

PETUNJUK NABI TENTANG MINUM

Ustadzah Nur Hasanah

Publication : 1438 H_2016 M

PETUNJUK NABI TENTANG MINUM

Oleh : Ustadzah Nur Hasanah

Sumber: www.almanhaj.or.id yang menyalinnya dari Majalah as-Sunnah

Ed. 1 Tahun VII 1420 H / 1999 M

e-Book ini didownload dari www.ibnumajjah.com

Jauh sebelum manusia menemukan beragam minuman multivitamin penjaga stamina tubuh, berabad silam Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* telah memberikan teladan sempurna perihal minum. Dalam paparan hadits dijelaskan, beliau *Shallallahu 'alaihi wa sallam* sangat menyukai minuman yang dingin dan manis. Aisyah *Radhiyallahu 'anha* menuturkan.

كَانَ أَحَبُّ الشَّرَابِ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْخُلْوُ الْبَارِدُ

Minuman yang paling disukai Rasulullah ialah yang dingin dan manis.¹

Penuturan Aisyah *Radhiyallahu 'anha* di atas memiliki beberapa *ihtimal* (kemungkinan). Bisa jadi, yang dimaksud ialah air yang dicampur madu, rendaman kismis ataupun kurma, sebagaimana tercantum dalam riwayat Muslim berikut,

عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ قَالَ كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يُبَدُّ لَهُ الرَّيْبُ

فِي السِّقَاءِ فَيَشْرِبُهُ يَوْمَهُ وَالْغَدَ وَبَعْدَ الْغَدِ فَإِذَا كَانَ مَسَاءً الثَّلَاثَةَ شَرِبَهُ

وَسَقَاهُ فَإِنْ فَضَلَ شَيْءٌ أَهْرَاقَهُ

¹ HR Ahmad 6/38 dan 40, At Tirmidzi dalam *Al Jami'* (1896) dan dalam *Asy Syamail* 1/302 dengan sanad shahih. Dishahihkan oleh Al Hakim 1/337 dan disepakati oleh Adz Dzahabi.

Dari Ibnu Abbas *Radhiyallahu 'anhuma*, ia berkata, "Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* pernah dibuatkan rendaman kismis dalam satu bejana, kemudian beliau minum rendaman tersebut pada hari itu, juga esok harinya dan keesokannya harinya. Pada sore hari ketiga beliau memberi minuman tersebut kepada yang lain, jika masih ada yang tersisa, beliaupun menuanginya." (HR. Muslim)

Ibnul Qayyim *rahimahullah* mengungkapkan dalam kitab *Zaadul Ma'ad*, jika dua sifat dingin dan manis terhimpun dalam satu minuman, akan memberikan manfaat yang sangat besar bagi tubuh, membantu proses pencernaan dan penyaluran saripati makanan dengan sempurna, mencairkan dahak, mencuci dan membasmi bibit penyakit di lambung, menetralkan sisa-sisa makanan, serta menstabilkan kehangatan lambung. Di samping itu juga sangat bermanfaat bagi hati, ginjal dan kandung kemih.

Lebih jauh lagi beliau menjelaskan, air dingin yang telah diterapkan memiliki kelembaban yang mampu menetralkan panas tubuh, sekaligus menjaga kelembabannya, serta mengganti sebagian zat yang telah terurai dari tubuh. Karena itulah Rasulullah amat menggemarinya, sebagaimana tercantum dalam riwayat Bukhari,

عَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ
دَخَلَ عَلْرِجُلٍ مِنَ الْأَنْصَارِ رَجُلٍ مِنَ الْأَنْصَارِ وَمَعَهُ صَاحِبٌ لَهُ فَقَالَ لَهُ
النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِنَّ كَانَ عِنْدَكَ مَاءٌ بَاتَ هَذِهِ اللَّيْلَةَ فِي شِنَّةٍ
وَأِلَّا كَرَعْنَا

Dari Jabir bin Abdillan *Radhiyallahu 'anhuma*,
bahwasanya Nabi *Shallallahu 'alaihi wa sallam* masuk ke
rumah salah seorang laki-laki Anshar bersama seorang
sahabatnya, seraya berkata kepadanya, "Adakah engkau
mempunyai air yang telah diinapkan dalam bejana kulit?
Jika tidak kami akan minum langsung dari mulut kami."

Selain memberitahukan jenis minuman yang bermanfaat
bagi tubuh kita, Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* juga
memberitahukan dan melarang kita mengonsumsi semua
jenis minuman yang memabukkan. Sebagaimana hadits yang
diriwayatkan dari Ibnu Umar,

كُلُّ مُسْكِرٍ خَمْرٌ وَكُلُّ خَمْرٍ حَرَامٌ

Semua yang memabukkan itu adalah khamr. Dan semua
khamr hukum haram. (HR. Muslim no. 5185)

Walaupun menurut sebagian orang khamr itu bermanfaat, akan tetapi bahaya yang diakibatkan jauh lebih besar.

Itulah diantara petunjuk-petunjuk Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* kepada umatnya. Memerintahkan mereka untuk mengkonsumsi yang jelas halalhnya dan bermanfaat serta melarang selain itu.

Disamping memberitahukan jenis minuman, Rasulullah juga memberikan tuntunan tentang adab-adab minum serta hal lain yang berkaitan dengan minum. Diantaranya:

1. Minum dengan terlebih dahulu membaca **Bismillah**. Hal ini berdasarkan hadits yang memerintahkan membaca bismillah sebelum makan. Sebagaimana tasmiyah (membaca bismillah) di sunnahkan sebelum makan, maka demikian juga hal sebelum minum. (*Syarah Shahih Muslim* juz 13 hal. 189) Syaitan akan menjauhi makanan dan minuman yang dibacakan bismillah sebelum di konsumsi.
2. Minum dengan tangan kanan dan tidak menggunakan tangan kiri. Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda.

إِذَا أَكَلَ أَحَدُكُمْ فَلْيَأْكُلْ بِيَمِينِهِ وَإِذَا شَرِبَ فَلْيَشْرَبْ بِيَمِينِهِ فَإِنَّ

الشَّيْطَانَ يَأْكُلُ بِشِمَالِهِ وَيَشْرَبُ بِشِمَالِهِ

Apabila salah seorang diantara kalian makan, maka hendaklah dia makan dengan tangan kanannya dan apabila salah seorang diantara kalian minum maka hendaklah dia minum dengan tangan kanannya, karena syaitan makan dengan tangan kirinya dan minum dengan tangan kirinya. (HR. Muslim no. 5233)

لَا يَأْكُلَنَّ أَحَدٌ مِنْكُمْ بِشِمَالِهِ وَلَا يَشْرَبَنَّ بِهَا فَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَأْكُلُ بِشِمَالِهِ
وَيَشْرَبُ بِهَا

Janganlah sekali-kali salah seseorang diantara kalian makan dengan tangan kirinya dan jangan pula minum dengannya. Karena syaitan makan dengan minum dengan tangan kirinya. (HR. Muslim no. 5236)

3. Minum dengan duduk, dan beliau melarang dengan tegas minum dalam keadaan berdiri.

Dari Abu Hurairah ia berkata Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda,

لَا يَشْرَبَنَّ أَحَدٌ مِنْكُمْ قَائِمًا فَمَنْ نَسِيَ فَلْيَسْتَقِئْ

Janganlah sekali-kali salah seorang dari kalian minum dengan berdiri, jika lupa hendaklah ia memuntahkannya. (HR. Muslim)

Adapun riwayat-riwayat yang menjelaskan bahwa Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* pernah minum dengan berdiri juga merupakan riwayat yang shahih. Namun begitu semua riwayat tersebut merupakan perbuatan Rasulullah. Sedangkan perkataan beliau lebih didahulukan daripada perbuatan beliau. Kerena perbuatan beliau terkadang menjelaskan, bahwa hal itu merupakan kekhususan bagi beliau. *Wallahu a'lam.*²

Imam Nawawi *rahimahullah* ketika menjelaskan makna larangan minum dalam keadaan berdiri berkata, "Bahwa larangan yang terdapat dalam hadits-hadits tersebut dibawa pengertiannya kepada hukum makruh tanzih".³

Berdasarkan adab-adab diatas, kita bisa mengambil satu faidah yaitu bathilnya kebiasaan yang disuguhkan musuh Islam berupa makan dan minum sambil berdiri, dengan menggunakan tangan kiri.

4. Tidak bernafas di dalam gelas, dan dianjurkan untuk bernafas tiga kali ketika minum.

عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نَهَى أَنْ يُتَنَقَّسَ فِي الْإِنَاءِ
أَوْ يُنْفَخَ فِيهِ

² Lihat keterangan Syaikh Salim Al Hilali tentang hal ini dalam *Bahjatun nazhirin* 2/73-74.

³ *Syarah Shahih Muslim* juz 13 hal. 192.

Dari Ibnu Abbas, bahwa Nabi *Shallallahu 'alaihi wa sallam* melarang bernafas dalam bejana ataupun meniupnya.”⁴

عَنْ أَنَسٍ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَتَنَفَّسُ فِي الْإِنَاءِ ثَلَاثًا

Dari Anas bin Malik, bahwa Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* bernafas tiga kali ketika minum. (Muttafaqun 'alaih)

5. Tidak minum langsung dari mulut teko.

أَبُو هُرَيْرَةَ نَهَى رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَنِ الشُّرْبِ مِنْ فَمِ الْقِرْبَةِ
أَوْ السِّقَاءِ عَنْ

Dari Abu Hurairah ia berkata, “Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* melarang minum langsung dari mulut teko ataupun qirbah (wadah minum dari kulit).” (Muttafaqun 'alaih)

6. Tidak minum dengan menggunakan bejana dari emas ataupun perak, karena adanya larangan Rasulullah tentang hal tersebut.

⁴ HR At Tirmidzi (1888), Abu Daud (3728), Ibnu Majah (3428 & 3429).

عَنْ أُمِّ سَلَمَةَ قَالَتْ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَنْ شَرِبَ فِي
إِنَاءٍ مِنْ ذَهَبٍ أَوْ فِضَّةٍ فَإِنَّمَا يُجْرَجُ فِي بَطْنِهِ نَارًا مِنْ جَهَنَّمَ

Dari Umu Salamah *Radhiyallahu 'anha*, ia berkata, Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda, "Orang yang minum menggunakan wadah emas atau perak, sesungguhnya ia ibarat menelan api neraka ke dalam perutnya." (Muttafaqun 'alaih)

7. Menutup bejana air pada malam hari, tidak membiarkannya terbuka.

عَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ قَالَ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ
غَطُّوا الْإِنَاءَ وَأَوْكُوا السِّقَاءَ فَإِنَّ فِي السَّنَةِ لَيْلَةً يَنْزِلُ فِيهَا وَبَاءٌ لَا يَمُرُّ بِإِنَاءٍ
لَيْسَ عَلَيْهِ غِطَاءٌ أَوْ سِقَاءٌ لَيْسَ عَلَيْهِ وَكَاءٌ إِلَّا نَزَلَ فِيهِ مِنْ ذَلِكَ الْوَبَاءِ

Dari Jabir bin Abdillah, ia berkata, aku mendengar Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda, "Tutuplah bejana-bejana dan wadah air. Karena dalam satu tahun ada satu malam, ketika itu turun wabah, tidaklah ia melewati bejana-bejana yang tak tertutup, ataupun wadah air yang tidak diikat melainkan akan turun padanya bibit penyakit." (HR. Muslim)

Inilah beberapa adab yang diajarkan Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* kepada umatnya. Sebagai seorang muslim, kita berkewajiban untuk mengikuti adab-adab tersebut. Janganlah kita tergiur dengan berbagai kebiasaan yang banyak di pamerkan oleh musuh Islam meskipun dihiasi dengan berbagai slogan-slogan indah. Mereka hanya ingin melihat kita ingkar kepada Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* dan ikut bersama mereka dalam kesesatan dan kedurhakaan. Mereka ingin melihat kita sengsara sementara Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* sangat ingin melihat kita bahagia di dunia dan akhirat dan beliau sangat susah ketika melihat kita sengsara. Musuh-musuh Allah ini akan terus berusaha dengan berbagai cara untuk menyesatkan kita, hendaklah kita selalu waspada. Dan hanya kepada Allah kita mohon petunjuk dan perlindungan.

Wallahu a'lam bish shawab.[]