

# Hikmah Puasa Ramadhan

﴿ الحكمة من صيام رمضان ﴾

[ Indonesia – Indonesian – إندونيسي ]

**Muhammad Ibn Syâmi Muthâin Syaibah**

**Terjemah : Syafar Abu Difa**

**Editor : Eko Haryanto Abu Ziyad**

2010 - 1431

islamhouse.com

# ﴿ الحكمة من صيام رمضان ﴾

« باللغة الإندونيسية »

محمد بن شامي مطاعن شيبية

ترجمة: شفر أبو دفاع

مراجعة: إيكو هاريانتو أبو زياد

2010 - 1431

islamhouse.com

## Hikmah Puasa Ramadhan

Segala puji bagi Allah. Salawat dan salam senantiasa tercurah kepada Nabi terakhir, Nabi kita Muhammad, keluarganya, para sahabat dan siapa saja yang mengambil petunjuknya hingga hari kiamat.

Adapun selanjutnya:

Sesungguhnya apa yang Allah syariatkan kepada hamba-Nya dari berbagai ibadah memiliki hikmah yang sempurna dan paripurna. Karena Allah Maha Bijaksana dan Maha Mengetahui akan makhluk, syariat dan balasan-balasannya. Satu dari ibadah itu adalah puasa, yang memiliki hikmah besar, di antaranya:

1. Puasa merupakan ibadah untuk Allah. Seorang hamba mendekatkan diri kepada Tuhan-nya dengan meninggalkan apa-apa yang dicintai jiwa dan nafsunya baik makanan, minuman maupun hubungan kelamin. Dari situ nampak ketulusan iman seorang hamba, kesempurnaan penghambaan, kecintaannya kepada Tuhan-nya dan harapnya kepada pahala-Tuhan-nya. Karena seseorang tidaklah meninggalkan apa-apa yang dicintainya kecuali untuk sesuatu yang lebih agung. Karena itu saudaraku Muslim, hendaknya engkau termasuk mereka yang berpuasa demi mengharap apa-apa yang ada di sisi Allah dan menghinakan diri kepada-Nya dengan ibadah ini.
2. Di antara hikmah puasa: seorang hamba memperoleh ketakwaan, sebagaimana firman Allah -*ta'âla*-:

قال تعالى: ﴿يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ

تَتَّقُونَ

"Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa." (QS. Al-Baqarah: 183)

Ini didapatkan bila sesuai dengan puasa syar'i yang meninggalkan berbagai pembatal puasa maupun perkataan dan perbuatan zûr (keji). Rasulullah -shalallahu alaihi wasallam- bersabda:

((مَنْ لَمْ يَدَعْ قَوْلَ الزُّورِ وَالْعَمَلَ بِهِ وَالْجَهْلَ فَلَيْسَ لِلَّهِ حَاجَةٌ أَنْ يَدَعَ طَعَامَهُ وَشَرَابَهُ))

"Siapa yang tidak meninggalkan perkataan keji, perbuatannya dan juga kebodohan, Allah tidak butuh kepada makan dan minum yang ditinggalkannya."

[HR. Al-Bukhari]

Berupayalah untuk berpuasa yang benar, bersih dari ketercemaran dan kerancuan.

3. Orang yang puasa menyibukkan hatinya dengan pikir dan zikir. Karena bila menuruti hawa nafsunya akan membuatnya lalai bahkan bisa mengeraskan hati. Karena itu Nabi -shalallahu alaihi wasallam- mengarahkan untuk meringankan makan dan minum. Al-Miqdam Ibn Ma'ad -radiallahu'anhu- berkata, aku mendengar Rasulullah -shalallahu alaihi wasallam- bersabda:

((مَا مَلَأَ آدَمِيٌّ وَعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ حَسْبُ الْآدَمِيِّ لُقَيْمَاتٌ يُقْمَنَ صُلْبَهُ فَإِنْ غَلَبَتْ الْآدَمِيَّ نَفْسُهُ فَتُلْتُ

لِلطَّعَامِ وَتُلْتُ لِلشَّرَابِ وَتُلْتُ لِلنَّفْسِ))

"Tidak ada wadah yang diisi penuh oleh anak Adam yang lebih buruk daripada perutnya. Cukuplah bagi anak Adam itu suapan yang dapat menegakkan punggungnya, jika dia tidak mampu, maka 1/3 untuk makanannya, 1/3 untuk minumannya dan 1/3 untuk nafasnya. "

[HR. Ibnu Majah. Hadits sahih]

4. Orang kaya sadar akan nikmat Allah yang berlimpah kepadanya dan itu tidak diperoleh oleh mereka yang fakir, baik makanan, minuman dan menikah. Sehingga dia pun memuji dan bersyukur kepada Allah, ingat

kepada saudaranya yang fakir dan bersedekah kepadanya, memberinya sesuatu dari harta Allah yang telah diberikan kepadanya. Wahai orang-orang kaya, bersedekahlah kepada orang-orang fakir pada bulan Ramadhan mulia ini, memberilah seperti pemberian orang yang tidak takut miskin. Bedermalah dengan harta dan kebaikan kepada saudara-saudaramu yang membutuhkan, jadilah orang yang mensyukuri nikmat Allah. Rasulullah -shalallahu alaihi wasallam- telah bersabda:

((إِنَّ اللَّهَ لَيَرْضَى عَنِ الْعَبْدِ أَنْ يَأْكُلَ الْأَكْلَةَ فَيَحْمَدُهُ عَلَيْهَا أَوْ يَشْرِبَ الشَّرْبَةَ فَيَحْمَدُهُ عَلَيْهَا))

*“Allah sungguh ridha pada hamba yang memakan makanan lalu memuji-Nya atas makan itu atau meminum minuman lalu memuji-Nya atas minuman itu.”*

[HR. Muslim]

5. Puasa menyempitkan pembuluh darah sebagai dampak dari lapar dan haus, sehingga menyempit juga ruang setan pada tubuh. Rasulullah -shalallahu alaihi wasallam- bersabda:

((إِنَّ الشَّيْطَانَ يَجْرِي مِنَ الْإِنْسَانِ مَجْرَى الدَّمِ))

*“Sesungguhnya setan masuk dalam tubuh manusia melalui pembuluh darah.”*

[HR. Al-Bukhari]

Puasa juga menghancurkan dorongan hawa nafsu. Karena itu wahai para pemuda dan semisal mereka, jadikan Hadits Nabi berikut ini sebagai menolongmu dan amalkanlah; Rasulullah -shalallahu alaihi wasallam- bersabda:

(( يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ مَنِ اسْتَطَاعَ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ ، فَإِنَّهُ أَغْضُ لِلْبَصْرِ ، وَأَحْصَنُ لِلْفَرْجِ ، وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ

فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ ))

*“Wahai para pemuda, siapa yang sanggup dari kalian al-ba'ah (memberi nafkah batin) hendaknya menikah, karena ia lebih dapat menundukkan pandangan dan lebih menjaga kemaluan. Jika tidak sanggup, hendaknya berpuasa. Sesungguhnya itu dapat meredam nafsu.”* [HR. Syakhân]