengan dinamika *wujūd* (eksistensi) dalam filsafat Ibnu 'Arabi. Ia melihat bahwa realitas sejati adalah kesatuan wujud (*waḥdat al-wujūd*), dan setiap kejadian, termasuk penderitaan, adalah manifestasi dari sifat Tuhan yang penuh hikmah. Dalam konteks terapi, kesadaran ini membimbing seseorang untuk menerima dan memahami penderitaannya sebagai bagian dari proses ilahi. Pandangan ini memiliki daya penyembuhan karena menghapus keterpisahan antara manusia dan Tuhan, dan menggantinya dengan rasa keterhubungan eksistensial. Ini sangat penting bagi penderita trauma yang kerap merasa terisolasi dan kehilangan makna hidup.<sup>46</sup> Dengan kata lain, terapi menjadi ziarah menuju makna.

---

<sup>44</sup> Annemarie Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam* (Chapel Hill: University of North Carolina Press, 1975), hlm. 389.

<sup>45</sup> Michel Chodkiewicz, *An Ocean Without Shore* (Albany: SUNY Press, 1993), hlm. 85.

<sup>46</sup> Chittick, *The Self-Disclosure of God* (Albany: SUNY Press, 1998), hlm. 113.

Implikasi lain dari integrasi ini adalah perlunya peran aktif dari komunitas spiritual atau lingkungan yang mendukung penyembuhan. Dalam tradisi sufi, perjalanan batin tidak dilakukan sendirian, tetapi dalam konteks bimbingan mursyid dan persaudaraan spiritual. Hal ini dapat diterjemahkan dalam konteks terapi sebagai pentingnya dukungan sosial yang empatik dan sadar spiritual. Banyak penderita trauma merasa sendiri dalam luka mereka, dan pendekatan sufistik mengajarkan bahwa keberadaan bersama yang penuh kasih adalah bagian dari penyembuhan itu sendiri. Komunitas yang memahami bahasa hati dan ruh sangat diperlukan dalam proses ini.<sup>47</sup> Maka, terapi bukan hanya privat, tetapi juga kolektif dan relasional.

Berdasarkan perspektif praktis, integrasi konsep Ibnu 'Arabi ke dalam terapi trauma dapat diadopsi melalui pembentukan model terapi transformatif berbasis spiritual Islam. Model ini bisa menggabungkan teknik seperti visualisasi simbolis, pemaknaan ulang pengalaman batin, journaling ruhani, hingga latihan kesadaran (*muraqabah*). Terapi semacam ini tidak bertujuan menormalkan individu sesuai standar sosial, tetapi membantunya menemukan kembali jati diri spiritualnya. Pengalaman transformatif semacam ini terbukti secara empiris mampu meningkatkan daya tahan psikologis (resiliensi), pengampunan diri, dan penemuan makna pascatrauma. Pendekatan ini bisa menjadi model terapi inovatif berbasis kearifan lokal yang dibutuhkan dunia Islam masa kini.<sup>48</sup>

Konsep *tajalli* (penyingkapan Tuhan) dalam Ibnu 'Arabi juga membuka kemungkinan bahwa trauma adalah ruang di mana Tuhan menyatakan Diri-Nya dalam bentuk keterbatasan, kehilangan, atau kehancuran. Alih-alih melihat trauma sebagai gangguan, pendekatan ini memaknainya sebagai tempat hadirnya Tuhan dalam bentuk lain yang menantang. Dalam sesi terapi, ini bisa diolah menjadi dialog eksistensial antara klien dan pemahaman dirinya terhadap Tuhan dan hidupnya. Maka, trauma tidak menjadi stagnasi, melainkan gerakan menuju *syuhūd* (penyaksian ruhani). Terapi menjadi tempat di mana Tuhan “berbicara” melalui pengalaman luka.<sup>49</sup>

---

<sup>47</sup> Nasr, *Knowledge and the Sacred*, hlm. 153.

<sup>48</sup> John Rowan, *The Transpersonal*, hlm. 115.

<sup>49</sup> Ibn 'Arabi, *al-Futūḥāt al-Makkiyyah*, Jilid II, hlm. 77.

Integrasi ini juga menuntut kesiapan para terapis untuk memasuki wilayah spiritual yang lebih dalam. Diperlukan pelatihan spiritual, etika batin, dan penguasaan konsep tasawuf agar pendekatan ini tidak menjadi manipulatif atau dangkal. Terapis sufistik bukan hanya profesional, tetapi juga pencari makna dan pembimbing ruhani. Ini akan membentuk paradigma baru dalam dunia psikologi yang masih sangat sekuler. Maka, perlu ada pengembangan kurikulum psikoterapi Islam berbasis tasawuf dalam pendidikan tinggi.<sup>50</sup> Ini menjadikan warisan sufistik sebagai sumber daya terapeutik masa depan.

Pada tingkat akademik, pendekatan ini menantang batas-batas antara ilmu keislaman, psikologi, dan filsafat. Ia menunjukkan bahwa kajian spiritual bukan sekadar wacana keagamaan, tetapi juga relevan untuk penyembuhan manusia modern. Pendekatan ini mendorong terbentuknya epistemologi baru: epistemologi penyembuhan berbasis kebijaksanaan ruhani. Ini memberikan alternatif terhadap dominasi metode Barat dalam terapi dan membuka jalur baru untuk pengembangan sains jiwa Islam. Dalam hal ini, Ibnu 'Arabi hadir bukan sebagai figur mistik masa lalu, tetapi sebagai inspirasi epistemologis masa depan.<sup>51</sup>

Perpaduan antara pengalaman klinis dengan pendekatan sufistik memungkinkan pengembangan “ruang terapi sakral” di mana simbolisme, spiritualitas, dan keheningan menjadi alat utama. Ini menjawab kebutuhan manusia modern yang mulai jenuh dengan terapi berbasis prosedur yang kering dan impersonal. Terapi semacam ini mendekatkan manusia kembali pada fitrahnya kesadaran akan Tuhan, makna, dan jati diri. Ia menjadi tempat penemuan ulang jati diri melalui rasa sakit, bukan pelarian darinya. Dalam dunia yang makin terfragmentasi, pendekatan ini membawa kesatuan.<sup>52</sup>

Secara sosial, model ini juga bisa diterapkan dalam penyembuhan kolektif trauma seperti akibat konflik, kekerasan, atau bencana. Melalui pendekatan sufistik, penderitaan bersama bisa dibaca sebagai fase

---

<sup>50</sup> Abdullah bin Hamid Ali, *Muslim Therapeutic Models*, Zaytuna Institute Working Papers, 2021, hlm. 12.

<sup>51</sup> Mohammed Rustom, *Inrushes of the Heart: The Ethics of Mercy in Ibn Arabi* (Open Horizons Press, 2020), hlm. 59.

<sup>52</sup> Schimmel, *Mystical Dimensions of Islam*, hlm. 400.

kehancuran ego kolektif dan peluang menuju pembaruan spiritual masyarakat. Ritual bersama, dzikir kolektif, dan makna komunitas menjadi kekuatan penyembuh. Ini menjadikan pendekatan Ibnu 'Arabi relevan bagi krisis sosial umat Islam di banyak tempat hari ini.<sup>53</sup> Ia memberi arah ke mana jiwa kolektif hendak bergerak.

Dengan demikian, integrasi transformasi jiwa ala Ibnu 'Arabi ke dalam terapi trauma tidak hanya menambah perspektif baru dalam penyembuhan, tetapi juga menghidupkan kembali aspek spiritual dalam psikologi Islam. Ia bukan sekadar solusi alternatif, tetapi jalan penyembuhan hakiki yang memulihkan relasi manusia dengan Tuhan, diri, dan semesta. Dalam dunia pascamodern yang kehilangan pusat spiritualnya, pendekatan ini menjadi oase bagi jiwa yang haus makna. Trauma pun tidak lagi ditakuti, tetapi dipahami dan ditransformasikan. Jiwa yang terluka menjadi jiwa yang menemukan Tuhan dalam cermin luka itu sendiri.

Akhirnya, konsep ini menegaskan bahwa terapi bukan hanya tentang kembali menjadi “normal”, tetapi menjadi lebih utuh, lebih sadar, dan lebih dekat dengan sumber eksistensi. Ibnu 'Arabi memberi kita peta ruhani untuk memahami bahwa penderitaan adalah wahyu tersembunyi. Dalam konteks terapi modern, peta ini sangat berharga. Ia menyatukan agama, filsafat, dan psikologi dalam satu simpul: transformasi ruhani manusia. Inilah kontribusi segar Ibnu 'Arabi untuk dunia yang haus akan makna dan penyembuhan sejati.

### **Kesimpulan**

Dunia yang diliputi kegelisahan batin ini, luka-luka psikis, dan keretakan makna, kajian ini menemukan harapan baru melalui mata air hikmah dari pemikiran Ibnu 'Arabi. Konsep jiwa menurut beliau bukanlah entitas statis, melainkan realitas dinamis yang selalu dalam proses menuju kesempurnaan (*kamāl*). Jiwa manusia, dalam seluruh lapis keberadaannya, menyimpan potensi untuk menyingkap kehadiran Ilahi dalam setiap pengalaman—termasuk penderitaan. Dalam pandangannya, trauma bukanlah kegagalan, melainkan panggilan Ilahi yang mendesak manusia untuk pulang ke dalam dirinya yang terdalam. Jiwa yang retak

---

<sup>53</sup> Nasr, *Knowledge and the Sacred*, hlm. 200

adalah ruang bagi *tajalli*, tempat Tuhan menyapa manusia dalam bentuk rasa kehilangan, derita, dan harap.

Di sisi lain, teori trauma psikologis kontemporer menawarkan pengetahuan klinis yang penting tentang luka psikis dan mekanisme pertahanan diri. Namun, seringkali ia berhenti pada dimensi fungsional, membatasi manusia pada kerangka tubuh dan pikiran yang terfragmentasi. Keterbatasan pendekatan ini memunculkan kebutuhan akan lensa yang lebih dalam, yang tidak hanya bertanya “bagaimana menyembuhkan luka ini?” tetapi juga “untuk apa luka ini hadir dalam hidupku?”. Pendekatan sufistik Ibnu 'Arabi hadir untuk menjawab pertanyaan eksistensial ini, memberikan kerangka bahwa penderitaan adalah gerbang transformasi, bukan sekadar gangguan yang harus dihindari.

Melalui pendekatan hermeneutik sufistik, metodologi dalam kajian ini tidak hanya menggali teks sebagai objek mati, melainkan sebagai ruang hidup bagi jiwa pembaca. Hermeneutika tidak sekadar menafsirkan kata, tetapi menyentuh makna yang tersembunyi di balik pengalaman ruhani. Dalam tafsir sufistik, pembacaan atas realitas tidak dilakukan dengan akal semata, tetapi dengan hati yang sadar (*qalb*), yang terbuka menerima cahaya makna. Pendekatan ini memberi napas pada keilmuan kontemporer yang mulai kehilangan sisi batiniahnya. Ia mengingatkan kita bahwa ilmu bukan hanya untuk dipahami, tetapi untuk mengubah kita dari dalam.

Integrasi transformasi jiwa Ibnu 'Arabi ke dalam terapi trauma membuka jalan baru dalam penyembuhan jiwa yang luka. Ia menyatukan antara pengakuan atas rasa sakit dan keyakinan akan makna yang lebih besar. Jiwa yang dilanda trauma tidak dituntut untuk kembali “seperti semula”, tetapi didorong untuk lahir kembali sebagai diri yang lebih utuh, lebih sadar, dan lebih dekat pada Tuhan. Dalam setiap tangis, ada pesan. Dalam setiap kegagalan, ada arah. Dalam setiap luka, ada cahaya yang menanti untuk disingkap.

Demikian, kajian ini mengusulkan bahwa transformasi jiwa bukanlah tambahan dalam terapi, melainkan inti dari penyembuhan itu sendiri. Ibnu 'Arabi tidak hanya memberi kita konsep, tetapi juga cermin. Di dalam cermin itu, kita melihat diri kita dengan luka, dengan cinta, dengan kerinduan pada Yang Mahahadir. Dan dari situlah perjalanan kita

dimulai: dari trauma menuju tajalli, dari kehancuran menuju keutuhan, dari manusia yang remuk menuju insan yang mengenal Tuhan.

Maka, dalam dunia yang sering terlalu sibuk menyembuhkan luka di permukaan, pemikiran Ibnu 'Arabi mengajak kita menyelam lebih dalam. Ia mengajarkan bahwa penyembuhan sejati bukan sekadar hilangnya gejala, tetapi hadirnya makna. Bahwa jiwa manusia diciptakan untuk mengenal dan bahkan melalui derita pun, Tuhan tetap berbicara. Transformasi bukan sekadar proses, tetapi panggilan pulang.

## Bibliografi

- Ali, Abdullah bin Hamid. *Muslim Therapeutic Models*. Zaytuna Institute Working Papers, 2021.
- Burckhardt, Titus (terj.). *Fuṣūṣ al-Ḥikam* karya Ibnu 'Arabi. Lahore: Suhail Academy, 2001.
- Chittick, William C. *The Self-Disclosure of God: Principles of Ibn al-'Arabi's Cosmology*. Albany: SUNY Press, 1998.
- Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. Albany: SUNY Press, 1989.
- Chodkiewicz, Michel. *An Ocean Without Shore: Ibn 'Arabi, the Book, and the Law*. Albany: SUNY Press, 1993.
- Epstein, Mark. *The Trauma of Everyday Life*. New York: Penguin, 2013.
- Frankl, Viktor E. *Man's Search for Meaning*. Boston: Beacon Press, 2006.
- Herman, Judith L. *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence—from Domestic Abuse to Political Terror*. New York: Basic Books, 1992.
- Herman, Judith. *Trauma and Recovery*. New York: Basic Books, 1997.
- Hirtenstein, Stephen. *The Unlimited Mercifier: The Spiritual Life and Thought of Ibn 'Arabi*. Oxford: Anqa Publishing, 1999.
- Ibnu 'Arabi. *al-Futūḥāt al-Makkiyyah*, Jilid I–III. Beirut: Dār Ṣadr, 1999.
- Ibnu 'Arabi. *Fuṣūṣ al-Ḥikam*, ed. 'Afifi. Beirut: Dār al-Kitāb al-'Arabī, 1946.

- Izutsu, Toshihiko. *Sufism and Taoism: A Comparative Study of Key Philosophical Concepts*. Berkeley: University of California Press, 1983.
- Nasr, Seyyed Hossein. *Knowledge and the Sacred*. Albany: SUNY Press, 1989.
- Ricoeur, Paul. *Interpretation Theory: Discourse and the Surplus of Meaning*. Fort Worth: Texas Christian University Press, 1976.
- Rowan, John. *The Transpersonal: Spirituality in Psychotherapy and Counselling*. London: Routledge, 2005.
- Rustom, Mohammed. *Inrushes of the Heart: The Ethics of Mercy in Ibn Arabi*. Open Horizons Press, 2020.
- Rustom, Mohammed. *The Triumph of Mercy: Philosophy and Scripture in Mulla Sadra*. Albany: SUNY Press, 2012.
- Schimmel, Annemarie. *Mystical Dimensions of Islam*. Chapel Hill: University of North Carolina Press, 1975.
- Tedeschi, Richard, dan Lawrence Calhoun. *Posttraumatic Growth: Positive Changes in the Aftermath of Crisis*. New York: Routledge, 2004.
- van der Kolk, Bessel. *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*. New York: Viking, 2014.