

TERAPI PSIKOSPIRITUAL BERDASARKAN KONSEP KETENANGAN JIWA MENURUT *AL-TAFSIR AL-KABIR* DALAM MENANGANI REMAJA BERISIKO^(*)

*(Psychospiritual Therapy Based on the Concept of Peace of Soul According
to Al-Tafsir Al-Kabir in Dealing with At-Risk Adolescents)*

Mohd Manawi Mohd Akib¹, Nurul Shuhadah Md Yahya²,
Sharifah Basirah Syed Muhsin³, Che Zarrina Sa'ari⁴

ABSTRACT

At-risk adolescents spiritual weakness is mostly caused by a lack of understanding about faith, worship, and values, which has an impact on their well-being. As a result, the purpose of this article is to highlight the concept of peace of soul through Fakhr al-Din al-Razi's interpretation of relevant Quranic verses from his work *al-Tafsir al-Kabir* and its application as Islamic psychospiritual therapy. This study uses a qualitative method, analysing al-Razi's interpretation and its relationship to the elements of Islamic psychotherapy. The study's findings indicate that al-Razi's interpretation of verses about peace of mind could be applied to faith therapy, worship therapy, Sufism therapy, and intellectual therapy when dealing with at-risk youth. This result emphasises the importance of relationships with Allah SWT, such as religion and good deeds, in developing psychological stability. As a result, this study recommends that Islamic Psychotherapy therapy based on al-Razi's interpretation be used to

^(*) This article was submitted on: 02/05/2025 and accepted for publication on: 18/11/2025.

¹ Pensyarah Kanan (Dr.), Pusat Pengajian al-Quran & al-Sunnah, Fakulti Pengajian Islam, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM).

Emel: manawi@ukm.edu.my

² Calon Sarjana, Pusat Pengajian al-Quran & al-Sunnah, Fakulti Pengajian Islam, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM).

Emel: p126572@siswa.ukm.edu.my

³ Pensyarah Kanan (Dr.), Jabatan Akidah & Pemikiran Islam, Akademi Pengajian Islam, Universiti Malaya. (Corresponding Author)

Emel: basirah@um.edu.my

⁴ Pensyarah Prof. Dr. Jabatan Akidah & Pemikiran Islam, Akademi Pengajian Islam, Universiti Malaya.

Emel: zarrina@um.edu.my

design more effective and integrated intervention programs for dealing with the psychological difficulties of today's teenagers.

Keywords: *Spiritual Well-Being, Al-Razi, Al-Tafsir Al-Kabir, Islamic Psychotherapy At-Risk Adolescents.*

ABSTRAK

Kekurangan ilmu berkaitan keimanan, ibadah dan akhlak di kalangan remaja berisiko merupakan faktor utama kelemahan spiritual mereka sehingga menjejaskan kesejahteraan jiwa. Oleh itu, artikel ini bertujuan mengetengahkan konsep ketenangan jiwa berdasarkan tafsiran Fakhr al-Din al-Razi terhadap ayat al-Quran yang berkaitan berdasarkan karyanya *al-Tafsir al-Kabir* serta penerapannya sebagai Terapi Psikospiritual Islam. Kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan analisis kandungan terhadap tafsiran al-Razi serta hubungkaitnya dengan dimensi Psikoterapi Islam. Hasil kajian menunjukkan bahawa tafsiran al-Razi terhadap ayat berkaitan ketenangan jiwa berperanan sebagai Terapi Iman, Terapi Ibadah, Terapi Tasawuf, dan Terapi Akal dalam menangani remaja berisiko. Penemuan ini menegaskan pentingnya hubungan manusia dengan Allah SWT dalam bentuk keimanan dan amal soleh dalam membentuk kestabilan jiwa. Oleh itu, kajian ini mencadangkan agar terapi Psikoterapi Islam berasaskan tafsiran al-Razi ini diterapkan dalam pembangunan program intervensi yang lebih efektif dan bersepadu dalam menangani permasalahan jiwa remaja masa kini.

Kata Kunci: *Ketenangan Jiwa, Al-Razi, Al-Tafsir Al-Kabir, Psikoterapi Islam, Remaja Berisiko.*

1. PENGENALAN

Masalah remaja berisiko semakin membimbangkan dan terus mendapat perhatian dalam pelbagai kajian semasa. Tingkah laku berisiko seperti penyalahgunaan dadah, salah laku seksual, merokok, membuli, vandalisme dan masalah mental sering dilaporkan sebagai fenomena yang mencerminkan krisis moral dalam kalangan remaja (Aida et al., 2023). Kajian menunjukkan bahawa peningkatan masalah sosial dalam kalangan remaja ini berkait rapat dengan kelemahan nilai spiritual yang berpunca daripada kurangnya pengaruh agama dalam kehidupan seharian mereka (Norfatmazarura & Nooraini, 2021). Hal ini membuktikan bahawa kestabilan emosi dan nilai spiritual seseorang individu penting dalam menentukan kebahagiaan dan kesejahteraan dalam kehidupan (Ahmad Zaki & Nurul Nazihah, 2022). Ini bertepatan dengan kajian daripada Rahim Kamarul Zaman et. al. (2022) yang mengkaji peranan konsep *itmi'nan al-*

qulub dan *sakinah* dalam mengekalkan kestabilan psikologi, mendapati bahawa individu yang menanamkan nilai ketuhanan dalam kehidupan mereka lebih cenderung untuk tenang dan berdaya tahan dalam menghadapi cabaran masa kini.

Islam menekankan aspek spiritual yang merangkumi elemen *al-qalb*, *al-ruh*, *al-nafs* dan *al-'aql* yang berperanan penting dalam pembentukan akhlak individu. Elemen-elemen ini saling berkait antara satu sama lain yang bertindak sebagai pengurus dan pengawal bagi jasad (Mohd Manawi & Sharifah Basirah, 2019). Mutakhir ini, perbincangan berkenaan aspek spiritual dibahaskan dalam perbincangan Psikospiritual Islam di mana ia turut menyentuh pendekatan rawatan berasaskan amalan Islam yang berasaskan al-Quran dan al-Sunnah serta amalan para salafus soleh yang berfungsi merawat kecelaruan jiwa (*al-qalb*, *al-ruh*, *al-nafs*), mental (*al-'aql*), emosi (*'atif*) serta tingkah laku moral (*akhlak*) bagi mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat (Nur Shahidah et. al., 2021).

Dalam al-Quran, Allah SWT menyarankan manusia meneliti hakikat diri mereka sendiri yang merujuk kepada aspek spiritual sepertimana dalam surah al-Dharyat 51:21⁵ dan Surah Fussilat 41:53⁶. Di samping itu, al-Quran juga memaparkan pelbagai konsep dan pendekatan dalam pemerkasaan spiritual muslim, contohnya melalui konsep solat, konsep doa dan sebagainya yang dijadikan sebagai panduan Terapi Psikospiritual Islam dalam pemerkasaan spiritual (Farah et. al., 2023). Selain itu, kedudukan al-Quran sebagai sumber ilmu yang bersifat mutlak bagi umat Islam turut menarik para pengkaji termasuk dari bidang Psikospiritual Islam untuk menggali dengan lebih mendalam melalui huraian ahli tafsir bagi mengeluarkan konsep yang terdapat dalam al-Quran yang boleh diterapkan sebagai Terapi Psikospiritual Islam.

Walaupun telah terdapat beberapa pendekatan Terapi Psikospiritual Islam berdasarkan tafsiran ayat al-Quran seperti yang dilakukan oleh Rahim Kamarul Zaman et. al. (2022), Aisyah Irdina & Wan Nasyrudin, 2024) dan Farah et. al. (2023), namun ia tidak menyentuh pentafsiran ayat berkaitan ketenangan jiwa berdasarkan tafsiran al-Razi sebagai pendekatan terapi Psikospiritual Islam.

⁵ Bermaksud: “Dan juga pada diri kamu sendiri. Maka mengapa kamu tidak mahu melihat serta memikirkan (dalil-dalil dan bukti itu)?”

⁶ Bermaksud: “Kami akan perlihatkan kepada mereka tanda-tanda kekuasaan Kami di merata-rata tempat (dalam alam yang terbentang luas ini) dan pada diri mereka sendiri, sehingga ternyata jelas kepada mereka bahawa Al-Quran adalah benar. Belumlah ternyata kepada mereka kebenaran itu dan belumlah cukup (bagi mereka) bahawa Tuhanmu mengetahui dan menyaksikan tiap-tiap sesuatu?”

Sebaliknya ia hanya memaparkan bentuk-bentuk Terapi Psikospiritual Islam secara umum sahaja. Sehubungan itu, artikel ini mengkaji konsep ketenangan jiwa berdasarkan tafsiran al-Razi terhadap ayat-ayat al-Quran yang berkaitan dan merujuk juga karyanya yang lain bagi melihat kesinambungan pemikirannya berkaitan konsep tersebut. Seterusnya menganalisis hubungkait konsep tersebut dengan Psikospiritual Islam bagi menghasilkan pendekatan Terapi Psikospiritual Islam dalam menangani remaja berisiko.

2. METODOLOGI

Kajian kualitatif ini menggunakan kaedah kepustakaan bagi pengumpulan data dengan merujuk tesis, disertasi dan artikel yang berkaitan remaja berisiko, Psikospiritual Islam, al-Razi dan tafsirannya berdasarkan *al-Tafsir al-Kabir* terhadap terhadap ayat al-Quran berkaitan konsep ketenangan jiwa. Terdapat beberapa frasa dan perkataan berkaitan ketenangan jiwa dalam al-Quran seperti *itmi'nan al-qulub*, *sakinah*, *al-shifā'*, *al-tafakkur* dan lain-lain. Namun pengkaji hanya memilih perkataan *itmi'nan al-qulub* dan pecahan kalimah berkaitan yang dikenal pasti secara sistem *derivasi* atau *al-ishtiqāq*. Frasa yang berkaitan tersebut diulang sebanyak 12 kali dalam pelbagai surah. Antaranya al-Baqarah (2:260), Ali 'Imran (3:126), al-Ma'idah (5:113), al-Anfal (8:10), al-Nahl (16:106 dan 112), al-Ra'd (13:28), al-Nisa' (4:103), Yunus (10:7), al-Isra' (17:95), dan al-Hajj (22:11). Pemilihan perkataan *itmi'nan al-qulub* adalah kerana pengulangan perkataan tersebut dan pecahan berkaitan adalah paling banyak berbanding perkataan yang lain. Dalam hal ini, tafsiran al-Razi dipilih kerana metode perbahasannya dalam kitab *al-Tafsir al-Kabir* bersifat komprehensif dan ensiklopedik.

Data yang diperoleh dianalisis secara analisis kandungan bagi melihat hubungkait antara tafsiran al-Razi berkaitan konsep ketenangan jiwa dengan dimensi Psikospiritual Islam bagi mengenal pasti kaedah terapi yang boleh diketengahkan untuk menghasilkan kesejahteraan jiwa remaja berisiko. Karya al-Razi yang lain turut dirujuk bagi mendapatkan kesinambungan pemikiran beliau berkaitan konsep ketenangan jiwa.

3. DAPATAN DAN PERBINCANGAN

3.1 Pengenalan Ringkas Imam Fakhr al-Din al-Razi dan Al-Tafsir Al-Kabir

Nama penuh beliau ialah Abu Abd' Allah Muhammad Bin 'Umar bin al-Husayn bin al-Hasan al-Taymi al-Bakri al-Tabrastani al-Razi (Ibn Khallikan, 1998).

Beliau dilahirkan di bandar Ray pada 25 Ramadhan 543H atau 544H bersamaan 1148M atau 1149M. Beliau kemudiannya berpindah ke Khawarizmi dan meninggal dunia pada hari Isnin, awal bulan Syawal 606H bersamaan 29 Mac 1210M di bandar Hirah akibat diracun oleh golongan Karamiah (al-Dhahabi, 2003). Jenazah beliau dikebumikan di Bukit al-Masaqib yang terletak di sebuah kampung bernama Mudhdakkan yang berada dalam kawasan Hirah. Beliau merupakan seorang tokoh ahli tafsir, kalam, usul, fiqh, sasterawan, ahli falsafah, penyair dan doktor. Beliau merupakan ulama yang terkemuka pada zamannya dalam bidang ilmu akal (*al-ma'qul*), ilmu naqli (*al-manqul*), ilmu-ilmu syariah, undang-undang dan ilmu fizik (Che Zarrina & Mohd Manawi, 2018). Beliau juga dikatakan seorang mujaddid ke-enam selepas Imam al-Ghazali (al-Dawudi, t.t; Fath Allah Khalif, 1969). Beliau mempelajari dan menguasai hampir kesemua disiplin ilmu yang terdapat pada zamannya serta menghasilkan karya bagi setiap bidang ilmu tersebut. Antara karya agung beliau yang terkenal kerana berbahasannya yang komprehensif ialah kitab *Mafatih al-Ghayb* atau dikenali sebagai *al-Tafsir al-Kabir* (al-Dhahabi, 2003).

Kitab *al-Tafsir al-Kabir* merupakan sebuah tafsir lengkap 30 juzuk dalam kategori *tafsir bi al-ra'yi* yang memaparkan pentafsiran dengan akal yang sihat berdasarkan nas-nas naqli yang diterima (*maqbul*) (A. Halil Thahir & Ahmad Mughni, 2020). Ia turut memuatkan pentafsiran berbentuk sufi melalui huraian yang menyentuh perkara-perkara *dhawqiyyah* setelah beliau menjadi *ahl al-mushāhadah*. Tafsir ini juga bersifat ensiklopedik yang sarat dengan pelbagai ilmu pengetahuan yang terkandung di dalamnya (Mohd Manawi, 2011). Bersumberkan variasi metode yang digunakan, al-Razi telah berjaya mengemukakan perbincangan komparatif yang terperinci dalam setiap pentafsirannya sehingga mampu menampilkan keunggulan al-Quran sebagai solusi masalah kehidupan. Oleh yang demikian, kajian ini memilih tafsiran al-Razi sebagai rujukan utama dalam perbincangan dimensi Psikospiritual Islam kerana metode perbincangannya yang komprehensif berbanding kitab tafsir yang lain.

3.2 Psikoterapi Islam

Psikoterapi Islam merupakan disiplin ilmu yang membahaskan tentang kaedah rawatan kejiwaan berteraskan al-Quran, Hadith dan amalan salafus soleh yang tidak bercanggah dengan prinsip Islam. Psikoterapi Islam dilihat mampu memberi penyembuhan kepada konflik kejiwaan, emosi dan pemikiran manusia seterusnya memberikan kesan positif kepada tingkah laku seseorang (Mohd Manawi et. al., 2025).

Secara umumnya terdapat tiga kaedah utama Psikoterapi Islam yang menjadi dasar kepada rawatan jiwa iaitu: Pertama; Terapi Iman yang berhubung kait dengan rukun iman yang merangkumi pegangan dan iktikad kepada Allah SWT, qada qadar dan lain-lain. Kedua; Terapi Ibadah yang berhubung kait dengan amal ibadah seperti solat, zikir, doa sebagai usaha untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan melaksanakan perintah dan menjauhi laranganNya. Ketiga; Terapi Tasawuf yang berhubung kait dengan elemen *maqamat* dalam perbahasan Tasawuf seperti bermula dengan maqam tawbah, sabar, syukur, *raja'*, *khawf*, zuhud, tawakkal, reda dan *mahabbah* (Farah et. al., 2023). Manakala kaedah terapi yang lain seperti terapi solat, terapi doa dan sebagainya merupakan pecahan daripada tiga kaedah terapi utama tersebut. Namun, terdapat juga kaedah terapi yang berhubung kait dengan gaya berfikir yang melibatkan penelitian bagi memahami hikmah sesuatu perkara bagi mencapai kesejahteraan jiwa.

3.3 Ketenangan Jiwa Menurut Al-Razi Secara Umum

Kesejahteraan jiwa merujuk kepada ketenteraman, kebahagiaan, kedamaian, keselamatan dan sebagainya. Ia juga boleh dirujuk sebagai ketenangan jiwa yang diperolehi melalui usaha manusia untuk mendapatkan kebahagiaan di dunia dan akhirat (Dewan Bahasa dan Pustaka, 2017). Dalam al-Quran, konsep kesejahteraan sering digambarkan melalui pelbagai istilah lain yang mempunyai maksud yang sama, seperti kebahagiaan, ketenangan, kegembiraan, kejayaan dan keberuntungan (Ahmad Zaki & Nurul Nazihah, 2022). Secara umum, al-Razi mendefinisikan jiwa melalui dua pendekatan. Pertama, dari sudut keterkaitannya dengan badan, jiwa dianggap sebagai penyempurna awal bagi jisim *tabi'i* yang memiliki alat dan berpotensi untuk menerima kehidupan. Kedua, dari sudut hakikatnya, jiwa merupakan suatu jawhar (zat) yang tersendiri dan berbeza daripada jasad. Hubungan antara jiwa dengan badan adalah dalam konteks pengurusan dan perlaksanaan, di mana jiwa berperanan sebagai pengurus dan pelaksana, manakala anggota badan pula bertindak sebagai alat dan kelengkapan bagi jiwa. Al-Razi mengemukakan satu analogi yang mudah bagi menjelaskan hubungan antara jiwa dan anggota badan, iaitu jiwa diibaratkan seperti seorang tukang kayu yang mampu melakukan pelbagai pekerjaan dengan menggunakan peralatan yang berbeza. Begitu juga jiwa, yang melihat melalui mata, mendengar melalui telinga, berfikir melalui otak, dan bertindak melalui hati (Che Zarrina & Mohd Manawi, 2018). Oleh yang demikian, perbahasan berkenaan ketenangan jiwa mestilah ditekankan terlebih dahulu berkaitan konsep jiwa secara

keseluruhan bagi mendapatkan gambaran yang sewajarnya.

Sehubungan itu, perbincangan mengenai perihal dan keadaan jiwa setelah berpisah daripada jasad sangat ditekankan oleh pemikir Muslim supaya manusia mengetahui apakah persiapan dan perkara yang perlu dilakukan bagi mereka mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat. Menurut al-Razi, keadaan jiwa di akhirat dapat diselaraskan kepada tiga peringkat utama. Pertama; peringkat bagi jiwa yang mempunyai iktikad yang benar dan akhlak yang mulia. Dalam peringkat inilah terdapatnya kemuncak kebahagiaan yang dikecapi oleh jiwa berdasarkan kadar ilmu pengetahuan, keyakinan dan amalan masing-masing. Kedua; peringkat bagi jiwa yang pertengahan sama ada ia sempurna dari sudut iktikad dan kurang berakhlak mulia atau sebaliknya iaitu kurang ilmu pengetahuan dan iktikadnya, tetapi melakukan amalan-amalan yang mulia ataupun iktikad dan amalannya adalah sederhana sahaja. Kebahagiaan pada peringkat ini adalah lebih rendah berbanding peringkat pertama. Sebagaimana peringkat pertama, terdapat juga perbezaan tahap dalam peringkat ini yang mana jiwa kanak-kanak, orang bodoh dan orang gila terletak pada tahap terendah. Ketiga; peringkat bagi jiwa yang mempunyai iktikad yang salah serta amalan yang buruk. Ia sentiasa berada dalam kesengsaraan dan penderitaan serta tidak merasai kebahagiaan walaupun sedikit, malah ia kekal di dalam neraka (al-Razi, 1986; al-Razi, t.t.; al-Razi, 2005; Muhammad Husayni, 1989).

Pandangan ini adalah selari dengan Ibn Sina dan al-Ghazali yang menentukan tingkatan dan martabat jiwa di akhirat berdasarkan kepada kebahagiaan dan kesengsaraan yang diperoleh ekoran daripada ilmu dan amalan yang diusahakan oleh jiwa semasa bersama dengan jasad di dunia. Jiwa yang paling bahagia ialah yang memperoleh ilmu iktikad yang benar dan mempunyai amalan soleh. Manakala jiwa yang paling sengsara ialah yang mempunyai ilmu iktikad yang batil dan mempunyai amalan buruk dan keji semasa di dunia (Ibn Sina, 1952; Ibn Sina, 1982; al-Ghazali, 1988). Ini menunjukkan bahawa perihal jiwa di akhirat secara sunnatullahnya adalah berdasarkan kepada tindakan dan amalannya semasa di dunia dan ia bertepatan dengan pepatah yang mengatakan bahawa 'dunia adalah ladang bagi akhirat'. Justeru, kebahagiaan hakiki di akhirat dilihat amat berkait rapat dengan kelazatan rohani, manakala penderitaan yang lebih dahsyat di akhirat pula merujuk kepada penderitaan rohani berbanding daripada azab lain.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahawa ketenangan jiwa merujuk kepada jiwa mengenal Allah (*ma'rifah Allah*) yang diperolehi melalui pelaziman ibadah kepadaNya. Menurut al-Razi, jiwa yang mengenal Allah turut disebut sebagai jiwa yang bersesuaian dengan kebenaran akal (ilmu). Oleh itu,

konsep ketenangan jiwa menurut al-Razi merujuk kepada ketenangan dan kebahagiaan hakiki yang dapat diperolehi daripada hubungan dengan Allah SWT, ilmu pengetahuan, akidah yang benar dan amal soleh. Pandangan al-Razi tentang konsep kesejahteraan jiwa ini sebenarnya telah merangkumi keseluruhan aspek yang perlu ada dalam diri individu. Yang mana ia mestilah didasari dengan akidah yang benar, ilmu pengetahuan yang membawa keyakinan dan kefahaman yang jelas, diteruskan dengan amal kebaikan yang boleh membentuk akhlak mulia. Oleh itu, ketenangan jiwa merupakan asas kepada kebahagiaan manusia di dunia dan di akhirat. Ia memerlukan usaha berterusan bagi pengukuhan iman, pertambahan ilmu, dan pembaikan akhlak.

3.4 Ketenangan Jiwa Berdasarkan al-Tafsir al-Kabir

Perbahasan tentang ketenangan jiwa berdasarkan *al-Tafsir al-Kabir* dikupas berdasarkan penelitian terhadap pentafsiran al-Razi ke atas 12 nas yang mengandungi perkataan *itmi'nan al-qulub* dan pecahan kalimah berkaitan, secara umumnya ia menggambarkan kombinasi keterangan tentang elemen nilai keimanan, amal soleh dan kebergantungan kepada Allah SWT bagi mencapai ketenangan jiwa. Fokus perbincangan 12 ayat berkenaan boleh dicerakinkan kepada beberapa elemen utama. Hal ini dapat difahami sebagaimana jadual 1.

Jadual 1
Elemen Terapi Psikospiritual Islam dalam pentafsiran ayat al-Quran berkaitan Itmi'nan al-Qulub dan pecahan kalimah berkaitan.

Bil	Indeks Ayat al-Quran berkaitan <i>Itmi'nan al-Qulub</i> dan Pecahan Kalimah Berkaitan	Elemen Psikoterapi Islam	Terapi
1	2:260	Tenang dengan keimanan, ilmu, zikir	Terapi Akal, Terapi Iman, Terapi Ibadah
2	3:126	Tenang dengan bantuan kepada Allah SWT,	Terapi Akal, Terapi Tasawuf

		tawakal	
3	5:113-114	Permohonan doa, syukur atas nikmat	Terapi Ibadah, Terapi Akal & Terapi Tasawuf
4	8:9-10	Permohonan doa, tawakal	Terapi Iman, Terapi Tasawuf
5	16:106	Tenang dengan iman, sabar	Terapi Iman, Terapi Tasawuf
6	16:112	Syukur nikmat, tenang dengan keadaan sihat,	Terapi Akal, Terapi Tasawuf.
7	13:28	Tenang dengan zikir, beriman kepada Allah SWT & Rasul	Terapi Akal, Terapi Ibadah
8	89:27-30	Tenang dalam keimanan, makrifah kepada Allah dan pengabdian kepadaNya.	Terapi Iman, Terapi Ibadah dan Terapi Akal
9	4:103	Tenang apabila tidak merasa takut & aman, perbanyakkan zikir & solat.	Terapi Ibadah, Terapi Akal

10	10:7-8	Tenang dengan <i>raja</i> , tercapainya makrifatullah, zikir, beramal soleh	Terapi Iman, Terapi Tasawuf, Terapi Ibadah
11	17:95	Tidak berkaitan dengan tajuk kajian	-
12	22:11	Tenang dalam agama, mencari kebenaran, mentaatiNya & takut pada azabNya	Terapi Iman, Terapi Tasawuf, Terapi Akal

Sumber: Al-Razi, 1981

Jadual 1 di atas menunjukkan elemen Terapi Psikospiritual Islam yang dikeluarkan daripada tafsiran al-Razi terhadap 12 ayat berkenaan. Akan tetapi kajian ini tidak meneliti kesemua ayat, sebaliknya meneliti tafsiran ayat yang dilihat mendominasi tajuk perbahasan sahaja. Oleh itu, terdapat empat kaedah terapi yang dikenal pasti berdasarkan elemen tersebut iaitu Terapi Iman, Terapi Ibadah, Terapi Tasawuf dan Terapi Akal. Namun, perbincangan yang dominan ialah berkaitan elemen keimanan yang berkaitan dengan Terapi Iman. Contohnya dalam tafsiran al-Razi pada firman Allah SWT:

وَإِذْ قَالَ إِبْرَاهِيمُ رَبِّ ارْنِي كَيْفَ تُحْيِي الْمَوْتَىٰ ۖ قَالَ أَوَلَمْ تُؤْمِنْ ۖ قَالَ بَلَىٰ وَلَٰكِن لِّيَظْمِنَ قَلْبِي ۖ قَالَ فَخُذْ أَرْبَعَةً مِّنَ الطَّيْرِ فَصُرْهُنَّ إِلَيْكَ ثُمَّ أَجْعَلْ عَلَىٰ كُلِّ جَبَلٍ مِّنْهُنَّ جُزْءًا ثُمَّ أَذْغُهْنَّ يَأْتِيَنَّكَ سَعْيًا ۚ وَاعْلَمَنَّ أَنَّهُ اللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ ﴿٥٠﴾

Maksudnya: “Dan (ingatlah) ketika Nabi Ibrahim (merayu dengan) berkata: “Wahai Tuhanku! Perlihatkanlah kepadaku bagaimana Engkau menghidupkan makhluk-makhluk yang mati?” Allah berfirman: “Adakah engkau belum percaya (kepada kekuasaanKu)?”

Nabi Ibrahim menjawab: “Bahkan (aku percaya dan yakin), akan tetapi (aku memohon yang demikian ialah) supaya tenteram hatiku (yang amat ingin menyaksikannya)”. Allah berfirman: “(Jika demikian), ambilah empat ekor burung, kemudian kumpulkanlah olehmu (dan cincanglah semuanya). Setelah itu letakkanlah di atas tiap-tiap sebuah bukit sebahagian daripadanya. Kemudian serulah burung-burung itu nescaya semuanya akan datang kepadamu dengan segera”. Dan ketahuilah sesungguhnya Allah Maha Kuasa, lagi Maha Bijaksana.”

(Surah al-Baqarah 2:260)

Menurut al-Razi (1981), ayat ini mengisahkan permohonan Nabi Ibrahim kepada Allah SWT untuk dinaikkan darjat imannya dari ‘ilm al-yaqin’ (keyakinan berdasarkan ilmu) kepada ‘ain al-yaqin’ (keyakinan berdasarkan pengamatan melalui pengalaman langsung dan penyaksian sendiri). Oleh sebab itu, Nabi Ibrahim memohon agar Allah memperlihatkan kepadanya bagaimana menghidupkan orang yang telah mati.

Al-Razi turut mengemukakan pandangan ahli tasawuf dalam menghuraikan ayat ini di mana mereka berpendapat “yang mati” dalam ayat tersebut ialah merujuk kepada hati yang terhibab daripada cahaya-cahaya pencerahan (*mukasyafah*) dan penyaksian ilahi (*tajalli*), manakala “menghidupkan” dalam ayat tersebut merujuk kepada pencapaian penyaksian cahaya ilahi tersebut. Oleh itu, yang dimaksudkan dalam ayat ﴿أَرِنِي كَيْفَ تُحْيِي﴾ merujuk kepada permintaan Nabi Ibrahim untuk pencerahan dan penyaksian tersebut. Kemudian Allah berfirman “*Tidakkah engkau beriman?*” Ibrahim menjawab, “*Ya, aku beriman dengan perkara ghaib, tetapi aku memohon supaya ia terjadi agar hatiku menjadi tenang dengan adanya pencerahan tersebut*”. Menurut ahli kalam, ilmu istidlal mungkin diselubungi keraguan dan kekeliruan. Oleh kerana itu, Nabi Ibrahim memohon dikurniakan ilmu yang pasti (*ilm al-yaqin*) agar hatinya tidak dicampuri sedikit pun keraguan dan kekeliruan (al-Razi, 1981).

Selain itu, ayat lain yang menunjukkan elemen keimanan dalam pentafsiran al-Razi dalam ayat ketenangan jiwa ialah surah al-Nahl 16:106. Firman Allah SWT:

﴿مَنْ كَفَرَ بِاللَّهِ مِنْ بَعْدِ إِيمَانِهِ إِلَّا مَنْ أُكْرِهَ وَقَلْبُهُ مُطْمَئِنٌّ بِالْإِيمَانِ وَلَكِنْ مَنْ شَرَحَ

بِالْكَفْرِ صَدْرًا فَعَلَيْهِمْ غَضَبٌ مِّنَ اللَّهِ وَلَهُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ ﴿١٠٦﴾

Maksudnya: *Sesiapa yang kufur kepada Allah sesudah ia beriman (maka baginya kemurkaan dan azab dari Allah), kecuali orang yang dipaksa (melakukan kufur) sedang hatinya tenang tenteram dengan iman; akan tetapi sesiapa yang terbuka hatinya menerima kufur maka atas mereka tertimpa kemurkaan dari Allah, dan mereka pula beroleh azab yang besar.*

(Surah al-Nahl 16:106)

Ayat ini menjelaskan tentang seseorang yang murtad atau keluar daripada Islam disebabkan keimanan yang goyah. Keadaan ini terjadi bukanlah kerana Allah SWT tidak memberikan hidayah kepadanya akan tetapi berpunca daripada diri mereka sendiri yang terlalu cintakan dunia sehingga sanggup berpaling daripada agama apabila diuji dengan kesusahan atau ditimpa masalah. Dalam hal itu, ketika mengupas lafaz (وَقَلْبُهُ مُطْمَئِنٌّ بِالْإِيمَانِ) al-Razi mengatakan bahawa tempat letaknya iman ialah di dalam hati. Beliau menjelaskan bahawa hati apabila diisi dengan keimanan yang merujuk kepada iktikad yang benar akan tenang dan tenteram (al-Razi, 1981).

Di akhir ayat ini al-Razi (1981) telah menyenaraikan enam ciri-ciri orang yang rugi di akhirat. Antaranya ialah mereka yang berhak menerima kemurkaan Allah SWT, mereka yang layak menerima azab yang pedih, mereka yang lebih cintakan dunia berbanding akhirat, mereka yang dihalang daripada mendapat hidayah, mereka yang dikunci hati, pendengaran dan penglihatan mereka dan yang terakhir ialah mereka yang tergolong dalam golongan yang lalai daripada berusaha untuk menghindari azab yang bakal menimpa mereka di Hari Kiamat. Al-Razi menegaskan bahawa keenam-enam ciri ini menjadi penghalang utama bagi seseorang untuk memperoleh kebaikan dan kebahagiaan hakiki di akhirat. Ini kerana kehidupan dunia seharusnya dijadikan tempat berdagang untuk seseorang membeli kebahagiaan akhirat melalui ketaatannya semasa di dunia.

Selain itu, dalam Surah Yunus (10:7-8), membincangkan sifat orang kafir yang mengingkari kehidupan di akhirat dan tenang dengan kehidupan dunia. Firman Allah SWT:

﴿إِنَّ الَّذِينَ لَا يَرْجُونَ لِقَاءَنَا وَرَضُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاطْمَأْنَوْا بِهَا وَالَّذِينَ هُمْ عَنْ ءَاتِنَا غُفْلُونَ ﴿٧﴾ أُولَٰئِكَ مَا لَهُمْ النَّارُ بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ ﴿٨﴾﴾

Maksudnya: *Maksudnya: Sesungguhnya orang-orang yang tidak menaruh ingatan akan menemui Kami (pada hari akhirat untuk menerima balasan), dan yang reda (berpuashati) dengan kehidupan dunia semata-mata serta merasa tenang tenteram dengannya, dan orang-orang yang tidak mengindahkan ayat-ayat (keterangan dan tanda-tanda kekuasaan) Kami. Mereka yang demikian keadaannya (di dunia), tempat kediaman mereka (di akhirat) ialah neraka; disebabkan keingkaran dan kederhakaan yang mereka telah lakukan.*

(Surah Yunus 10: 7-8)

Ketika mengupas lafaz (لَا يَرْجُونَ لِقَاءَنَا) al-Razi (1981) menjelaskan bahawa tiada pengharapan dalam diri orang kafir untuk bertemu dengan Allah SWT. Al-Razi menyatakan dua maksud bagi sifat *raja'* dalam ayat ini iaitu yang pertama; pengharapan untuk bertemu dengan Allah SWT (*ru'yatuLlah*) dan kedua, pengharapan memperoleh ganjaran pahala dan rahmat dari Allah SWT. Menurut al-Razi, maksud yang pertama tersebut merupakan kemuncak kebahagiaan yang paling mulia dan sempurna berbanding maksud kedua, kerana setiap individu pasti mengharapkan ganjaran pahala dan rahmat dari Tuhannya. Maka sesiapa yang lalai daripada berusaha mengecapi kebahagiaan jiwa yang pertama tersebut dan hanya merasa cukup dengan kenikmatan jasmani maka mereka tergolong dalam kalangan orang-orang yang sesat.

Seterusnya, ketika menghuraikan (وَاطْمَأْنَنُوا بِهَا) al-Razi menjelaskan maksud ketenangan dari dua sudut iaitu orang yang mendapatkan kebahagiaan di akhirat dan orang yang mendapat kecelakaan di akhirat. Di antara ciri orang yang mendapat kebahagiaan di akhirat ialah hati mereka gementar dan takut ketika di sebut nama Allah SWT dan mendapat ketenangan melalui zikir sebagaimana firman Allah dalam surah al-Ra'd (13:28). Manakala, ciri bagi orang yang mendapat kecelakaan di akhirat ialah hilangnya rasa gementar dalam hati apabila diberi peringatan dan ancaman dari Allah SWT, merasa tenang dengan cinta kepada dunia dan tenggelam dalam mengejar kenikmatan duniawi (al-Razi, 1981).

Justeru dalam ayat ini al-Razi mengisyaratkan bahawa ketenangan jiwa bukanlah merujuk kepada ketenangan dan kebahagiaan duniawi yang bersifat jasmani akan tetapi merujuk kebahagiaan ukhrawi ketika mendapat ganjaran syurga dan *ru'yatuLlah* serta kebahagiaan ruhani di dunia ketika melazimi zikir. Ini menunjukkan bahawa elemen keimanan kepada Allah dan hari akhirat di samping amalan berzikir mampu memberi ketenangan jiwa dalam diri individu.

Berdasarkan tafsiran al-Razi terhadap ayat-ayat di atas menegaskan bahawa keimanan yang teguh merupakan asas utama ketenangan jiwa yang selari dengan prinsip Psikoterapi Iman. Dalam Surah al-Baqarah (2:260), al-Razi menjelaskan bahawa permohonan Nabi Ibrahim AS untuk melihat bagaimana Allah menghidupkan yang mati ialah usaha menaikkan tahap keyakinan daripada *'ilm al-yaqīn* kepada *'ayn al-yaqīn*, yang menunjukkan bahawa pengukuhan iman melalui ilmu pengetahuan dan pengalaman inderawi tersebut mampu menenangkan hati dan menghilangkan keraguan. Dalam surah al-Nahl (16:106) pula menggambarkan bahawa hati yang dipenuhi iman akan kekal tenang meskipun berhadapan ujian, manakala kelemahan iman menyebabkan kegelisahan, keraguan dan kecenderungan berpaling daripada agama. Manakala, dalam Surah Yunus (10:7–8), al-Razi menegaskan bahawa ketenangan duniawi tanpa iman hanyalah ketenteraman yang palsu, kerana ketenangan hakiki terletak pada kepercayaan kepada akhirat dan zikir kepada Allah SWT. Keseluruhannya, huraian al-Razi menunjukkan bahawa iman yang mantap membentuk kestabilan kognitif, emosi dan rohani yang selaras dengan Psikoterapi Iman yang menekankan akidah sebagai faktor pelindung terhadap tekanan dan tingkah laku berisiko. Dapatan ini disokong oleh kajian kontemporari yang mendapati hubungan positif antara pendekatan ini dengan kajian psikoterapi Islam yang menegaskan bahawa unsur keimanan merupakan faktor teras dalam memulihkan kesejahteraan jiwa dan mengawal tingkah laku berisiko (Mohd Rosmizi, 2021).

Di samping itu, ayat berkaitan *itmi'nān al-qulub* juga mengandungi elemen berkaitan ibadah kepada Allah yang berkaitan dengan Terapi Ibadah, antaranya dalam Surah al-Ra'd 13:28⁷. Di samping itu, dalam surah al-Nisa' 4:103, Allah berfirman:

فَإِذَا قَضَيْتُمُ الصَّلَاةَ فَادْكُرُوا اللَّهَ قَلِيلًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِكُمْ ۚ فَإِذَا اطْمَأْنَنْتُمْ فَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ ۚ إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْقُوتًا (١٠٣)

Maksudnya: Kemudian apabila kamu telah selesai mengerjakan sembahyang, maka hendaklah kamu menyebut dan mengingati Allah semasa kamu berdiri atau duduk, dan semasa kamu berbaring. Kemudian apabila kamu telah merasa tenteram (berada dalam keadaan aman) maka dirikanlah sembahyang itu (dengan sempurna sebagaimana biasa). Sesungguhnya sembahyang itu adalah satu ketetapan yang diwajibkan atas orang-orang yang beriman, yang tertentu waktunya.

⁷ Bermaksud “ketahuilah, hanya dengan mengingati Allah hati menjadi tenang”.

(Surah al-Nisa' 4: 103)

Ayat ini mengandung suruhan untuk mengingati Allah dalam setiap keadaan meskipun dalam peperangan. Manakala istilah *itmi'nān* dalam ayat ini (فَإِذَا) (أَطْمَأْنَنْتُمْ) merujuk kepada dua keadaan. Pertama; ia menggambarkan rasa aman yang dirasakan apabila seseorang tidak lagi bermusafir dan telah menetap di suatu tempat sebagai seorang yang bermukim. Kedua; ia merujuk kepada ketenangan yang muncul apabila seseorang tidak lagi berada dalam keadaan gementar atau takut, sebaliknya merasa tenteram. Setelah Allah SWT menerangkan secara terperinci mengenai pelbagai jenis solat, termasuk solat dalam perjalanan dan solat *al-khawf*, ayat ini diakhiri dengan ketetapan bahawa solat merupakan suatu kewajipan yang telah ditentukan pada waktu-waktu tertentu (al-Razi, 1981).

Selain itu, ayat lain yang menunjukkan elemen ibadah dalam pentafsiran al-Razi dalam ayat ketenangan jiwa ialah dalam Surah al-Ma'idah (5:113-114). Firman Allah SWT:

﴿قَالُوا نُرِيدُ أَنْ نَأْكُلَ مِنْهَا وَتَطْمَئِنَّ قُلُوبُنَا وَنَعْلَمَ أَنْ قَدْ صَدَقْتُنَا وَعَلَيْهَا مِنْ الشَّهِيدِينَ﴾ (١١٣) قَالَ عِيسَى ابْنُ مَرْيَمَ اللَّهُمَّ رَبَّنَا أَنْزِلْ عَلَيْنَا مَائِدَةً مِنَ السَّمَاءِ تَكُونُ لَنَا عِيدًا لِأَوَّلِنَا وَآخِرِنَا وَآيَةً مِنْكَ وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ ﴿١١٤﴾

Maksudnya: Mereka berkata: "Kami hanya ingin hendak makan dari hidangan itu (untuk mengambil berkat), dan supaya tenang tenteram hati kami, dan juga supaya kami ketahui dengan yakin, bahawa sesungguhnya engkau telah berkata benar kepada kami, dan supaya menjadilah kami orang-orang yang menyaksikannya sendiri. Isa putera Maryam berdoa: "Ya Tuhan kami turunkanlah kiranya kepada kami suatu hidangan dari langit (yang hari turunnya) akan menjadi hari raya bagi kami yaitu orang-orang yang bersama kami dan yang datang sesudah kami, dan menjadi tanda bagi kekuasaan Engkau; beri rezekilah kami, dan Engkaulah pemberi rezeki Yang Paling Utama".

(Surah al-Maidah 5:113-114)

Ketika mengupas lafaz وَتَطْمَئِنَّ قُلُوبُنَا al-Razi (1981) menjelaskan bahawa permohonan para ḥawāriyyūn dalam ayat ini untuk melihat mukjizat berupa makanan diturunkan dari langit adalah bagi meningkatkan keyakinan terhadap kerasulan Nabi Isa dan memperolehi ketenangan hati (*tuma'ninah*) melalui

pengalaman inderawi. Justeru ketika Nabi Isa berdoa memohon perkara tersebut baginda memulakan doanya dengan tujuan kerohanian dan keagamaan disusuli dengan tujuan jasmani. Al-Razi menjelaskan, Nabi Isa AS dengan kesucian rohaninya, baginda memulakan doa dengan menyeru nama Allah dengan ungkapan (رَبَّنَا), lalu menyatakan tujuan keagamaan sebagai isyarat kepada kegembiraan rohani atas pengabulan doa daripada Allah SWT yang memberi nikmat (تَكُونُ لَنَا عِيدًا لِأَوَّلِنَا وَآخِرِنَا). Lafaz (وَأَيَّاهُ مِنْكَ) sebagai petunjuk dari Allah SWT bagi orang-orang yang berfikir. Kemudian disusuli doa tersebut dengan tujuan jasmani (وَأَرْزُقْنَا), akhirnya baginda mengakhiri doa tersebut dengan memuji Allah SWT Yang Maha Memberi Rezeki (وَأَنْتَ حَيُّ الرَّزَّاقِينَ). Pendekatan doa yang dilakukan oleh Nabi Isa ini menggambarkan adab dalam berdoa yang diamalkan oleh baginda yang mendahulukan tujuan doa dari aspek kerohanian yang lebih mulia dan tinggi nilainya disisi agama berbanding aspek jasmani.

Berdasarkan pentafsiran al-Razi terhadap ayat-ayat ketenangan jiwa, elemen ibadah berperanan sebagai komponen utama dalam psikoterapi ibadah yang menstabilkan emosi, mengurangkan keresahan dan menguatkan spiritual. Surah al-Nisa' (4:103) menunjukkan bahawa solat dan zikir bukan sekadar amalan ritual, tetapi mekanisme terapeutik yang membantu meredakan ketakutan serta memupuk ketenangan dalaman (*itmi'nan*), terutama dalam situasi tegang. Al-Razi menegaskan bahawa perintah mengingati Allah dalam apa jua keadaan membawa kepada ketenteraman hati selepas hilangnya kegelisahan. Tafsiran beliau terhadap Surah al-Ma'idah (5:113–114) turut menjelaskan bahawa doa para *hawāriyyūn* bertujuan menguatkan keyakinan dan memperoleh ketenangan melalui pengalaman rohani, manakala doa Nabi Isa AS yang mendahulukan aspek kerohanian menggambarkan ibadah sebagai proses penyucian jiwa dan pembinaan kestabilan psikospiritual. Dapatan ini selari dengan kajian kontemporari yang membuktikan bahawa ibadah seperti solat, zikir dan doa dapat menurunkan tekanan, meningkatkan daya tahan mental dan menyokong pengurusan emosi, khususnya bagi remaja berisiko (Shahril et. al., 2023).

Seterusnya, pentafsiran al-Razi terhadap ayat yang mengandungi kalimah *itmi'nan al-qulub* turut memaparkan elemen tasawuf yang berkaitan dengan Terapi Tasawuf. Antaranya dalam surah Ali 'Imran 3:126, firman Allah SWT:

وَمَا جَعَلَهُ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ لَكُمْ وَلِتَطْمَئِنَّ قُلُوبُكُم بِهِ ۚ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ

الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ (١٢٦)

Maksudnya: Dan Allah tidak menjadikan bantuan tentera malaikat itu melainkan kerana memberi khabar gembira kepada kamu, dan supaya kamu tenteram dengan bantuan itu. Dan (ingatlah bahawa) pertolongan yang membawa kemenangan itu hanya dari Allah Yang Maha kuasa, lagi Maha Bijaksana.

(Surah Ali 'Imran 3:126)

Ketika mengupas lafaz **وَلِتَطْمَئِنَّ قُلُوبُكُمْ** al-Razi (1981) menjelaskan bahawa ketenangan hati dicapai melalui bantuan (*imdād*) dan pertolongan Allah SWT sepertimana yang dinyatakan dalam firman Allah (إِلَّا بُشْرَى) yang bermaksud “*melainkan sebagai khabar gembira*” (al-Razi, 1981). Selain itu, ia juga bertujuan untuk menanamkan keyakinan bahawa pertolongan Allah SWT sentiasa menyertai mereka, sehingga mereka tidak merasa takut untuk berperang. Ini merupakan matlamat utama daripada pemberian bantuan tersebut. Oleh itu, dua ungkapan dalam ayat iaitu *bushra* dan *tama'ninah* ini dipisahkan untuk menunjukkan perbezaan antara kedua-duanya dari segi keutamaan iaitu pencapaian ketenangan (*tama'ninah*) hati menjadi fokus utama berbanding berita gembira (*bushra*).

Al-Razi juga menegaskan bahawa hakikat kemenangan adalah daripada Allah SWT namun manusia dianjurkan untuk berusaha dan bertawakkal kepadaNya dan tidak bergantung kepada bantuan para malaikat. Ini sepertimana yang dinyatakan oleh al-Razi ketika mentafsirkan firman Allah (وَمَا الْتَضَرُّ إِلَّا مِنْ) (عِنْدِ اللَّهِ). Ayat ini juga merupakan peringatan bahawa keimanan seseorang hamba tidak akan mencapai kesempurnaan selagi mereka masih bergantung kepada sebab-sebab duniawi, sebaliknya mereka seharusnya menyerahkan segala urusan kepada Allah dan bertawakkal kepadaNya, Tuhan yang menciptakan sebab-sebab tersebut (al-Razi, 1981).

Ayat di atas hampir sama pentafsirannya berkaitan lafaz **وَلِتَطْمَئِنَّ بِهِ قُلُوبُكُمْ** dengan Surah al-Anfal (8:9-10). Akan tetapi keseluruhan tafsir ayat tersebut mengandungi idea al-Razi yang memaparkan elemen tasawuf iaitu kebergantungan sepenuhnya kepada Allah SWT. Firman Allah SWT:

﴿إِذْ تَسْتَغِيثُونَ رَبَّكُمْ فَاسْتَجَابَ لَكُمْ أَنِّي مُمِدُّكُم بِآلِفٍ مِّنَ الْمَلَائِكَةِ مُرَدِّفِينَ ﴿٩﴾ وَمَا جَعَلَهُ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ وَلِتَطْمَئِنَّ بِهِ قُلُوبُكُمْ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِندِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ ﴿١٠﴾﴾

Maksudnya: (Ingatlah) ketika kamu memohon pertolongan kepada tuhan kamu, lalu Ia perkenankan permohonan kamu (dengan firmanNya): "Sesungguhnya Aku akan membantu kamu dengan seribu (bala tentera) dari malaikat yang datang berturut-turut. Dan Allah tidak menjadikan (bantuan malaikat) itu melainkan sebagai berita gembira dan supaya hati kamu tenang tenteram dengannya. Dan kemenangan itu pula hanyalah dari sisi Allah. Sesungguhnya Allah Maha Kuasa, lagi Maha Bijaksana.

(Surah al-Anfal 8:9-10)

Ketika mentafsirkan lafaz (إِذْ تَسْتَغِيثُونَ) al-Razi membawa dua pendapat tentang siapa yang berdoa memohon pertolongan tersebut. Pertama, doa tersebut dipanjatkan oleh Rasulullah SAW dengan penuh kesungguhan ketika mendapati bilangan musuh yang jauh lebih ramai daripada tentera Muslimin. Kedua, doa tersebut dipohon oleh para sahabat kerana mereka lebih takut untuk berhadapan dengan tentera musuh berbanding Rasulullah SAW. Justeru al-Razi telah mengharmonikan kedua-dua pendapat ini dengan mengatakan bahawa doa yang dipohon oleh Rasulullah adalah secara lantang dan kusyuk kemudian diamin dan diikuti oleh para sahabat. Lalu Allah SWT mengabulkan permohonan mereka dengan menurunkan bantuan seribu malaikat (al-Razi, 1981).

Seterusnya dalam lafaz (وَمَا جَعَلَهُ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ) al-Razi mengatakan bahawa penurunan bantuan malaikat tersebut adalah sebagai berita gembira dan memberikan ketenangan kepada tentera Islam, bukannya untuk terlibat dalam peperangan tersebut. Hal ini disokong dengan kisah-kisah nabi terdahulu seperti Kaum Nabi Lut dan Nabi Saleh yang dibinasakan hanya melalui satu libasan sayap dan teriakan oleh seorang malaikat sahaja.

Begitu juga dapat dilihat, ketika al-Razi membahas ayat dalam surah al-Fajr 89: 27-30 yang menggambarkan hakikat ketenangan jiwa hanya akan dimiliki oleh golongan yang diredai Allah SWT dan mereka yang reda terhadap segala ketentuan Allah (al-Razi, 1981). Jaminan ketenteraman jiwa bagi manusia hanya akan tercapai melalui keredaan Allah SWT sahaja. Firman Allah SWT:

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ (٢٧) ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً (٢٨) فَأَدْخُلِي فِي
عِبَادِي (٢٩) وَأَدْخُلِي جَنَّتِي (٣٠)

Maksudnya: Wahai orang yang mempunyai jiwa yang sentiasa tenang tetap dengan kepercayaan dan bawaan baiknya!; Kembalilah kepada Tuhanmu dengan keadaan engkau berpuas hati (dengan segala nikmat yang diberikan) lagi diredai (di sisi Tuhanmu)!; Serta masuklah engkau dalam kumpulan hamba-hamba-Ku yang berbahagia; dan masuklah ke dalam syurgaKu!

(Surah al-Fajr 89: 27-30)

Ketika mentafsirkan ayat ini, al-Razi (1981) menjelaskan bahawa konsep ketenangan (*itmi'nan*) merujuk kepada keteguhan dan kestabilan. Menurut beliau, ketenangan hanya akan tercapai melalui tiga cara. Pertama; jiwa yang yakin akan kebenaran sehingga tidak ada lagi sebarang keraguan. Kedua; jiwa yang aman iaitu jiwa yang tidak diganggu oleh ketakutan atau kesedihan ketika mendengar janji Allah SWT di saat kematian, kebangkitan dan ketika memasuki syurga. Ketiga; jiwa yang tenang ketika mengingat Allah SWT seperti mana yang terkandung dalam surah al-Ra'd (13:28) yang bermaksud “ketahuilah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenang”.

Pentafsiran al-Razi terhadap ayat-ayat *itmi'nān al-qulūb* di atas pula memperlihatkan bahawa ketenangan jiwa berkait dengan psikoterapi tasawuf bertunjangkan tawakal, *raja'*, *khauf* dan *reda*. Dalam Surah Āli 'Imran (3:126) dan Surah al-Anfāl (8:9–10), al-Razi menegaskan bahawa ketenangan bukan terletak pada faktor luaran seperti bantuan malaikat, tetapi bergantung kepada kebergantungan sepenuhnya kepada Allah SWT. Manakala, dalam Surah al-Fajr (89:27–30), beliau menjelaskan tiga bentuk ketenangan iaitu keyakinan tanpa keraguan, jiwa yang bebas daripada ketakutan dan kesedihan apabila mendengar janji Allah SWT, serta ketenteraman melalui zikir yang secara langsung berkaitan dengan fungsi terapi tasawuf dalam mengawal keresahan dan memperkukuh kestabilan rohani. Dapatan ini selari dengan kajian psikoterapi Islam kontemporari yang membuktikan bahawa elemen tawakal, *raja'* dan *reda* berperanan mengurangkan tekanan serta meningkatkan kesejahteraan spiritual. Sehubungan itu, kaedah psikoterapi tasawuf yang berteraskan penghayatan akidah Islam mampu mempengaruhi pembentukan emosi dan tingkah laku seseorang, sekali gus membantu mewujudkan kesihatan mental yang lebih seimbang dan stabil. Oleh itu, kajian mendapati tafsiran al-Razi selaras dengan

prinsip utama psikoterapi tasawuf dan menjadikan pendekatan ini signifikan dalam pembentukan ketenangan jiwa dan kesejahteraan psikologi (Ahmad A'toa & Mardiana, 2021).

Selanjutnya, terdapat juga pentafsiran al-Razi terhadap ayat berkaitan *itmi'nan al-qulub* yang mengandungi elemen berkaitan aktiviti berfikir yang boleh dijadikan sandaran dalam kaedah psikoterapi iaitu Terapi Akal. Perkara ini bertepatan dengan metode al-Razi dalam penulisan *al-Tafsir al-Kabir* iaitu pentafsiran *bi al-ra'yi*. Justeru, penghujahan akal tersebut wajar ditonjolkan sebagai salah satu kaedah dalam psikoterapi. Di antara tafsiran yang boleh dirujuk sebagai Terapi Akal adalah ketika al-Razi mengemukakan persoalan dalam penghujahannya dan ketika al-Razi menyatakan secara jelas hujah akal yang digunakan dalam memberikan hujah ketika mentafsirkan al-Quran.

Justeru itu, antara ayat yang boleh dijadikan sebagai sandaran kepada Terapi Akal antaranya ialah Surah al-Hajj 22:11. Firman Allah SWT:

وَمَنْ أَلْتَأَسَّ مِنَ يَعْْبُدُ اللَّهَ عَلَىٰ حَرْفٍ ۖ فَإِنْ أَصَابَهُ خَيْرٌ اطْمَأَنَّ بِهِ ۚ وَإِنْ أَصَابَتْهُ فِتْنَةٌ
أَنقَلَبَ عَلَىٰ وَجْهِهِ خَسِرَ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةَ ۚ ذَٰلِكَ هُوَ الْخُسْرَانُ الْمُبِينُ (١١)

Maksudnya: Dan ada di antara manusia yang menyembah Allah dengan sikap dan pendirian yang tidak tetap, iaitu kalau ia beroleh kebaikan, senanglah hatinya dengan keadaan itu; dan kalau pula ia ditimpa fitnah kesusahan, berbaliklah ia semula (kepada kekufurannya). (Dengan sikapnya itu) rugilah ia akan dunia dan akhirat, itulah kerugian yang terang nyata.

(al-Hajj 22:11)

Dalam ayat ini al-Razi menjelaskan bahawa keteguhan seseorang dalam beragama hanya akan tercapai apabila tujuannya adalah benar iaitu mencari kebenaran, mentaati Allah SWT dan takut kepada azabNya. Sekiranya seseorang memeluk agama Islam bertujuan untuk mendapatkan keuntungan keduniaan semata-mata, maka dia akan menzahirkan dirinya sebagai muslim ketika dia dalam kesenangan dan meninggalkan agama ketika dalam kesusahan (al-Razi, 1981).

Dalam tafsirannya mengenai ayat وَمَنْ أَلْتَأَسَّ مِنَ يَعْْبُدُ اللَّهَ عَلَىٰ وَجْهِهِ, didapati al-Razi mempraktikkan pendekatan akal ketika al-Razi mengemukakan beberapa

persoalan penting dalam tafsirannya bagi mengajak para pembaca berfikir. Di antaranya ialah sekiranya ayat ini merujuk kepada orang munafik, bagaimanakah Allah SWT berfirman (أَنقَلَبَ عَلَىٰ وَجْهِهِ) (*dia berbalik pada wajahnya [kembali kepada kekufuran]*), sedangkan pada hakikatnya mereka tidak benar-benar memeluk Islam sehingga boleh dikatakan murtad atau berpaling daripada agama Islam? Kemudian, al-Razi memberikan jawapan bahawa maksud yang ingin disampaikan dalam ayat ini ialah perubahan sikap dan perihai mereka dalam pertuturan lisan dengan mencela agama Islam ketika mereka dalam kesusahan berbanding dengan sebelumnya di mana mereka memuji-muji agama Islam ketika dalam kesenangan. Menurut beliau lagi, perubahan sikap inilah yang menggambarkan sebenar-benar *inqilab* atau perubahan (al-Razi, 1981).

Ayat ini diakhiri dengan firman Allah SWT: (حَسِرَ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةَ ۚ ذَٰلِكَ هُوَ ۙ) (الْخُسْرَانِ الْمُبِينِ). Al-Razi turut mentafsirkan secara akal dengan memberikan huraian yang lebih terperinci berkenaan kerugian yang dialami oleh golongan munafik semasa di dunia dan akhirat di mana kerugian di dunia bermaksud kehilangan kemuliaan, kehormatan, peluang mendapatkan harta rampasan perang, serta kelayakan untuk menjadi hakim dan kedudukan yang tinggi. Manakala, kerugian di akhirat pula adalah kehilangan ganjaran pahala bahkan mereka menerima azab yang kekal dan demikian merupakan kerugian yang sangat nyata (al-Razi, 1981).

Pentafsiran al-Razi terhadap Surah al-Hajj (22:11) memperlihatkan asas penting kepada Terapi Akal dalam psikoterapi Islam, apabila beliau menonjolkan peranan pemikiran rasional sebagai mekanisme utama untuk mengekalkan kestabilan beragama. Menurut al-Razi, individu yang beragama “*alā harf*” yang menggambarkan keadaan mereka yang berada dalam keresahan dan ketidakstabilan dalam beragama tanpa keyakinan yang mantap ialah mereka yang akalnya belum mencapai tahap keyakinan mendalam terhadap kebenaran, menyebabkan jiwa mudah goyah dan berubah sikap apabila diuji. Melalui penghujahan akal, al-Razi mengemukakan persoalan kritis untuk mengajak pembaca menilai secara intelektual punca ketidakstabilan spiritual tersebut, sekali gus menunjukkan bahawa kecelaruan beragama berpunca daripada akal yang tidak dipandu niat yang tulus dan kefahaman yang mantap. Penggunaan analisis rasional oleh al-Razi selari dengan prinsip Terapi Akal yang menekankan tafakkur, tadabbur dan analisis kognitif bagi menghapuskan keraguan serta membetulkan persepsi negatif terhadap ujian hidup. Dengan menghurai bentuk kerugian dunia dan akhirat secara logik, al-Razi memperkukuh keyakinan bahawa kestabilan emosi dan spiritual hanya boleh dicapai apabila akal menerima kebenaran agama

berdasarkan hujah yang kukuh. Dapatan ini disokong oleh kajian kontemporari yang menegaskan bahawa proses berfikir secara reflektif, pemahaman rasional terhadap konsep ketuhanan serta penghayatan akidah yang disokong akal mampu meningkatkan daya tahan psikologi dan mengurangkan tekanan (Tauseef Ahmad, 2022). Justeru, tafsiran al-Razi ini memperlihatkan bahawa integrasi akal yang sihat dan pemikiran yang matang merupakan asas kepada Terapi Akal dalam penyembuhan rohani.

Berdasarkan kupasan di atas, didapati bahawa pandangan al-Razi berkaitan ketenangan jiwa berdasarkan tafsirannya dalam *al-Tafsir al-Kabir* dengan karyanya yang lain adalah selari di mana elemen utama yang membawa kepada ketenangan jiwa ialah ilmu akidah yang benar dan amalan soleh yang membentuk akhlak mulia.

3.5 *Terapi Psikospiritual Al-Razi Dalam Menangani Remaja Berisiko*

Remaja berisiko sering berhadapan dengan tekanan emosi, konflik identiti, serta pengaruh sosial negatif yang boleh membawa kepada masalah seperti kecelaruan jiwa, penyalahgunaan dadah, ketagihan pornografi, dan kecenderungan kepada tingkah laku jenayah. Salah satu punca utama permasalahan ini ialah kekosongan nilai spiritual dan kegelisahan jiwa, yang menyebabkan mereka mencari kepuasan dalam bentuk hiburan atau ketagihan yang tidak sihat. Namun, dengan kembali kepada amalan dan penghayatan ajaran Islam, mampu membentuk masyarakat harmoni melalui pembentukan insan yang sihat dari sudut fizikal, mental, emosi, dan spiritual (Nor Azah et. al, 2022). Fitrah manusia yang diciptakan melalui dua unsur iaitu fizikal dan spiritual sangat dititikberatkan dalam Islam demi mencapai kesejahteraan jiwa yang merangkumi kesihatan fizikal, mental, sosial dan spiritual.

Dalam konteks ini, kaedah terapi Psikospiritual Islam yang berasaskan konsep ketenangan jiwa berdasarkan tafsir al-Razi menawarkan alternatif penyelesaian bagi menangani isu ini. Menurut al-Razi, ketenangan jiwa dicapai apabila aspek keimanan, ibadah dan tasawuf difahami dan dihayati dengan baik. Di samping itu, aspek pembentukan gaya berfikir yang positif juga berperanan untuk mencapai hikmah di sebalik perkara yang berlaku bagi membuahkan ketenangan jiwa. Keempat-empat aspek tersebut ditekankan sebagai objektif terapi melalui kaedah terapi iman, Terapi Ibadah, Terapi Tasawuf dan Terapi Akal. Hal ini dapat dilihat dalam jadual 2.

Jadual 2

Kaedah Terapi Psikospiritual al-Razi Berteraskan Konsep Ketenangan Jiwa

Bil	Terapi	Penjelasan Berdasarkan <i>Al-Tafsir Al-Kabir</i> (al-Razi, 1981)	Indeks Ayat Al-Quran Yang Berkaitan
1	Terapi Iman	I. Keyakinan bahawa hanya Allah SWT yang berkuasa memberikan ketenangan merupakan syarat asas yang menentukan kejayaan seseorang dalam memperoleh ketenangan jiwa. II. Keyakinan bahawa ketenangan jiwa akan tercapai melalui keimanan, makrifah kepada Allah dan pengabdian kepadaNya (al-Razi, 1981). III. Keyakinan bahawa setiap perbuatan manusia tidak terlepas dari pengetahuan Allah SWT.	1. 2:260 2. 8:9-10 3. 16:106 4. 89:27-30 5. 10:7 6. 17:95 7. 22:11
2	Terapi Ibadah	I. Perbuatan berzikir mengingati Allah, bertasbih, dan bertahmid memberikan impak ketenangan terhadap jiwa seorang Muslim. II. Dirikanlah solat (wajib & sunat) kerana ia juga merupakan bentuk zikir kepada Allah (al-Razi, 1981). III. Ingatlah Allah dalam apa jua keadaan sama ada ketika berdiri, duduk, dan berbaring (al-Razi, 1981).	1. 2:260 2. 5:113 3. 13:28 4. 89:27-30 5. 4:103 6. 10:7

		IV. Beradab dalam berdoa memohon sesuatu kepada Allah SWT sebagaimana Nabi Isa memulakan doa dengan memuliakan Allah Sang Pencipta dan mengakhirinya dengan Allah yang Pemberi Segala Nikmat (al-Razi, 1981).	
3	Terapi Tasawuf	I. Mengarahkan segala kebergantungan kepada Allah SWT. II. Bergantung bahawa segala pertolongan, bantuan, petunjuk dan kecukupan adalah daripada Allah SWT semata-mata (al-Razi, 1981). III. Setiap orang yang beriman kepada Allah SWT pasti mengharapkan pertemuan denganNya, ganjaranNya dan rahmatNya (al-Razi, 1981).	1. 3:126 2. 5:113 3. 8:9-10 4. 16:106 5. 16:112 6. 10:7 7. 17:95 8. 22:11
4	Terapi Akal	I. Peringatan bahawa jika kufur terhadap nikmat yang sedikit sudah menyebabkannya mendapat azab, maka kufur terhadap nikmat yang banyak menunjukkan bahawa dia lebih layak mendapat azab (al-Razi, 1981). II. Akal yang sihat akan mencari rangkaian sebab dan akibat. Setiap kali akal	1. 2:260 2. 3:126 3. 5:113 4. 16:112 5. 13:28 6. 89:27-30 7. 4:103 8. 22:11

		mencapai sebab yang bersifat <i>mumkin</i>, ia akan terus mencari sebab lain yang lebih tinggi, tanpa berhenti, sehingga menemui sebab yang <i>Wajib al-Wujud</i>, iaitu punca segala kewujudan. Selagi akal memerhati perkara <i>mumkin</i>, ia tidak akan tenang. Namun, apabila ia menyedari bahawa segala sesuatu adalah berasal daripada <i>Wajib al-Wujud</i>, ia tidak akan berpaling lagi, kerana ketenangan hanya tercapai dengan mengingati-Nya (al-Razi, 1981). III. Keperluan manusia adalah bersifat tidak terbatas, sedangkan segala sesuatu selain Allah SWT mempunyai keterbatasan dalam kekekalan dan kekuatan, kecuali dengan izin-Nya. Oleh itu, keperluan manusia yang tiada penghujung hanya dapat dipenuhi oleh kesempurnaan Allah SWT yang tiada batas. Maka, ketenangan jiwa hanya dapat dicapai melalui makrifah kepada-Nya dengan keikhlasan. Individu yang mencapai tahap ini akan menjadikan Allah SWT sebagai sumber ketenangan, hiburan,	
--	--	--	--

		kerinduan, serta sandaran dalam kehidupan dan perbicaraannya (al-Razi, 1981).	
--	--	---	--

Sumber: *Al-Tafsir al-Kabir* (al-Razi, 1981).

Merujuk kepada jadual di atas, Terapi Iman dapat diterapkan kepada remaja berisiko dengan mengajarkan konsep akidah yang benar agar mereka mempercayai bahawa iman merupakan asas utama dalam memperoleh ketenangan jiwa dan menyakini bahawa hanya Allah SWT yang berkuasa memberikan ketenangan. Di samping itu, remaja berisiko juga perlu mempercayai Allah SWT Maha Mengetahui setiap perbuatan manusia dan menyedari bahawa setiap perkara yang terjadi adalah dalam ketentuan dan perbuatan Allah SWT. Melalui Terapi Iman ini, remaja berisiko dapat mengukuhkan keimanan mereka dan membuat keputusan terbaik bagi sesuatu perkara kerana menyedari ia akan diperhitungkan di hadapan Allah SWT sekaligus menjadikan spiritual mereka tenang.

Melalui Terapi Ibadah pula, remaja berisiko perlu dilatih melaksanakan solat dan tidak boleh meninggalkannya walau dalam apa keadaan kerana ia boleh dilaksanakan dalam keadaan berdiri, duduk dan berbaring dengan mengikut syarat yang ditentukan dalam agama Islam. Selain itu, mereka juga perlu memperbanyakkan zikir, tasbih, tahmid dan berdoa yang berperanan penting dalam memberikan kesan kepada ketenangan jiwa. Terapi Ibadah ini berfungsi mengasah jiwa untuk rajin melaksanakan ibadah kepada Allah SWT dengan melaksanakan perintah dan meninggalkan larangannya. Terapi Ibadah ini akan menumbuhkan semangat rajin beribadah dalam diri remaja berisiko sekurang-kurangnya berzikir, bertasbih, bertahmid, berselawat dalam setiap keadaan. Tujuannya agar spiritual mereka sentiasa terpaut dengan ajaran agama dan setiap tindakannya selari dengan tuntutan Islam.

Bagitu juga melalui Terapi Tasawuf, ia mengajar remaja berisiko agar mengarahkan segala kebergantungan kepada Allah SWT dalam memohon petunjuk ke arah kebaikan, pertolongan dan kecukupan dalam kehidupan. Terapi ini juga berfungsi membentuk jiwa remaja berisiko yang dihiasi dengan akhlak terpuji seperti sabar, reda, syukur dan sebagainya serta menghakis akhlak buruk dari mereka. Terapi Tasawuf ini berfungsi mengasah spiritual remaja berisiko agar sentiasa menyedari bahawa Allah SWT mengawasi setiap tindakan mereka. Hasilnya, mereka akan terus berusaha untuk memperbaiki diri dengan berakhlak

baik dan merasa tenang dengannya.

Manakala Terapi Akal pula melatih remaja beriskio supaya menajamkan akal dalam meneliti sesuatu perkara yang dihadapi bagi melihat hikmah disebaliknya serta mendidik manusia untuk meraih kesejahteraan jiwa yang hakiki dengan mengembalikan diri kepada Allah SWT yang merupakan sumber ketenangan. Terapi Akal ini melatih mereka agar berfikiran kritis dan lebih matang dalam membuat sesuatu tindakan dan dalam menilai sesuatu perkara yang dihadapi dengan mencari kebaikan dan hikmahnya. Dengan demikian, keimanan mereka akan lebih kukuh, ibadah mereka akan bertambah, berakhlak mulia dan berfikiran kritis.

Oleh itu, kaedah terapi psikospiritual berteraskan konsep ketenangan jiwa al-Razi merupakan satu pendekatan terbaik dalam menangani masalah remaja berisiko seterusnya membentuk peribadi remaja yang sejahtera dari sudut spiritual dan juga fizikalnya. Kaedah ini merupakan kaedah Terapi Psikospiritual Islam empat serangkai dan ia juga boleh digunakan dalam menangani masalah sosial yang lain kerana kaedah ini berpandukan kepada dasar agama Islam serta berperanan membawa individu kembali kepada ajaran agama Islam yang benar.

4. KESIMPULAN

Kajian ini menegaskan bahawa konsep ketenangan jiwa yang dikemukakan oleh al-Razi dalam tafsirannya terhadap ayat-ayat al-Quran yang perkataan *itmi'nan al-qulub* dan pecahan kalimah berkaitan, menawarkan panduan Terapi Psikospiritual yang signifikan dalam menangani cabaran yang dihadapi oleh remaja berisiko. Analisis terhadap tafsiran al-Razi menunjukkan bahawa kesejahteraan jiwa dapat dicapai melalui keimanan yang kukuh, hubungan yang erat dengan Allah SWT, serta pengamalan ibadah dan akhlak yang baik. Pendekatan ini bukan sahaja membantu pembentukan jiwa yang stabil dan sejahtera tetapi juga berperanan sebagai satu bentuk Terapi Psikospiritual Islam yang berkesan dalam menangani tekanan emosi, konflik identiti, dan pengaruh sosial negatif yang sering dihadapi oleh remaja berisiko. Selain itu, artikel ini juga membuktikan bahawa tafsir al-Razi mengandungi dimensi Psikoterapi Islam yang mengintegrasikan aspek spiritual, intelektual, dan moral dalam membentuk kesejahteraan individu serta dapat membantu individu menghadapi cabaran hidup dengan lebih berdaya tahan dan tenang. Kajian ini juga memperkenalkan pendekatan baharu dalam memahami konsep kesejahteraan jiwa dengan mengaplikasikan tafsiran al-Razi terhadap ayat-ayat al-Quran yang perkataan *itmi'nan al-qulub* dan pecahan kalimah berkaitan dalam *al-Tafsir al-Kabir* serta

mengadunkannya dalam konteks Terapi Psikospiritual Islam. Keunikan kajian ini terletak pada integrasi dimensi tafsir klasik dengan pendekatan moden dalam menangani masalah remaja berisiko. Kedah Terapi Psikospiritual Islam yang berasaskan mekanisme ketenangan jiwa yang dibahaskan dalam tafsiran al-Razi membuktikan bahawa kesejahteraan jiwa dalam Islam tidak hanya bergantung kepada faktor luaran, tetapi juga memerlukan pengukuhan dalaman melalui Terapi Iman, Terapi Ibadah, Terapi Tasawuf dan Terapi Akal. Kajian ini juga menyumbang kepada pembangunan program intervensi yang lebih efektif, khususnya dalam bidang Psikospiritual dan pembangunan modul Terapi Psikospiritual Islam bagi kesejahteraan jiwa dalam kalangan remaja. Pendekatan ini boleh dijadikan asas kepada kajian lanjut dalam bidang terapi Islam kontemporari di samping memperkaya khazanah ilmu tafsir dan psikologi Islam. Oleh itu, kajian lanjutan mengenai aplikasi Terapi Psikospiritual Islam dalam konteks moden juga perlu dijalankan bagi memperkukuhkan lagi keberkesanannya dalam menangani pelbagai isu kesejahteraan mental dalam masyarakat.

RUJUKAN

- _____. (1343H/1924–1925M) *Al-Mabahith al-Mashriqiyyah fi 'Ilm al-Ilahiyyat wa al-Tabi'iyat*, jilid 1 & 2. Haydr Abad: Matba'ah Majlis Da'irah al-Ma'arif al-Nazamiyyah.
- _____. (1415H/1994–1995M) *Sharh 'Uyun al-Hikmah*. Iran: Mu'assasah al-Sadiqah li al-Taba'ah wa al-Nashr.
- _____. (1981). *Tafsir al-Fakhr al-Razi al-Mushtahar bi al-Tafsir al-Kabir wa Mafatih al-Ghayb*, Jilid 7, 8, 11, 19 & 23. Beirut: Dar al-Fikr.
- _____. (1982). *Kitab al-Najat fi al-Hikmah al-Mantiqiyyah wa al-Tabi'iyah wa al-Ilahiyyah*, ed. Majid Fakhri. Beirut: Dar al-Afaq al-Jadidah.
- _____. (1986). *Al-Arba'in fi Usul al-Din*. Kaherah; Maktabah al-Kulliyat al-Azhariyyah.
- _____. (1986). *Lubab al-Isharat wa al-Tanbihat*, tahqiq Dr Ahmad Hijazi al-Saqa. Kaherah: Maktabah al-Kulliyat al-Azhariyyah.
- _____. (1999). *Al-Matalib al-'Aliyah min al-'Ilm al-Ilahi*, Tahqiq Muhammad 'Abd al-Salam Shahin. Jilid. 7. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah
- _____. (2005). *Tafsir al-Fakhr al-Razi al-Mushtahar bi al-Tafsir al-Kabir wa Mafatih al-Ghayb*. Jil. 4, 5 & 6. Beirut: Dar al-Fikr
- _____. (t.t.) *Al-Masa'il al-Khamsun fi Usul al-Din*, tahqiq. Ahmad

- Hijazi al-Saqa (Qaherah: al-Maktabah al-Thaqafi.
- A. Halil Thahir & Ahmad Mughni Khoiruddin. (2020). Pesan moral di balik kisah Nabi Musa dan Nabi Khidir dalam QS. Al-Kahfi (studi atas penafsiran Al-Razi dalam *Mafātih Al-Ghayb*). *Qof: Jurnal Studi Al-Qur'an dan Tafsir*, 4(2), 229–246. <https://jurnalfuda.iainkediri.ac.id/index.php/qof/article/view/230>
- Ahmad A'toa' Bin Mokhtar & Mardiana Binti Mohd Noor. (2021). “Zikir Dan Tafakkur Asas Psikoterapi Islam”. *Jurnal Pengajian Islam*, 14, Edisi Spesial: 204-17. <https://jpi.uis.edu.my/index.php/jpi/article/view/67>.
- Ahmad Zaki Mohamad Malom, & Nurul Nazihah Awang Kechek. (2022). Perbincangan kajian kebahagiaan dalam Islam dan pengaruhnya di tempat kerja. *Penyelidikan Islam: Integrasi Ilmu Naqli dan Aqli Siri 4*. Pusat Pengajian Umum dan Kokurikulum, Universiti Tun Hussein Onn Malaysia. <http://eprints.uthm.edu.my/7286/1/3.pdf>.
- Aida Aazami, Rebecca Valek, Andrea N. Ponce, & Hossein Zare. (2023). Risk and protective factors and interventions for reducing juvenile delinquency: A systematic review. *Social Sciences*, 12(474): 1-18. <https://doi.org/10.3390/socsci12090474>
- Aisyah Idrina Zulkifli, & Wan Nasyruddin Wan Abdullah. (2024). Ketenangan hati menurut Surah Al-Insyirah. *TURATH – Journal of Al-Quran and Al-Sunnah*, 9(2), 129–137. <https://doi.org/10.17576/turath-2024-0902-04>
- Al-Dawudi, Shams al-Din Muhammad bin ‘Ali bin Ahmad (t.t.). *Tabaqat al-Mufasssirin* (‘Ali Muhammad ‘Umar, Ed.). Kaherah: Maktabah Wahbah.
- Al-Dhahabi, Muhammad. Husain. (2003). *Al-Tafsir wa al-Mufasssirun* (8th ed.). Kaherah: Maktabah Wahbah.
- Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad bin Muhammad. (1988). *Ma‘arij al-Quds fi Ma‘rifah Madarij Ma‘rifah al-Nafs*. Beirut: Dar al-Kutub al-‘Ilmiyyah.
- Al-Ḥamīd, A. S (2001). *Iḥsān Sulūk al-‘Abd al-Mamlūk ilā Malik al-Mulūk*. N.p.: Fahrasah Maktabah al-Malik Fahd al-Waṭaniyah.
- Al-Jurjani, ‘Abu Hasan ‘Ali bin Muhammad bin ‘Ali al-Husayni. (1983). *Al-Ta‘rifāt*. Edited by Jamā‘ah min al-‘Ulamā’ bi Ishrāf al-Nāshir. Beirut: Dār al-Kutub al-‘Ilmiyyah.
- Al-Qifti, Jamal al-Din Abi al-Hasan ‘Ali bin Yusof. (1903). *Tarikh al-Hukama’*, Leipzig: Dieterich’sche Verlagsbuchhandlung.
- Al-Qurṭubī, Muhammad.ibn Ahmad. (1964). *Al-Jāmi’ li Ahkām al-Qurān – Tafsir al-Qurṭubī* (Aḥmad al-Bardūnī & Ibrāhīm Aṭfīsh, Eds.). Kaherah: Dār al-Kutub al-Maṣriyah.
- Al-Razi, Muhammad bin Umar. (1968). *Kitab al-Nafs wa al-Ruh wa Sharh Quwahuma* (Muhammad Saghir Hasan al-Ma’sumi, Ed.). Pakistan:

- Matbu'ah Ma'had al-Abhath al-Islamiyyah.
- Al-Şan'ānī, Muhammad ibn Isma'il. (2011). *Al-Tanwīr Sharḥ al-Jāmi' al-Şaghīr*. Edited By Muḥammad
- Al-Tahānawī, Muhammad ibn Ali. (1996). *Mawsū'ah Kashāf al-Işṭilāḥāt al-Funūn wa al-'Ulūm* ('Alī Daḥrūj & Rafīq al-'Ajam, Eds.). Beirut: Maktabah Lubnān Nāshirūn.
- Al-Tilimsani, Sharf al-Din 'Abd Allah bin Muhammad al-Fihri al-Misri. (2010). *Sharḥ Ma'alim Usul al-Din li al-Rāzi*, tahqiq: Nizar Hammadi. 'Amman, Dar al-Fath li al-Dirasat wa al-Nashr.
- Andi Miswar. (2017). SEJARAH PERKEMBANGAN TAFSIR AL-QUR'AN PADA ABAD KE VII H. *Rihlah Jurnal Sejarah Dan Kebudayaan*, 5(1), 109–120. <https://doi.org/10.24252/rihlah.v5i1.3187>
- Che Zarrina Sa'ari, & Mohd Manawi Mohd Akib. (2018). Konsep jiwa menurut Al-Rāzi: Tumpuan terhadap perihāl jiwa setelah berpisah daripada jasad. *Online Journal of Research in Islamic Studies*, 5(1): 33-47. <https://ejournal.um.edu.my/index.php/RIS/article/view/12801>.
- Farah Mohd Ferdaus, Hamdi Ishak & Mohd Manawi Mohd Akib. (2023). Elemen Psikoterapi Islam Berdasarkan Doa Nabi Ibrahim As. *Jurnal Tinta Artikulasi Membina Ummah TAMU*, 9 (1), 32-41. <https://www.journaltamu.com/wp-content/uploads/2023/06/TAMU-Vol-91-June-2023-32-41.pdf>
- Fath Allah Khalif. (1969). *Fakhr al-Din al-Rāzi*. Mesir: Dar al-Ma'arif.
- Hermansyah. (2015). Pengaruh ideologi Mu'tazilah dan Asy'ariyyah terhadap penafsiran Al-Rāzi tentang takdir dalam *Mafātiḥ al-Ghayb*. Disertasi Sarjana, Pascasarjana Institute (PTIQ) Jakarta. <https://repository.ptiq.ac.id/id/eprint/126/>.
- Ibn Khallikan, Ahmad bin Ahmad bin Ibrahim bin Abi Bakr. (1998). *Wafayāt al-A'yan wa Anba' Anba' al-Zaman* (Dr Yusof 'Alī Tawil & Dr Maryam Qasim Tawil, Eds.). Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyah.
- Ibn Qayyim, Muhammad Ibn Abu Bakr. (n.d.). *Ighāthah al-Lahfān min Maşāyid al-Shayṭān* (Muḥammad Ḥāmid al-Fiqī, Ed.). Riyadh: Maktabah al-Ma'arif.
- Ibn Sina. (1952). *Aḥwāl al-Nafs Risalah fi al-Nafs wa Baqa'iha wa Ma'adiha wa yaliha Thalath Rasa'il fi al-Nafs li Ibn Sina*, tahqiq. Ahmad Fu'ad al-Ahwani. Paris: Dar Babylon, 1952.
- Khairunnas Jamal, Najamuddin Siraj Harahap & Derhana Bulan Dalimunthe. (2020). Warna dalam Al-Qur'an perspektif Fakhr Al-Din Al-Rāzi. *Jurnal Aqlam – Journal of Islam and Plurality*, 5(2): 152-170. <https://journal.iain-manado.ac.id/index.php/AJIP/article/view/1368>.
- Mohd Manawi, Mohd Akib, & Sharifah Basirah Syed Muhsin. (2019).

- Perbahasan Potensi Jiwa Menurut Ibn Sina dan al-Ghazali. *Jurnal Akidah & Pemikiran Islam*, 21(1), 85–110. <https://doi.org/10.22452/afkar.vol21no1.3>
- Mohd Manawi. Mohd Akib, Hamdi Ishak, Ahmad Fakhurrazi Mohammed Zabidi, , Che Zarrina Sa'ari, Sharifah Basirah Syed Muhsin, & Nurul Shuhadah Md Yahya. (2025). Systematic Literature Review of the Impact of Islamic Psychotherapy on Adolescent Spiritual Well-Being. *Journal of religion and health*, 10.1007/s10943-025-02304-8. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s10943-025-02304-8>.
- Mohd Manawi. Mohd Akib. (2018). Konsep jiwa menurut Fakhr Al-Din Al-Razi: Terjemahan dan analisis Kitab *Al-Nafs Wa Al-Ruh Wa Sharh Quwahuma*. *Disertasi PhD*, Universiti Malaysia.
- Mohd Rosmizi Abd. Rahman, Terapi Psikospiritual Akidah Islam dalam Menghadapi Tekanan dan Cabaran Kehidupan Akibat Covid-19, dalam E-Prosiding Seminar Antarabangsa Islam dan Sains (SAIS 2021), Fakulti Pengajian Quran dan Sunnah, Universiti Sains Islam Malaysia (USIM), 2021. <https://oarep.usim.edu.my/entities/publication/5fdd2dd2-db0c-4729-944f-0a931ae3bcae/full>
- Muhammad Afiq Abdul Razak, Mohd Syukri Zainal Abidin & Muhammad Safwan Harun. (2023). Islamic psychospiritual theory according to the perspective of *Maqasid al-Sharia*. *Islamiyyat: The International Journal of Islamic Studies*, 45(1), 69–79. <https://doi.org/10.17576/islamiyyat-2023-4501-07>
- Muhammad Husayni Abu Sa'dah. (1989). *Al-Nafs wa Khuluduha 'inda Fakhr al-Din al-Razi*. Kaherah: Sharkah al-Safa li al-Taba'ah wa al-Tarjamah wa al-Nashr.
- Nor Azah Abdul Aziz, Fadhline Mohd Razali, & Che Zarrina Sa'ari. (2022). Penggunaan media sosial dari perspektif psikospiritual Islam. *Firdaus Journal*, 2(1), 65–75. <https://doi.org/10.37134/firdaus.vol2.1.6.2022>
- Norfatmazura Che Wil & Nooraini Othman. (2021). The impact of spiritual and individual factors on social problems and mental health of Malaysian adolescents. *Journal of Contemporary Islamic Studies*, 1–16. <https://ir.uitm.edu.my/id/eprint/58333/1/58333.pdf>
- Nur Shahidah Paad, Sharifah Basirah Syed Muhsin, & Mohd Syukri Zainal Abidin. (2021). Implementasi psikospiritual Islam dalam pembentukan model motivasi pembangunan diri remaja. *Jurnal Akidah & Pemikiran Islam*, 23(2), 405–444. <https://doi.org/10.22452/afkar.vol23no2.11>
- Rahim Kamarul Zaman, Khairulnazrin Nasir, Mujiburrahman Muhammad Saleh, & Nur Shahidah Ab Hamid. (2022). Kawalan Kesejahteraan Psikologi Berasaskan Konsep Psikospiritual dalam Al-Quran: Suatu

- Analisis. *Al-Abqari: Journal of Islamic Social Sciences and Humanities*, 27, 115–129. <https://doi.org/10.33102/abqari.vol27no1.526>.
- Shahril Nizam Zulkipli, Ishak Suliaman, Mohd Syukri Zainal Abidin, Norazmi Anas & Wan Kamal Nadzif Wan Jamil. (2023). “Psikoterapi Nabawi Sebagai Rawatan Komplimentari Kejiwaan Dalam Menangani Isu Kesihatan Mental.” *Islāmiyyāt*, 45 (1): 195–213. https://journalarticle.ukm.my/22495/1/Islamiyyat_45_1_18.pdf
- Suād al-Hakim (1981), *al-Muʿjam al-Sufi al-Hikmah fi Hudud al-Kalimah*. Lubnan: Dandarah li al-Taba’ah wa al-Nashr.
- Tauseef Ahmad Parray. ((2022). “Tafakkur and Use of ‘Aql (Reason) for Acquisition of Knowledge: The Qur’anic Paradigm,” *Istikamet: Journal of Islamic Studies and Humanities* 1 (1): 1–16. https://www.istikametdergisi.org/uploads/1e346731-5ba5-47c2-8422-38e250818d00/d2c4f9b0-59c8-475e-ab41-17cb41fa1ba2/3-%20Tauseef%20Ahmad%20Parray_ReDrafted%20Paper_Quran%20Conf%20Turkey%20Parray%20I%CC%87ngilizce..pdf
- Tika Saripah, Yayan Mulyana & Undang A Kamaludin. (2017). Fungsinya Terhadap Ketenangan Jiwa (Studi Analisis terhadap Tafsir Jailani Karya Abd al-Qadir Jailāni). *Al-Bayan Jurnal Studi Ilmu Al- Qur an Dan Tafsir*, 2(2), 132–146. <https://doi.org/10.15575/al-bayan.v2i2.1894>.
- Wan Azman Wan Mohammad, Suhaila Zailani @ Hj Ahmad, Kaseh Abu Bakar, Siti Aisyah Hassan, Hakim Zainal, & Nurazan Mohmad Rouyan. (2024). Needs analysis for the development of an integrated psychospiritual-Quranic Arabic language module (INPAQ Module) for juvenile rehabilitation. *GJAT*, 79–97. <http://jurnal.usas.edu.my/gjat/index.php/journal>.