



**Kantor Dakwah Sulay**

Telp. 2414488 – 2410615, fax: 232

# PANDUAN UMRAH

Dilengkapi Dengan Doa dan Zikir



**Penyusun**

**Divisi Jaliat Kantor Dakwah  
Sulay**

**INDONESIA  
0501109**

كتب  
الجاليات

٢٧

٢٧



الاسلي

مكتب الدعوة السلي

هاتف: ٢٤١٠٦١٥-٢٤١٤٤٨٨ تحويلة ناسوخ ٢٣٢

# دليل المقتمر



أعداد

قسم الجاليات بالمكتب

حساب المكتب الموحد ٢٢٨٠٠٠٠٢٩٦٦٠٨٠١٠٠٧٠٥٠٩ SA مصرف الراجحي

اندونيسي

WWW. ISLAMNEWLIFE.COM

٠٥٠١١٠٩

# PANDUAN UMRAH

Dilengkapi Dengan Doa dan Zikir

Penyusun

**Abdullah Haidir**

Panduan Umrah

ردمك

## Daftar Isi

|  |           |
|--|-----------|
| <b>Pengantar Penyusun</b>  | <b>5</b>  |
| <b>Tata Cara Umrah</b>   | <b>7</b>  |
| <b>Beberapa Permasalahan Terkait</b>                               | <b>22</b> |
| <b>Panduan Shalat Di Perjalanan</b>                                | <b>31</b> |
| <b>Doa dan Zikir</b>   | <b>37</b> |
| - Doa Safar  | 37        |
| - Doa Saat Singgah Di Suatu Tempat                                 | 40        |
| - Sayyidul Istighfar   | 40        |
| - Zikir Pagi dan Petang  | 42        |
| - Doa yang Bersifat Umum   | 48        |
| - Zikir Setelah Shalat Fardhu                                      | 54        |
| - Doa Istikharah   | 56        |
| - Shalat Jenazah dan Ziarah Kubur                                  | 59        |
| - Tata Cara Shalat Jenazah   | 59        |
| - Tata Cara Ziarah Ke Masjid Naba-<br>wi dan ke makam Rasulullah ﷺ | 60        |
| - Doa Dalam Shalat Jenazah   | 63        |
| - Salam Untuk Penghuni Kubur                                       | 66        |

دليل اعمه

**Judul Buku**

*Panduan Umrah*

**Penyusun**

*Abdullah Haidir*

**Muraja'ah**

*Fir'adi Nashruddin, Lc*

**Perwajahan Isi dan Penata Letak**

*Abdullah Haidir*

**Penerbit**

*Al-Maktab at-Ta'awuni Lid-Da'wah wal  
Irsyad wa Tau'iyatil Jaliat bi as-Sulay.*

**Cetakan Pertama**

*Rabi'ul Tsani, 1430 H/April 2009 M.*



## Pengantar Penyusun

Segala puji hanya milik Allah Ta'ala, shalawat dan salam, semoga tercurah kepada Rasulullah ﷺ.

Umrah adalah ibadah yang sangat besar keutamaannya. Akan tetapi, keutamaan tersebut bagi orang yang melakukannya terkait erat dengan tingkat keikhlasan dan kesesuaian pelaksanaannya sesuai dengan sunnah Rasulullah ﷺ.

Kami upayakan menyusun buku saku ini secara ringkas dan dengan bahasa yang mudah dipahami, agar sedapat mungkin dapat dijadikan sebagai panduan pelaksanaan umrah yang benar dan bermutu.

Koreksi dan masukan dapat disampaikan ke penerbit buku ini, atau langsung ke email; **abu\_rumaiṣha@hotmail.com**

Selamat menunaikan ibadah umrah, semoga Allah Ta'ala menerimanya sebagai amal shaleh yang bermanfaat bagi anda di dunia dan akhirat. Dan... jangan lupakan kami dalam doa-doa anda.

Riyadh, Rabi'uts-Tsani, 1430H  
April 2009M

Abdullah Haidir

# TATA CARA UMRAH

Syekh Abdul-Aziz bin Abdullah bin Baaz  
*rahimahullah*

الحمد لله وحده، والصلاة والسلام على من  
لا نبي بعده وعلى آله وصحبه وبعد

*Berikut ini pedoman dan penjelasan singkat tentang umrah:*

❶ Jika seseorang yang hendak melakukan umrah telah tiba di miqat, disunnahkan baginya mandi dan bersih-bersih.

Hal ini juga berlaku bagi wanita yang sedang haid atau nifas (tetap disunnahkan mandi dan bersih-bersih). Cuma saja mereka tidak boleh ikut thawaf di *Baitullah* sebelum suci dan mandi dari hadats besar.

Bagi laki-laki, disunnahkan memakai wewangian di tubuhnya, namun jangan

di pakaian ihramnya. Jika sulit baginya untuk mandi (Misalnya karena kurang sehat atau sebagainya), maka tidaklah mengapa. Namun disunnahkan mandi setibanya di Mekah jika mudah baginya.

② Bagi laki-laki, harus melepas seluruh pakaian yang berjahit dan kemudian mengenakan *Izaar* (Pakaian ihram bagian bawah) dan *rida'* (pakaian ihram bagian atas) serta membiarkan bagian kepalanya terbuka (tidak mengenakan peci atau semacamnya yang berfungsi menutup kepala).

Pakaian bagi orang laki disunnahkan berwarna putih bersih. Sedangkan wanita dibolehkan ihram dengan pakaian biasa yang tidak menampakkan perhiasaan dan kemewahan.

③ Setelah itu, lakukan niat untuk memulai ibadah (umrah), lalu ucapkan dengan lisan ucapan berikut:

اللَّهُمَّ لَبَّيْكَ عُمْرَةً

***Alloohumma labbaika umrotan***

atau

لَبَّيْكَ عُمْرَةً

***labbaika umrotan***

Jika khawatir tidak dapat melanjutkan ibadah karena sakit atau takut ada musuh atau semacamnya, maka disyariatkan baginya memberi syarat ketika mulai ihram dengan mengatakan:

فَإِنْ حَبَسَنِي حَاسٍ فَمَجَلِي  
حَيْثُ حَبَسْتَنِي

***Fa'in habasanii haabisun famahillii  
haitsu habastanii***

“Jika ada yang menghalangi saya, maka tempat tahallul saya ditempat Engkau menghalangi saya”

Berdasarkan hadits Dhiba'ah binti Zubair *radiallahuanha*, dia berkata,

*“Ya Rasulullah, sungguh aku ingin melaksanakan haji akan tetapi aku menderita sakit”*,

Maka Rasulullah bersabda ﷺ :

*“Tunaikanlah ibadah haji dan syaratkanlah bahwa tempat tahallul kamu di tempat kamu terhalang”*  
**(Muttafaq alaih)**

Kemudian -setelah itu- hendaklah dia ber-*talbiah* sebagaimana *talbiah* yang dibaca Nabi ﷺ, yaitu :

لَبَّيْكَ اللَّهُمَّ لَبَّيْكَ، لَبَّيْكَ لَا شَرِيكَ لَكَ  
لَبَّيْكَ، إِنَّ الْحَمْدَ وَالنُّعْمَةَ لَكَ وَالْمُلْكَ،  
لَا شَرِيكَ لَكَ

***Labbaikalloohumma labbaik.  
Labbaika laa syariika laka labbaik.***

## ***Innal-hamda wan-ni'mata, laka wal-mulk, laa syariika-lak.***

"Aku penuh panggilan-Mu ya Allah, aku penuh panggilan-Mu. Tidak ada sekutu bagi-Mu, aku penuh panggilan-Mu. Sesungguhnya segala pujian, kenikmatan dan kerajaan hanyalah milik-Mu, tidak ada sekutu bagi-Mu"

Perbanyaklah mengucapkan *talbiah* serta berzikir dan berdoa.

Jika telah tiba di Masjidil-Haram, disunnahkan masuk dengan mendahulukan kaki kanan seraya mengucapkan:

بِسْمِ اللَّهِ وَالصَّلَاةِ وَالسَّلَامِ عَلَى رَسُولِ  
اللَّهِ، أَعُوذُ بِاللَّهِ الْعَظِيمِ، وَيُوجِّهِهِ  
الْكَرِيمِ، وَسُلْطَانِهِ الْقَدِيمِ مِنَ الشَّيْطَانِ  
الرَّجِيمِ، اللَّهُمَّ افْتَحْ لِي أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ

***Bismillahi wash-sholaatu was-salaamu 'alaa Rasuulillah, A'uuzu billahil-Aziim, wa bi-wajhihil-kariim, wa sulthooniihil-qadiim minasy-syaithoonir-rojiim.***

***Alloohummaftah-ii abwaaba rohmatik.***

sebagaimana saat memasuki masjid-masjid yang lainnya. Kemudian hendaklah dia menyibukkan dirinya dengan *talbiah* hingga tiba di depan Ka'bah.

④ Jika telah tiba di depan Ka'bah, berhentilah membaca *talbiah*. Kemudian hendaklah menuju Hajar Aswad (untuk memulai tawaf), lalu mengusap dan menciumnya jika memungkinkan dan tidak menyakiti orang lain dengan berdesak-desakan.

Saat mengusapnya ucapkanlah:

بِسْمِ اللّٰهِ وَاللّٰهُ اَكْبَرُ

***Bismillaahi walloohu akbar***

"Dengan menyebut nama Allah, Allah Mahabesar"

atau

اللَّهُ أَكْبَرُ

*Alloohu akbar*

Jika sulit menciumnya, maka cukup mengusapnya dengan tangan atau tongkat atau semacamnya, lalu mencium bekas usapan tersebut. Jika mengusapnya juga sulit, maka cukup dengan memberi isyarat kepadanya seraya mengucapkan '*Allahu akbar*', dan tidak perlu mencium bekas isyaratnya. (Setelah itu mulailah berjalan untuk thawaf)

Demi sahnya thawaf, disyaratkan bersuci, atau dalam keadaan tidak memiliki hadats kecil maupun besar. Karena thawaf bagaikan shalat, hanya saja dalam thawaf dibolehkan berbicara.

⑤ Ketika thawaf, jadikan Ka'bah di sebelah kiri dan lakukan sebanyak tujuh kali putaran. Jika berada dalam posisi

sejajar dengan rukun Yamani (sudut Ka'bah sebelum Hajar Aswad) hendaklah mengusapnya dengan tangan kanan -jika memungkinkan- seraya mengucap:

بِسْمِ اللَّهِ وَاللَّهُ أَكْبَرُ

*Bismillaahi walloohu'akbar*

namun tidak menciumnya. Jika sulit mengusapnya, maka berlalulah dan teruskan thawaf. Tidak memberi isyarat dan bertakbir, karena hal tersebut tidak terdapat riwayatnya dari Rasulullah ﷺ.

Adapun terhadap Hajar Aswad, setiap kali sejajar dengannya hendaknya mengusap dan menciumnya seraya bertakbir. Jika tidak mampu, cukup memberi isyarat dan bertakbir.

Disunnahkan melakukan *raml* (berjalan cepat dengan langkah-langkah pendek) pada tiga putaran pertama pada thawaf qudum, khusus bagi laki-laki.

Begitu juga pada tawaf qudum, disunnahkan *idhtibaa* (اضطباع) bagi laki-laki pada seluruh putaran, yaitu dengan menjadikan pertengahan selendangnya di bawah pundak kanan sedangkan kedua ujungnya berada di atas pundak kiri.

Disunnahkan memperbanyak zikir dan doa yang mampu dia baca dalam semua putaran. Tidak terdapat doa dan zikir khusus dalam thawaf, hanya saja di antara rukun Yamani dan Hajar Aswad hendaknya pada setiap kali putaran membaca:

رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ  
حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

***Robbanaa aatinaa fiddun-yaa  
hasanah, wa-fil-aakhiroti hasanah  
wa-qinaa 'azaaban-naar***

karena hal tersebut terdapat riwayatnya dari Rasulullah ﷺ .

Thawaf diakhiri pada putaran ketujuh, ditutup dengan mengusap Hajar Aswad atau memberi isyarat serta bertakbir, sebagaimana rinciannya telah disebutkan.

Setelah selesai Thawaf, *rida'* (kain ihram bagian atas) dikenakan kembali seperti semula yaitu dengan meletakkannya di atas kedua pundak, sedangkan kedua ujungnya dibiarkan menjulur di dada.

⑥ Kemudian –setelah itu- shalat dua rakaat di belakang Maqam Ibrahim jika memungkinkan. Jika tidak mungkin, shalatlah di mana saja di dalam masjid.

Pada rakaat pertama -setelah membaca surat al-Fatihah- membaca surat al-Kafirun, sedang pada rakaat kedua membaca surat al-Ikhlâs, itulah yang lebih utama.

Adapun jika dia membaca surat yang lain tidaklah mengapa.

Setelah salam hendaknya menuju Hajar Aswad dan mengusapnya dengan tangan kanan jika memungkinkan.

⑦ Setelah itu, dia menuju Shafa, lalu mendakinya atau berdiri di situ. Namun mendaki lebih utama. Pada saat mulai mendaki, hendaklah membaca firman Allah Ta'ala:

إِنَّ الصَّفَا وَالْمَرْوَةَ مِنْ شَعَائِرِ اللَّهِ

*Inash-shofaa wal-marwata  
min sya'aa'irillah*

Kemudian, dalam posisi yang lebih tinggi lagi di Shafa, disunnahkan menghadap Kiblat lalu bertahmid dan bertakbir, lalu membaca:

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، وَاللَّهُ أَكْبَرُ، لَا إِلَهَ إِلَّا  
 اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ  
 الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ.  
 لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ، أَنْجَزَ وَعَدَهُ،  
 وَتَصَرَ عَبْدَهُ، وَهَزَمَ الْأَحْزَابَ وَحْدَهُ

*Laa ilaaha illallooh, walloohu-akbar,  
 laa ilaaha illalloohu wahdahu laa  
 syariika-lah, lahul-mulku walahul-  
 hamdu wa huwa 'alaa kulli syai'in  
 qodiir.*

*Laa ilaaha illalloohu wahdah, anjaza  
 wa'dah, wa nashoro 'abdah,  
 wa hazamal-ahzaaba wahdah*

Setelah itu berdoa dengan doa yang dia senangi seraya mengangkat kedua

tangan. Zikir tersebut beserta doa diulangi sebanyak tiga kali.

Setelah itu, turun dan berjalan menuju Marwa. Ketika sampai di tanda pertama (lampu hijau), disunnahkan bagi laki-laki untuk mempercepat jalannya hingga sampai ke tanda (lampu hijau) kedua, sedang bagi wanita tidak disyariatkan berjalan cepat karena wanita merupakan aurat.

Setelah itu berjalan lagi dan mendaki Marwa atau berdiri padanya, namun mendaki lebih utama jika memungkinkan. Di Marwa, disunnahkan mengucapkan serta melakukan hal yang sama seperti di Shafa, kecuali tidak membaca ayat terdahulu karena hal tersebut hanya disyariatkan tatkala mendaki Shafa pada putaran pertama. Hal ini sebagai upaya mengikuti sunnah Rasulullah ﷺ.

Setelah itu turun dan berjalan di tempat dia harus berjalan, serta berjalan cepat

ditempat yang disyariatkan untuk berjalan cepat hingga sampai di Shafa.

Begitu seterusnya, hal tersebut dilakukan selama tujuh kali putaran, perginya (Shafa-Marwa) dianggap satu putaran, dan pulanginya (Marwa-Shafa) dianggap satu putaran. Tidak mengapa menggunakan kursi roda saat sa'i, apalagi jika dibutuhkan.

Disunnahkan pada saat sa'i memperbanyak doa dan zikir yang mudah baginya.

Hendaknya sa'i dilakukan dalam keadaan suci dari hadats besar atau kecil. Namun, jika dilakukan dalam keadaan tidak suci, sa'inya tetap sah.

⑧ Jika sa'i telah disempurnakan, bagi laki-laki hendaknya menggundul kepalanya, atau memendekkannya, namun menggundulnya lebih utama.

Jika kedatangannya ke Mekkah berdekatan dengan waktu haji (dan dia

hendak menunaikan ibadah haji), maka memendekkannya pada saat itu lebih utama agar sisanya dapat dicukur saat pelaksanaan ibadah haji.

Sedangkan bagi wanita hendaknya dia menggabung rambutnya lalu mengguntingnya seujung jari atau kurang dari itu.

Jika semua hal yang disebut di atas telah dilakukan oleh orang yang berihram maka sempurna lah umrahnya –*Alhamdulillah*– dan dihalalkan baginya semua yang diharamkan saat ihram (*tahallul*).

Semoga Allah memberi petunjuk kepada seluruh saudara-saudari kami untuk memahami agamanya serta member keteguhan di jalan-Nya dan menerima semua amalnya.

## **BEBERAPA PERMASALAHAN**

- Tidak ada shalat sunnah khusus untuk ihram, seseorang sebelum ihram dapat shalat apa saja sesuai waktu dan kondisinya. Apakah shalat fardhu, shalat Witir, shalat Dhuha, shalat sunnah Wudhu, atau shalat Tahiyyatul-Masjid.

Niat ihram sebaiknya dilakukan ketika kendaraan hendak berangkat dari miqat menuju Mekah. Sebelum niat, seseorang masih boleh melakukan sesuatu yang dilarang dalam ihram, meskipun dia telah memakai pakaian ihram, misalnya memakai minyak wangi di badannya, memotong kuku, dll.

- Ihram wajib dimulai di miqat (tempat-tempat yang ditetapkan berdasarkan syariat untuk memulai ihram). Kecuali orang yang tinggal setelah daerah miqat dan di luar tanah haram, maka dia dapat memulai ihram dari

kediamannya, seperti mereka yang tinggal di Jeddah.

Begitu juga orang yang pergi ke Jeddah –misalnya- tanpa niat umrah, namun ketika telah tiba disana baru ada keinginan untuk umrah, maka dia boleh memulai ihram dari kediamannya di Jeddah.

Sedangkan bagi yang tinggal di dalam wilayah tanah haram, maka ihram untuk umrahnya dilakukan di tanah halal terdekat, seperti Tan'im.

Adapun orang yang telah niat umrah sejak awal, namun dia melewati miqat tanpa ihram untuk suatu keperluan, maka ketika hendak umrah, dia harus kembali lagi ke miqat untuk memulai ihram.

- Dalam satu niat ihram hanya berlaku untuk satu orang. Tidak boleh dalam sekali ihram diniatkan untuk

beberapa orang, misalnya untuk dirinya dan orang tuanya.

- Melakukan umrah (atau haji) untuk orang lain (*badal*), syaratnya adalah dia sudah pernah melakukan umrah untuk dirinya sendiri, dan yang diumrahkan adalah orang muslim yang sudah meninggal dunia atau orang yang secara fisik tidak kuat melakukannya, misalnya karena sangat tua renta atau menderita sakit yang tidak ada harapan sembuh. Sekedar tidak mampu secara financial, namun tubuh masih kuat, tidak dapat dilakukan umrah untuknya.
- Bagi orang yang hendak melakukan umrah untuk orang lain, ketika niat ihram, dia mengucapkan:

..... لَبَّيْكَ عُمْرَةً عَنْ

*Labbaika 'umrotan 'an .....*

Lalu sebutkan nama orang yang hendak dia umrahkan. Kalaupun ketika itu dia

hanya niat umrah dan lupa menyebutkan namanya, tapi sejak sebelumnya telah dia niatkan bahwa umrah yang akan dia lakukan adalah untuk *fulan bin fulan*, maka itu pun sudah dianggap umrah untuk orang tersebut.

Selebihnya perbuatan dalam umrahnya sama dengan umrah untuk dirinya sendiri.

- Membuka pundak kanan (*idhtiba*) tidak dilakukan sejak dari miqat sebagaimana kebiasaan sebagian orang. Yang benar, baru dilakukan ketika hendak thawaf Qudum,<sup>1</sup> dan dikembalikan seperti semula jika thawaf selesai sebelum shalat sunnah thawaf. Sebelum dan sesudahnya kedua pundak ditutup kain ihram seperti biasa.

---

<sup>1</sup>. Bagi orang yang melakukan umrah, thawaf yang dilakukan pertama kali saat dia melakukan ihram, dianggap sebagai thawaf rukun umrah sekaligus thawaf Qudum.

- Saat ihram, seseorang baik laki maupun perempuan, dilarang mencabut atau memotong rambut dan kukunya, memakai wewangian, meminang, menikah atau menikahkan, bercumbu, berjima dan membunuh binatang buruan.

Khusus bagi laki-laki, dilarang menutup kepalanya (peci, sorban, kain, dll) juga dilarang mengenakan sesuatu berjahit yang dapat menutup salah satu anggota badan.

Khusus bagi wanita, dilarang memakai *niqab* (tutup muka yang tampak kedua matanya) dan sarung tangan.

- Larangan-larangan dalam ihram jika dilanggar dengan sengaja, tidak dipaksa, dan tahu akan ilmunya, masing-masing memiliki konsekwensi tersendiri. Tapi jika dilakukan karena lupa, dipaksa atau karena tidak tahu ilmunya, maka tidak ada konsekwensi apa-apa.

- Pelanggaran berupa Mencukur rambut, memotong kuku, menggunakan wewangian, memakai pakaian berjahit adalah membayar *fidyah*, yaitu memilih antara puasa tiga hari, memberi makan setengah *sha'* (1,5 liter) enam orang miskin di Mekah atau menyembelih seekor kambing.
- Pelanggaran berupa menikah dan menikahkan menyebabkan pernikahannya batal. Wajib baginya bertaubat dan mohon ampunan Allah.
- Pelanggaran berupa memburu binatang buruan adalah dengan menggantinya dengan binatang yang sama atau menggantinya dalam harga yang senilai.
- Pelanggaran berupa berjimak, membuat umrahnya batal dan dia harus menyembelih seekor onta. Namun dia tetap harus menyempurnakan umrahnya dan mengganti umrahnya yang batal pada waktu berikutnya.

- Bagi laki-laki dibolehkan mengenakan sandal kulit, sabuk, jam tangan, tas pinggang, tali hp yang dikalungkan. Itu semua tidak termasuk pakaian berjahit yang dilarang (meskipun ada jahitannya). Yang dilarang adalah pakaian yang dijahit untuk menutup salah satu anggota badan, misalnya pakaian dalam, kaos kaki, sepatu yang menutup telapak kaki, atau sarung tangan.
- Wanita yang di sekelilingnya terdapat laki-laki non mahram, dapat menutup mukanya dengan menjulurkan kain di atasnya.
- Saat ihram, seseorang boleh mandi, namun dia harus menghindari wewangian. Diapun pun boleh mengganti kain ihramnya, boleh juga mencucinya jika kotor atau terkena najis dengan menghindari wewangian.

Dibolehkan pula bagi orang yang ihram untuk menyisir rambutnya dengan hati-hati agar jangan ada rambutnya yang

rontok karena disisir. Kalaupun ada yang rontok tanpa dia sengaja maka tidak ada konsekwensi apa-apa baginya.

- *Tahiyyatul-masjid* (penghormatan terhadap masjid) di Masjidil Haram bagi orang yang sedang ihram adalah thawaf. Jadi, dia tidak perlu shalat *Tahiyyatul-masjid*, akan tetap langsung thawaf. Adapun selain ihram, jika niatnya hendak duduk beribadah, maka *tahiyyatul masjid*-nya adalah melakukan shalat dua rakaat seperti di masjid lain, dan jika niatnya hendak thawaf sunnah, maka *tahiyyatul masjid*-nya adalah thawaf itu sendiri.

- Jika ketika hendak thawaf akan segera dilakukan shalat berjama'ah, sebaiknya tunggu dahulu untuk shalat berjama'ah, agar tidak merepotkan.

- Apabila saat thawaf atau sa'i terdengar iqamah shalat, seharusnya ikut shalat berjama'ah, dan setelah selesai

dapat melanjutkan kembali thawaf atau sa'inya.

- Bagi wanita yang haid ketika ihram ada beberapa ketentuan berikut;
  - Jika masih mungkin menunggu hingga darahnya berhenti dan bersuci, dia harus menunggu hingga darahnya berhenti, lalu dia bersuci dan melakukan thawaf dan sa'i serta tahallul.
  - Jika tidak mungkin menunggu, dia boleh pulang ke rumahnya, lalu ketika darahnya berhenti, dia bersuci dan kembali lagi ke Mekah untuk menyempurnakan thawafnya jika semua itu mudah baginya. Dengan catatan selama dia belum menyelesaikan thawafnya, dia berada dalam keadaan ihram dengan larangan-larangan yang telah disebutkan.

- Jika tidak mungkin menunggu dan sulit baginya untuk kembali ke Mekah, maka dia dapat thawaf dan sa'i dalam keadaan darurat hingga tahallul.
- Dibolehkan bagi wanita mengkonsumsi pil penunda haid jika khawatir datang haid saat ihram, sepanjang hal tersebut tidak membahayakan dirinya.
- Dalam umrah tidak diwajibkan thawaf 'Wada' sebagaimana halnya haji. Hanya saja disunnahkan bagi siapa yang hendak meninggalkan kota Mekah kembali ke tempat asal untuk melakukan thawaf. Jika dilakukan mendapat pahala, jika tidak dilakukan tidak apa-apa.
- Tidak disunnahkan mengulangi umrah dalam satu kali perjalanan. Sebab Rasulullah ﷺ dalam dalam satu kali perjalanan umrah hanya melakukan sekali umrah. Apa yang dilakukan Aisyah ra dengan melaksanakan umrah setelah

haji (padahal sudah ada umrah di dalamnya), adalah kondisi khusus.

Namun jika ada yang melakukannya, khususnya mereka yang datang dari jauh dan kemungkinan sulit dapat melakukan umrah pada kesempatan berikutnya, maka sebaiknya jangan diingkari.

Yang disunnahkan adalah banyak melakukan thawaf sunnah. Lakukan dalam keadaan telah bersuci, tidak perlu memakai pakaian ihram, cukup dia bersuci dan berpakaian biasa yang menutup aurat dan suci, lalu tunaikan shalat sunnah thawaf sesudahnya.

- Sebagian wanita melakukan tahallul dengan memotong sebagian rambutnya di depan keramaian di Marwah. Hal ini kurang layak, selain dapat membuat auratnya terbuka, juga tidak layak dari segi adab. Sebaiknya rambutnya di potong di kamar hotelnya, atau tempat lain yang tersembunyi dari pandangan orang.

- Bagi orang laki, tahallul yang paling utama adalah dengan menggundul kepala. Namun dibolehkan juga memendekkannya. Maksud memendekkan rambut yang lebih tepat adalah memendekkan seluruh bagian rambut di kepala, bukan hanya dengan menggunting beberapa helai rambut saja.
- Setelah tahallul semua rangkaian ibadah umrah selesai, dan larangan khusus saat ihram tidak berlaku lagi.

## **PANDUAN SHALAT DIPERJALANAN**

- Jika jarak tempuh perjalanan mencapai enam belas *farsakh* (kurang lebih 80 km), maka seseorang dibolehkan melakukan qashar dan jama' dalam shalat.
- Qashar shalat artinya meringkas bilangan rakaat dari empat rakaat menjadi dua rakaat. Berarti hanya berlaku untuk shalat yang jumlahnya empat, yaitu Zuhur, Asha dan Isya. Maka shalat Maghrib dan Shubuh tidak ada qashar padanya.
- Sedangkan jama' shalat artinya menggabungkan pelaksanaan dua shalat dalam satu waktu shalat. Berlaku hanya untuk shalat Zuhur dan Ashar, serta Maghrib dan Isya. Baik dilakukan pada waktu pertama (*jama' taqdim*) atau pada waktu kedua (*jama' ta'khir*).

- Shalat Ashar tidak dapat dijama' dengan shalat Maghrib, atau shalat Isya' tidak dapat dijama' dengan Shubuh.
- Di tengah perjalanan, disunnahkan melakukan shalat fardhu dengan cara qashar dan jama', dengan satu kali azan dan dua kali iqamah.

Misalnya jika singgah di tengah perjalanan waktu Zuhur. Hendaklah dia shalat Zuhur dua rakaat, lalu salam, setelah itu lakukan iqamah, kemudian shalat Ashar dua rakaat hingga salam.

- Shalat berjama'ah tetap diperintahkan bagi orang laki selama di perjalanan, selagi dia mampu melakukannya.
- Jika seseorang masuk masjid di tengah perjalanan, lalu dia mendapatkan jama'ah shalat, janganlah dia membuat jama'ah baru, tetapi bergabunglah dengan jama'ah yang telah ada. maka hendaklah dia shalat ikut berjama'ah bersama imam.

- Imam ditetapkan untuk diikuti. Jika imamnya ketika itu shalat dengan sempurna maka sebagai ma'mum dia ikut shalat dengan sempurna, dan jika imamnya shalat qashar, maka sebagai makmum dia shalat qashar.
- Jika seseorang mendapatkan shalat jamaah sedang ditunaikan, tidak perlu dia bertanya-tanya shalat apa yang sedang dilakukan. Dia dapat langsung bergabung dengan jamaah tersebut sebagai makmum dan niat shalat sesuai urutannya.

Misalnya dia hendak shalat jama' Maghrib dan Isya. Maka ketika dia masuk masjid dan mendapatkan jama'ah shalat sedang dilakukan, dia dapat langsung bergabung dengan jama'ah tersebut dengan niat shalat Maghrib. Jika imam telah salam dan rakaat shalat Maghribnya masih kurang, tinggal dia teruskan sisanya.

- Adapun jika ternyata imam shalat Isya dengan sempurna dan dia (yang shalat Maghrib) ikut sejak rakaat pertama, maka ketika imam bangun dari rakaat ketiga, dia tetap duduk untuk tasyahhud akhir, lalu jika selesai dia dapat langsung salam tanpa menunggu imam, atau menunggu imam menyempurnakan shalatnya dan dia salam setelah imam salam.
- Kadang sering terjadi di tengah perjalanan, setelah selesai shalat Maghrib, jamaah berikutnya langsung iqamah dan memulai shalat Maghrib pula, maka dia boleh langsung bergabung dengan jamaah tersebut dengan niat shalat Isya'.

Ketika itu ada dua cara yang dapat dilakukan; Dia dapat melakukan shalat Isya dengan sempurna, dengan pertimbangan imam shalat Maghrib dengan sempurna. Atau dia dapat melakukan qashar shalat dengan pertimbangan

bahwa jamaah tersebut sedang melakukan Shafar.

Jika pilihan kedua yang dia ambil, maka ketika imam (yang shalat Maghrib) tersebut bangun setelah rakaat ketiga, hendaknya dia tetap duduk untuk tasyahud akhir dan menunggu imam menyelesaikan shalatnya, lalu dia salam setelah imam salam. Atau, dia langsung salam setelah tasyahud akhir tanpa menunggu imam.

- Jika seseorang menetap di suatu tempat selama empat hari kurang, maka dia tetap boleh melakukan qashar dan jama'. Namun lebih utama dia melakukan qashar saja tanpa jama'. Akan tetapi jika dia ikut bersama imam yang shalat dengan sempurna, maka dia harus ikut shalat dengan sempurna bersama imam.

Walaupun –misalnya shalat Zuhur- dia ikut imam yang shalat sempurna pada rakaat ketiga, ketika imam salam, dia tidak boleh salam dengan pertimbangan

dia melakukan shalat qashar, akan tetapi dia harus menyempurnakan shalat dan menambah dua rakaat sisanya.

- Adapun jika dia telah niat menetap lebih dari empat hari, maka dia tidak boleh melakukan shalat qashar dan jama' dengan alasan Shafar.

- Tidak ada shalat rawatib (*qabliyah* dan *ba'diyah*) jika kita melakukan shalat qashar atau jama' dalam perjalanan. Kecuali shalat rawatib sebelum Fajar, dia tetap sunnah dilakukan meskipun dalam perjalanan sebagaimana contoh Rasulullah ﷺ.

## DOA DAN ZIKIR

### Doa Safar

Disunnahkan ketika memulai perjalanan, membaca doa Safar;

اللَّهُ أَكْبَرُ، اللَّهُ أَكْبَرُ، اللَّهُ أَكْبَرُ،

﴿ سُبْحَانَ الَّذِي سَخَّرَ لَنَا هَذَا وَمَا كُنَّا

لَهُ مُقْرِنِينَ . وَإِنَّا إِلَىٰ رَبِّنَا لَمُنْقَلِبُونَ ﴾

اللَّهُمَّ إِنَّا نَسْأَلُكَ فِي سَفَرِنَا هَذَا الْبِرَّ

وَالتَّقْوَىٰ، وَمِنَ الْعَمَلِ مَا تَرْضَىٰ، اللَّهُمَّ هَوِّنْ

عَلَيْنَا سَفَرَنَا هَذَا وَاطْوِ عَنَّا بُعْدَهُ، اللَّهُمَّ أَنْتَ

الصَّاحِبُ فِي السَّفَرِ، وَالْخَلِيفَةُ فِي الْأَهْلِ،

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ وَعَثَاءِ السَّفَرِ،

وَكَاِبَةِ الْمَنْظَرِ، وَسُوِّ الْمُنْقَلَبِ فِي الْمَالِ  
وَالْأَهْلِ

***Allohu akbar, Allohu akbar, Allohu akbar***

***Subhaanal-ladzii sakhkhoru lanaa  
haadzaa, wa maa kunnaa lahu muqriniin,  
wa-innaa ilaa robbinaa lamunqolibuun.***

***Allohumma innaa nas'aluka fii Shafarinaa  
haadza al-birro wat-taqwa, wa minal-  
'amali maa tardhoo,***

***Allohumma hawwin 'alaina Shafaronaa  
hadza, wathwi 'anna bu'dah.***

***Allohumma antash-shaahibu fis-Shafar,  
wal-khaliifatu fil-ahl,***

***Allohumma innaa na'uuzu bika min  
wa'atsaais-Shafar wa ka'aabatil-manzor  
wa suu'il munqolab fil-maali wal-ahli***

“Allah Maha Besar. Maha suci Tuhan Yang mengusahakan kami untuk mengendarai ini. Sedang sebelumnya kami tidak mampu. Dan

sesungguhnya kami akan kembali kepada Tuhan (dihari kiamat).

Ya Allah, sesungguhnya kami mohon kebaikan dan takwa dalam bepergian ini, kami mohon perbuatan yang membuat-Mu rida. Ya Allah, permudahlah perjalanan kami ini, dan jadikanlah perjalanan yang jauh seolah-olah dekat.

Ya Allah, Engkaulah teman dalam bepergian dan yang mengurus keluarga(ku).

Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu dari kelelahan dalam bepergian, dari pemandangan yang menyedihkan dan perubahan harta dan keluarga yang jelek”.

**Apabila kembali, doa di atas dibaca lagi dan ditambah:**

آيْبُون، تَائِبُون، عَابِدُون، لِرَبِّنَا حَامِدُون

***Aayibuuna, taa'ibuuna, 'aabiduuna,  
lirobbinaa haamiduun***

“Kami kembali dengan bertaubat, tetap beribadah dan selalu memuji kepada Tuhan Kami”

## Doa Saat Singgah Di Suatu Tempat (Airport, stasiun kereta atau kendaraan, restoran, dll)

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ

*A'uudzu bikalimaatillahittaammaati min  
syarri maa kholaq.*

“Aku berlindung kepada Allah dengan kalimat-kalimat-Nya yang sempurna dari keburukan apa yang Dia ciptakan.”

## *Sayyidul Istighfar*

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ خَلَقْتَنِي ،  
وَأَنَا عَبْدُكَ ، وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ  
مَا اسْتَطَعْتُ ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ ،  
أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ ، وَأَبُوءُ بِذَنْبِي ،  
فَاغْفِرْ لِي ، فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ

***Alloohumma anta robbi, laa ilaaha illaa  
anta kholaqtanii, wa ana 'abduka, wa ana  
'alaa 'ahdika wa wa'dika mastatho'tu,  
a'uudzu bika min syarri maa shona'tu,  
abuu'u laka bini'matika 'alayya, wa  
abuu'u bizanbii, fagfirlii, fa'innahu laa  
yaghfiruz-zunuuba illaa anta***

"Ya Allah, Engkaulah Tuhanku, tiada *ilah* (tuhan yang berhak disembah) selain-Mu yang menciptakanku, dan aku adalah hamba-Mu, aku akan selalu menunaikan janji kepada-Mu semampuku, aku berlindung dari kejahatan yang aku perbuat, aku kembali kepada-Mu dengan nikmat-Mu kepadaku dan aku bertaubat dari dosaku, maka ampunilah aku, sesungguhnya tidak ada yang mengampuni dosa selain Engkau"

**Sayyidul Istighfar termasuk zikir pagi dan petang, dibaca setiap pagi dan petang.**

## Zikir Pagi dan Petang

**(Dibaca setelah shalat Shubuh dan Ashar)**

- **Membaca Ayat Kursy (1x)**
- **Membaca Surat Al-Ikhlās (3x)**
- **Membaca Surat Al-Falaq (3x)**
- **Membaca Surat An-Nas (3x)**

● أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمَلِكُ لِلَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ ،  
 لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ  
 وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ،  
 رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ وَخَيْرَ  
 مَا بَعْدَهُ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ  
 وَشَرِّ مَا بَعْدَهُ، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكَسَلِ،  
 وَسَوْءِ الْكِبَرِ، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ فِي النَّارِ  
 وَعَذَابِ فِي الْقَبْرِ

(Pada sore hari kalimat **أَمْسَيْنَا** diganti **أَصْبَحْنَا**,  
kalimat **أَمْسَى** diganti **أَصْبَحَ**, kalimat **الْيَوْمَ**  
diganti **هَذَا**, **اللَّيْلَةَ** diganti **هَذَا**)

• **اللَّهُمَّ بِكَ أَصْبَحْنَا، وَبِكَ أَمْسَيْنَا، وَبِكَ نَحْيَا، وَبِكَ نَمُوتُ وَإِلَيْكَ النُّشُورُ**

Pada sore hari membaca:

• **اللَّهُمَّ بِكَ أَمْسَيْنَا وَبِكَ أَصْبَحْنَا وَبِكَ نَحْيَا وَبِكَ نَمُوتُ وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ .**

• **اللَّهُمَّ مَا أَصْبَحَ بِي مِنْ نِعْمَةٍ أَوْ بِأَحَدٍ مِنْ خَلْقِكَ، فَمِنْكَ وَحْدَكَ لَا شَرِيكَ لَكَ، فَلَكَ الْحَمْدُ وَلَكَ الشُّكْرُ**

• **اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَدَنِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي سَمْعِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَصَرِي، لَا إِلَهَ إِلَّا**

أَنْتَ. اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكُفْرِ، وَالضُّقْرِ،  
وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ (1x)

• حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ  
رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ (7x)

• اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي  
الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ  
وَالْعَافِيَةَ، فِي دِينِي وَدُنْيَايَ وَأَهْلِي، وَمَالِي،  
اللَّهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِي وَآمِنْ رَوْعَاتِي، اللَّهُمَّ  
احْفَظْنِي مِنْ بَيْنِ يَدَيْ، وَمِنْ خَلْفِي، وَعَنْ  
يَمِينِي، وَعَنْ شِمَالِي، وَمِنْ فَوْقِي، وَأَعُوذُ  
بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحْتِي .

• اللَّهُمَّ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ، فَاطِرَ  
السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ، رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيكَهُ،  
أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ  
نَفْسِي، وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَشَرِّكَه، وَأَنْ  
أَقْتَرِفَ عَلَى نَفْسِي سُوءًا، أَوْ أَجْرَهُ إِلَى مُسْلِمٍ

• بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّهُ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي  
الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ  
(3x)

• رَضِيتُ بِاللَّهِ رَبًّا، وَبِالْإِسْلَامِ دِينًا، وَبِمُحَمَّدٍ  
ﷺ نَبِيًّا (3x)

• يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيثُ  
أَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ وَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي

## طَرَفَةٌ عَيْنٍ

● أَصْبَحْنَا عَلَى فِطْرَةِ الْإِسْلَامِ وَكَلِمَةِ  
الْإِخْلَاصِ، وَعَلَى دِينِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَعَلَى  
مِلَّةِ أَبِينَا إِبْرَاهِيمَ، حَنِيفًا مُسْلِمًا وَمَا كَانَ  
مِنَ الْمُشْرِكِينَ.

● سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ (100x)

● لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ،  
لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ  
قَدِيرٌ (10x atau 100x)

● سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ: عَدَدَ خَلْقِهِ، وَرِضَا  
نَفْسِهِ، وَزِنَةَ عَرْشِهِ وَمِدَادَ كَلِمَاتِهِ (3x)

● اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ عِلْمًا نَافِعًا، وَرِزْقًا طَيِّبًا،

(Dibaca hanya pada pagi hari) وَعَمَلًا مُتَقَبَّلًا

● اسْتَغْفِرُ اللَّهَ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ (100x)

● أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ

مَا خَلَقَ (3x) (Dibaca hanya pada sore hari)

● اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَيَّ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ (10x)

## Doa Yang Bersifat Umum

● اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو فَلَا تَكِلْنِي إِلَىٰ نَفْسِي  
 طَرْفَةَ عَيْنٍ، وَأَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ، لَا إِلَهَ  
 إِلَّا أَنْتَ

*Alloohumma rohmataka arjuu, falaa  
 takilnii ilaa nafsii thorfata 'ainin, wa  
 ashlih lii sya'nii kullah, laa ilaaha  
 illaa anta*

“Ya Allah, aku mohon Rahmat-Mu, jangan tinggalkan aku walau sekejap, perbaikilah semua urusanku, tiada tuhan yang berhak disembah selain Engkau”

● اللَّهُمَّ أَحْسِنْ عَاقِبَتَنَا فِي الْأُمُورِ كُلِّهَا  
 وَأَجِرْنَا مِنْ خِزْيِ الدُّنْيَا وَعَذَابِ الآخِرَةِ

***Alloohumma ahsin 'aaqibatanaa fil-  
umuuri kulliha wa ajirnaa min khizyiddun-  
yaa wa 'adzaabil-aakhiroh.***

“Yaa Allah, berilah penyelesaian yang baik atas setiap masalah kami dan jauhkanlah kami dari kehinaan dunia dan azab akhirat”.

● **اللَّهُمَّ إِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِي ظُلْمًا كَثِيرًا وَلَا  
يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ، فَاعْفِرْ لِي مَغْفِرَةً مِنْ  
عِنْدِكَ، وَارْحَمْنِي إِنَّكَ أَنْتَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ**

***Alloohumma innii dzolamtu nafsii  
dzulman katsiiron wa laa  
yaghfiruzzunuuba illaa anta, faghfirlii  
maghfiratan min 'indik, warhamnii,  
innaka antal-ghafuururrahiim.***

“Yaa Allah, sesungguhnya aku telah sering menzalimi diriku dan tidak ada yang mengampuni dosa kecuali Engkau. Maka

maafkan daku dengan ampunan-Mu dan sayangilah diriku. Sesungguhnya Engkau Maha Pengampun lagi Maha Penyayang”.

● اللَّهُمَّ أَعْتِقْ رَقَبَتِي مِنَ النَّارِ وَأَوْسِعْ لِي مِنَ  
الرِّزْقِ الْحَالِلِ وَأَصْرِفْ عَنِّي فِسْقَةَ الْجِنِّ  
وَالْإِنْسِ

***Alloohumma a'tiq roqbatii minannaar, wa  
awsi' lii minarrizqil-halaal washrif 'anni  
fisqatal-jinni wal-insi***

"Yaa Allah, bebaskanlan diriku dari neraka, luaskanlah bagiku rizki yang halal dan jauhkanlah aku dari kefasiqan jin dan manusia."

● اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مُوجِبَاتِ رَحْمَتِكَ ،  
وَعَزَائِمَ مَغْفِرَتِكَ ، وَالْعَزِيمَةَ عَلَى الرَّشْدِ ،  
وَالْغَنِيمَةَ مِنْ كُلِّ بَرٍّ ، وَالسَّلَامَةَ مِنْ كُلِّ

إِثْمٍ، وَالْفَوْزَ بِالْجَنَّةِ وَالنَّجَاةَ مِنَ النَّارِ،  
يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ، يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ

***Alloohumma innii as'aluka muujibaati  
rohmatik, wa azaa'ima maghfirotik, wal-  
'aziimata 'alarrusyd, wal-ghoniimata min  
kulli birrin, was-salaamata min kulli  
itsmin, wal-fauza biljannati wan-najaaata  
minan-naar, yaa hayyu yaa qayyuum,  
ya dzal-jalaali wal-ikroom***

"Yaa Allah, sungguh aku mohon kepada-Mu rahmat dan ampunan-Mu yang pasti. (Ku mohon) juga kekuatan tuk mendapatkan petunjuk, keuntungan mendapatkan kebaikan, keselamatan dari dosa serta kemenangan dengan surga dan bebas dari neraka. Wahai Yang Maha Hidup dan Terjaga. Wahai Pemilik Kagungan dan Kemuliaan."

● رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ  
أَعْيُنٍ ، وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا

***Robbanaa hablanaa min azwaajina wa  
min dzurriyaatinaa qurrota a'yun,  
waj'alnaa lilmuttaqiina imaamaa***

"Wahai Rabb kami, karuniakanlah kami isteri-isteri dan anak keturunan yang menyenangkan hati dan jadikanlah kami sebagai imam bagi orang-orang bertakwa"

● اللَّهُمَّ إِنَّا نَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ ،  
وَالْعَجْزِ وَالْكَسَلِ ، وَالْجُبْنِ وَالْبُخْلِ ، وَغَلَبَةِ  
الدَّيْنِ وَقَهْرِ الرِّجَالِ

***Alloohumma innaa na'uudzu bika minal-  
hammi wal-hazan, wal-'ajzi wal-kasal,  
wal-jubni wal-bukhl, wa gholabatid-daini  
wa syamaatatil-a'daa'i***

"Yaa Allah, sesungguhnya kami berlindung kepada-Mu dari kegundahan dan kesedihan, kelemahan dan kemalasan, ketakutan dan sifat kikir, himpitan hutang dan penindasan orang lain."

● اللَّهُمَّ يَا مُقَلِّبَ الْقُلُوبِ، ثَبِّتْ قُلُوبَنَا عَلَى  
دِينِكَ

***Alloohumma yaa muqollibal-quluub,  
tsabbit quluubana 'alaa diinik***

"Ya Allah yang membolak-balikkan hati, tetapkanlah hati kami dalam agama-Mu"

● اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ قَلْبٍ لَا يَخْشَعُ،  
وَمِنْ عِلْمٍ لَا يَنْفَعُ، وَمِنْ نَفْسٍ لَا تَشْبَعُ، وَمِنْ  
دَعْوَةٍ لَا يُسْتَجَابُ لَهَا

***Alloohumma innii a'uudzu bika min qolbin  
laa yakhsya', wa min 'ilmin laa yanfa', wa***

***min nafsina laa tasyba', wa min da'watin  
laa yustajaabu laha***

"Yaa Allah, aku berlindung kepada-Mu dari hati yang tidak khusyu', ilmu yang tidak bermanfaat, nafsu yang tidak pernah puas dan dari doa yang tidak terkabul."

## Zikir Setelah Shalat Fardhu

● **أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ (3x) اللَّهُمَّ أَنْتَ السَّلَامُ ، وَمِنْكَ  
السَّلَامُ ، تَبَارَكْتَ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ .**

● **لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ ، لَهُ  
الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ**

(Dibaca sepuluh kali setelah shalat Shubuh dan Maghrib, sedangkan pada selainnya dibaca sekali).

• اللَّهُمَّ لَا مَانِعَ لِمَا أَعْطَيْتَ ، وَلَا مُعْطِيَ لِمَا مَنَعْتَ ، وَلَا يَنْفَعُ ذَا الْجَدِّ مِنْكَ الْجَدُّ ، لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ .

• لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَلَا نَعْبُدُ إِلَّا إِيَّاهُ ، لَهُ النِّعْمَةُ وَ لَهُ الْفَضْلُ وَ لَهُ الثَّنَاءُ الْحَسَنُ ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ وَ لَوْ كَرِهَ الْكَافِرُونَ .

• سُبْحَانَ اللَّهِ ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ ، وَاللَّهُ أَكْبَرُ (33x)

• لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ ، لَهُ الْمُلْكُ وَ لَهُ الْحَمْدُ وَ هُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ

Kemudian;

- Baca: **Ayat Kursy** dengan lengkap.
- Baca: -**Surat al-Ikhlās, al-Falaq dan an-Nas** (Dibaca tiga kali setelah shalat Shubuh dan Maghrib, sedangkan pada selainnya dibaca sekali)

## Doa Istikharah

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْتَخِيرُكَ بِعِلْمِكَ ، وَأَسْتَقْدِرُكَ  
 بِقُدْرَتِكَ ، وَأَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ الْعَظِيمِ ،  
 فَإِنَّكَ تَقْدِرُ وَلَا أَقْدِرُ ، وَتَعْلَمُ وَلَا أَعْلَمُ ، وَأَنْتَ  
 عَلَامُ الْغُيُوبِ . اللَّهُمَّ إِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّ هَذَا  
 الْأَمْرَ :

–sebutkan masalahnya–

خَيْرٌ لِي فِي دِينِي وَمَعَاشِي وَعَاقِبَةِ أَمْرِي،  
 فَاقْدُرْهُ لِي، وَيَسِّرْهُ لِي، ثُمَّ بَارِكْ لِي فِيهِ، اللَّهُمَّ  
 وَإِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّ هَذَا الْأَمْرَ شَرٌّ لِي فِي دِينِي  
 وَمَعَاشِي وَعَاقِبَةِ أَمْرِي، فَاصْرِفْهُ عَنِّي  
 وَاصْرِفْنِي عَنْهُ، وَاقْدُرْ لِي الْخَيْرَ حَيْثُ كَانَ  
 ثُمَّ أَرْضِنِي بِهِ.

***Alloohumma innii astakhiiruka bi'ilmik,  
wa astaqdiruka biqudrotik, wa as'aluka  
min fadhlikal-'aziim, fa'innaka taqdiru  
wala aqdir, wa ta'lamu wala a'lam wa  
anta 'allaamul-guyuub, alloohumma in  
kunta ta'lam anna haadzal amro:***

Sebutkan masalahnya

***Khairun lii fii diinii wa ma'aasyii wa  
'aaqibati amrii, faqdurhu lii wa yassirhu lii  
tsumma baarik lii fiihi. Wa in-kunta  
ta'lamu anna haazal-amara syarrun lii fi  
diinii wa ma'aasyi wa 'aaqibati amrii,  
fashrifhu 'annii washrifnii 'anhu, waqdur-  
liyal-khairo haitsu kaan***

“Ya Allah, sungguh aku mohon kepada-Mu dengan ke-Mahatahuan-Mu pilihan yang tepat bagiku, aku mohon kepada-Mu dengan ke-Mahakuasaan-Mu (untuk meng-atasi persoalanku). Aku mohon kepada-Mu anugerah-Mu yang Mahaagung, sungguh Engkau Mahakuasa, sedang aku tidak kuasa, Engkau mengetahui, sedang aku tidak

mengetahui dan Engkau Mahame-ngetahui yang ghaib. Ya Allah apabila Engkau mengetahui bahwa urusan ini:

-sebutkan masalahnya-

lebih baik bagiku baik di dunia maupun akhirat, maka sukseskanlah untukku, mu-dahkanlah jalannya, kemudian berilah aku berkahnya. Akan tetapi apabila Engkau mengetahui bahwa persoalan ini lebih berbahaya bagiku baik di dunia maupun akhirat, maka singkirkanlah persoalan tersebut dan jauhkan aku daripadanya, takdirkan kebaikan untukku dimana saja kebaikan itu berada, kemudian berilah keridhoan-Mu kepadaku”

### ***Catatan:***

Shalat istikharah dapat dilakukan kapan saja sebanyak dua rakaat. Sedangkan doanya dapat dibaca setelah salam atau sebelum salam, ketika sujud dan setelah membaca tasyahud akhir.

## Shalat Jenazah dan Ziarah Kubur

Di Masjidilharam dan Masjid Nabawi kita akan sering melakukan shalat jenazah, dan di Madinah biasanya melakukan ziarah kubur. Berikut petunjuk ringkas tentang shalat Jenazah dan ziarah kubur.

### **Tata Cara Shalat Jenazah**

- Lakukan takbir pertama dengan niat shalat jenazah (cukup di dalam hati dan tidak diucapkan dengan redaksi khusus).
- Kemudian langsung membaca '*isti'azah*' (*a'uzu billahiminasy-syaitanirrajim*). Tidak membaca doa *istiftah/iftitah*. Kemudian baca *bismillahirrahmanirrahim*. Setelah itu membaca surat Al-Fatihah.
- Setelah itu takbir yang kedua, kemudian membaca shalawat Nabi sebagaimana yang dibaca ketika tasyahud dalam shalat biasa.
- Kemudian takbir ketiga, lalu membaca doa untuk mayat.

- Kemudian takbir keempat, diam sejenak (boleh juga berdoa untuk mayat) lalu mengucapkan salam sekali ke kanan (boleh juga mengucapkan salam dua kali, ke kanan dan ke kiri).

## **Tata Cara Ziarah Ke Masjid Nabawi Dan Ke Makam Rasulullah ﷺ.**

Jika anda berziarah ke Masjid Nabawi dan ke makam Rasulullah ﷺ, pertama masuk ke masjid dengan kaki kanan, lalu baca doa masuk masjid, kemudian shalat sunnah *tahiyatul masjid* dua rakaat (Jika bertepatan dengan pelaksanaan shalat fardhu berjamaah, maka langsung shalat berjamaah).

Selesai shalat, jika ingin berziarah ke makam Rasulullah ﷺ, berjalan menuju bagian depan masjid dengan tenang, tidak saling dorong dan mengikuti arus serta arahan petugas.

Setibanya di depan makam Rasulullah ﷺ, sampaikanlah salam kepadanya, kemudian kepada kedua shahabatnya; Abu Bakar dan Umar bin Khattab, *radhiallahu'anhuma*, yang dikubur di sisinya. Ucapkanlah,

السَّلَامُ عَلَيْكَ يَا رَسُولَ اللَّهِ وَرَحْمَةُ اللَّهِ  
وَبَرَكَاتُهُ

Boleh juga jika ditambah dengan ucapan

أَشْهَدُ أَنَّكَ رَسُولُ اللَّهِ حَقًّا، وَأَنَّكَ قَدْ بَلَّغْتَ  
الرِّسَالَةَ، وَأَدَّيْتَ الْأَمَانَةَ، وَجَاهَدْتَ فِي اللَّهِ حَقَّ  
جِهَادِهِ، وَنَصَحْتَ الْأُمَّةَ، فَجَزَاكَ اللَّهُ عَنْ  
أُمَّتِكَ أَفْضَلَ مَا جَزَى نَبِيًّا عَنْ أُمَّتِهِ

Aku bersaksi bahwa engkau adalah utusan Allah yang sebenarnya. Sungguh engkau telah menyampaikan risalah, menunaikan amanah, berjuang dengan sungguh-sungguh di jalan Allah dan menasehati umat. Semoga Allah

membalasmu atas umatnya sebaik pembalasan yang diberikan kepada seorang Nabi atas umatnya.

Setelah itu ucapkan salam kepada kedua shahabat beliau; Abu Bakar dan Umar bin Khattab, yang dikubur di sisinya.

السَّلَامُ عَلَيْكَ يَا أَبَا بَكْرٍ، السَّلَامُ عَلَيْكَ  
يَا عُمَرَ بْنَ الْخَطَّابِ

Doakanlah mereka dengan doa-doa kebaikan. Disunnahkan pula bagi yang berziarah ke Madinah untuk berziarah ke tempat-tempat yang Rasulullah ﷺ berziarah kepadanya, seperti pemakaman Baqi, pemakaman Syuhada Uhud dan Masjid Quba.

**Peringatan!!** Tidak dibenarkan mengusap-usap dinding kuburan untuk mendapatkan barokah, atau berdoa memohon kepada ahli kubur atau memohon kepada Allah dengan kemuliaan ahli kubur.

**Doa Yang Dibaca Dalam Shalat Jenazah (Dapat juga dibaca ketika ziara kubur), di antaranya;**

اللَّهُمَّ اغْفِرْ لَهُ وَارْحَمْهُ، وَعَافِهِ، وَأَعْفُ عَنْهُ،  
 وَأَكْرِمْ نُزُلَهُ، وَوَسِّعْ مَدْخَلَهُ، وَاغْسِلْهُ بِالمَاءِ  
 وَالتَّلْجِ وَالْبَرْدِ، وَنَقِّهِ مِنَ الخَطَايَا كَمَا نَقَّيْتَ  
 الثَّوْبَ الأَبْيَضَ مِنَ الدَّنَسِ، وَأَبْدِلْهُ دَارًا خَيْرًا  
 مِنْ دَارِهِ، وَأَهْلًا خَيْرًا مِنْ أَهْلِهِ، وَزَوْجًا خَيْرًا مِنْ  
 زَوْجِهِ، وَأَدْخِلْهُ الْجَنَّةَ، وَأَعِذْهُ مِنْ عَذَابِ القَبْرِ  
 (وَعَذَابِ النَّارِ)

Ya Allah, ampunilah dia (mayat), berilah rahmat kepadanya, selamatkan dia, ampuni-lah dan tempatkanlah di tempat yang mulia (surga), luaskan kuburannya, mandikan dia dengan air salju dan es. Bersihkan dia dari

kesalahan, sebagaimana Engkau membersihkan baju yang putih dari kotoran, berilah rumah yang lebih baik dari rumahnya (di dunia), berilah keluarga (atau istri di syurga) yang lebih baik daripada keluarganya (di dunia), istri (atau suami) yang lebih baik daripada istrinya (atau suaminya di dunia), dan masukkanlah dia ke syurga, jagalah dia dari siksa kubur dan neraka.

اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِحَيِّنَا، وَمَيِّتِنَا، وَشَاهِدِنَا، وَغَائِبِنَا،  
 وَصَغِيرِنَا، وَكَبِيرِنَا، وَذَكَرِنَا وَأُنْثَانَا، اللَّهُمَّ  
 مَنْ أَحْيَيْتَهُ مِنَّا فَأَحْيِهِ عَلَى الْإِسْلَامِ، وَمَنْ  
 تَوَفَّيْتَهُ مِنَّا فَتَوَفَّهُ عَلَى الْإِيمَانِ، اللَّهُمَّ لَا  
 تَحْرِمْنَا أَجْرَهُ وَلَا تُضِلَّنَا بَعْدَهُ .

Ya Allah, ampunilah orang yang hidup diantara kami dan yang mati, orang yang hadir diantara kami dan yang tidak hadir, laki-laki maupun perempuan. Ya Allah, Orang yang Engkau hidupkan diantara kami, hidupkan dengan memegang ajaran Islam, dan orang yang

Engkau matikan diantara kami, matikan dengan memegang keimanan. Ya Allah, jangan menghalangi kami untuk memperoleh pahalanya dan jangan sesatkan kami sepeninggalnya.

### **Jika Mayatnya Anak Kecil**

اللَّهُمَّ اجْعَلْهُ فَرَطًا وَذُخْرًا لِوَالِدَيْهِ،  
 وَشَفِيعًا مُجَابًا. اللَّهُمَّ ثَقِّلْ بِهِ مَوَازِينَهُمَا  
 وَأَعْظِمْ بِهِ أَجُورَهُمَا، وَالْحَقُّهُ بِصَالِحِ  
 الْمُؤْمِنِينَ، وَاجْعَلْهُ فِي كِفَالَةِ إِبْرَاهِيمَ،  
 وَقِهِ بِرَحْمَتِكَ عَذَابَ الْجَحِيمِ، وَأَبْدِلْهُ  
 دَارًا خَيْرًا مِنْ دَارِهِ، وَأَهْلًا خَيْرًا مِنْ أَهْلِهِ،  
 اللَّهُمَّ اغْفِرْ لَأَسْلَافِنَا، وَأَفْرَاطِنَا، وَمَنْ  
 سَبَقَنَا بِالْإِيمَانِ

Ya Allah, jadikanlah kematian anak ini sebagai pahala dan simpanan bagi kedua orang tuanya

dan pemberi syafaat yang dikabulkan doanya. Ya Allah, dengan musibah ini, beratkanlah timba-ngan perbuatan mereka dan berilah pahala yang agung. Anak ini kumpulkan dengan orang-orang yang shaleh dan jadikanlah dia dipelihara oleh Nabi Ibrahim. Peliharalah dia dengan rahmat-Mu dari siksaan neraka jahim.

### **Salam Untuk Penghuni Kubur**

السَّلَامُ عَلَيْكُمْ أَهْلَ الدِّيَارِ، مِنَ الْمُؤْمِنِينَ  
وَالْمُسْلِمِينَ، وَإِنَّا إِن شَاءَ اللَّهُ بِكُمْ لَاحِقُونَ  
أَسْأَلُ اللَّهَ لَنَا وَلَكُمْ الْعَافِيَةَ.

Semoga kesejahteraan untukmu, wahai penghuni kuburan dari orang-orang mu'min dan muslim, dan sesungguhnya kami Insya Allah akan menyusul kalian. Aku mohon keselamatan kepada Allah untuk kami dan kalian.

## *Salam Penutup*

*Saudaraku yang budiman*, jika anda telah membaca buku ini, kami berharap anda mendapat-kan manfaat darinya. Kami pun berharap anda bersedia memberikan atau meminjamkan buku ini kepada teman anda agar dia juga mendapatkan manfaat seperti anda;

*“Orang yang memberi petunjuk kebaikan (akan mendapat pahala) seperti (pahala) orang yang melakukan kebaikan tersebut.”*

**(HR. Muslim)**

Jika anda ingin mendapatkan buku-buku atau bulletin terbitan kami yang lainnya, silakan kunjungi kami di **Kantor Da’wah dan Bimbingan bagi Pendetang (Maktab Jaliat) Al-Sulay, exit 16, Jl. Harus Ar-Rasyid, Al-Sulay**. Insya Allah, kami dapat memenuhi permintaan anda.

Tanggapan dan koreksi, dapat dikirim ke alamat kantor kami, atau dapat langsung ke email penyusun: **abu\_rumaisha@hotmail.com**

*Saudaramu, di Kantor Jaliat Sulay*

## Buku atau Brosur yang Diterbitkan Oleh Kantor Da'wah Al-Sulay

| No | Judul  | Macam |
|----|--|-------|
| 1  | Kitab Tauhid                                     | Buku  |
| 2  | Aqidah Shahih versus aqidah bathil               | Buku  |
| 3  | Prinsip aqidah Ahlussunnah wal<br>Jama'ah        | Buku  |
| 4  | Tauhid, urgensi dan manfaatnya                   | Buku  |
| 5  | Hukum sihir, pedukunan dan zina                  | Buku  |
| 6  | Hakekat tasawuf                                  | Buku  |
| 7  | Pandangan ulama mazhab Syafi'i<br>tentang syirik | Buku  |
| 9  | Kesempurnaan Islam dan bahaya bid'ah             | Buku  |
| 10 | Tuntunan thaharah dan shalat                     | Buku  |
| 11 | Fiqih Thaharah (hukum bersuci)                   | Buku  |
| 12 | Fatwa penting tentang shalat                     | Buku  |
| 13 | Panduan Ramadhan                                 | Buku  |
| 14 | Panduan Musafir (adab Shafar)                    | Buku  |
| 15 | Tata cara mengurus jenazah                       | Buku  |
| 16 | Darah kebiasaan wanita (hukum haid)              | Buku  |
| 17 | 60 pertanyaan seputar haid dan nifas             | Buku  |
| 18 | Fatwa untuk pasien dan pegawai RS                | Buku  |
| 19 | Bekal bagi jamaah haji                           | Buku  |
| 20 | Syarah Hadits Arba'in An-Nawawiyah               | Buku  |
| 21 | Sejarah Rasulullah ﷺ ( <i>Rahiqul Makhtum</i> )  | Buku  |
| 22 | Tafsir surat Al-Fatihah                          | Buku  |
| 23 | Doa yang terkabul                                | Buku  |
| 24 | Taubat, jalan menuju surga                       | Buku  |

|    |   |          |
|----|---|----------|
| 25 | Mazhab fiqh, kedudukan dan cara menyikapinya                  | Buku     |
| 26 | Hak-hak sesuai fitrah yang dikuatkan syariat                  | Buku     |
| 27 | Hadits-hadits pilihan   | Buku     |
| 28 | Zikir, doa dan motivasi beramal shaleh                        | Buku     |
| 29 | Meraih hidup bahagia  | Buku     |
| 30 | Kumpulan doa dalam Al-Quran dan Hadits                        | Buku     |
| 31 | Tipu daya setan   | Buku     |
| 32 | Kisah wanita-wanita teladan                                   | Buku     |
| 33 | Kiat berpegang teguh dalam agama Allah                        | Buku     |
| 34 | Nasehat dari hati ke hati                                     | Buku     |
| 35 | Hadits-hadits pilihan   | Buku     |
| 36 | Panduan Praktis Menghitung Zakat                              | Buku     |
| 37 | Bulan Muharran dan Asyuro, Hukum dan Pelajaran                | Buku     |
| 38 | Sihir, ciri-ciri dan penanggulangannya                        | Buku     |
| 39 | Sunah-sunnah yang nyaris terlupakan                           | Buku     |
| 40 | Kajian lengkap tangan shalat                                  | Buku     |
| 41 | Sejarah Para Nabi (Qashashul Anbiya)                          | Buku     |
| 42 | Panduan Umrah   | Buku     |
| 43 | Fatwa seputar aqidah  | Bulletin |
| 44 | Hakekat cinta dan pembelaan terhadap Nabi Muhammad ﷺ          | Bulletin |
| 45 | Fatwa tentang beberapa pelanggaran                            | Bulletin |
| 46 | Jimat, Hekekat, hukum menyimpan, alasan-alasan dan jawabannya | Bulletin |
| 47 | Keutamaan sepuluh hari Zulhijjah,                             | Bulletin |

|    |   |          |
|----|---|----------|
|    | hukum berkorban dan Idul Adha                                       |          |
| 48 | Tuntunan puasa  | Bulletin |
| 49 | Pelanggaran yang banyak terjadi pada sebagian jamaah haji Indonesia | Bulletin |
| 50 | Keutamaan beberapa ibadah   | Bulletin |
| 51 | Tabarruk (Meminta barokah)  | Bulletin |
| 52 | Tata cara umroh   | Bulletin |
| 53 | Wali Allah dan karomah  | Bulletin |
| 54 | Tata cara bersuci dan shalat  | Bulletin |
| 55 | Cara bersuci dan shalat bagi orang sakit                            | Bulletin |
| 56 | Tauhid dan syirik   | Bulletin |
| 57 | Sihir, hakekat dan hukumnya, alasan dan jawabannya                  | Bulletin |
| 58 | Dampak maksiat  | Bulletin |
| 59 | Bahaya meremehkan dosa  | Bulletin |
| 60 | Hukum merayakan maulid Nabi   | Bulletin |
| 61 | Bid'ah dibulan Rajab  | Bulletin |
| 62 | Segeralah bertaubat   | Bulletin |
| 63 | Bulan Sya'ban, antara yang disyariatkan dan yang tidak              | Bulletin |
| 64 | Ziarah kubur, antara yang disunnahkan dan yang dilarang.            | Bulletin |
| 65 | Tawassul dengan wali dan orang shaleh                               | Bulletin |
| 66 | Shalat Jum'at   | Bulletin |
| 67 | Shalat Berjamaah  | Bulletin |
| 68 | Kedudukan shalat dan hukum orang yang meninggalkannya               | Bulletin |
| 69 | Fitnah Lisan  | Bulletin |

# دليل المتمر

مع الأذعية والأذكار

(بالغة الإندونيسية)

إعداد

قسم الترجمة بالمكتب التعاوني للدعوة

والإرشاد وتوعية الجاليات بالسلي