

اللَّهُ أَكْبَرُ اللَّهُ أَكْبَرُ اللَّهُ أَكْبَرُ وَلِلَّهِ الْحَمْدُ اللَّهُمَّ إِنِّي  
 أَسْأَلُكَ مِنْ خَيْرِ مَا تَعْلَمُ وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا تَعْلَمُ  
 وَأَسْتَغْفِرُكَ مِنْ كُلِّ مَا تَعْلَمُ إِنَّكَ أَنْتَ عَلَّامُ الْغُيُوبِ.  
 لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ الْمُبِينُ مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ صَادِقُ الْوَعْدِ الْأَمِينُ.  
 اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ كَمَا هَدَيْتَنِي لِلْإِسْلَامِ أَنْ لَا تَنْزِعَهُ مِنِّي حَتَّى تَتَوَفَّيَنِي  
 وَأَنَا مُسْلِمٌ اللَّهُمَّ اجْعَلْ فِي قَلْبِي نُورًا وَفِي سَمْعِي نُورًا وَفِي بَصَرِي نُورًا.  
 اللَّهُمَّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ وَسَاوِسِ الصَّدْرِ  
 وَشَتَاتِ الْأَمْرِ وَفِتْنَةِ الْقَبْرِ. اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا يَلْبِغُ فِي اللَّيْلِ  
 وَشَرِّ مَا يَلْبِغُ فِي النَّهَارِ وَمِنْ شَرِّ مَا تَهْبُّ بِهِ الرِّيَّاحُ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ.  
 سُبْحَانَكَ مَا عَبْدُكَ حَقَّ عِبَادَتِكَ يَا اللَّهُ سُبْحَانَكَ مَا ذَكَرْنَاكَ حَقَّ  
 ذِكْرِكَ يَا اللَّهُ.

#### ROMAL

adalah mempercepat jalan dengan memperpendek langkah kaki, tanpa berlari atau melompat-lompat. Romal bagi orang yang naik kursi dorong bisa dilakukan dengan menggerak-gerakkan kursinya. [Nihayatul Muhtaj]

#### LAMPU HIJAU

#### Doa Diantara Dua Pilar Hijau

رَبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَاعْفُ وَتَكْرَّمْ وَتَجَاوَزْ عَمَّا تَعْلَمُ  
 إِنَّكَ تَعْلَمُ مَا لَا نَعْلَمُ إِنَّكَ أَنْتَ اللَّهُ الْأَعَزُّ الْأَكْرَمُ.

#### Bacaan Ketika Mendekati Bukit Marwah

إِنَّ الصَّفَا وَالْمَرْوَةَ مِنْ شَعَائِرِ اللَّهِ فَمَنْ حَجَّ الْبَيْتَ أَوِ اعْتَمَرَ فَلَا جُنَاحَ  
 عَلَيْهِ أَنْ يَطَّوَّفَ بِهِمَا وَمَنْ تَطَوَّعَ خَيْرًا فَإِنَّ اللَّهَ شَاكِرٌ عَلِيمٌ.

## HIKMAH ROMAL (Berlari-lari kecil)

Ketika Nabi SAW bersama para sahabat masuk ke kota mekkah untuk ber umroh pada tahun ke 7 H sebelum Fathu Makkah, mereka terlihat lemah karena penyakit “Humma Yatsrib” (demam yang melanda kota Madinah). Kaum Musyrikin berkata : “mereka telah dilemahkan oleh oleh penyakit “Humma Yatsrib” sehingga mereka tidak akan mampu lagi berperang dengan kita”. Maka Allah memberitahu beliau dan beliau memerintahkan para sahabat agar unjuk gigi dengan melakukan “Romal” (berlari -lari kecil) agar kaum musyrikin tahu betapa kuatnya keperkasaan kaum muslimin dan kekuatannya. Ketika kaum musyrikin mengetahui hal ini maka mereka berkata ternyata kaum muslimim lebih kuat dari ini dan itu. Romal tetap dilestarikan supaya orang yang berumah haji mengetahui nikmat tampaknya agama islam dan disucikannya mekkah dari kaum musyrikin. [I’anatut Thalibin]