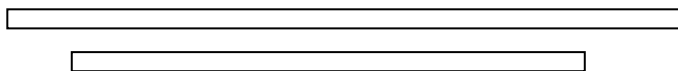




Adab Makan



1.

Mencuci kedua tangan sebelum makan.

Berdasarkan hadist Rosulullah ` :

عن محمد بن عبيدة وهو صدوق، كان النبي صلى الله عليه وسلم: إذا أراد

أن ينام وهو جنب توضأ، وإذا أراد أن يأكل غسل يديه

(رواه النسائي). صححه الألباني

"Dari Muhammad bin Ubaidah, bahwa Rosulullah apabila hendak tidur dalam keadaan junub beliau berwudhu, dan apabila akan makan beliau mencuci kedua tangannya." (HR. An-nasai). Dan di shahihkan oleh Syaikh Al-Bany.

2.

Membaca " bismillah ".

Berdasarkan hadist Rosulullah ` :

عن عمر بن أبي سلمة قال: كنت غلاما في حجر رسول الله صلى الله عليه

وسلم وكانت يدي تطيش في الصفحة. فقال لي رسول الله صلى الله عليه

وسلم «سم الله وكل يمينك وكل مما يليك (متفق عليه)

Dari Umar bin Abi Salamah berkata, "dulu, ketika aku masih kecil, di saat masih hidup bersama Rosulullah (pada saat makan bersama) tanganku berkeliaran kemana-mana untuk

mengambil makanan yang ada dinampai, lalu Rosulullah bersabda kepadaku," bacalah basmalah, dan makanlah dengan tangan kananmu dan ambillah makanan yang terdekat darimu." (muttafaqalaih).

3. Makan dan minum dengan tangan kanan.

Berdasarkan hadist diatas dan hadist berikut.

وعن ابن عمر رضي الله عنهما قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم:

« لا يأكلن أحدكم بشماله ولا يشربن بها فإن الشيطان يأكل بشماله

ويشرب بها» . رواه مسلم

Dari ibn umar berkata, bahwa Rosulullah bersabda," janganlah ada salah satu diantara kalian makan dengan tangan kirinya dan mimun denganya, sebab syaithon makan dan minum dengan tangan kirinya." (HR. Muslim)

4. Mendekat dengan makanan.

Berdasarkan hadist yang diriwayatkan Ibnu Abi Salamah di atas, dengan tambahan riwayat Tirmudzi dan Imam Ahmad dengan lafadh sbb :

" ادن يا بني وسم الله وكل بيمينك وكل مما يليك "

(أخرجه الترمذي وأحمد صححه الأبايني)

Mendekatlah wahai anakku, bacalah basmalah, makanlah dengan tangan kananmu, dan ambillah makanan yang terdekat darimu (HR. At-turmudzi dan Imam Ahmad, di shohihkan Syaikh Al-bany).

5. Makan makanan yang dekat dengannya.

Hal ini apabila jenis makanan yang tersedia adalah sama, tetapi jika berbeda maka boleh mengambil yang jauh dengan jenis makanan yang berbeda.

Hal ini di dasarkan hadist di atas.

6. Makan bersama, sarana mendapatkan barokah.

Berdasarkan hadist Rosulullah ` ;

عن وحشي بن حرب عن أبيه عن جده رضي الله عنه اجتمعوا على طعامكم واذكروا اسم الله تعالى عليه يبارك لكم فيه. " أخرجه أبو داود وابن ماجه وابن

حبان والحاكم وأحمد و حسنه الألباني

Dari wahsyi bin harb dari ayahnya dari kakeknya semoga Allah meridhoi semuanya berkata, Rosulullah bersabda, "bersamalah kalian ketika makan, dan bacalah basmalah, niscaya kalian akan mendapatkan barokah dari makanan kalian." (HR. Abu daud, Ibn majah, Ibn hibban, Al-hakim, dan Imam Ahmad, dan dihasankan oleh Syaikh Al-Bany).

7.

Bila makanannya bisa dimakan dengan menggunakan tiga jari, maka di sunahkan makan dengan tiga jari.

Berdasarkan hadist Rosulullah ` :

عن كعب بن مالك قال: " كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يأكل بثلاث أصابع ولا يمسح يده حتى يلعقها " (رواه مسلم)

Dari ka'ab bin malik zberkata, Rosulullah ` kalau makan, menggunakan tiga jari dan tidak mengusap (mencuci) tangannya sebelum membersihkan sisa makanan dengan lisannya." (HR. Muslim).

8.

Membersihkan makanan yang tersisa di jemari maupun di piring, Karena makanan yang terakhir terdapat berkahnya.

Berdasarkan hadist Rosulullah ` diatas dan hadist berikut :

عن ابن عباس: أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: إذا أكل أحدكم فلا يمسح يده حتى يلعقها أو يلعقها (رواه البخاري و مسلم)

Dari ibn abbas zbahwa Rosulullah ` bersabda, " jika salah satu dari kalian selesai makan, janganlah ia membersihkan tangannya sebelum dibersihkan sisa makananya dengan lidah atau dengan yang lainnya." (HR. Al-Bukhari, Muslim).

عن جابر يقول: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إذا أكل أحدكم الطعام فلا يمسح يده حتى يلعقها أو يلعقها ولا يرفع صحفة حتى يلعقها أو يلعقها، فإن آخر الطعام فيه بركة ". أخرجه النسائي و صححه الالباني

Dari jabir berkata, Rosulullah ` bersabda, " apabila salah seorang diantara kalian selesai dari makan, jangan megusap tanganya (membersihkannya), sebelum membersihkan sisa makanan yang menempel dengan lidahnya atau dengan yang

lain, dan jangan mengangkat nampannya (menyingkirkannya) sebelum membersihkan sisa makanannya dengan lidahnya atau dengan lidah orang lain (semisal saudaranya dll), karena sesungguhnya makanan yang terakhir terdapat berkahnya.” (HR. An-nasai, dan di shahihkan oleh Syaikh Al-bany).

9.

Bila ada makanan yang terjatuh dan masih memungkinkan untuk di makan, maka hendaklah di makan dan tidak meninggalkan untuk syethan.

Berdasarkan hadist Rosulullah ` :

عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال إن الشيطان ليحضر أحدكم عند كل شيء من شأنه حتى يحضره عند طعامه فإذا سقطت لقمة أحدكم فليأخذها فليمط ما كان بها من أذى ثم ليأكلها ولا يدعها للشيطان فإذا فرغ فليلق أصابعه فإنه لا يدري في أي طعامه البركة (رواه مسلم وابن حبان في صحيحه)

dari abu hurairoh zbahwasanya Rosulullah ` bersabda,“ sesungguhnya syaithon akan mendatangi salah satu diantara kalian dalam segala hal, hingga pada makanannya, maka jika

ada makanan sesuap yang terjatuh, hendaklah ia mengambilnya lalu membuang bagian yang kotor dan memakan yang masih bersih, janganlah ia membiarkannya (tidak mengambilnya) untuk syaithon (karena syaithan akan mengambilnya), dan jika ia telah selesai, maka hendaklah ia membersihkan sisa makanannya dengan lidahnya, karena ia tidak tahu di bagian makanan yang mana terdapat berkahnya.” (HR. muslim dan Ibn majah).

10.

Bila makanan masih panas, tidak di makan kecuali setelah dingin dan asapnya telah hilang.

Berdasarkan hadist Rosulullah ` :

عن أسماء بنت أبي بكر أنها كانت إذا ثردت غطته شيئاً حتى يذهب فوره ثم تقول: إني سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول : إنه أعظم للبركة. يعني الطعام الذي ذهب فوره ودخانہ (أخرجه الدارمي وابن حبان والحاكم والبيهقي) و صححه الألباني

Dari asma binti abi bakar d, bahwa beliau jika menuangkan kuah di atas roti, lalu menutupinya dengan sesuatu hingga hilang mendidihnya (panasnya), kemudian beliau berkata, aku

*pernah mendengarkan Rosulullah ` bersabda,“
seseungguhnya makanan tersebut lebih banyak berkahnya
(yaitu makanan yang telah hilang panas dan asapnya, dan
menjadi dingin).“ (HR. Ad-daroomy, ibn hibban, Al-hakim dan
Al-Baihaqi) dan dishahihkan oleh Syaikh Al-Bahy.*

11.

Makan makanan dari pinggir.

Rosulullah *shallallahu alaihi wasallam* bersabda,

كلوا من جوانبها ، و دعوا ذروتها يبارك لكم فيها ،

" *makanlah dari pinggir-pinggirnya, dan akhirkkan bagian
tengahnya (puncaknya), niscaya kalian akan diberkahi“ (HR.
Al-baihaqy dan Ibn majah). Dan di shohihkan oleh Syaikh Al-
Bany.*

كلوا بسم الله من حواليتها واعفوا رأسها، فإن البركة تأتيها من فوقها ."

" *makanlah dengan membaca bismillah (mulailah) dari pinggir-
pinggirnya dan biarkan puncaknya, karena sesungguhnya
berkah akan turun dari atasnya“ (HR. ibn majah) dan
dishahihkan Al-Bany.*

12.

Makan dengan duduk di atas lantai.

Rosulullah shallallahu alaihi wasallam bersabda,

”أَكَلْتُ كَمَا يَأْكُلُ الْعَبْدُ وَأَجْلَسْتُ كَمَا يَجْلِسُ الْعَبْدُ فَإِنَّمَا أَنَا عَبْدٌ“

"aku makan seperti seorang hamba sahaya makan, dan aku duduk seperti seorang hamba sahaya duduk, sesungguhnya aku hanyalah seorang hamba sahaya" (HR. ibn sa'd, Al-baihaqy dan 'ab-burrozaq) dan dishahihkan Syaikh Al-Bany.

13.

Mengambilkan makanan untuk pembantunya bila ia datang membawa makanan.

Rosulullah shallallahu alaihi wasallam bersabda,

”إِذَا أَتَى أَحَدَكُمْ خَادِمُهُ بِطَعَامِهِ فَإِن لَّمْ يَجْلِسْهُ مَعَهُ فَلْيَنَاولْهُ لِقْمَةً أَوْ لِقْمَتَيْنِ أَوْ

أَكْلَةً أَوْ أَكْلَتَيْنِ فَإِنَّهُ وَلِيٌّ عِلَاجِهِ“

" apabila pembantu salah satu dari kalian datang dengan membawa makanan, dan tidak mengajak duduk bersama dengannya, maka hendaklah ia mengambilkan untuknya sesuap atau dua suap karena ia yang telah membuat dan menghidangkan makanan tersebut" (HR. Bukhori).



Tapi jika tuan rumahnya berkenan mengajak duduk dan makan bersama dengan pembantunya itu merupakan akhlak yang terpuji.

14.

Tidak mencaci makanan yang tidak di sukainya. Bila tidak berkeinginan memakannya maka cukup ia tinggalkan makanan tersebut.

Diriwayatkan dari abu hurairah rodhiallahuanhu :

“ما عاب النبي صلى الله عليه وسلم طعاما قط إن اشتهاه أكله وإن كرهه تركه”

"Bahwa Rosulullah shallallahu alahi wasallam tidak pernah sama sekali mencaci makanan, bila beliau menyukainya maka beliau memakannya dan jika tidak menyukainya maka beliau meninggalkannya". (HR. Muttafaqalaih).

15.

Membersihkan hewan-hewan kecil dalam buah sebelum di makan.

Diriwayatkan dari anas bin malik,

"كان يؤتى بالتمر فيه دود، فيفتشه، يخرج السوس منه."

"Bahwa Rasulullah shallallahu alaihi wasallam jika dihadangkan kurma dan didalamnya terdapat ulatnya, maka beliau

*memeriksanya dan mengeluarkannya darinya” (HR. Abu daud)
dan di shahihkan Al-Bany.*

16. Membaca “ Alhamdulillah” se usai makan.

Dari sahal bin mu’adz dari ayahnya berkata, Rasulullah shallahualaihi wasallam bersabda,“ *barang siapa yang se usai makan kemudian membaca*

”الحمد لله الذي أطعمني هذا ورزقنيه من غير حول مني ولا قوة،”

*Maka ia akandihapus dosanya yang telah lalu.”(HR. At-timidzi)
dihasakan oleh Al-Bany.*

17. Bila memasak makanan yang berkuah maka hendaklah memperbanyak kuahnya kemudian dihadiahkan sebagiannya kepada tetangga.

Rasulullah shallahualaihi wasallam bersabda,“

”إذا طبخ أحدكم قدرًا فليكثر مرقها ثم يناول جاره منها”

”Apabila salah seorang dari kalian memasak dengan panci (berkuah), maka hendaklah ia memperbanyak kuahnya

kemudian ia berikan sebagiannya kepada tetangganya”.(HR. Ath-thabrany) dan disahihkan oleh Al-Bany

18.

Bila ada lalat jatuh ke makanan, maka lalat di masukkan semua tubuhnya, karena salah satu sayapnya terdapat penawar racun dari sayap yang lain.

Rasulullah shallahualaihi wasallam bersabda,”

“إذا وقع الذباب في شراب أحدكم فليغمسه ثم لينزعه، فإن في إحدى جناحيه داء والأخرى شفاء”

"Apabila ada lalat yang terjatuh didalam minuman salah seorang dari kalian maka hendaklah ia mencelupkannya kemudian mengambil dan membuangnya, karena disalah satu sayapnya terdapat penyakit dan pada sayap yang lain terdapat penawarnya”.(HR. Al-Bukhari).

19.

Menahan suara yang keluar setelah makan.

Rasulullah shallahualaihi wasallam bersabda,”

“كف عنا جشاءك, وفي رواية: أقصر من جشائك”

"Tahanlah suaramu itu (suara glegreen)".(HR. Al-hakim) dan dishahihkan Syaikh Al-bany.

Dalam hadist lain beliau shallahualaihi wasallam bersabda,"

“كف جشاءك عنا فإن أطولكم جوعاً يوم القيامة أكثركم شبعاً في دار الدنيا“

"tahanlah suara sendawamu itu karena sesungguhnya orang yang paling lama merasakan lapar di hari qiyamah, adalah yang paling kenyang didunia"(HR. ibn majah) dan dishahihkan Syaikh Al-Bany.

20.

Mencuci tangan setelah makan, lebih-lebih jika akan tidur.

Rasulullah shallahualaihi wasallam bersabda,"

“إِذَا نَامَ أَحَدُكُمْ، وَفِي يَدِهِ رِيحُ غَمَرٍ، فَلَمْ يَغْسِلْ يَدَهُ، فَأَصَابَهُ شَيْءٌ، فَلَا يُلُومَنَّ،

إِلَّا نَفْسَهُ”

"jika salah seorang dari kalian tidur dan ditangannya terdapat bau kunyit dan tidak mencucinya hingga terkena sesuatu maka janganlah ia mencela kecuali dirinya sendiri". (HR. Ibn majah) dan dishahihkan oleh Syaikh Al-Bany.

21.

Bila makanan telah dihidangkan kemudian tiba saat sholat, maka menyantap makanan didahulukan dari pada sholat.

Rasulullah shallahualaihi wasallam bersabda,”

” لَا صَلَاةَ بِحَضْرَةِ الطَّعَامِ، وَلَا هُوَ يُدَافِعُهُ الْأَحْبَثَانِ ”

"tidak ada sholat dalam keadaan makanan dihidangkan dan dalam keadaan ia menahan dua hal (hajat besar dan kecil)".(HR. Muslim).

22.

Makan dengan tidak bersandar.

Rasulullah shallahualaihi wasallam bersabda,”

” لَا آكُلُ مَتَكِنًا ”

"aku tidak makan dengan bersandar" (HR. Bukhari).

23.

Tidak boleh makan sambil tengkurap di atas perutnya.

Berdasarkan hadist :

«نهى عن الجلوس على مائدة يشرب عليها الخمر وأن يأكل الرجل وهو منبطح على بطنه» .

"Rosulullah melarang seseorang makan dalam keadaan terlungkup diatas perutnya".(HR. Ibn majah) dan dihasankan oleh Syaikh Al-bany.

24.

Makan tidak sampai kenyang. (perut di bagi menjadi tiga bagian, sepertiga untuk makan, sepertiga untuk minum dan sepertiga untuk bernafas).

Rasulullah shallahualaihi wasallam bersabda,"

“ما ملأ آدمي وعاء شرا من بطن. بحسب ابن آدم أكلات يقمن صلبه، فإن كان لا محالة فثلث لطعامه وثلث لشرابه وثلث لنفسه”

Tidak ada seorang manusia yang mengisi sebuah tempat yang lebih jelek, dari pada perutnya, maka cukup baginya beberapa

suap saja untuk menegakkan tulang punggungnya, jika ia harus melakukan itu, maka seperti tiga untuk makan, sepertitiga untuk minum, dan sepertiga untuk bernafas”(HR. tirmidzi) dan dishahihkan oleh Syaikh Al-bany.

25.

Makan dengan tiga jari (bila memungkinkan).

Berdasarkan hadist :

“كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يأكل بثلاثة أصابع ويلعق يده قبل أن
يمسحها.”

"Dari ka'ab bin malik menuturkan bahwa Rasulullah ketika makan dengan menggunakan tiga jari, kemudian beliau membersihkan tangannya dengan dengan lidahnya sebelum mengusapnya”(HR. Muslim).