

Dosa-dosa dari Meja Makan Kita

Oleh: **Retma Ayu Ningtyas**

| Tanggal Upload: 11 Mei 2020



Buku *Merusak Bumi dari Meja Makan* karangan M Faizi ini mengajak saya untuk

merenungi dosa saya di kotak sampah. Makanan yang kita konsumsi setiap hari melahirkan sampah-sampah bejibun yang menjadi problem yang tidak bisa dianggap remeh. Dosa saya serta dosa dua ratus enam puluh juta masyarakat republik inilah yang kemudian membentuk sampah menjadi sebuah koloni serta menduduki peringkat ketiga di dunia setelah Tiongkok dan Amerika.

Menganggap remeh makanan sebetulnya bukan perbuatan manusia karena sejatinya manusia adalah makhluk yang penuh perhitungan. Ini dicontohkan saat para sufi lebih berhati-hati dalam memilih makanan. Jakfar at-Thayyar misalnya, ia tidak pernah mabuk semasa hidupnya baik sebelum atau sesudah masuk Islam. Yusuf Bin Asbath tidak pernah menyantap makanan sebelum ia ketahui asal muasalnya (Hal.54).

Percaya tidak percaya, makan adalah ibadah terberat kedua setelah shalat. Dicantumkan dalam kitab *Risalatul Muawanah*, Sayyid Abdullah Alawi Al-Hadad mewanti-wanti urusan kesucian makanan dan kehalalan rezeki yang akan kita makan. Analoginya begini, aktifitas makan itu ragawi yang sifatnya duniawi maka asal muasal kesucian makanan perlu diketahui karena jika tidak, ia akan bercampur dalam darah, menjadi daging, dan ujungnya menjadi tubuh yang akan kita gunakan untuk beribadah.

Tidak hanya sampai disana, kita dulu diajari oleh nenek moyang kita tentang keharusan duduk saat makan dan minum, tidak menyisakan makanan di piring agar ayamnya tidak mubazir, menjilati jari-jemari setelah makan dan dalam setiap suapan menyertakan *basmalah* dan *hamdalah* (Hal. 55). Kesemua hal itu juga merupakan sunnah Nabi.

Makan sembari duduk dimaksudkan untuk menghargai alat pencernaan yang sedang bekerja agar makanan yang diproses menjadi halus dan tidak merusak organ pencernaan. Makanan di piring juga harus dihabiskan tak bersisa, karena jika bersisa makanannya hanya akan menjadi sia-sia dan lagi-lagi akan menimbulkan limbah serta tidak menghargai kerja keras petani. Sedangkan, di luar sana masih banyak manusia yang tidak bisa makan, maka untuk menghargai mereka bahkan kitapun diwajibkan untuk menjilati jari jemari yang masih ada sisa makanan.

Rapor Makan di Bulan Ramadan

Bulan Ramadan kita seharusnya berpuasa bukan hanya puasa makan, tapi juga puasa medsos dan puasa syahwat. Di bulan ramadan, dimana pasar menyediakan berbagai jenis makanan beraneka ragam, daya beli masyarakat cenderung mengalami kenaikan. Dengan dalih untuk melampiaskan makan dan minum, akhirnya ibu-ibu memasak makanan dengan jumlah yang tidak sedikit.

Kita sekali lagi lupa bahwa pemubaziran tidak dianjurkan oleh Nabi, dan hadis lain yang mengatakan bahwa makanlah sebelum kenyang adalah wajib. Maka, makanan yang tidak habis dimakan setelah buka puasa itu akan terbuang sia-sia menjadi limbah. Kita melupakan hal

penting bahwa alangkah panjang perjalanan oseng-oseng kangkung yang kita sia-siakan itu. Kangkung berproses tumbuh sejak kecil menjadi besar, diolah dengan bumbu-bumbu bermacam-macam hingga ia tersaji di meja makan. Namun, sayang sekali, ia harus berakhir di tong sampah.

Penggambaran Bulan Ramadan oleh Syaikh Usman bin Hasan bin Ahmad (penyusun kitab *Durratun Nasihin*) adalah bulan istimewa diumpamakan setara dengan kemuliaan Allah SWT terhadap hamba-hambanya. Namun, menjadi ironi tatkala pola pikir masyarakat “mampu membeli” disamakan dengan “boleh mubazir.” Padahal dua hal ini adalah dua hal yang berbeda. Celaknya, pelakunya adalah orang yang berpuasa di muka bumi, mengabaikan anjuran yang tidak sempat diucapkan yakni menjadi tidak bersyukur saat warganya yang lain menanggung kemiskinan dan kelaparan. Semoga kita semua bisa berbenah dari dosa-dosa dari meja makan.

Identitas Buku

Judul Buku : Merudsak Bumi dari Meja Makan

Penulis : M faizi

Pnerbit : Cantrik Pustaka

Tahun : Januari 2020

ISBN : 978-602-0708-58-4

[Baca Artikel Asli di Website](#)

Tentang islamsantun.org:

Portal media yang berdedikasi menyebarkan diskursus Islam yang ramah, moderat, dan *rahmatan lil 'alamin*. Menyajikan ragam artikel keislaman, opini, khutbah, hingga sastra pesantren, islamsantun.org hadir sebagai rujukan literasi keagamaan yang sejuk dan mencerahkan bagi masyarakat luas.

Ditulis oleh **Retma Ayu Ningtyas**

Mahasiswa Fakultas Adab dan Bahasa IAIN Surakarta

© 2026 islamsantun.org · Menyebarkan Islam yang *rahmatan lil 'alamin*