

Ahad, 10 Rajab 1446/9 Februari 2025

**BEKAL TERBAIK MENYAMBUT RAMADAN**

Oleh: Taryudi, Lc., M.Ag.

1. Bekal spiritual

Seorang Muslim yang ingin memaksimalkan datangnya bulan suci Ramadan dengan ibadah dan ketaatan seyogyanya membekali dirinya dengan spiritualitas yang baik. Di antara bekal spiritual untuk menyambut Ramadan adalah taubat. Taubat sebelum datangnya Ramadan benar-benar punya pengaruh besar pada perilaku ketaatan. Mari kita renungi nasehat Fudhail bin 'Iyadh yang mengatakan sebagai berikut:

إِذَا كُنْتَ لَا تَسْتَطِيعُ قِيَامَ اللَّيْلِ وَصِيَامَ النَّهَارِ فَاعْلَمْ أَنَّكَ مُحْبُوسٌ قَدْ قَيْدَتْكَ ذُنُوبُكَ

[Jika engkau tidak mampu melaksanakan salat malam dan berpuasa di siang hari, maka ketahuilah bahwa engkau telah dipenjara dan dirantai oleh dosa-dosamu].

2. Bekal ilmu

Agar ibadah puasa Ramadan sebagai kewajiban agama tertunaikan secara maksimal dan berkualitas, maka seorang Muslim seyogyanya membekali dirinya dengan ilmu yang berkaitan dengan pelaksanaan ibadah tersebut. Jauh-jauh hari, Imam Yahya bin Syaraf an-Nawawi (w. 676 H) dalam kitab *Majmu'* telah menekankan pentingnya ibadah didahului dengan bangunan keilmuan yang memadai, yaitu:

وَلَاِنَّ الْعِلْمَ مُصَحِّحٌ لِّغَيْرِهِ مِنَ الْعِبَادَاتِ مُفْتَقِرٌ اِلَيْهِ وَلَا يَنْعَكِسُ

[Karena ilmu itu sifatnya korektif (meluruskan kekeliruan), maka ibadah-ibadah lain pun membutuhkan ilmu, dan jangan dibalik].

3. Bekal Jasmani

Puasa adalah ibadah fisik yang membutuhkan kesiapan yang prima secara fisik pula. *Shaim* (orang yang puasa) agar puasanya sah sesuai dengan ketentuan dan syarat syariat harus mampu menahan diri dari segala perbuatan yang dapat membatalkan ibadah puasanya, antara lain mampu menjaga dirinya untuk tidak makan, minum dan hubungan suami istri.

Firman Allah SWT berikut ini menggambarkan dengan sangat jelas hubungan puasa dengan kesiapan jasmani.

وَكُلُوا وَاشْرَبُوا حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَكُمُ الْخَيْطُ الْأَبْيَضُ مِنَ الْخَيْطِ الْأَسْوَدِ مِنَ الْفَجْرِ ثُمَّ أَتُوا الصِّيَامَ إِلَى اللَّيْلِ

Artinya: Makan dan minumlah hingga jelas bagimu (perbedaan) antara benang putih dan benang hitam, yaitu fajar. Kemudian, sempurnakanlah puasa sampai (datang) malam. (QS al-Baqarah: 187).