

SURAU 'AL-ULUM KD9

RAMADHAN: BULAN RAHMAT, BERAMAL SOLEH & BERPUASA

Bulan Ramadhan benar-benar memberikan pulangan yang besar dan ibarat pasar untuk dagangan ke akhirat. Ditamsilkan juga seperti tanah yang subur untuk bercucuk tanam menuju ke sana. Perbuatan yang hidup dan cergas di dalam bulan ini dikiaskan seperti hujan April yang turun pada musim bunga. Bulan ini juga merupakan festival yang amat mulia bagi orang-orang yang mengabdikan diri kepada tuhan. (The Risale-i Nur Collection, Letters, The Twenty-Ninth Letter).

Puasa, seperti yang diwajibkan Allah "Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa" (Surah al-Baqarah: 183) dan "...berpuasa lebih baik bagimu jika kamu mengetahui" (Surah al-Baqarah: 184)

Kewajipan yang dilaksanakan oleh semua umat Islam akan meningkatkan semangat perpaduan di kalangan mereka yang bertebaran di serata alam. Kenyataan ini berdasarkan dengan aktiviti yang dilakukan bersama-sama ini sekaligus menguatkan kekuatan spiritual.

Nabi Muhammad s.a.w. juga memperincikan kepentingan Ramadhan seperti berikut:

"Hai manusia! Telah datang kepada kamu satu bulan yang mulia, bulan rahmat... dimana bulan ini mewajibkan kamu berpuasa di siang hari dan sukarela bersolat pada malamnya. Barangsiapa yang mendekati Allah dengan melakukan segala amalan sunat di bulan ini akan menerima ganjaran seperti melakukan amalan wajib di lain hari. Ini merupakan bulan kesabaran dan kesabaran itu imbuhan syurga. Ini juga bulan sedekah dan bulan dimana rezeki orang beriman bertambah..." (Diriwayatkan Ibn Khuzaymah).

Berpuasa menjadi peluang keemasan bagi orang beriman yang benar-benar takutkan Allah dan kesempatan dimanfaatkan untuk mendekatkan diri pada-Nya. Melaksanakan perintahnya dengan bersabar menahan lapar sepanjang hari selepas melewati sahur dan sebelum menyegerakan berbuka menjadi bukti menuntut keredhaan Allah.

...bersambung di muka 4.

"(Masa yang diwajibkan kamu berpuasa itu ialah) bulan Ramadhan yang padanya diturunkan Al-Qur'an, menjadi petunjuk bagi sekalian manusia, dan menjadi keterangan-keterangan yang menjelaskan petunjuk, dan (menjelaskan) perbezaan antara yang benar dengan yang salah."

(Surah Al-Baqarah: 185)

Jadual Aktiviti / Pengajian (Aug '09) Di Surau Al-Ulum KD9, Kota Damansara			
Tarikh	Hari	Pengajar	Tajuk
01/09	Selasa	Ust. Idris Ahmad (AJK)	Umum
02/09	Rabu	PAS Pusat)	Tafsir
03/09	Khamis	Ust. Kamal Mahdi	Umum
04/09	Jumaat	Ust. Md Fadzil Al-Yamani	Umum
05/09	Sabtu	Ust. Amin Al Buntari (AI	Umum
06/09	Ahad	Jawhar)	Umum
07/09	Isnin	Ust. Syed Nazli (Penang)	Tafsir
08/09	Selasa	Ust. Ramadhan	Umum
09/09	Rabu	Ust. Kasyfun Nazir	Umum
10/09	Khamis	Ust. Abdul Malik (JAWI)	Umum
11/09	Jumaat	Dr. Rahmat (Pensyarah	Umum
12/09	Sabtu	UIA)	Sirah
13/09	Ahad	Ust. Uda Kasim	Munakaha
14/09	Isnin	(Pensyarah UIA)	t
15/09	Selasa	Dr. Sidek Baba	Ulumul
16/09	Rabu	(Akademik)	Quran
17/09	Khamis	Ust. Nazmi Abd Karim	Sains & AI
18/09	Jumaat	Ust. Mansor	Quran
19/09	Sabtu	Ust. Hamim Semaon	Umum
20/09	Ahad	Ust. Adli Saad	Tauhid
21/09	Isnin	Ust. Kamarudin Toyo	Umum
22/09	Selasa	Ust. Abdul Karim	-
23/09	Rabu	Ust. Hariyanto(La Tahzan)	-
24/09	Khamis	Takbeer Raya	-
25/09	Jumaat	-	-
26/09	Sabtu	-	-
27/09	Ahad	-	-
28/09	Isnin	-	-
29/09	Selasa	-	-
30/09	Rabu	-	-
Kuliah Khas HELWA			-
Rabu 8.30 pagi		Ust. Ahmad Lutfi Abd	Tafsir
Jumaat 8.30 pagi		Wahab	Sirah
		Ust. Ahmad Lutfi Abd	Rasul
Kuliah Suboh			Wahab
05/09	Sabtu	Ust.Osman Khusnan	Kisah Al-
06/09	Ahad	Ust.Miftahuddin	Quran
12/09	Sabtu	Ust.Kaptan (B) Mohd Rafi	Umum
13/09	Ahad	Ust.Khairi Al-Hafiz	Umum
PERHATIAN : Jadual di atas tertakluk kepada perubahan, sila semak di Papan Notis surau untuk jadual terkini. Bersama-samalah kita hadir di dalam majlis timu yang telah diaturkan.			

- Proses "transform" seseorang Manusia kepada Islam, bagi pendapat ulamak gunalah istilah "revert" yakni kembali kepada Islam;
- Dalam perjalanan hendak mendidik seorang saudara baru atau seseorang yang ingin kembali ke jalan islam yang ingin mempraktikkan "practicing" Muslim, maka kita tidak perlu menjadi terlalu perjudis atau strict terhadap mereka ini; Berilah mereka ini kelonggaran sedikit dan ruang untuk mereka mempelajari dan memperbaiki amalan amalan mereka.
- Perkara yang kita tinggal dalam kehadiran khusyuk dalam solat ialah pengertian maksud setiap bacaan dalam solat kita. Apa yang kita lebihkan dan tekankan dalam solat kita adalah tatacara dan rukun solat kita, kita tidak menitik beratkan soal maksud bacaan dalam solat kita. "Bench mark" cara solat kita ialah cara Nabi bersolat dan kita seboleh-bolelah cuba "reflect" kan solat kita dengan solat Nabi;
- Bolehkah kita khusyuk dalam solat kita, sedangkan kita tidak mengerti dan memahami bacaan-bacaan dalam solat kita? Jika kita merasakan dalam hati kita ada kekhushyukan dalam solat kita, maka dikhuatiri kita telah disuntik oleh syaitan yang sentiasa berusaha untuk menyesatkan umat Islam;
- Apabila ada sahabat mahupun ahli keluarga kita yang ditimpa musibah, paling "command" kita ucapkan pada mereka adalah supaya mereka banyakkkan bersabar dengan alasan musibah itu adalah ujian dari Allah, sebaik-baiknya kita "contribute" sedikit (tak kira dari segi tenaga atau wang ringgit) supaya ianya dapat meringankan beban yang menimpa mereka tadi;
- Sebagai contoh, orang yang mengambil berat serta telah "contribute" sedikit ialah Jabir Bin Abdillah. Beliau telah terlihat Nabi mengikat perutnya dengan kemas batu-batu kecil untuk mengelak perutnya dari dimasuki angin kerana menahan lapar ketika bersama para sahabat-sahabat yang lain sedang menggali lubang untuk persiapan berperang, lalu Jabir pun balik kerumahnya lantas menyuruh isterinya memasak apa yang ada didapurnya untuk menjamu Nabi serta sahabat-sahabat yang telah berkerja keras menggali lubang tadi, walaupun pada hakikatnya pada masa itu, makanan yang hendak dimasak itu tidak cukup untuk dihidangkan pada Nabi serta sahabat-sahabat yang lain. Tetapi berkat keikhlasan yang ada pada diri Jabir tadi yang berniat untuk menjamu Nabi yang sudah berhari-hari tidak makan, dengan izin Allah, semua makanan yang dimasak oleh isteri Jabir tadi cukup untuk menjamu Nabi dan para sahabat yang lain malah berlebihan pula;

PESANAN

Kami dengan rendah diri memohon kerjasama sdr/sdri. sekalian agar menyimpan Buletin ini ditempat yang sesuai demi menjaga kesucian Agama Islam dan keberkatan ilmu yang disampaikan

— Biro Penerbitan & Penerangan

Untuk Renungan Bersama :

- Berapa ramai yang solat dalam keadaan mabuk sedangkan mereka ini tidak meminum arak? Ini adalah kerana mereka lalai, leka dan jahil dalam solat mereka sendiri. Mereka ini juga tidak mengerti apa erti atau maksud dalam setiap bacaan dan gerak langkah solat mereka;
- Apabila kita mengatakan Al-Quran itu adalah makhluk Allah, maka makna makhluk itu adalah sesuatu yang tidak sempurna. Adakah Al-Quran itu tidak sempurna sehingga ianya boleh diubah-ubah untuk menjadikannya sempurna? Al-Quran itu adalah kalam Allah ataupun kata-kata Allah;
- Rosaknya akhlak anak-anak muda pada zaman ini, adalah mencerminkan kegagalan generasi yang terdahulunya mendidik mereka kearah akhlak yang baik dan mulia atau menjadi Muslim yang sempurna. Sebenarnya kita tidak sedar, dengan memberi kemudahan-kemudahan moden seperti tv astro, handphone, ipod, internet dan lain lain bentuk alat hiburan yang canggih pada zaman ini, ianya, akan menjerumuskan anak-anak kita kearah kemaksiatan dan boleh merosakkan akhlak mereka.
- Keringanan yang Allah beri dalam bab solat qasar dan jamak adalah untuk kita gunakan semasa kita bermusafir, ketika kita ditimpa musibah seperti banjir, ketika kita berada dalam keadaan ketakutan seperti peperangan dan juga boleh dilakukan ketika ada "emergency", yakni dalam keadaan terdesak, yang berlaku sekali sekala dalam hidup kita;
- Ke-empat empat mazhab kita mengatakan wajib bagi seseorang Muslim itu menqada'kan solat-solatnya yang telah beliau tinggalkan dulu sebanyak mana yang dia mampu; Ada pandangan ke2 dari ulamak-ulamak besar Islam yang mengatakan tidak perlu menqada'kan solat yang telah ditinggalkannya cukup dengan hanya bertaubat nasuha dan memperbanyakkan amalan-amalan yang soleh; Kedua-dua pandangan ini boleh diterima pakai.



Health Guidelines for Ramadhan

This article provides useful advice on how to avoid some common problems encountered in Ramadhan. If followed, it would enable one to fast comfortably and enjoy fully the spiritual benefits of Ramadhan. During the holy month of Ramadhan, our diet should not differ very much from our normal diet and should be as simple as possible. The diet should be such that we maintain our normal weight, neither losing nor gaining. However, if one is over-weight, Ramadhan is an ideal time to normalise one's weight.

In view of the long hours of fasting, we should consume slow digesting foods including fibre containing-foods rather than fast-digesting foods. Slow digesting foods last up to 8 hours, while fast-digesting foods last for only 3 to 4 hours. Slow-digesting foods are foods that contain grains and seeds like barley, wheat, oats, millet, semolina, beans, lentils, whole meal flour, unpolished rice, etc. (called complex carbohydrates). Fast-burning foods are foods that contain sugar, white flour, etc. (called refined carbohydrates). Fibre-containing foods are bran-containing foods, whole wheat, grains and seeds, vegetables like green beans, peas, sem (papry), marrow, mealies, spinach, and other herbs like methie, the leaves of beetroot (iron-rich), fruit with skin, dried fruit especially dried apricots, figs and prunes, almonds, etc.

The foods eaten should be well-balanced, from each food group, i.e. fruits, vegetables, meat/chicken/fish, bread/cereals and dairy products. Fried foods are unhealthy and should be limited. They cause indigestion, heart-burn, and weight problems.

AVOID

Fried and fatty foods.

Foods containing too much sugar.

Over-eating especially at sahur.

Too much tea at sahur. Tea makes you pass more urine taking with it valuable mineral salts that your body would need during the day.

Smoking cigarettes. If you cannot give up smoking, cut down gradually starting a few weeks before Ramadhan.

Smoking is unhealthy and one should stop completely.

EAT

Complex carbohydrates at sahur so that the food lasts longer making you less hungry.

Dates are excellent source of sugar, fibre, carbohydrates, potassium and magnesium.

Almonds are rich in protein and fibre with less fat.

Bananas are a good source of potassium, magnesium and carbohydrates.

DRINK

As much water or fruit juices as possible between iftar and bedtime so that your body may adjust fluid levels in time.

Know the Difference between Cold and Swine Flu Symptoms

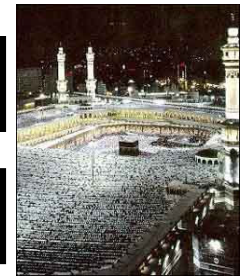
Symptom	Cold	AH1N1 Flu
Fever	Fever is rare with a cold.	Fever is usually present with the flu in up to 80% of all flu cases. A temperature of 100°F or higher for 3 to 4 days is associated with the flu.
Coughing	A hacking, productive (mucus-producing) cough is often present with a cold.	A non-productive (non-mucus producing) cough is usually present with the flu (sometimes referred to as dry cough).
Aches	Slight body aches and pains can be part of a cold.	Severe aches and pains are common with the flu.
Stuffy Nose	Stuffy nose is commonly present with a cold and typically resolves spontaneously within a week.	Stuffy nose is not commonly present with the flu.
Chills	Chills are uncommon with a cold.	60% of people who have the flu experience chills.
Tiredness	Tiredness is fairly mild with a cold.	Tiredness is moderate to severe with the flu.
Sneezing	Sneezing is commonly present with a cold.	Sneezing is not common with the flu.
Sudden Symptoms	Cold symptoms tend to develop over a few days.	The flu has a rapid onset within 3-6 hours. The flu hits hard and includes sudden symptoms like high fever, aches and pains.
Headache	A headache is fairly uncommon with a cold.	A headache is very common with the flu, present in 80% of flu cases.
Sore Throat	Sore throat is commonly present with a cold.	Sore throat is not commonly present with the flu.
Chest Discomfort	Chest discomfort is mild to moderate with a cold.	Chest discomfort is often severe with the flu.

“Sesiapa yang berpuasa Ramadhan dengan penuh keimanan dan mengharapkan pahala daripada Allah, akan diampunkan dosanya yang terdahulu.”

(Hadis riwayat Bukhari)

“Sembahyang lima waktu, dan sembahyang Jumaat ke sembahyang Jumaat berikutnya, dan bulan Ramadhan ke bulan Ramadhan berikutnya adalah menjadi penebus dosa yang terjadi di antara waktu-waktu tadi, selama orang itu menjauhi dosa-dosa besar.”

(Hadis riwayat Muslim)



dari muka depan – RAMADHAN: BULAN RAHMAT, BERAMAL SOLEH DAN BERPUASA

Disebabkan itulah, orang Islam yang istiqomah mencari keredhaan Allah akan meraikan bulan ini dengan penuh kesyukuran dan kegembiraan. Sepanjang bulan ini juga umat Islam akan memastikan setiap langkahnya dipenuhi dengan amalan-amalan yang diturunkan Allah selain menunaikan yang diwajibkan.

Kejayaan yang bermakna ketika berpuasa ialah dengan menjadikan semua pancaindera dan organ seperti mata, telinga, hati, dan fikiran turut sama berpuasa bersama-sama perut. Dengan ini akan mengelakkannya dari melakukan perkara yang sia-sia dan mendorongnya melakukan amalan pengabdian.

Salah satu hikmah dari berpuasa ialah membolehkan seseorang itu menzahirkan kesyukuran di atas segala rahmat yang Allah limpahkan. Musibatlah bagi mereka yang menggunakan sewenangnyanya rahmat Allah tetapi tidak tahu untuk berterima kasih pada yang memberi.

Bagi mereka semua rahmat ini merupakan hak yang memang patut diterimanya. Allah banyak menyarankan kepada hamba-Nya di dalam Al-Quran supaya sentiasa bersyukur di atas rahmat yang dikurnai-Nya. Allah juga berjanji akan melipatgandakan rahmat bagi mereka yang bersyukur.

Bulan Ramadhan akan mengubah jiwa naluri seseorang. Dari sekaya-kaya menjadi semiskin-miskin kerana memahami bahawa harta itu bukan miliknya malah kepunyaan semua orang. Dirasakan juga dirinya tidaklah merdeka tetapi adalah hamba. Diketahui sekiranya tidak diterima sebarang arahan, tidak akan berupaya melakukan sebarang kerja mudah dan senang ibarat tidak dapat menyentuhkan tangan ke dalam air.

Renungan: DuaKebimbangan

Mukmin yang sebenar pasti akan melalui dua kebimbangan. Kebimbangan yang pertama ialah bimbang umur yang telah lalu dan yang kedua bimbang umur yang sekarang hingga akan datang.

Adakah kita berasa bimbang dengan amalan-amalan kita yang lepas tidak diterima oleh Allah? Jika ada perasaan begini, ada baiknya supaya kita akan selalu berdoa dan beristighfar kepada Allah SWT.

Adakah kita pernah diuji dengan ujian yang berat dimasa lampau oleh Allah SWT? Adakah kita berasa bimbang jika diuji oleh Allah pada masa sekarang dan akan datang? Kebimbangan begini ada baiknya supaya kita sentiasa menjadi orang yang sabar menerima bala dan bersyukur dengan ni'mat yang dikurniakan oleh Allah SWT kepada kita.

Jangan gembira dan ketawa melihat orang yang jatuh sepatutnya kita bersyukur kerana kita tidak jatuh. Ujian daripada Allah SWT bukan kesusahan sahaja, kadangkala kita diuji dengan kesenangan. Ramai yang kadangkala kecundang dengan ujian kesenangan ini. Allah tidak mensyariatkan sesuatu syariat itu tanpa ada kebaikan padanya.



Berita ringkas SINAR AL-ULUM KD9



Pada 31hb Ogos 2009 – Telah dilancarkan buku kartun **BALIK KAMPUNG** oleh Dato' Dr Mohd Anuar Rethwan. Buku ini dihasilkan dan diilhamkan oleh **Alias Jaafarkamin (penulis), Ustaz Syarqawi (Al-Hafiz) dan Enot (pelukis)**. Buku ini mengandungi cerita yang memberikan pengajaran berguna kepada anak-anak remaja kita.

Pada 5hb September 2009 – Majlis terbuka puasa bersama anak yatim, ibu tunggal dan miskin telah diadakan di Surau Al-Ulum. Semoga program ini akan mengeratkan siratulrahim antara keluarga Al-Ulum dan dapat memberikan keceriaan kepada mereka yang kurang bernasib baik.

Pada 11hb September 2009 – Telah diadakan majlis terbuka puasa merayakan anak-anak yatim.

Pada 12hb September 2009 – Majlis Khatam Quran serta majlis terbuka puasa bersama pelajar-pelajar Tahfiz dari Sg. Udang Klang telah diadakan dengan jayanya.