

HOTLINE REDAKSI

Telp. (0751) 25001-36923

Fax. (0751) 33572

email : singgailang.redaksi@gmail.com

website : www.hariansinggailang.co.id

epaper : epaper.hariansinggailang.co.id

HIKMAH RAMADHAN

Puasa yang Spiritual

WAKIDUL KOHAR



Nabi memberikan sinyal, banyak orang yang berpuasa, namun tidak didapatkan dari puasanya itu kecuali rasa haus dan lapar. (HR Turmuzi).

Yang dimaksud tentunya puasa yang tidak spiritual. Maka diperlukan puasa yang spiritual, mampu merasakan, Allah tidak sekadar ada, namun Allah hadir dalam kehidupan. Mereka juga merasakan, hidup bukan apa yang dimauinya, tetapi hidup mencari pengetahuan apa yang diinginkan Allah baginya.

Al-Ghazali memberikan panduan pendaki puasa yang spiritual dengan istilah puasa spesial, super khusus (shaumul khusus). Para pendaki tersebut harus menem-

Bersambung ke hlm A-11

Puasa ...

puh enam hal.

Pertama, menjaga mata dan penglihatan dari segala hal yang dicela agama dan dibenci Allah SWT, serta menghindarkan dari melihat segala hal yang akan melalaikan hatinya ingat kepada Allah. Hadis mengungkap: Pandangan adalah saham bagian dari sahamnya iblis, barang siapa yang meninggalkannya karena takut kepada Allah, maka Allah akan memberikannya iman dalam hati yang manis. Kedua, dengan menjaga lisan dari rumor, berbohong dan menggunjing. Pada umumnya manusia sangat senang pada rumor. Padahal tanpa disadari, baik yang menyebarkan rumor dan mendengarkan sama-sama pada posisi yang rendah.

Ketiga, mencegah pendengaran dari hal-hal yang dibenci Allah. Masih kaitannya dengan keterampilan mendengar, manusia pada dasarnya senang mendengar yang tidak baik.

Keempat, mencegah anggota badan yang lain seperti tangan, kaki dan perut dari makanan-makanan syubhat ketika berpuasa.

Kelima, menjaga diri untuk tidak berlebih-lebihan ketika berbuka puasa, meskipun makanan tersebut sudah jelas halal. Karena di antara hal yang dibenci Allah adalah perut yang dipenuhi makanan halal.

Keenam, setelah berbuka puasa seseorang mampu bermuhasabah, mengintrospeksi diri apakah puasa yang dilakukannya hari ini diterima atau sebaliknya. Sungguh hal ini akan menjadi pelajaran dan membawa seseorang lebih berhati-hati di hari kemudian. (*)