

Meningkatkan Kualitas Zikir Selama Umrah



Umrah bukan hanya tentang rangkaian fisik seperti thawaf, sa'i, dan tahallul, tetapi juga tentang menyuburkan hati dengan **zikir dan ingat kepada Allah**. Di tengah keramaian dan semangat beribadah yang tinggi, sering kali jamaah fokus pada gerakan tanpa memaksimalkan kualitas batin. Padahal, zikir merupakan ruh dari ibadah, pembuka ketenangan jiwa, dan penguat niat. Artikel ini mengulas cara meningkatkan kualitas zikir selama umrah, baik dalam bentuk lafaz, waktu, maupun kesadaran hati, agar setiap detik di Tanah Suci menjadi ladang kedekatan dengan Allah.

1. Zikir-Zikir yang Dianjurkan Rasulullah ﷺ

Zikir yang diajarkan Nabi Muhammad ﷺ bukan hanya pengulangan lafaz, melainkan doa penuh makna yang menyentuh hati. Di antara zikir utama yang sangat dianjurkan saat umrah adalah:

- **“Subhanallah, walhamdulillah, walaailaha illallah, wallahu akbar”** – zikir ini mencakup pujian, pengakuan tauhid, dan keagungan Allah.
- **“Laa hawla wa laa quwwata illa billah”** – mengingatkan bahwa kekuatan dan perubahan hanya datang dari Allah.
- **Istighfar** – memohon ampunan sebanyak-banyaknya, terlebih saat di tempat yang penuh keberkahan seperti Makkah.
- **Shalawat kepada Nabi ﷺ** – sebagai bentuk cinta kepada Rasulullah dan pengharapan syafaat.

Sebelum memulai thawaf, sa'i, atau duduk menanti waktu shalat, hafalkan dan biasakan menyebut zikir-zikir tersebut, agar lisan senantiasa basah dengan nama Allah.

2. Menyusun Waktu Khusus untuk Berdzikir

Zikir tidak hanya dilakukan saat ibadah utama, tetapi juga di waktu-waktu senggang. Jamaah sebaiknya menyusun **waktu khusus harian untuk zikir**:

- Setelah shalat lima waktu, duduk sejenak untuk zikir dan wirid sederhana.
- Menjelang tidur di hotel: lantunkan tasbih dan istighfar.
- Saat dalam bus atau menunggu rombongan: ganti waktu kosong dengan kalimat thayyibah.

Gunakan aplikasi tasbih digital atau counter zikir agar lebih praktis. Bisa juga membawa buku kecil berisi zikir harian atau unduh versi digital dari sumber terpercaya.

Dengan menjadwalkan zikir secara rutin, kita tidak hanya memperbanyak jumlahnya, tetapi juga menjaga konsistensi hati dalam mengingat Allah.

3. Menjaga Hati agar Tidak Lalai

Zikir tidak hanya tentang ucapan, tetapi juga tentang **kesiapan hati**. Saat zikir diucapkan tanpa kesadaran, maka nilainya berkurang. Oleh karena itu, penting untuk:

- Menenangkan pikiran sebelum berdzikir, tarik napas dalam, dan hadirkan kesadaran.
- Memahami arti zikir yang dibaca agar hati tersentuh. Misalnya, saat membaca “astaghfirullah”, renungkan dosa-dosa yang ingin diampuni.
- Jauhi percakapan sia-sia dan fokus pada kontemplasi ketika duduk di masjid.

Salah satu sebab hati lalai adalah tergesa-gesa dalam ibadah dan terlalu sibuk dengan urusan duniawi, bahkan di Tanah Suci. Maka dari itu, perlambat irama zikir dan resapi maknanya agar hati pun turut berdzikir.

4. Berdzikir saat Thawaf dan Sa’i

Thawaf dan sa’i adalah momen utama untuk zikir dan doa. Saat mengelilingi Ka’bah, jangan hanya terfokus pada rute atau keramaian, tapi hadirkan **zirkullah dalam setiap putaran thawaf**. Anda bisa:

- Mengulang “Subhanallah” atau “Allahumma inni as-aluka ridhaka wal-jannah”.
- Membaca surat pendek atau doa pribadi di antara rukn Yamani dan Hajar Aswad.
- Saat sa’i, panjatkan doa di Bukit Shafa dan Marwah, atau membaca “Inna as-shafa wal-marwah...” sambil berdzikir penuh kesungguhan.

Gunakan waktu thawaf dan sa’i untuk menyampaikan keinginan terdalam kepada Allah, dengan zikir sebagai jembatan komunikasi batin.

5. Menjadikan Zikir sebagai Kebiasaan Hidup

Umrah seharusnya membawa perubahan, termasuk membiasakan zikir dalam kehidupan sehari-hari. Setelah kembali ke tanah air, pertahankan:

- Zikir pagi dan petang (dzikir al-ma’tsurat).

- Membaca tasbeeh setelah shalat.
- Zikir pendek di sela aktivitas harian seperti bekerja, berkendara, atau memasak.

Biasakan mendengarkan murottal atau rekaman zikir agar lingkungan pun mendukung. Ajak keluarga dan sahabat untuk berdzikir bersama.

Zikir adalah benteng hati dari kelalaian, penjaga iman, dan sumber ketenangan. Jika selama umrah kita mampu menjaga zikir, jangan biarkan kebiasaan itu hilang sepulangnya.

Terima kasih telah membaca



The banner features a dark blue background with a white and gold Kaaba on the right. On the left, there is a logo for 'Umrah BERSAMAMU' with a stylized Kaaba icon. The text 'Umrah BersamaMu' is prominently displayed in white, with 'Official Youtube Video' and 'Edukasi dan Informasi Terupdate untukmu' below it. A red and orange 'Subscribe & Comment' button is on the left, and the website 'www.umrahbersamamu.com' is at the bottom center.

Umrah BERSAMAMU

Subscribe & Comment

YouTube
Umrah BersamaMu
Official Youtube Video
Edukasi dan Informasi Terupdate untukmu
www.umrahbersamamu.com

Klik banner di atas untuk menonton konten menarik dari YouTube UmrahBersamaMu!