

## BERBUKA DENGAN RUTHAB DAN SAHUR DENGAN TAMAR

Bulan Ramadhan ialah bulan yang sangat dinanti-nantikan oleh umat Islam. Banyak amalan-amalan sunat yang boleh diusahakan untuk diamalkan sempena bulan Ramadhan, antaranya ialah melazimi sunnah berbuka puasa dengan ruthab (kurma basah) dan sahur dengan tamar (kurma kering).

Dari Anas bin Malik *Radhiallahu 'anhu*, dia berkata:

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يُفْطِرُ عَلَى رُطَبَاتٍ قَبْلَ أَنْ يُصَلِّيَ، فَإِنْ لَمْ تَكُنْ رُطَبَاتٌ،  
فَعَلَى تَمْرَاتٍ، فَإِنْ لَمْ تَكُنْ حَسَا حَسَوَاتٍ مِنْ مَاءٍ

**Maksudnya:** “Nabi Sallallahu ‘alaihi wasallam biasa berbuka puasa dengan ruthab (kurma basah) sebelum solat. Jika tidak ada ruthab, maka baginda berbuka dengan tamar (kurma kering), dan jika tidak ada tamar, baginda minum seteguk air.”

(Hadis Riwayat Abu Daud, no. 2356)

Hadis ini menerangkan Nabi Sallallahu ‘alaihi wasallam berbuka dengan ruthab, jika tidak ada ruthab, maka beliau berbuka dengan tamar dan jika tidak ada tamar, maka beliau berbuka dengan minum air.

Ini tidaklah membataskan kita untuk tidak berbuka puasa dengan hidangan yang lain, namun merebut ganjaran sunnah itu adalah satu kebaikan yang besar dan memperoleh keberkatan. Kurma bukan sahaja mempunyai nutrisi yang baik untuk membekalkan tenaga, namun terdapat padanya keberkatan.

Diriwayatkan oleh Salman ibn 'Amir *Radhiallahu 'anhu*, Rasulullah *Sallallahu 'alaihi wasallam* bersabda:

إِذَا أَفْطَرَ أَحَدُكُمْ فَلْيُفْطِرْ عَلَى تَمْرٍ فَإِنَّهُ بَرَكَةٌ، فَإِنْ لَمْ يَجِدْ تَمْرًا فَالْمَاءُ، فَإِنَّهُ طَهُورٌ

**Maksudnya:** “Jika salah seorang di antara kamu berbuka puasa, maka berbukalah dengan kurma sebab padanya ada keberkatan, sekiranya tiada, maka dengan air kerana air itu bersih dan suci.”

(Hadis Riwayat an-Nasa'i, no. 6675)

Namun, sekiranya tiada kurma, berbukalah dengan apa sahaja secara bersederhana dan tidak berlebih-lebihan sehingga berlakunya pembaziran asalkan makanan itu halal dan baik.

Manakala, kita juga dianjurkan untuk bersahur dengan tamar. Dari Abu Hurairah *Radhiallahu 'anhu*, Rasulullah *Sallallahu 'alaihi wasallam* bersabda:

نِعْمَ سَحُورُ الْمُؤْمِنِ التَّمْرُ

**Maksudnya:** “Sebaik-baik makanan sahur adalah tamar (kurma kering).”

(Hadis Riwayat Abu Daud, no. 2345)

Semoga ibadah puasa yang kita laksanakan pada bulan Ramadhan ini penuh dengan keberkatan dan diterima Allah *Subhanahu wata'ala*.

*Wallahu a'lam.*