

Hakikat dan Tujuan Puasa

<"xml encoding="UTF-8">

Kaum sufi, merujuk hakikat dan tujuan puasa, menambahkan kegiatan yang harus dibatasi selama melakukan puasa. Ini mencakup pembatasan atas seluruh anggota tubuh, bahkan hati dan pikiran dari melakukan segala jenis dosa. Betapa pun, hakikatnya adalah menahan atau mengendalikan diri. Karena itu pula puasa dipersamakan dengan sikap sabar, baik dari segi pengertian bahasa (keduanya berarti menahan diri) maupun esensi kesabaran dan puasa.

Hadis Qudsi yang menyatakan antara lain bahwa, "Puasa untuk-Ku, dan Aku yang memberinya "ganjaran

Allah Swt befirman: Wahai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa. (QS. al-Baqarah: 183)

Bulan Ramadhan adalah (bulan) yang di dalamnya diturunkan al-Quran, sebagai petunjuk bagi manusia dan penjelasan-penjelasan mengenai petunjuk itu dan pembeda (antara yang benar dan yang batil). Karena itu, barangsiapa di antara kamu ada di bulan itu, maka berpuasalah. Dan barangsiapa sakit atau dalam perjalanan (dia tidak berpuasa), maka (wajib menggantinya), sebanyak hari yang ditinggalkannya itu, pada hari-hari yang lain. Allah menghendaki kemudahan bagimu, dan tidak menghendaki kesukaran bagimu. Hendaklah kamu mencukupkan bilangannya dan mengagungkan Allah atas petunjuk-Nya yang diberikan (kepadamu, agar kamu bersyukur. (QS. al-Baqarah: 185

Inilah tujuan yang ingin dicapai dalam melakukan puasa di bulan suci Ramadhan. Sehingga merupakan keharusan bagi kita untuk memahami makna takwa itu dengan benar, sebagai orientasi dari puasa kita

Secara jelas al-Quran menyatakan bahwa tujuan puasa yang hendak diperjuangkan adalah mencapai ketakwaan. Dalam memahami tujuan tersebut agaknya perlu digarisbawahi beberapa penjelasan dari Rasulullah saw, misalnya, "Banyak di antara orang berpuasa yang tidak memperoleh sesuatu dari puasanya, kecuali rasa lapar dan dahaga." Ini berarti, menahan diri dari lapar dan dahaga bukan tujuan utama dari puasa. Ini dikuatkan pula dengan firman-Nya

Allah Swt befirman: ... Allah menghendaki kemudahan bagimu, dan tidak menghendaki
(kesukaran bagimu... (QS. al-Baqarah: 185