

# Pelihara lima perkara ketika berpuasa

Meleco 21/7/12 MS 49.

Ramadan ini, dibuka pintu syurga dengan seluas-luasnya serta ditutup pintu neraka dan dibelenggu syaitan daripada mengganggu dan menggoda umat manusia.

Sabda Nabi Muhammad SAW dari Abu Hurairah yang bermaksud: "Apabila tibanya Ramadan, dibuka pintu syurga dan dikunci pintu neraka serta dibelenggu makhluk syaitan". (Riwayat Bukhari dan Muslim).

Namun, syaitan daripada kalangan manusia masih diberi peluang untuk mengganggu manusia dengan program melalaikan sehingga berlalunya Ramadan dengan menempah kerugian demi kerugian.

Mereka yang tidak melakukan ibadat puasa dianggap menyalahi fitrah keimanan kepada Allah dan hari Kiamat kerana keunikan ciptaan manusia adalah rangkuman antara genggam tanah dan hembusan roh yang mesti dipelihara dan dibaja dengan ibadat khususnya di bulan Ramadan.

Ada yang mendefinisikan puasa sebagai menggempur musuh Allah SWT iaitu hawa nafsu yang juga satu jalan daripada cara syaitan menyesatkan umat manusia.

Ada yang menyebut ketika Allah menciptakan akal manusia, akal sentiasa tawaduk menurut perintah Allah SWT.

## Sifat nafsu amat keras

Adapun nafsu ketika diciptakan, ia amat keras sehingga dibakar dalam api kepanasan selama seratus tahun dan ditambah dengan belenggu dalam penjara kelaparan sehingga menjadi lembut.

Oleh yang demikian, bagi mengengkang hawa nafsu yang mengganas, maka Allah SWT menganjurkan manusia berpuasa selama sebulan.

Beberapa hari berpuasa yang ditentukan Allah SWT dalam surah Baqarah ayat 184 membawa maksud, antara 28 hingga 30 hari yang cukup untuk memberikan tarbiah berguna untuk jiwa yang keras dan rakus supaya menjadi lembut dan bertakwa.

## Peristiwa Nabi Adam

Syeikh Ahmad Syakir menyebut, antara hikmah diwajibkan puasa selama beberapa hari yang disebutkan ialah kaitan peristiwa Nabi Adam yang makan buah terlarang sehingga kesannya berkekalan pada pencernaan Adam selama 30 hari.

Selepas diterima taubat Adam AS, maka Allah SWT memerintahkan Adam berpuasa selama 30 hari dan 30 malam supaya segala-galanya terha-

pus daripada pencernaan Adam AS.

Namun demikian, Nabi Muhammad SAW dan umatnya diwajibkan berpuasa siang hari saja kerana penghormatan Allah SWT.

Kelazatan dunia juga terbina di atas empat perkara iaitu makan, minum, tidur dan seks. Semuanya akan menghalang hubungan manusia dengan Allah SWT jika tidak diselenggarakan dengan baik dan bijaksana.

## Jaga lima perkara

Lima perkara yang perlu dijaga bagi meningkatkan kualiti puasa iaitu pandangan, lidah dan hati. Sabda Baginda SAW daripada Anas bin Malik: "Lima perkara yang boleh merosakkan puasa iaitu bercakap dusta, mengeji, mengumpat, sumpah yang mengelirukan serta pandangan yang penuh dengan syahwat."

(Al-Hadith)

Baginda sentiasa memberi peringatan bagi mereka yang berpuasa dengan maksud: "Alangkah ramai umat yang berpuasa tetapi tiada mendapat apa-apa kecuali lapar dan dahaga saja."

Selain berpuasa, umat Islam mestilah menjaga tatasusila dan sikap

mereka agar cenderung kepada melakukan kebaikan, bermurah hati serta memberi makan kepada mereka yang berpuasa ketika berpuasa.

Doa yang baik dianjurkan kita membacanya oleh Baginda SAW ketika berbuka kerana ketika itulah dikatakan antara waktu di mana doa kita dimakbulkan oleh Allah SWT.

Sebuah hadis daripada Abu Hurairah RA berkata bahawa Baginda SAW bersabda: "Terdapat tiga golongan yang tidak dihampakan doa mereka oleh Allah SWT. Pemimpin yang adil, orang yang berpuasa ketika berbuka dan orang yang dizalimi." (Riwayat Ahmad, Tirmizi dan Ibnu Majah)

Baginda pernah menyebut bahawa ada di kalangan Malaikat yang sentiasa sujud kepada Allah SWT hingga hari kiamat dengan memandang Arasy Allah SWT seraya berkata "Wahai Tuhan, kasihanilah dan jangan Engkau sakiti umat Muhammad yang berpuasa pada Ramadan."



## Penulis

Zamanuddin Jusoh ialah Eksekutif Agama The New Straits Times Press (NSTP)