

Menjadikan Puasa sebagai Latihan Anti-Terrorisme

written by Dr. (c) Khalilullah, S.Ag., M.Ag.



Harakatuna.com - Menjelang bulan Ramadhan, umat Islam dihadapkan dengan rutinitas ibadah puasa saban tahun. Puasa ini hanya diwajibkan bagi umat Islam yang berakal sehat dan menginjak usia dewasa. Artinya, bagi orang yang kurang sempurna akalnya, belum baligh, apalagi bukan muslim, jelas ibadah ini tidak diperintahkan kepadanya.

Melakukan puasa Ramadhan seringkali umat Islam hanya berhenti pada sah atau tidaknya puasa. Berpuasa sebatas sah atau tidak ini hanya melakukan puasa sebatas menyelesaikan kewajiban. Selebihnya, tidak diperhatikan dan tidak refleksikan efek positif puasa bagi pelakunya. Efek positif yang disinggung dalam hadis adalah ibadah puasa dapat menyehatkan pelakunya.

Berbicara soal sehat, hampir mayoritas umat Islam terjebak pada kesehatan badan atau jasmani. Mereka lupa memperhatikan kesehatan batin atau rohani. Padahal, kesehatan batin merupakan inti dari kesehatan badan. Buktinya, orang

yang badannya sehat karena hatinya sehat; tidak dengki, tidak prasangka buruk, dan lain sebagainya.

Mengingat pentingnya menjaga kesehatan batin, saya teringat dengan aksi-aksi terorisme yang pernah terjadi di beberapa wilayah di Indonesia. Saya sempat bertanya-tanya, mengapa ada orang yang berani melukai atau membunuh saudaranya sendiri, meski mereka jelas-jelas muslim? Bahkan, yang tak habis pikir, mengapa ada orang yang rela menghancurkan Indonesia, yang jelas-jelas jadi tempat lahir mereka?

Pertanyaan-pertanyaan tersebut kemudian terjawab ketika saya mencoba sejenak merefleksikan efek puasa terhadap kesehatan batin pelakunya. Seseorang yang benar-benar menjadikan puasa untuk latihan memperbaiki batin yang sakit, niscaya tidak bakal badan ini melakukan kemungkaran terhadap orang lain. Badan ini akan dikendalikan oleh hati ke arah yang baik bahkan yang lebih baik. Mereka tidak rela melukai dan membunuh orang lain.

Maka, memasuki bulan Ramadhan, umat Islam hendaknya menjadikan puasa sebagai riyadhah atau latihan terhadap batin. Jika itu yang dilakukan dalam berpuasa, niscaya tidak bakal terjadi kejahatan berwajah terorisme. Bagi para pelaku teroris, hendaknya sadar apalagi memasuki bulan Ramadhan. Jadi puasa ini sebagai bentuk preventif melakukan kejahatan terorisme. Karena, sah dan tidaknya puasa diukur sejauh mana pelakunya berbuat baik kepada sesamanya.

Sebab, umat Islam yang baik adalah mereka yang dapat menebar manfaat kepada orang lain. Nabi Muhammad Saw. menyebutkan: *Khairun nas anfauhum lin nas*. Paling baiknya manusia adalah mereka yang bermanfaat kepada orang lain. Bermanfaat ini adalah kehadirannya dirindukan, bukan ditakuti. Manusia semacam ini benar-benar bermanfaat hidupnya!

Sebagai penutup, puasa adalah ibadah yang dapat bermanfaat besar untuk melatih diri menjadi pribadi yang mulia. Menjadi pribadi yang shaleh yang dapat melakukan amar makruf nahi mungkar dengan baik, bukan dengan kekerasan. Semoga kita menjadi umat terbaik setelah berpuasa nanti![] *Shallallah ala Muhammad*.