

Ramadan ditinggalkan, Syawal pula menggamit



SELAK
HASSAN
MOHD. NOOR
hasnor9961@gmail.com

HARI ini, hari ke-26 umat Islam di Malaysia berpuasa. Berbaki tiga hari lagi untuk menyelesaikan sebulan berpuasa. Sebulan juga Pakatan Harapan membentuk kerajaan dan Dr. Mahathir Mohamad sebagai Perdana Menteri Ke-7. Minggu terakhir Ramadan adalah satu tempoh yang sibuk. Pelbagai kesibukan dapat dilihat sama ada di bandar atau desa. Ada yang sibuk membuat persiapan untuk berhari raya di kampung halaman masing-masing. Hari ini dan hari-hari seterusnya, warga Kuala Lumpur akan beransur-ansur meninggalkan ibu negara. Berapa ramai dalam kalangan warga kota yang tergolong sebagai orang yang tidak berminat pulang ke kampung?

Tidak ramai yang akan kekal di tengah bandar untuk berhari raya kecuali mereka tidak ada pilihan lain kerana terpaksa bertugas. Mereka yang tidak balik kampung kemungkinan tidak ada kampung, tidak pernah kenal kampung kerana dilahir dan dibesarkan di kota. Biar sejauh mana sibuk untuk menyambut Syawal, jangan diabaikan kesibukan beribadah. Malam-malam terakhir menjelang pemergian Ramadan perlu dimanfaatkan. Aidilfitri yang akan menjelang juga merupakan harus disyukuri sebagai tanda 'kemenangan' selepas berpuasa selama sebulan. Jangan rosakkan Aidilfitri dengan perkara-perkara yang tidak baik termasuk pembaziran dalam penyediaan pakaian dan makanan.

MALAM TERAKHIR

Masa begitu pantas berlalu. Pecutan 10 malam terakhir menghampiri penghujungnya. Madrasah Ramadan dijangka ditutup Khamis ini. Sama ada Lailatulqadar telah mengambil tempatnya atau belum, tanggungjawab sebagai orang Islam adalah untuk meneruskan pengisian malam yang berbaki ini dengan meningkatkan ibadah. Bersungguhsungguhlah memenuhi malam yang amat bernilai ini. Selain solat sunat tarawih, isikan dan sibukkan diri serta keluarga dengan iktikaf, qiamullail, solat tahajud, taubat, hajat dan witr, tadarus al-Quran serta bersedekah. Itulah amalan penting yang perlu diberi tumpuan tanpa membezakan malam genap atau ganjil.

Ibarat perlawanan bola sepak, biarlah kita menjadi anggota pasukan yang layak sehingga memasuki peringkat akhir. Jangan tinggalkan masjid dan surau ketika orang lain sedang sibuk memenuhi pusat membeli-belah, bazar jualan dan sebagainya. Tamatkan pusingan akhir Ramadan ini dengan terus mengimarahkan masjid dan surau. Ingatlah Ramadan akan pergi meninggalkan kita selama sebelas bulan. Selagi dunia belum kiamat, Ramadan pasti datang lagi tetapi sebagai makhluk Allah, kita belum tentu berpeluang mengetuk pintu madrasah Ramadan selepas ini. Tidak ada sesiapa yang dapat menjangka hayatnya untuk bertemu Ramadan akan datang. Justeru, manfaatkan saki baki malam terbaik ini untuk mencari keampunan dan reda Allah SWT.

Semoga kita telah melakukan yang terbaik untuk Ramadan ini. Berdoalah agar puasa serta amalan baik kita sepanjang sebulan ini diterima serta mendapat ganjaran. Semoga Ramadan ini bukan yang terakhir. Ya Allah sesungguhnya Engkau Maha pemaaf dan mudah memaafkan, maka maafkanlah kesalahanku". Diharapkan usaha mendekatkan diri dengan Allah sepanjang Ramadan ini akan turut dirasakan pada Syawal dan bulan seterusnya.

BALIK KAMPUNG

Sebaik saja cuti sekolah Jumaat lalu, 'pesta' balik kampung bermula secara berperingkat. Hari ini dan hari-hari seterusnya menjelang Khamis, ramai akan pulang ke kampung. Tradisi balik kampung tetap menjadi agenda utama warga kota. Mereka melupakan seketika soal harga minyak, kesesakan dan tol asalkan matlamat untuk tiba di kampung tercapai. Di Malaysia, banyak kemudahan pengangkutan disediakan selain memandu sendiri melalui lebuhraya. Perkhidmatan Tren Elektrik (ETS) yang menghubungkan Kuala Lumpur - Padang Besar memudahkan perjalanan ke utara, tanpa sesak dan letih memandu di lebuhraya. Perjalanan lebih selesa dan selamat itu mendapat sambutan yang amat menggalakkan.

Di luar negara, mungkin mereka terpaksa 'bertarung nyawa' untuk pulang ke kampung - bergayut di pintu kereta api atau duduk di

atas bumbung dan memenuhi feri yang tidak pasti had muatan sebenarnya. Maknanya, walaupun menghadapi kesukaran atau kesusahannya, balik kampung sudah menjadi kemestian.

Balik kampung mungkin akan semakin pudar atau dilupakan selepas generasi akan datang tidak didedahkan lagi dengan saudara mara mereka di kampung. Dalam erti kata lain, mereka tidak pernah menjajakkan kaki di kampung selepas kelahiran di kota. Di kampung tidak ada lagi atuk, tok wan, nenek, opah, pak long/mak long, pak lang/mak lang, pak ngah/mak ngah, pak su/mak su, pak cik/mak cik dan sebagainya. Jika ada pun, kemesraan pada hari raya bersama sanak saudara akan semakin dingin apabila anak-anak zaman ini tidak dapat memisahkan diri mereka dengan gajet walaupun ketika di meja makan. Masing-masing menjadikan gajet sahabat paling akrab.

SELAMAT DI JALAN RAYA

Aturlah perjalanan pulang sebaik mungkin. Pengalaman yang lepas, terutama arah ke utara dan pantai timur, ramai yang mengeluh kerana perjalanan pergi balik yang mengambil masa berjam-jam berbanding cuti hujung minggu. Adakah keadaan sama sahaja seperti sebelum ini? Hakikatnya kenderaan semakin bertambah sementara jalan raya atau lebuhraya semakin 'sempit'. Memandu sendiri walaupun ada pengangkutan awam akan memudahkan ziarah menziarahi ketika di kampung. Tidak mungkin kenderaan ditinggalkan di bandar untuk mendapatkan pengangkutan awam ke kampung. Tidak ada pilihan lain kecuali memandu ke kampung. Justeru, memandulah secara berhemah dengan matlamat selamat sampai ke destinasi seperti kempen tahun ini Pandu Cermat Sampai Selamat.

Pemanduan kita bukan untuk keselamatan diri sendiri dan keluarga tetapi juga pengguna lain. Jangan kerana sikap tidak bertanggungjawab di jalan raya menyebabkan orang lain mengalami kesesakan sehingga terlibat dalam kemalangan yang membawa kematian atau kecederaan. Periksalah kenderaan supaya dalam keadaan terbaik. Rehatlah

secukupnya sebelum memandu serta patuhi had laju. Seperti saranan Dr. Mahathir Mohamad, pemandu perlu berehat dan tidur sebentar sekiranya mengantuk ketika memandu. Sikap sabar juga penting. Patuhi had laju dan jangan menyalahguna laluan kecemasan. Waspada dengan laluan yang menempatkan 'perangkap had laju'. Ingatlah keluarga tersayang dan pastikan matlamat pulang ke kampung untuk bersama keluarga terlaksana. Jangan biarkan keluarga anda menanti dalam tangisan.

MAKAN SECARA SIHAT

Sebulan tidak makan siang bukanlah lesen untuk makan segala-galanya pada siang hari sempena hari raya. Pelbagai juadah akan terhidang, semuanya sedap. Banyak juga rumah terbuka. Jangan biarkan perut terkejut kerana terpaksa mencernakan pelbagai jenis makanan pada hari pertama raya. Kebiasaannya banyak 'makanan berat' dihidangkan. Ingat 10 makanan hari raya yang mengandungi kalori (kkal) yang tinggi iaitu lemak, ketupat palas, rendang daging, nasi beriyani/nasi minyak, kek, kerepek, kacang, air manis, dodol/wajik dan biskut. Mampukah kita mengawal atau merancang pengambilan kkal ketika nafsu 'meronta-ronta' melihat juadah yang disediakan?

Ikutlah nasihat Kementerian Kesihatan. Eloklah diselak semula berapa kandungan kkal bagi makanan atau minuman yang sering dihidangkan. Memang sukar untuk mengawal nafsu. Ramai yang akan tumpas dengan hawa nafsu. Jumlah kkal tidak mampu menyedarkan, sama seperti amaran merokok membahayakan kesihatan. Hanya mereka yang tegar mengawal diet mampu mengekalkan pengambilan makanan yang sihat. Didiklah diri sendiri untuk makan secara sihat. Mungkin sebagai tuan rumah, raikan tetamu secara sihat dan sebagai tetamu pula, makanlah secara sihat. Kesihatan terletak kepada sikap anda sendiri. Hadis Riwayat Muslim mengingatkan bahawa perut adalah rumah penyakit dan banyak makan itu punca segala penyakit. Justeru berpada-padalah.

Selamat Hari Raya Aidilfitri.