



Amaran!

Pihak Jabatan Agama Islam Perak tidak bertanggungjawab ke atas sebarang penambahan ayat selain daripada kandungan khutbah yang dikeluarkan.

"ISLAM DAN RIADAH"

8 Oktober 2021 / 1 Rabi'ul Awal 1443

الْحَمْدُ لِلَّهِ¹ الْقَائِلِ:

قَالَتْ إِحْدَاهُمَا يَا أَبَتِ اسْتَجِرْهُ² إِنَّ خَيْرَ مَنِ اسْتَجَرْتَ الْقَوِيُّ الْأَمِينُ³

Maksudnya: Salah seorang di antara perempuan yang berdua itu berkata: Wahai ayah, ambillah dia menjadi pekerja (menggembala kambing kita), sesungguhnya sebaik-baik orang yang ayah ambil bekerja ialah orang yang kuat, lagi amanah. (Surah Al-Qasas ayat 26)

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ، اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ³ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ وَمَنْ تَبِعَهُمْ بِإِحْسَانٍ إِلَى يَوْمِ الدِّينِ، أَمَّا بَعْدُ، فَيَا عِبَادَ اللَّهِ! اتَّقُوا اللَّهَ⁴ أَوْصِيكُمْ وَنَفْسِي بِتَقْوَى اللَّهِ فَقَدْ فَازَ الْمُتَّقُونَ.

Sidang Jumaat yang dirahmati Allah,

Marilah kita mengukuhkan ketakwaan kita ke hadrat Allah SWT, dengan melaksanakan segala perintah dan meninggalkan segala larangan Nya, mudah-mudahan hidup kita sejahtera di dunia dan di akhirat. Sempena Sambutan Hari Sukan Negara pada 9 Oktober ini, mimbar akan menyampaikan khutbah bertajuk "**ISLAM DAN RIADAH**".

Islam memiliki cara tersendiri mencoraki gaya hidup sihat ummah. Salah satu gaya hidup sihat yang dianjurkan ialah galakan beriadah supaya mendapat kesihatan yang baik. Dalam hadis yang diriwayatkan oleh Sayidina Abu Hurairah, Rasulullah SAW bersabda:

الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ

Maksudnya: Orang mukmin yang kuat, lebih baik dan lebih dikasihi di sisi Allah berbanding orang mukmin yang lemah. (Hadis riwayat Imam Muslim)

¹ Memuji Allah

² Ayat Al-Quran

³ Selawat ke atas Nabi.

⁴ Pesan Taqwa



Sidang Jumaat yang dirahmati Allah,

Selain menjaga pemakanan, tuntutan untuk menjadi mukmin yang kuat, dapat diperoleh melalui riadah. Banyak amalan ibadah yang memerlukan tubuh yang sihat, seperti menyempurnakan ibadah-ibadah solat, puasa dan haji. Bahkan, Nabi Muhammad SAW turut menggalakkan umat Baginda beriadah, sebagaimana yang disebutkan dalam hadis:

أَرْمُوا وَارْكَبُوا

Maksudnya: “Lemparkanlah (panah) dan tunggnglah (kuda)”

(Riwayat al-Tirmizi)

Amalan-amalan lain seperti berulang pergi dan balik ke masjid, menziarahi orang sakit, bermusafir, bekerja untuk mencari rezeki, memerlukan manusia memiliki tubuh yang sihat lagi cergas.

Hakikatnya, manusia memerlukan aktiviti yang dapat menjadikan dirinya aktif dan cerdas, serta terhindar daripada kemurungan dan kelesuan. Dalam hubungan ini, amalan beriadah bukan sahaja memenuhi tuntutan agama, malah turut memberikan kesihatan fizikal dan kecerdasan mental.

Pepatah Arab ada menyebut:

العقلُ السليمُ في الجسمِ السليمِ

Maksudnya: Akal yang sihat terdapat pada tubuh badan yang sihat.

Sidang Jumaat yang dimuliakan,

Malaysia adalah antara negara yang menjadikan sukan sebagai pemangkin untuk memupuk semangat perpaduan dalam kalangan warganya yang merentasi sempadan agama, kaum dan fahaman politik. Dasar Sukan Negara menetapkan hala tuju dasar pembangunan sukan ke arah pembentukan budaya sukan dan pemantapan integrasi nasional menerusi penglibatan masyarakat secara menyeluruh dan pencapaian cemerlang di peringkat tempatan dan antarabangsa.

Alhamdulillah peserta-peserta negara dalam sukan berbasikal dan badminton berjaya meraih pingat perak dan gangsa dalam temasya sukan Olimpik yang berlangsung di Tokyo pada bulan Julai hingga Ogos tahun ini; malah peserta-peserta kelainan upaya dari negara kita turut mencipta kejayaan semasa berlangsungnya sukan Paralimpik.



Kejayaan yang dicapai oleh para atlet telah mengharumkan nama negara. Diperlengkapkan dengan dorongan dan sokongan kerajaan, kejayaan yang dicapai dalam bidang sukan telah menghidupkan semangat patriotisme dan kesetiaan rakyat kepada negara.

Namun begitu, kajian indeks budaya sukan pada tahun 2019 mendapati, hanya 66.1 peratus daripada rakyat Malaysia yang bergiat aktif dalam bidang sukan; menunjukkan keterlibatan rakyat Malaysia dalam bidang sukan masih berada pada tahap sederhana.

Pandemik COVID-19 yang melanda dunia ketika ini, telah membatasi aktiviti-aktiviti sukan dan riadah. Pandemik ini jika gagal dibendung secara berkesan, akan mempengaruhi indeks budaya sukan negara.

Sehubungan itu, kesedaran dan keterlibatan setiap pihak amatlah diperlukan bagi membantu negara mencorakkan budaya sukan, seterusnya menerapkan nilai gaya hidup sihat dalam kalangan masyarakat.

Sidang Jumaat yang dimulihkan,

Islam membenarkan umatnya bersukan, selagi menepati garis panduan yang ditetapkan oleh syarak serta tidak mendatangkan mudarat. Antara panduan yang wajar diperhatikan ketika bersukan ialah:

Pertama : Tidak lalai sehingga mengabaikan tuntutan-tuntutan ibadah yang lain.

Kedua : Menjaga sikap dan disiplin, serta tidak mengamalkan sikap melampau hingga menyebabkan kecederaan kepada pihak lain.

Ketiga : Menjaga batas aurat dan etika dengan tidak mengenakan pakaian yang mencolok mata.

Keempat : Tidak bertaruh atau berjudi.

Kelima : Tidak bersikap fanatik atau taksub hingga mengeluarkan kata-kata kesat semasa menyokong atau menentang pesaing kerana perlakuan tersebut menyalahi ajaran Islam yang menganjurkan semangat perpaduan dan kasih sayang.

Secara ringkasnya, Islam menggariskan panduan-panduan tertentu ketika bersukan dengan tujuan untuk mengekalkan prinsip akhlak dan memastikan keselarian dengan matlamat dan semangat bersukan.



Sidang Jumaat yang dimulihkan,

Sempena sambutan Hari Sukan Negara pada 9 Oktober ini, marilah kita menyemaikan disiplin bersukan sebagai sebahagian daripada budaya hidup harian, agar terbina dalam kalangan ummah masyarakat yang cergas, cerdas dan cemerlang. Mudah-mudahan segala usaha yang dirintis dapat meningkatkan kesedaran rakyat untuk beriadah dan mengutamakan gaya hidup sihat.

بَارَكَ اللَّهُ لِي وَلَكُمْ بِالْقُرْآنِ الْعَظِيمِ وَنَفَعَنِي وَإِيَّاكُمْ بِمَا فِيهِ مِنَ الْآيَاتِ وَالذِّكْرِ الْحَكِيمِ وَتَقَبَّلَ مِنِّي وَمِنْكُمْ تِلَاوَتَهُ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ. أَقُولُ قَوْلِي هَذَا وَأَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ لِي وَلَكُمْ وَلِسَائِرِ الْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ الْأَحْيَاءِ مِنْهُمْ وَالْأَمْوَاتِ فَاسْتَغْفِرُوهُ إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ.

KHUTBAH KEDUA

الْحَمْدُ لِلَّهِ⁵ اللَّطِيفِ بِعِبَادِهِ، الْعَلِيمِ بِخَلْقِهِ، وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ رَسُولِ اللَّهِ الرَّءُوفِ بِأُمَّتِهِ. أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ سَيِّدَنَا مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ. اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ⁶ وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ وَسَلِّمْ تَسْلِيمًا كَثِيرًا، أَمَّا بَعْدُ، يَا عِبَادَ اللَّهِ! اتَّقُوا اللَّهَ⁷ وَكُونُوا مَعَ الصَّادِقِينَ.

Sidang Jumaat yang dimulihkan,

Hayatilah inti pati khutbah hari ini untuk dijadikan pedoman dan amalan kita bersama:

Pertama : Islam amat mementingkan penjagaan kesihatan jasmani kerana kesihatan yang baik merupakan unsur penting untuk melahirkan masyarakat yang sihat, cergas, cerdas dan sejahtera.

Kedua : Memiliki tubuh badan yang sihat dan kuat akan menghindari penyakit untuk memudahkan seseorang itu mengerjakan perintah Allah SWT, di samping dapat menjalani kehidupan harian untuk berusaha mencari rezeki.

⁵ Memuji Allah

⁶ Selawat ke atas Nabi Muhammad SAW

⁷ Pesan Taqwa



Ketiga : Menerusi sukan, kita dapat membentuk semangat mahabbah, perpaduan dan keharmonian antara rakyat negara ini yang berlatar belakang pelbagai agama, kaum, budaya dan bahasa serta pengikut pelbagai kumpulan politik.

إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا⁸
اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِلْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ⁹، الْأَحْيَاءِ مِنْهُمْ وَالْأَمْوَاتِ، إِنَّكَ سَمِيعٌ قَرِيبٌ مُجِيبُ الدَّعَوَاتِ يَا قَاضِيَ الْحَاجَاتِ. اللَّهُمَّ عَافِنَا فِي أَبْدَانِنَا اللَّهُمَّ عَافِنَا فِي أَسْمَاعِنَا اللَّهُمَّ عَافِنَا فِي أَبْصَارِنَا، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ. اللَّهُمَّ اجْعَلْ دِينَنَا دِينَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وَإِسْلَامَنَا إِسْلَامَ الْمُسْلِمِينَ، وَإِيمَانَنَا إِيمَانَ الْمُؤْمِنِينَ، وَصَلَاتَنَا صَلَاةَ الْخَاشِعِينَ، وَدُعَاءَنَا دُعَاءَ الْمَقْبُولِينَ، وَذُنُوبَنَا ذُنُوبَ الْمُسْتَغْفِرِينَ، وَحَيَاتِنَا حَيَاةَ الْعُلَمَاءِ، وَمَوْتَنَا مَوْتَ الشُّهَدَاءِ وَالصَّالِحِينَ، يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ.

Ya Allah, tetapkanlah hati kami atas iman dan Islam, teguhkan akidah kami berteraskan ahli Sunnah Waljamaah. Hasilah peribadi kami, isteri dan anak-anak kami dengan budi pekerti yang mulia, dan Engkau bimbinglah kami ke jalan yang diredai.

Ya Allah, lindungi kami dan anggota keluarga kami daripada bala bencana, wabak penyakit khususnya wabak COVID-19.

Ya Allah, berkatilah hamba-hamba Mu yang melaksanakan tuntutan zakat dan menghulurkan wakaf, kurniai mereka rezeki yang berlipat ganda, serta sucikanlah harta dan jiwa mereka. Jauhkanlah golongan *fuqara* dan *masakin* daripada kekufuran serta dihindari mereka daripada kefakiran yang berpanjangan.

Ya Allah, kurniakanlah taufik dan hidayah Mu ke atas Raja kami, Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Sultan Perak Darul Ridzuan, Sultan Nazrin Muizzuddin Shah Ibni Almarhum Sultan Azlan Muhibbuddin Shah Al-Maghfur-Lah, dan Raja Permaisuri Perak Darul Ridzuan Tuanku Zara Salim serta kerabat diraja dan seluruh rakyat jelata.

⁸ Ayat Al-Quran

⁹ Doa untuk Kaum Muslimin



رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ.

فِيَا عِبَادَ اللَّهِ، ﴿إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ وَإِيتَايَ ذِي الْقُرْبَىٰ وَيَنْهَىٰ عَنِ
الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَالْبَغْيِ يَعِظُكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ﴾. فَادْكُرُوا اللَّهَ الْعَظِيمَ يَذْكُرْكُمْ،
وَاشْكُرُوهُ عَلَىٰ نِعْمِهِ يَزِدْكُمْ، وَاسْأَلُوهُ مِنْ فَضْلِهِ يُعْطِكُمْ، وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ، وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا
تَصْنَعُونَ.