

Kajian ini adalah membicarakan sekitar tajuk yang berhubung dengan kesihatan dalam Islam beserta pengkhususan dalam hal-hal yang berhubung dengan peraturan makan dan minum. Dalam tulisan ini terdapat tiga bab. Tiap-tiap bab membicarakan berhubung dengan tajuk yang dibincangkan yang merupakan pecahan daripada tajuk utama dalam penulisan ini.

Dalam bab pertama penulis membicarakan berhubung dengan kesihatan secara umum menurut kaca mata Islam sebagaimana yang terdapat dalam al-Qur'an dan al-Sunnah. Setiap keterangan dalam bab ini diikuti dengan petikan-petikan daripada ayat-ayat al-Qur'an dan Hadith yang membuktikan kebenaran setiap hujah. Kemudian penulis juga membicarakan pengertian-pengertian berhubung dengan tajuk yang dibincangkan beserta dengan sedikit ulasan. Setelah itu dinyatakan juga bagaimana pelaksanaan yang terdapat dalam ajaran Islam berhubung dengan kesihatan. Bab ini diikuti dengan kesimpulan berhubung dengan permasalahan yang dibincangkan.

Dalam bab dua pula penulis telah mengkhususkan penulisan dengan menumpukan kepada hal-hal yang berhubung dengan peraturan makan dan minum. Apakah jenis-jenis makanan yang boleh dimakan, banyak manakah makanan tersebut boleh dimakan, bagaimanakah makanan tersebut diperolehi dan bagaimanakah adab-edab yang perlu diketahui

sebelum, ketika, dan selepas makan. Dalam bab ini juga penulis sertakan ayat-ayat al-Qur'an dan Hadīth-Hadīth yang ada hubungan dengan tajuk yang dibincangkan dalam bab ini. Untuk melengkapkan lagi kajian dalam bab ini penulis telah menyentuh sedikit berhubung dengan masalah-masalah dan penyakit-penyakit yang ada hubungan dengan makanan berserta dengan penyelesaiannya.

Kemudian dalam bab tiga penulis membincangkan hubungan antara makan dan minum dengan kesihatan menurut pandangan Islam. Dalam bab ini penulis telah menyentuh berhubung dengan pengaruh makanan terhadap kesihatan fizikal mental serta jiwa dengan lebih terperinci lagi berserta contoh bagi tiap satu. Sebagai tambahan berhubung dengan tajuk yang dibincangkan dalam bab ini penulis telah mengulas beberapa masalah yang berhubung dengan makanan, berserta dengan penyelesaiannya menurut Islam.

Tesis ini kemudian diikuti dengan kesimpulan yang memperkatakan tentang hasil kajian yang telah dibincangkan secara menyeluruh. Beberapa saranan juga turut disertakan berhubung dengan permasalahan yang dihadapi, serta beberapa penemuan baru yang berguna bagi diri penulis sepanjang kajian ini dilakukan.

PENDAHULUAN

Penulis berminat untuk menulis bertubung dengan tajuk ini memandangkan ia adalah suatu tajuk yang menarik untuk dibincangkan. Lebih-lebih lagi dalam keadaan masyarakat yang sedang berhadapan dengan kemajuan sains dan teknologi yang semakin pesat pada hari ini. Setakat ini penulis belum menemui suatu tulisan yang serius bertubung dengan tajuk ini. Penulis merasakan penulisan bertubung dengan tajuk ini adalah perlu, terutama dalam usaha untuk mengembalikan semula kegemilangan umat Islam pada hari ini sebagaimana di zaman Rasūlullah (s.a.w). Masyarakat perlu didedahkan dengan ajaran-ajaran yang terdapat dalam al-Qur'an dan al-Sunnah. Semoga dengan ini masyarakat dapat memahami serta menghayati dan seterusnya melaksanakan ajaran tersebut dalam kehidupan seharian.

Melalui kajian ini penulis cuba menilai kembali keadaan hidup masyarakat Islam pada hari ini terutamanya masyarakat Melayu. Agar dengan ini dapat diseimbangkan antara kemajuan yang dicapai dalam bidang sains dengan ajaran-ajaran Islam yang murni.

Dalam mengulas tajuk latihan ilmiah ini penulis mengumpulkan bahan daripada kitab-kitab tua dan buku-buku yang ada hubungkait dengan permasalahan yang dibincangkan. Penulis menjadikan al-Qur'an dan al-Sunnah sebagai rujukan utama di samping kitab-kitab lain. Penulis mengambil al-Sunnah sebagai bahan rujukan utama memandangkan ia sebagai koleksi hadith yang muktamad.

Dalam menulis tajuk ini penulis membahagikan kajian ini kepada tiga bahagian. Dalam bahagian pertama penulis membentangkan beberapa petikan daripada ayat-ayat al-Qur'an dan Hadith-Hadith yang bertambung dengan kesihatan. Ini adalah sebagai membuktikan bahawa Islam amat menentingkan aspek-aspek kesihatan. Dalam mengulas ayat-ayat dan Hadith-Hadith tersebut penulis semestinya merujuk kepada kitab-kitab lama seperti kitab al-Tibb al-Nabawi, Ihya' 'Ulum al-Din dan sebagainya. Untuk menguatkan lagi tulisan ini penulis telah menyertakan beberapa contoh yang sesuai dengan tajuk yang dibincangkan.

Dalam bab ini juga penulis cuba menghuraikan beberapa pengertian berhubung dengan tajuk yang dibincangkan. Untuk tujuan ini penulis telah menggunakan sumber rujukan daripada buku-buku umum, kamus serta majalah dan artikal-artikal yang ada hubungan dengan tajuk yang dibincangkan.

Dalam bab dua pula penulis cuba memperkecilkan ruang lingkup penulisan dengan mengkhususkan perbincangan kepada satu aspek sahaja dalam kesihatan iaitu yang berhubung dengan makan dan minum. Dalam menyelesaikan penulisan dalam bahagian ini penulis telah memetik beberapa ayat al-Qur'an serta Hadith-Hadith yang ada hubungan dengan makanan dan peraturannya. Ini bertujuan untuk menerangkan bahawa Islam amat mementingkan soal-soal yang berhubung dengan makan dan minum. Penulis juga telah menggunakan bahan-bahan rujukan daripada kitab-kitab lama, buku-buku bacaan umum, majalah artikal dan sebagainya yang ada kaitan dengan permasalahan yang dibincangkan. Di samping itu untuk mendapatkan maklumat serta gambaran yang lebih jelas berhubung dengan tajuk ini penulis telah menemui beberapa orang doktor yang pakar dalam bahagian ini. Dalam bab ini juga penulis cuba mengulas mengenai penyakit-penyakit yang wujud di dalam masyarakat yang disebabkan oleh makanan. Bab ini juga adalah merupakan kemuncak dalam tulisan ini.

Dalam bab tiga pula penulis cuba menerangkan hubungan antara makan dan minum dengan kesihatan. Dalam membincangkan bahagian ini penulis telah mengambil beberapa contoh kajian yang telah dilakukan oleh orang-orang yang terdahulu melalui kitab-kitab lama serta buku-buku bacaan umum yang membicarakan hal tersebut. Di samping itu penulis juga menyertakan beberapa petikan ayat-ayat al-Qur'an dan Hadith-Hadith yang ada hubungan dengan bab ini.

Untuk melengkapi lagi penulisan ini penulis telah membentangkan beberapa masalah berhubung dengan makanan serta bagaimana cara Islam dalam mengatasi masalah tersebut. Dalam menyelesaikan bahagian ini penulis telah merujuk kepada orang-orang yang pakar dalam bidang ini. Kesemuanya ini dilengkapi berdasarkan pada pandangan para ulamak.

Untuk menyelesaikan beberapa masalah yang dihadapi sepanjang penulisan ini terutama yang berhubung dengan buku-buku lama yang ditulis dalam bahasa arab, penulis menggunakan buku-buku terjemahan sebagai bantuan, samada dalam bahasa Malaysia mahupun dalam bahasa Indonesia. Penulis juga merujuk kepada para pensyarah dan rakan-rakan untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi. Akhirnya dengan bantuan, penulis berjaya juga menyelesaikan penulisan berhubung dengan tajuk ini. Walaupun masih terdapat banyak kekurangan-kekurangan yang perlu diperbaiki. Semoga tulisan ini merupakan satu percubaan yang bermanfaat bagi penulis dan pembaca amnya.

SEKIAN WASSALAM.