

Persiap diri rai Ramadan

» *Semai sikap
mulia jadi
amalan ketika
berpuasa*

Penceramah bebas, Elyas Ismail, berkata fasa sebelum ketibaan Ramadan, adalah masa paling sesuai untuk menyemai sifat mulia yang perlu diamalkan sepanjang berpuasa kelak.

Jadikan hati lebih tenang

"Sebelum ketibaannya, eloklah kita berusaha memperbaiki dan melatih diri agar dapat meraikan Ramadan dengan penuh persediaan.

"Ketika inilah elok kita mula semai dalam diri, sifat sabar dan sering beristighfar, untuk menjadikan hati lebih tenang," kata Elyas ketika menyertai Forum Perdana anjuran Badan Khairat NSTP dan Pusat Pungu-



Elyas (kanan), Ahmad Shukri dan Nik Salida di Balai Berita, semalam.

[FOTO ASYRAF HAMZAH/BH]

tan Zakat (PPZ) Wilayah Persekutuan di Balai Berita di sini, semalam.

Beliau yang juga pakar motivasi, berkata berpuasa sunat juga seelok-eloknya dijadikan amalan melatih tubuh badan agar lebih bersedia ketika Ramadan.

"Bila kita mula membiasakan diri dengan amalan puasa sunat, ia juga adalah latihan awal kepada sistem tubuh kita. Tidaklah nanti apabila mula memasuki Ramadan, kita merasakan ibadat itu terlalu sukar untuk disempurnakan," katanya.

Selain Elyas, turut diundang sebagai panel ialah Timbalan Pengarah Pusat Permata Insan Universiti Sains Islam Malaysia (USIM), Dr Nik Salida Suhaila Nik Saleh, manakala penceramah bebas, Ahmad Shukri Yusoff, sebagai moderator.

Oleh **Sophia Ahmad**
sophia@bh.com.my

► **Kuala Lumpur**

Umat Islam seharusnya berusaha melatih diri supaya lebih bersedia meraikan ketibaan bulan Ramadan dengan pelbagai amalan untuk meningkatkan ketakwaan.