11153 - Berlebih-lebihan Dalam Makanan Dan Minuman Di Bulan Ramadan

Pertanyaan

Apa pendapat anda terhadap orang yang memperbanyak berbagai macam makanan dan kue-kue di bulan Ramadan?

Jawaban Terperinci

Alhamdulillah.

Berlebih-lebihan dalam segala sesuatu adalah tercela dan dilarang. Apalagi dalam masalah makanan dan minuman. Allah berfirman:

وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ) سورة الأعراف: 31)

"Makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan." (QS. Al-A'raf: 31)

Nabi sallallahu 'alaihi wa sallam juga bersabda:

مَا مَلأَ آدَمِيٌّ وِعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ ، بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ لُقَيْمَات يُقِمْنَ صُلْبَهُ ، فَإِنْ كَانَ لا مَحَالَةَ ، فَثُلُثٌ لِطَعَامِهِ ، وَثُلُثٌ لِشَرَابِهِ ، وَثُلُثٌ لِنَفَسِهِ (رواه الترمذي، رقم 2380، وابن ماجه، رقم 3349، وصححه الألباني في صحيح الترمذي، رقم 1939)

"Tidak ada wadah yang dipenuhi anak Adam yang lebih buruk dari perutnya. Cukuplah anak Adam mengkonsumsi beberapa suap makanan untuk menguatkan tulang rusuknya. Kalau memang tidak ada jalan lain (memakan lebih banyak), maka berikan sepertiga untuk (tempat) makanan, sepertiga untuk (tempat) minuman dan sepertiga untuk (tempat) nafasnya." (HR. Tirmizi, no. 2380, Ibnu Majah, no. 3349, dishahihkan oleh Al-Albany dalam kitab shahih Tirmizi, no. 1939)

Berlebih-lebihan dalam makanan dan minuman menganudung banyak keburukan,

Di antaranya, setiap kali manusia menikmati kebaikan-kebaikan di dunia, maka bagiannya di

akhirat akan berkurang. Diriwayatkan oleh Hakim dari Abu Juhaifah radhiallahu ’anhu, dia berkata: Rasulullah sallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda:

إِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ شِبَعًا فِي الدُّنْيَا أَكْثَرُهُمْ جُوعًا يَوْمَ الْقِيَامَةِ

“Sesungguhnya orang yang paling banyak kenyang di dunia, mereka adalah orang yang paling lapar di hari kiamat”. (Diriwayatkan oleh Ibnu Abu Dunya, dengan tambahan tambahan: Maka Abu Juhaifah tidak pernah makan memenuhi perutnya (kekenyangan) sampai meninggal dunia. Dishahihkan oleh Al-Albany dalam kitab As-Silasilah As-Shahihah, no 342)

Umar radhiallahu ’anhu berkata: “Demi Allah, kalau saya mau, saya yang akan memakai pakaian yang paling lembut dan makanan yang paling enak serta kehidupan yang paling bergengsi. Akan tetapi saya mendengar Allah Azza Wa Jalla mengazab suatu kaum karena melakukan suatu perkara, sebagaimana Allah berfirman:

أَذْهَبْتُمْ طَيِّبَاتِكُمْ فِي حَيَاتِكُمُ الدُّنْيَا وَاسْتَمْتَعْتُمْ بِهَا فَالْيَوْمَ تُجْزَوْنَ عَذَابَ الْهُونِ بِمَا كُنْتُمْ تَسْتَكْبِرُونَ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ وَبِمَا كُنْتُمْ تَفْسُقُونَ) سورة الأحقاف: 20 ، حلية الأولياء، 1/49

"Kamu telah menghabiskan rezkimu yang baik dalam kehidupan duniawimu (saja) dan kamu telah bersenang-senang dengannya; maka pada hari ini kamu dibalasi dengan azab yang menghinakan karena kamu telah menyombongkan diri di muka bumi tanpa hak dan karena kamu telah fasik." (QS. Al-Ahqaf: 20) Hilyatul Aulya, 1/49.

Keburukan berikutnya, hal itu akan menyibukkan seseorang dari melakukan ketaatan seperti membaca Al-Qur’an Al-Karim, padahal membaca Al-Quran yang selayaknya yang menjadi kesibukan seorang muslim di bulan yang mulia ini sebagaimana kebiasaan kaum salaf (orang saleh zaman dahulu). Maka akan anda dapatkan seorang wanita menghabiskan waktu siang hari untuk mempersiapkan makanan, dan menghabiskan malam hari untuk mempersiapkan kue-kue dan minuman.

Keburukan lainnya, jika seseorang kebanyakan makan, maka akan malas dan banyak tidur sehingga banyak kehilangan waktunya. Sufyan Ats-Tsauri rahimahullah berkata: “Kalau anda ingin

badan sehat dan tidur sedikit, maka sedikitkan makanan anda.”

Keburukan lainnya, bahwa kebanyakan makan akan mewariskan hati yang lalai. Dikatakan kepada Imam Ahmad rahimahullah: “Apakah seseorang akan akan memiliki hati yang lembut (mudah tersentuh) sementara dia dalam kondisi kenyang?.” (beliau) menjawab: Saya tidak melihat itu. Menurutnya kondisi seperti itu tidak akan terjadi.

Wallahu’alam.