

## Puasa dan Pendidikan Jiwa

Manusia selama setahun hidupnya mewah dengan makan dan minum yang tidak terbatas. Oleh terlalu rakus dan halobanya ditambah pula dengan angkuh dan sombongnya, hingga lupa berterima kasih kepada Tuhannya yang telah melimpahi nikmat kepadanya, tidak terasa hiba sedikit pun terhadap fakir miskin yang tidak semewahnya hidup mengecap nikmat makan minum itu.

Oleh: “Budiman Radhi”

Inilah maka diperintahkan Tuhan berpuasa kepada hamba-Nya (umat Islam) supaya berpuasa sebulan pada bulan Ramaḍān dalam setahun, Tuhan akan melihat siapa di antaranya umat Islam yang beriman dan bertakwa kepada-Nya, siapa yang mahu menikmati-Nya sebagai berterima kasih atas nikmat-Nya yang telah dilimpahi-Nya itu, sebagai tanda bersyukur kepada-Nya.

Puasa itulah sebagai suatu pukulan keinsafan kepada umat-umat Islam dengan menahan dahaga dan lapar, tidak boleh makan dan minum dan bersetubuh dengan isterinya, rupanya masih ada juga umat Islam berdegil dan berkeras kepala, tidak acuh dan tidak memperdulikan perintah Allah itu.

Sengaja perintah puasa diwajibkan Tuhan sebagai satu ibadat hamba-Nya kepada-Nya, dan sebagai satu pendidikan kepada hamba-Nya untuk memerangi nafsu haloba, memerangi nafsu yang tak kenal batas, yang selalu suka kenyang dan puas, suka makan minum, bersetubuh. Mudah-mudahan dengan adanya latihan dan pengajaran puasa itu, dengan adanya terasa lapar dan dahaga dan bernafsu itu, akan mengertilah dan betapa pahitnya menahan lapar, dahaga dan nafsu, akan sedar dan insaflah dia kepada fakir miskin yang sering dalam hidupnya tidak mencukupi makan minum dan kadang-kadang sampai tidak menemui sedikit makanan pun sehari itu.

Apakah umat Islam yang berpuasa tidak terfikir penderitaan pada bulan puasa dengan lapar dahaga itu, dan bagaimana yang ditanggung oleh si fakir miskin

seban hari? Tidakkah mahu insaf dan sedekah membantu mereka dalam hidup malang sepanjang masa, dengan harta kekayaan yang dianugerahkan Tuhan kepadanya? Apakah tidak mendapat pengajaran dan tidak menambah takwanya dengan pendidikan puasa baginya? Mahu latihan apakah lagi yang lebih daripada itu? Apakah masih belum cukup dengan latihan lapar itu, masih mahu menunggu azab dan seksa Tuhan ke atasnya pula, apakah dia fikir hartanya boleh memberi kekal dan menyelamatkan dia? Sungguh degilnya manusia – sungguh kejamnya pula seksa Allah atasnya.

### Revolusi Jiwa

Ya, Tuhan perintah menahan lapar dahaga dan melarang bersetubuh dengan perempuan (isteri) pada siang hari, bererti satu revolusi jiwa yang terbesar siapa yang berjaya dalam revolusinya memerangi nafsunya, maka dialah orang yang gagah dan handal. Akan terbentuklah dia satu budi utama, sopan insaf, sedar dan mahu berkorban hartanya untuk membantu fakir miskin dalam kemalangan hidup.

Akan terfikir pula olehnya bagaimana janda yang tidak mempunyai suami, gadis-gadis yang telah tua yang belum bersuami, lelaki yang tak sanggup beristeri kerana kemiskinan hidupnya, maka tak dapat memenuhi nikmat hidup yang sewajarnya.

Mudah-mudahan dengan adanya pendidikan dan pengajaran puasa ini, cukuplah memberi kesedaran dan

berderma dan memperjodohkan lelaki dan perempuan yang belum dan tak dapat berkahwin. Padahal ini suatu tabiat alam menghendaki hidup mencintai nikmat yang sebaik mungkin.

Puasa adalah merupakan sekolah latihan jiwa – belajar merasai lapar dahaga, belajar melawan nafsu angkara. Tegasnya belajar mengatasi hidup hari-hari kerana pada suatu masa dalam perjuangan tau<sup>1</sup> dalam perantauan nanti, semasa hidupnya, berlaku suatu percubaan Tuhan ke atasnya, kehabisan atau kecurian wang umpamanya, maka dengan adanya latihan puasa ini, dapatlah dia bersabar menahan lapar dan dahaga, dan tidaklah sampai mahu mencuri, merampas atau menipu kepunyaan orang lain meskipun lapar tetap menerkamnya.

Demikian pula dia dalam perantauan kerana soal perniagaan dan sebagainya, dia akan dapat bersabar tinggal terasing dari isterinya beberapa ketika, dan tidak akan melakukan suatu yang melanggar kesopanan dan kehormatannya, kerana latihan dan pendidikan puasa yang telah mendalam baginya yang menjayakannya dalam praktikal nanti.

Dalam bulan puasa segala amal ibadat dan kebajikan dilipat ganda pahalanya, demikian pula amal kejahatan dilipat ganda dosanya.

Pada bulan puasa dilarang keras mengerjakan larangan-larangan Tuhan. Mata dilarang melihat yang haram, telinga dilarang mendengar rahsia-rahsia dan sesuatu yang haram, tangan dilarang memegang dan menyentuh sesuatu yang terlarang, demikian pula kaki diharam berjalan kepada tempat-tempat larangan dan yang membawa kepada dosa, mulut dilarang berdusta mengumpat, mencaci maki dan perkataan-perkataan yang keji. Sabda Nabi “Barang siapa yang tidak meninggalkan perkataan-perkataan yang kotor (sia-sia) dan pekerjaan yang keji-keji, maka Allah tidak akan memandang dia sebagai seorang yang berpuasa, meskipun dia meninggalkan makan minum.”

Semua larangan-larangan ini merupakan latihan besar dalam bulan puasa, semoga dapat diamalkan terus-menerus dalam masyarakat sesudah puasa nanti, orang yang telah berjaya dalam ujian puasa, yang telah lulus

ujiannya dan diterima Allah, maka tidaklah dia berbuat lagi sesuatu larangan Tuhan sesudah puasa nanti timbullah kebaikan budi, kesucian rohani, akan suka menolong fakir miskin, akan mahu memperjodohkan orang yang tak mampu dalam perkahwinan, itulah buahnya dan hasil yang ditelurkan oleh pendidikan puasa itu.

### **Latihan**

Islam agama teori dan praktikal – sesudah Tuhan melatih kita belajar (teori) melawan nafsu disuruh pula kita terus beramal (praktikal) setiap hari berjuang melawan nafsu yang bermaharajalela. Bila sudah sanggup mengatasi nafsu, mempertundukkan nafsu di bawah kehendak kita, bererti kita telah menjadi orang yang merdeka, merdeka dari penjajahan nafsu yang telah menjajah dan menguasai kita hingga kita terjajah dan terkongkong di bawah kemahumannya. Kebebasan dari penjajahan nafsu itulah kemerdekaan yang sebenarnya, kemerdekaan yang setinggi-tinggi dan semulia-mulia, maka baharulah kita menjadi orang muliawan di sisi Tuhan dan dalam masyarakat, kerana telah dapat mengontrolkan diri dari diperbudakkan nafsu, bererti kita telah terselamat dari sesuatu yang tidak baik, dan telah menjadi orang bersopan mulia.

Perjuangan nafsu adalah sebesar-besar perjuangan. Orang yang telah menang dalam perjuangan nafsu akan menenglah dia dalam segala perjuangan yang lain, kerana yang lain semuanya kecil sahaja, sebab yang lain berpokok kepada nafsu. Nabi Muhammad (S.A.W) sendiri menganggap peperangan dengan musuh itu ialah peperangan kecil – sewaktu beliau kembali dari medan perang – tetapi beliau memandang peperangan dengan nafsu adalah peperangan yang terbesar. Berapa banyak pahlawan-pahlawan yang sanggup masuk dan menang dalam medan perang, tetapi kalah menghadapi nafsu? Berapa banyak pahlawan yang gagah berani dalam medan, tetapi kalah jiwanya bila berhadapan dengan seorang perempuan jelita? Dia bertempik sebagai pahlawan kesatria dalam medan perang, tetapi lembut suaranya kalau berhadapan dengan seorang gadis jelita. Dia bertempur matian-matian sama

<sup>1</sup> Perkataan sebenar ialah atau.

bala tenteranya, tetapi harta rampasan diambil sesuka hatinya dan hilang keadilannya? Sungguh nafsu adalah satu penjjajaan yang tak mudah diatasi.

### Untuk Kesihatan

Puasa adalah satu kesihatan tubuh, bila makanan telah memenuhi perut kita, maka ma'adah itu bekerja untuk menghancurkan dan menghadamkan makanan. Pekerja<sup>2</sup> ma'adah itu adalah satu tenaga besar pula dan berhajat bantuan tenaga dari lain bagi menambahkan kekuatan untuk menghadamkan dan mencernakan makanan. Kekuatan darah dari seluruh tempat dalam badan membantu dan mengirim sebahagiannya kepada ma'adah, bererti tenaga otak pada masa itu telah berkurang, jadi pada masa sedang kenyang dengan makanan, kurang baik kita menggunakan fikiran atau tenaga otak seumpama membaca, menulis, berpidato, mengajar dan sebagainya yang memerlukan tenaga berfikir.

Kalau kita memaksa otak bekerja pada waktu perut berisi makanan penuh, tentu tidak mendapat fikiran yang baik dan lebih baik, kerana kekuatan berfikir telah lemah, sebab tenaga darah pada otak berkurang, amat tidak baik sekali kalau kita memaksakan otak bekerja pada waktu lemahnya, waktu kekurangan tenaganya, kerana memaksakan otak sedemikian itu adalah melemahkan kekuatannya dan kekuatan berfikir, tegasnya menumpulkan otak. Demikianlah difahamkan dari keterangan Prof. Dr. Ramli mengenai kesihatan dan berpuasa. Peribahasa Latin pernah mengatakan: "*Orang yang perutnya penuh berisi makanan sukar dan susah belajar.*"

Dengan puasa kita dapat mengongkong nafsu dan mengurangi kekuasaannya yang selamanya menguasai jasmani, rohani dan syahwat kita.

Puasa itu adalah memperhaluskan perasaan, mempersucikan jiwa dan mempertinggikan fikiran, Nabi sendiri pernah bersabda yang ertinya: "*Orang yang lapar perutnya, tinggi fikirannya dan suci hatinya.*"

### Zakat Fitrah

Pada hari berakhir dari latihan puasa, latihan menginsafi belas kasihan terhadap fakir miskin, datanglah perintah berzakat fitrah pula untuk mereka. Bererti pada hari selesainya teori latihan lapar, terus dilancarkan praktikal (beramal). Sebenarnya Islam adalah agama teori dan praktikal, agama ilmu dan amal – tidak diterima amal yang tidak berilmu, dan berdosa orang berilmu yang tidak beramal!

Orang yang diterima Allah puasanya ialah orang yang baik puasa menurut peraturan-peraturan puasa yang sebenarnya. Maka akan bertambah takwanya kepada Allah, akan bertambah menginsafi terhadap fakir miskin, akan mempersoalkan sedekah, derma dan membantu penghidupan mereka. Ini ialah hasil kejayaan dari latihan puasa. Tetapi masih banyak yang tidak memperdulikan kepada fakir miskin, anak-anak yatim: tandanya tidak mendapat kesan dan tidak bertambah takwa dari latihan puasanya itu, kerana puasa tidak mendapat penghargaan dari Allah. Tuhan menyatakan dalam Qur'an yang ertinya: Adakah kamu tahu orang yang berdusta terhadap agamanya? Itulah orang yang tidak menghiraukan anak-anak yatim. Dan tidak memberi makan terhadap orang-orang miskin.

Di sini timbullah beberapa pertanyaan: Mengapa orang yang berpuasa tidak menambah khusyuk pada Tuhannya, menambah takwanya dari yang sudah-sudah? Mengapa tidak mendapat kesan dari latihan puasanya?

Kerana orang yang berpuasa itu kerana malu kepada orang lain, kerana turut-turut orang berpuasa, dia menahan lapar pada siang hari, tetapi tidak sekali-pun terlintas dan terbayang betapa adanya si fakir miskin pada hari ini? Ya, kerana dia bergembira dengan berbukanya yang telah disediakan bermacam-macam aneka makanan dan minuman yang lazat cita rasanya. Hanya itulah yang terbayang pada fikirannya: kelazatan makanan dan minuman yang akan dimakan dan diminum dengan sepuas-puasnya. Bukanlah menambah halus perasaannya, menambah belas kasihan terhadap orang miskin, tetapi tambah kasar sopannya, tambah rakus dan haloba bagi dirinya...bagaimana

<sup>2</sup> Perkataan sebenar ialah Pekerjaan

dan apa yang aku mesti makan nanti... aku perlu cari ini, ...dan tambah itu. Aku mahu makan sepuas-puasnya!

Hanya memikirkan dirinya sahaja, tidak terfikir fakir miskin, janda dan anak-anak yatim yang sedang lapar di sekelilingnya, yang tidak sempurna hidup sebagaimana mestinya. Inilah rupanya orang-orang yang tidak mendapat hidayah dari puasanya, yang tidak menambah keelokan imannya yang tidak menambah ketakwaannya dan kesucian jiwanya.

Nabi Muhammad (S.A.W) pernah bersabda yang ertinya; “Berapa banyak orang yang berpuasa yang hanya mereka dapat dari puasanya itu semata-mata kepayahan menahan lapar dan dahaga sahaja, sedang pahala dan kebaikan yang mereka harap-harapkan tidak mereka memperolehi satu apa pun”.

#### **Puasa dan Fidyah**

Pernah juga saya lihat sebahagian ulama membuat fidyah puasa sebagaimana yang telah diperbuat pada fidyah sembahyang. Setelah selesai bertolak-tolak beras oleh beberapa Tok Alim dan Tok Haji, sebagai fidyah penebus dosa ketinggalan si mati, maka wang sejumlah yang telah dikatakan sebagai bayaran fidyah itu diberikan kepada Tok Haji dan Tok Alim tersebut, bererti selesailah sudah dan terlepaslah dosa si mati.

Menurut keterangan dalam kitab fikah yang sebenarnya fidyah itu ialah diberi kepada si miskin. Tiap-tiap hari tinggal puasa secupak beras teruntuk kepada si miskin dengan tidak ditolak-tolak ke sana ke mari, dan tidak kepada alim. Tuhan menegaskan berkenaan fidyah puasa: “*Orang yang kuasa berpuasa tetapi payah melangsungkannya kerana tuanya, lemahnya dan sebagainya, hendaklah membayar fidyah, iaitu memberi makan orang-orang miskin*”.

Bererti ulama tidak ada hak mengambil kepunyaan si miskin (selama dia tidak termasuk asnaf yang

lapan), tetapi sebahagian ulama berani mengambil dan merampas hak si miskin, bererti ulama telah berani menukar hukum Tuhan (agama).

Fidyah yang begini tidak sah, ulama yang berbuat demikian berdosa besar, dan setengah berpendapat cara yang begini rupa adalah *rishwāh* atau (*corruption*) ini bererti memalingkan yang hak kepada yang batil. Kepada ulama hanya diperintahkan menjalankan hukum Tuhan dan tidak ada kuasa baginya menukar gantikan. Dan kita diperintah mengikut ulama-ulama yang memegang hukum Tuhan, dan tidak boleh mengikut ulama yang memutar-mutar hukum Tuhan.

---

#### **Radio Indonesia Galakkan Makan Tikus**

Kejayahan hidup di Indonesia terutamanya di Pulau Jawa, sangat meningkat. Beberapa lama dahulu terberita bahawa banyak orang-orang terpaksa memakan tikus.

Tetapi berita-berita akhir sekarang, makan tikus lain pula jadinya. Keadaan makan tikus itu disiarkan oleh Radio Indonesia (Sukarno) bukannya sebagai perkara kekurangan hidup tetapi sebagai kegemaran sahaja.

Radio Indonesia menyiarkan suatu berita di Probolinggo bagaimana penduduk-penduduk di sana mendapat tikus-tikus besar lalu ditangkap mereka dan dikuliti, digoreng dan dimakan. Radio itu menyiarkan sesungguhnya daging tikus itu enak rasanya dan bagus dimakan. Begitulah di Indonesia sekarang.

(Lebih jauh baca di lain muka berita kesedapan tikus dimakan itu – P.)