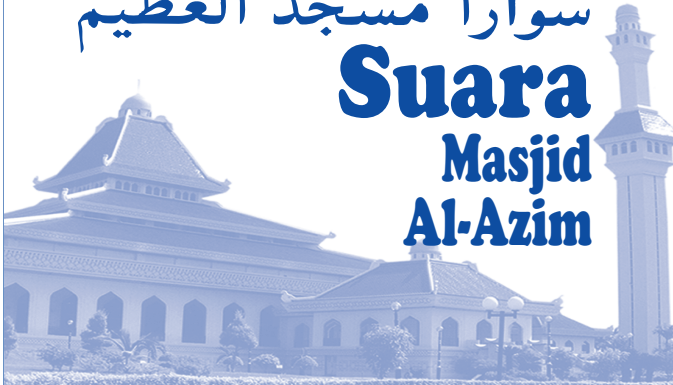


سوارا مسجد العظيم
**Suara
Masjid
Al-Azim**



JADUAL IMAM/BILAL BERTUGAS PADA 9/1/2009

USTAZ MOHD AMIRUDIN BIN AHMAD - IMAM 2

USTAZ MOHD AL HAFIZ BIN ASARI - BILAL

(Tajuk Khutbah : Umat Islam Wajib Menyokong Perjuangan Palestin)

JADUAL SOLAT HARI INI

SUBUH	SYURUK	ZOHOR	ASAR	MAGHRIB	ISYAK	IMSAK
5.57	7.19	1.20	4.43	7.19	8.33	5.47

No. Tel : 06-284 1142 Faks : 06-286 0435 Website : www.al-azim.com Email : maazim@streamyx.com

Bil. 2/2009

Tarikh: 9 Januari 2009 / 12 Muharam 1430H

PERCUMA

Tazkirah

KEDUDUKAN SENAMAN YOGA DI KALANGAN UMAT ISLAM

Sambungan dari minggu lepas

3.4. Senaman-senaman Yoga - Senaman Yoga (Asana Yoga)

3.4.1. Roh perbincangan kita yang digelar "Senaman Yoga" ialah **Asana Yoga**. Enam contoh senaman asana ialah seperti berikut:

a) *Padmasana* seorang duduk bersela di atas lantai. Kaki kanan di atas peha kiri dan kaki kiri di atas peha kanan. Tapak tangan di atas lutut kanan dan tapak tangan kiri di atas lutut kiri. Ibu jari menyentuh jari telunjuk. Inilah di antara yang dilihat di layar putih TV tempatan. Erti *Padmasana* kedudukan teratai. Di kalangan Hindu, bunga teratai adalah simbol keheningan, kejernihan dan keyakinan diri. Bunga teratai juga menjadi simbol kepada anggota kemaluan perempuan. *Padmasana* merupakan imbangan yang sempurna seperti bunga teratai terapong di atas air kolam yang tenang.

b) *Yuga-Mudra* simbol sujud seseorang kepada Tuhan. Cara duduknya: Bersila sama seperti duduk *Padmasana*. Tarik nafas dengan mendalam, kemudian hembuskan. Tunduk perlahan-lahan ke hadapan sehingga dagu dan mulut mencecah lantai. Dua belah lengan angkat ke atas, kedua belah tangan berpegangan. Kekalkan dalam keadaan begitu seberapa lama yang boleh tanpa menarik nafas, kemudian tarik nafas dan angkat badan perlahan-lahan sehingga tegak seperti kedudukan asal serta hembuskan nafas. *Yoga-Mudra* ini amat jelas melibatkan perkara agama atau ketuhanan.

c) *Matsyasana* - kedudukan ikan. Duduk sama seperti *Padmasana* juga. Rebahkan badan ke belakang. Angkat dada ke atas supaya bahagian tengah kepala

dapat mencecah lantai. Tangan kanan memegang kaki kanan dan tangan kiri memegang kaki kiri. Bernafaslah seperti biasa dan jangan ada paksaan.

d) *Padmasana* cara *Gheranda Saniluta* : Duduk bersila sama seperti *Padmasana*; kedua tangan silangkan ke belakang dan pegang jari ibu kaki yang bersilang itu dengan kuat (jari ibu kaki kanan dengan tangan kanan dan jari ibu kaki kiri dengan tangan kiri); tundukkan kepala sehingga sampai ke dagu serta tekankan dagu itu ke dada serta mata melihat batang hidung.

e) *Vajrasana* : menyerupai duduk tasyahhud dalam solat Islam, punggung duduk di atas tumit dan peha di atas labu betis.

f) *Garudasana* - *Garuda* nama burung khayalan berkepalakan rupa manusia tunggangan Tuhan Vishnu bila dia mahu naik ke langit. Vishnu sendiri biasanya digambarkan dengan bunga teratai. Cara melakukan *Garudasana* hendaklah berdiri tegak dengan sebelah kaki kanan memijak kuat di atas lantai. Sekarang angkat kaki kiri, peha kiri jadi bersilang dengan peha kanan. Belakang betis kiri dan kaki membelit betis kanan "seperti akar membelit pohon". Cara yang sama dilakukan ke atas lengan, sebelah lengan membelit lengan sebelah lagi. Tapak tangan menyentuh satu sama lain. Tangan terletak di hadapan muka. Kedudukan kaki dan tangan hendaklah bertukar ganti.

3.4.2. Daripada enam contoh senaman Yoga *Asana* terdapat **unsur agama Hindu - Buddha** iaitu bunga teratai, asana sujud dan asana garuda. Lima jenis senaman Yoga yang lain ialah seperti berikut:

a) *Hatha Yoga*, *Ha* ertinya matahari dan *tha* ertinya bulan. Dengan pengertian menyatukan matahari



HIMPUNAN KISAH TELADAN PARA NABI & RASUL UNTUK PUTERA-PUTERI MUSLIM



Sambungan dari minggu lepas

Akibat musibah itu mereka terus berteriak ketakutan keberatan. Mereka bingung apa yang harus dilakukan untuk menanganai musibah itu. Sebelumnya, mereka telah melihat mukjizat Nabi Musa a.s. pada waktu melawan para penyihir Firaun. Oleh kerana itu, mereka meminta kepada Nabi Musa agar berdoa kepada Allah S.W.T. untuk menghilangkan bencana itu.

Nabi Musa memenuhi permintaan mereka sehingga Allah S.W.T. mengabulkan doanya. Hanya saja keluarga Firaun masih tetap setia kepada syaitan. Mereka menyembah selain Allah S.W.T. dan mengingkari ayat-ayat-Nya.

Allah S.W.T. berfirman yang bermaksud:

"Dan ketika mereka ditimpa azab (yang telah diterangkan itu) mereka pun berkata, 'Hai Musa, mohonkanlah untuk kami kepada Tuhan kamu dengan (perantaraan) kenabian yang diketahui Allah S.W.T. ada pada sisi kamu. Sesungguhnya, jika kamu dapat menghilangkan azab itu daripada kami, pasti kami akan beriman kepada kamu dan akan kami biarkan Bani Israel pergi bersama kamu. Maka setelah kami hilangkan azab itu dari mereka hingga batas waktu yang mereka sampai kepadanya, tiba-tiba mereka mengingkarinya. Kemudian Kami menghukum mereka, maka Kami tenggelamkan mereka di laut disebabkan mereka mendustakan ayat-ayat Kami dan mereka adalah orang-orang yang melalaikan ayat-ayat Kami itu."

(Al-A'rat : 134-136)

18. Firaun Ingin Membunuh Nabi Musa

Nabi Musa hidup di Mesir sudah bertahun-tahun.

Akan tetapi, hati para penduduk itu masih tetap keras. Firaun semakin bebas berkuasa dengan kekafirannya. Dia kumpulkan para menterinya dan dia tegaskan kepada mereka bahawa satu-satunya jalan menanganai Musa adalah membunuhnya.

Menurutnya, Nabi Musa adalah orang yang merosak kehidupan Mesir. Allah S.W.T. berfirman yang bermaksud:

"Dan berkata Firaun (kepada pembesar-pembesarnya), 'Biarkanlah aku membunuh Musa dan hendaklah dia memohon kepada Tuhannya, kerana sesungguhnya aku khuatir dia akan menukar agama kamu atau menimbulkan kerosakan di muka bumi.'"

(Al-Mukmin : 26)

Dalam keluarga Firaun terdapat lelaki yang beriman sebagaimana halnya isteri Firaun. Namun, keduanya tidak menampakkan keimanan mereka kerana takut akan seksaan Firaun. Firaun berterus-terang di hadapan para pembesar kerajaan dan di depan ramai orang bahawa dia ingin membunuh Nabi Musa.

Seorang lelaki yang beriman itu menentang dengan kuat tanpa merasa takut. Dia berkata:

"Apakah kamu akan membunuh seorang lelaki kerana dia menyatakan, 'Tuhanku ialah Allah S.W.T.' padahal dia telah datang kepada kamu dengan membawa keterangan-keterangan dari Tuhan kamu dan jika dia seorang pendusta, maka dialah yang menanggung (dosa) dustanya itu dan jika dia seorang yang benar nescaya sebahagian (bencana) yang diancamkannya kepada kamu

<< *sambungan dari m/s 1*

dan bulan melalui jalan pernafasan. *Hatha Yoga* ini semata-mata mengenai badan fizikal kita. Ini bererti *Hatha Yoga* bermaksud menguasai pemikiran kita melalui cara pernafasan tertentu. Menyedut nafas ke paru-paru digelar *puruka*; menahan nafas dalam paru-paru digelar *kumbhaka* dan menghembuskan nafas dari dalam paru-paru digelar *rechaka*. Cara mengamalkannya: Tutup lubang hidung kanan dengan ibu jari kanan; tarik nafas perlahan-lahan (*puruka*); ulang beberapa kali; lepaskan ibu jari dan tutup lubang hidung kiri dengan jari tengah dan jari manis; lakukan sedutan dan hembusan nafas beberapa kali sama seperti yang dilakukan sebelumnya. *Pranayama tertentu* (pernafasan tertentu) : Tutup lubang hidung kanan dengan ibu jari kanan; tarik nafas perlahan-lahan; tutup lubang hidung kiri dengan jari tengah

dan jari manis; lakukanlah *kumbhaka* (simpan nafas dalam paru-paru); hembuskan nafas perlahan-lahan; tarik nafas semula; tutup dengan ibu jari; lakukan *kumbhaka*; jatuhkan jari; hembus nafas perlahan-lahan. Amalan ini bertujuan menguasai pernafasan digelar *pranayama* *Hatha Yoga*. Ini di peringkat permulaan, boleh diulangi amalan seperti ini beberapa kali sesuka hati. Amalan seperti ini ada bahayanya kecuali jika dilakukan dengan cara sederhana yang ketat. Ada aliran lain yang seakan dengan *Hatha Yoga* digelar *chakra* (pusat). *Hatha Yoga* ini bertujuan mendapatkan kesegaran dan kesihatan sebagai sokongan kepada *Asana Yoga* yang mempunyai tujuan yang sama. Selepas *Hatha Yoga* diikuti dengan *Karma Yoga*.

Bersambung di minggu hadapan

akan menimpa kamu.' Sesungguhnya Allah S.W.T. tidak menunjuki orang-orang yang melampaui batas lagi pendusta."

(Al-Mukmin : 28)

19. Nabi Musa Keluar Dari Mesir

Lelaki yang beriman itu memberitahu Nabi Musa bahawa Firaun memutuskan akan membunuhnya beserta semua keturunan Israel. Ketika itu, Allah S.W.T. menurunkan wahyu kepada Musa agar dia dan semua keturunan Israel keluar dari negeri Mesir.

Nabi Musa dan Bani Israel bergegas keluar dari Mesir pada malam hari menuju ke arah timur atau arah Laut Merah. Mereka melintasi Sinai lalu menuju ke negeri Palestin. Orang-orang Israel pada masa Nabi Ya'qub keluar dari Palestin. Pada zaman Nabi Musa mereka kembali lagi.

Mengetahui perjalanan itu, Firaun dengan jumlah tentera yang banyak dan persenjataan lengkap mengejar mereka. Sewaktu rombongan Nabi Musa sampai di pinggir laut, rombongan Firaun menyangka bahawa mereka dapat menangkap Nabi Musa dan teman-temannya. Akan tetapi, Allah S.W.T. menghendaki lain. Allah S.W.T. menurunkan wahyu kepada Nabi Musa: "Pukul-lah lautan itu dengan tongkat kamu." Nabi Musa memukulkan tongkatnya ke lautan. Lalu lautan itu terbelah menjadi dua belahan.

"Dan tiap-tiap belahan seperti gunung yang besar."

(Asy-Syu'srs: 63)

Nabi Musa beserta rombongannya menyeberangi lautan. Setelah akhir barisan Nabi Musa sampai di daratan kedua, Firaun dan tenteranya memasuki lautan. Akan tetapi, air laut menggulung mereka sehingga mereka tenggelam. Begitulah balasan orang-orang kafir.

20. Di Sinai

Selama berpuluh-puluh tahun di Mesir, Bani Israel mengalami penderitaan dalam hidup. Mereka selalu dihina dan diinjak-injak haknya oleh Firaun. Mereka selalu dalam keadaan tertekan. Keadaan demikian menyebabkan mereka mempunyai sifat penakut dan pengecut.

Setiap kali Nabi Musa mengajak mereka meneruskan perjalanan ke Palestin, mereka bermalas-malasan. Pada waktu itu, di Palestin terdapat orang-orang yang gagah perkasa. Mereka berasal dari salah satu pulau yang ada di Laut Tengah. Bani Israel berkata kepada Nabi Musa:

"Hai Musa, sesungguhnya dalam negeri itu ada orang-orang yang gagah perkasa. Sesungguhnya, kami sekali-kali tidak akan memasukinya sebelum mereka keluar daripadanya. Jika mereka keluar daripadanya, pasti kami akan memasukinya."

(Al-Maidah : 22)

Setelah bosan dengan ajakan Nabi Musa, mereka berkata:

"Hai Musa, kami sekali-sekali tidak akan memasukinya selama-lamanya, selagi mereka ada di dalamnya, kerana

Bersambung di m/s 4 >>>

Belajar Bahasa Arab

Bersama : Ustaz Haji Fazly bin Haji Yaacob

Pelajaran Tiga Ratus Sembilan Puluh

هَيَّا نَلْعَبْ

MARI KITA BERMAIN

محمد : هَلْ تَعْرِفُونَ عَنْ لُغْبَةِ تَقْلِيدِيَّةٍ؟

Muhammad : Adakah kamu semua tahu tentang permainan tradisional?

داؤد : نَعَمْ، نَعْرِفُ عَنْهَا.

Daud : Ya, kami tahu tentangnya.

محمد : أَذْكَرُوا بَعْضَهَا.

Muhammad : Sebutkan sebahagian daripadanya.

زيد : مِنْهَا لُغْبَةُ الْمَنْكَالَا.

Zaid : Antaranya permainan congkak.

سلوى : وَكَذَلِكَ لُغْبَةُ الْحَذْرُوفِ وَلُغْبَةُ الطَّائِرَةِ الْوَرَقِيَّةِ.

Salwa : Begitu juga permainan gasing dan permainan layang-layang.

الْمُعْجَمُ : Kamus

الْحَذْرُوفُ : gasing لُغْبَةٌ : permainan

الطَّائِرَةُ الْوَرَقِيَّةُ : layang-layang الْمَنْكَالَا : congkak

SIDANG REDAKSI

PENGERUSI

Y.A.B. Datuk Seri Hj. Mohd. Ali Bin Mohd. Rustam
(Ketua Menteri Melaka)

PENAUNG

Y.B Tuan Hj. Ghazale Bin Muhamad
(Timbalan Pengerusi MAIM)

PENGARANG

Ustaz Hasbulah Bin Selah @ Salim
(Imam Satu)

PENASIHAT

Y. Bhg. Datuk Alias Bin Mad Saad
(Pegarah JAIM)

SIDANG PENGARANG

Ustaz Mohd. Amirudin Bin Ahmad
(Imam Dua)
Tuan Haji Yaacob Bin Abdul Majid
(Imam Rawatib)

KETUA PENGARANG

Al-Fadil Tn. Hj. Mohammad
Bin Hashim Al-Hafiz
(Imam Besar Masjid Negeri Melaka)

Pn. Mahaniza Binti Mahat
(Pembantu Tadbir)

EDITOR

Tuan Hj. Ab. Rashid Bin Ab. Rahman
(Bilal Satu)

Ustaz Mohd Aidiel Bin Jaapar
(Noja)
Tuan Hj. Borhan Benjamin Bin Abdullah
(Penyambut Tetamu)

JADUAL KELAS PENGAJIAN MASJID AL-AZIM MELAKA

HARI/MASA	SUBUH	ZOHOR	ASAR	MAGRIB	ISYAK
ISNIN		2.30 Ptg. Kelas Asas Al-Quran Kanak-Kanak	5.00 Ptg. Al-Quran Wanita Tn. Hj. Ab. Rashid b. Ab. Rahman	7.30 Mlm. Tn. Hj. Zakaria b. Lemat (Mustika Hadis)	
SELASA		2.30 Ptg. Kelas Asas Al-Quran Kanak-Kanak	5.00 Ptg. Al-Quran Wanita Tn. Hj. Ab. Rashid b. Ab. Rahman	7.30 Mlm. Fekah Datuk Wira Hj. Rashid Redza b. Md. Salleh	Pengajian Asas Taranum Tn. Hj. Ramli b. Dollah
RABU		2.30 Ptg. Kelas Asas Al-Quran Kanak-Kanak		7.30 Mlm. Fekah/Sirah Tn. Hj. Ali Umar	
KHAMIS		2.30 Ptg. Kelas Asas Al-Quran Kanak-Kanak		7.30 Mlm. Majlis Bacaan Yasin & Tahlil	
JUMAAT		2.30 Ptg. Fardu Ain Ust. Halimah		7.30 Mlm. Tauhid/Al-Quran Tuan Hj. Mohammad b. Hashim	Kelas Berzanji Tn. Hj. Abdul Latip b. Joned
SABTU	6.00 Pg. Kulia Subuh Tn. Hj. Abd. Rahim b. Khalik 8.00 Pg. Kelas Pengajian Tahfiz Kanak-kanak 8.30 pg. - 12.30 Tgh. Kelas Pengajian Dewasa Persijilan	2.00 Ptg. Kelas Pengajian Tahfiz Kanak-kanak		7.30 Mlm. Hadis Tn. Hj. Ibrahim b. Abdul Hamid	Kelas Bahasa Arab Ust. Fazly b. Hj. Yaacob
AHAD	6.00 Pg. Kulia Subuh Ustaz Shukeri Najib b. Ab. Rahim 8.00 Pg. Kelas Pengajian Tahfiz Kanak-kanak 10.00 Pg. Tafsir Datuk Hj. Idris Al-Hafiz 8.30 Pg. - 12.30 Tgh. Kelas Pengajian Dewasa Persijilan	2.00 Ptg. Kelas Pengajian Tahfiz Kanak-kanak		7.30 Mlm. Tafsir Tn. Hj. Abd. Rahim b. Chalik	

< < < sambungan dari m/s 3

itu pergilah kamu bersama Tuhanmu dan berperanglah kamu berdua, sesungguhnya kami hanya duduk menanti di sini."

(Al-Maidah : 24)

21. Bani Israel Meminta Dibuatkan Tuhan

Sifat penakut bukanlah satu-satunya tabiat Bani Israel. Mereka terpengaruh dengan lingkungan yang banyak patung dan berhala. Di sana, mereka melihat sekumpulan orang yang menyembah batu-batu yang telah diukir menjadi bentuk patung dan berhala. Mereka berkata kepada Nabi Musa:

"Hai Musa, buatlah untuk kami sebuah Tuhan (berhala) sebagaimana mereka mempunyai beberapa tuhan (berhala)." Musa menjawab: "Sesungguhnya kamu ini adalah kaum yang bodoh. Sesungguhnya mereka itu akan dihancurkan kepercayaan yang dianutinya dan akan batal apa yang selalu mereka kerjakan."

(Al-A'raf : 138-139)

Meskipun Musa selalu mengingatkan mereka akan seksa Allah S.W.T. yang amat pedih.

22. Bani Israel Dimuliakan Allah S.W.T. Tetapi Tidak Mahu Bersyukur

Allah S.W.T. telah menyelamatkan Bani Israel dari kekejaman Firaun dan dari tenggelam dalam lautan. Allah S.W.T. memberikan kenikmatan kepada mereka berupa al-Manna dan as-Salwa. Al-Manna iaitu zat yang manis dan pekat seperti madu yang dikeluarkan sejenis

ponoh. Salwa, iaitu burung yang dikenali dengan nama puyuh. Ini kerana keadaan tanah kering dan susah mendapatkan air untuk minum, Allah S.W.T. memerintah Musa untuk memukul tongkat pada batu besar. Dari situ terpancarlah dua belas sumber mata air yang sesuai dengan jumlah kelompok mereka. Setiap kelompok mempunyai mengetahui bahagiannya masing-masing.

Meskipun demikian, mereka tidak mahu bersyukur kepada Allah S.W.T. Bahkan, mereka menuntut agar ditumbuhkan sejenis sayuran seperti: serai, timun, bawang putih, bawang merah dan adas (sejenis gandum) kepada mereka. Lalu Allah S.W.T. berkata:

"Mahukah kamu mengambil sesuatu yang rendah sebagai pengganti yang lebih baik?"

(Al-Baqarah : 61)

Bani Israel sangat aneh. Oleh kerana keingkarannya mereka atas nikmat yang dikurniakan Allah, Allah S.W.T. menimpakan kepada mereka kenistaan dan kehinaan. Mereka pun mendapat kemurkaan dari Allah S.W.T. Allah S.W.T. menjadikan mereka kebingungan dan sia-sia selama empat puluh tahun di Sinai. Semoga generasi itu sudah tidak ada dan diganti dengan generasi yang giat dan taat pada perintah Allah S.W.T.

Bersambung di minggu hadapan

Pungutan Tabung Derma Masjid Al-Azim

2.1.2009 - RM 6,337.60

PERINGATAN :

SILA LETAKKAN RISALAH INI DI TEMPAT YANG SESUAI