



Bersama
Prof Dr Taufiq
Yap Yun Hin

Bersyukur kerana Allah SWT sekali lagi memberikan kita peluang pada tahun ini untuk berada dalam bulan yang penuh dengan rahmat dan keberkatan.

Ramadan adalah bulan berpuasa dan beramal bagi orang Islam.

Puasa adalah satu bentuk ibadat yang tidak asing dalam kalangan pelbagai agama di seluruh dunia.

Faedah kerohaniannya diakui walaupun kekerapan, amalan dan tempohnya berbeza dengan kepercayaan lain.

Islam meletakkan ibadat puasa sebagai amalan yang sangat penting.

Ia adalah salah satu perkara dalam rukun Islam termasuk solat, zakat dan mengerjakan haji.

Allah SWT berfirman yang bermaksud: "Wahai orang beriman, diwajibkan ke atas kamu berpuasa seperti mana yang diperin-

Amalan kebaikan seiring ibadat puasa

tahkan bagi orang-orang yang terdahulu supaya kamu bertakwa." (Surah al-Baqarah, ayat 183)

Allah SWT mengutus nabi sejak permulaan penciptaan umat manusia termasuk Adam, Nuh, Ibrahim, Musa, Isa dan Muhammad SAW.

Oleh itu, Islam berkongsi nilai teras seperti kepercayaan kepada Tuhan serta komitmen keadilan dan kebajikan seperti dalam agama lain.

Begitu juga puasa sebagai satu ibadat umum kepada ketiga-tiga agama samawi iaitu Islam, Nasrani dan Yahudi malah kepada kebanyakan agama di seluruh dunia.

Dalam Islam, berpuasa adalah satu bentuk ibadat utama sebagai cara menyedarkan kewujudan Allah SWT.

Bersama-sama dengan aspek fizikal berpuasa, dimensi rohaninya dapat memurnikan jiwa, menanamkan refleksi diri serta memberi inspirasi kepada



BUAH kurma menjadi pilihan umat Islam ketika berbuka puasa.

kehidupan yang mulia.

Mengikut kalendar lunar Islam, Ramadan adalah bulan kesembilan bermula dengan kelahiran anak bulan baru.

Sepanjang bulan ini, umat Islam di seluruh dunia wajib menahan diri daripada makan, minum dan melakukan hubungan kelamin dari Subuh hingga ke waktu senja.

Pada waktu berbuka pula, sunah berbuka dengan tamar sesuai dengan ajaran Nabi Muhammad SAW sebelum diikuti dengan hidangan makanan mengikut amalan budaya masing-masing.

Bagaimanapun, puasa tidaklah diwajibkan ke atas mereka yang menghadapi kesukaran seperti mereka yang sakit dan bermusafir.

Mereka boleh menangguhkan puasa sehingga sembuh atau sudah tamat pemusafirannya.

Orang yang berpuasa diberi ganjaran untuk semua kebaikan yang dikerjakan.

Daripada Abu Hurairah, Nabi Muhammad SAW bersabda yang bermaksud: "Barang siapa berpuasa pada bulan Ramadan dengan penuh iman dan niat yang murni, maka akan diampuni dosa-dosanya yang lalu." (Hadis riwayat Bukhari dan Muslim)

Nabi Muhammad SAW juga mengajarkan umatnya mengenai makna lebih mendalam di sebalik amalan puasa.

Amalan puasa itu adalah berbentuk multidimensi. Selain daripada menahan lapar dan dahaga dalam aspek fizikal, seseorang juga mesti memelihara unsur sosial dan rohani supaya mendapat manfaat puasa yang sepenuhnya.

Pada dasarnya, puasa

pada bulan Ramadan adalah peluang tahunan untuk memulihkan diri secara fizikal dan rohani.

Puasa dapat mengalihkan hati daripada hal keduniaan ke arah mengingati Allah SWT.

Pada bulan Ramadan juga umat Islam dapat menumpukan sepenuhnya kepada pengukuhan hubungan mereka dengan Yang Maha Pencipta.

Pengawalan diri yang dilakukan sepanjang Ramadan menjadikan jiwa sentiasa mengingati Allah SWT dan meningkatkan ketaatan menurut segala perintah-Nya.

Inilah masa terbaik untuk melihat refleksi kerohanian, solat dan segala amalan kebaikan.

Jiwa yang terdidik dan bersih terhasil daripada penghayatan sepanjang bulan Ramadan akan meningkatkan lagi ketaatan kepada Allah SWT.

**Penulis Presiden
Persatuan Cina Muslim
Malaysia (MACMA) dan
Profesor di Jabatan
Kimia, Fakulti Sains
Universiti Putra Malaysia**