

Puasa Sunat yang Afdal

Daripada Abdullah bin Amr bin al-As R.Anhuma, sabda Rasulullah SAW:

أَفْضَلُ الصَّيَامِ صِيَامُ دَاوُدَ صَامَ يَوْمًا وَأَفْطَرَ يَوْمًا

Maksudnya: "Seafdal-afdal puasa sunat ialah puasa Nabi Daud. Dia berpuasa sehari dan berbuka pada hari seterusnya."

Riwayat al-Bukhari (1979) bab Puasa Nabi Daud

Pedoman dan Iktibar Hadis

Antaranya:

1. Puasa merupakan ibadat yang sudah lama dalam Islam termasuk para Nabi terdahulu. Ia bertujuan untuk menatijahkan ketakwaan kepada Allah yang menjadi tuntutan Allah terhadap hambanya.
2. Antara hikmah puasa itu seperti yang dinyatakan oleh pengarang kitab *al-Fiqh al-Manhaji*:
 - Puasa yang sempurna akan menyedarkan hati orang yang beriman bahawa dirinya di bawah perhatian Allah SWT. Ini kerana orang yang berpuasa akan merasa lapar dan dahaga sebaik sahaja dia melalui sebahagian daripada waktu siang. Nafsunya ingin makan dan minum namun perasaan yang menyedari dirinya berpuasa menghalang keinginan tersebut kerana melaksanakan suruhan Allah SWT.
 - Dalam menghadapi pertentangan ini, hatinya sedar akan pemerhatian Allah SWT, hatinya sedar akan pemerhatian Allah kepadanya, lantas mengingati

ketuhanan Allah SWT dan keagungan kekuasaan-Nya, di samping sentiasa menyedari bahawa dirinya hamba yang tunduk patuh kepada hukum Allah SWT dan menurut segala kehendak-Nya.

- Bulan Ramadan adalah bulan suci antara semua bulan dalam setahun. Allah SWT menghendaki semua hambanya memenuhi bulan tersebut dengan amalan ketaatan, dan yang menghampirkan diri kepadaNya. Di samping menyatakan erti kehambaan mereka setingginya kepada Yang Maha Suci dan Maha Tinggi. Namun mereka jauh dari segala menyatakan demikian di hadapan hidangan makanan, dalam majlis-majlis jamuan, selepas kekenyangan dan isi perutnya meruap ke kepala. Pensyariatan puasa pada bulan ini adalah cara yang termudah untuk menunaikan hak Allah SWT dan tanggungjawab kehambaan kepada-Nya.
 - Kekenyangan yang berterusan dalam kehidupan seseorang akan memenuhi dan menyuburkan jiwanya dengan sifat-sifat keras hati dan keterlaluhan. Kedua-duanya adalah bertentangan dengan sifat seorang Islam. Justeru, pensyariatan puasa dapat mendidik jiwanya dan mengurangkan sifat-sifat tersebut.
 - Antara asas penting yang membangunkan masyarakat Islam ialah sifat kasih sayang di kalangan mereka. Namun, orang kaya jauh dari dapat menghayati kasih sayang yang sebenar terhadap orang miskin tanpa merasai sendiri keperitan dan kesempitan hidup mereka dan kepahitan hidup mereka yang diburu kelaparan. Oleh itu, bulan puasa adalah waktu yang terbaik bagi golongan yang kaya agar dapat mengalami perasaan orang miskin dan hidup bersama-sama dalam keperitan dan kesulitan mereka. Puasa juga adalah dorongan yang terbaik bagi golongan yang kaya untuk menimbulkan perasaan kasih sayang dan simpati dalam jiwa mereka.
 - Tambahan bagi puasa sunat hikmahnya boleh menampung kekurangan puasa fardu di samping mendekatkan diri kepada Allah dan juga melatih diri untuk *mujahadah nafs*.
3. Sayugia bagi kita mengikut sunnah Nabi SAW dalam beribadat atau perintahnya seperti dalam hadis ini supaya orang yang rajin mengamalkan ibadat puasa sunat hendaklah mengikut cara puasa Nabi Daud. Di sini menunjukkan bahawa badan kita sendiri mempunyai hak yang sewajarnya diberikannya.

Mutiara Hikmah

- ❖ **Pujangga berkata:** Allah SWT menetapkan kewajipan kepada kita berpuasa Ramadan atau puasa yang sunat kerana mempunyai banyak manfaat yang pasti dirasakan oleh setiap orang yang melakukannya.
- ❖ **Pujangga berkata:** Yang paling berhak mendapatkan tambahan nikmat adalah orang yang paling bersyukur, dan yang paling patut mendapatkan cinta adalah orang yang mengeluarkan seluruh kebajikannya, mengekang keinginan jahatnya dan membuat wajahnya selalu berseri-seri.

Kisah Teladan

Sebahagian ulama menyebutkan bahawa ada seorang lelaki dari Bani Israel bernama Abdullah yang tinggal di sebuah pulau. Setiap hari dia sentiasa beribadah dan beruzlah (mengasingkan diri daripada orang lain). Tatkala Allah menyabut nyawanya setelah 500 tahun beribadah, Allah berfirman kepadanya: “Apakah kamu akan masuk syurga kerana amal perbuatanmu atau dengan rahmat-Ku?” lelaki itu menjawab: “Tentu sekali dengan amalku.” Sebab dia beribadah selama 500 tahun. Maka Allah SWT berfirman: “Wahai malaikat-Ku, hitunglah amal ibadahnya dengan nikmat-Ku kepadanya.”

Maka malaikat pun menghitungnya, lalu mereka mendapati bahawa sembahyangnya, ibadahnya dan syukurnya selama 500 tahun itu tidak dapat mengimbangi nikmat mata yang Allah berikan kepadanya. Maka Allah SWT berfirman: “Seret lelaki ini kedalam api neraka.” Maka diapun berteriak dengan dahsyatnya dan berkata: “Wahai Tuhanku, masukkanlah saya ke dalam syurga dengan rahmat-Mu!” Maka Allah merahmati dan memasukkannya ke dalam syurga, dan mengajar kepadanya bahawa nikmat-nikmat Allah itu tidak dapat dihitungkan meskipun manusia berusaha menghitungnya.