

## TAZKIRAH PKP FASA 4

### MSTG 2020

### SIRI 10

### (لجنة الإرشاد و التراث)

#### FAEDAH PUASA.

Setiap syariat dan hukum agama yang Allah tentukan kepada kita sebagai ummat Islam bukanlah sia-sia dan menyusahkan kita. Bahkan disana terdapat faedah yang besar untuk kita. Antara faedah puasa adalah seperti berikut:

1. Faedah puasa ialah **mendidik insan untuk bersabar** dengan mereka mendidik diri mereka untuk meninggalkan segala keinginan dirinya secara taat dan sukarela dan ianya dapat memberi kekuatan kepada orang-orang yang sentiasa melakukan maksiat untuk belajar meninggalkan segala maksiat yang dilakukannya dan menjauhkan diri daripada maksiat tersebut.

2. Puasa dapat **mempermudah dan menggalakkan seseorang itu untuk melakukan segala ketaatan**, perkara ini telah nyata daripada orang yang berpuasa, mereka sentiasa berlumba-lumba untuk melakukan segala ketaatan dan amal saleh yang sebelum ini mereka malas untuk melakukannya seperti membaca Al-Quran, bersedekah, solat malam dan sebagainya.

8. Faedah puasa juga ialah dapat **melembutkan dan menjinakkan hati untuk mengingati Allah** dan memutuskan dirinya daripada segala kesibukan dunianya.

9. Faedah puasa juga ialah dapat menyuburkan di dalam hati orang yang berpuasa rasa cinta kepada perkara-perkara ketaatan dan timbul perasaan benci kepada segala perkara maksiat secara berterusan sekaligus dapat memperbetulkan kefahaman insan dan peribadinya dalam kehidupan ini.

10. Dapat **melemahkan keinginan syahwat**. Nabi s.a.w telah menjadikan puasa ini sebagai perisai kepada pemuda sebagaimana yang disebut di dalam sebuah hadis

يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ مَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمُ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ فَإِنَّهُ لَهُ

وَجَاءٌ" صحيح البخاري رقم (5066)

Maksudnya:

*Wahai pemuda , sesiapa yang mampu diantara kamu maka kahwinlah . sebab sesungguhnya ia lebih dapat menundukkan pandangan dan lebih menjaga kemaluan. Namun barang siapa*

yang tidak mampu , maka berpuasalah, kerana sesungguhnya puasa itu Wija' (perisai bagi kamu dan melemahkan syahwat).

[riwayat Bukhari, kitab nikah, bab barangsiapa yang mampu kahwin, no. Hadis 5066]

11. Dapat **mendisiplin diri dalam menjaga dan menepati masa** dengan kita sama-sama menepati masa untuk berbuka dan mengakhiri waktu sahur.

12. Puasa juga dapat **menyuburkan perasaan kasih dan belas kasihan kepada mereka yang tidak bernasib baik dan miskin**. Yang mana mereka tidak mendapat makanan yang mencukupi untuk dimakan setiap hari. Ada juga dikalangan mereka yang tidak makan berhari-hari kerana ketiadaan makanan seperti di kem-kem pelarian.

13. Puasa dapat menyihat dan menjada kesihatan badan. Ada khabar menyatakan;

" **صُومُوا تَصِحُّوا** " .

أخرجه الطبراني في " الأوسط "

Maksudnya: "puasalah kamu, kamu sihat". Diriwayat al-Tabarani

Sekian.