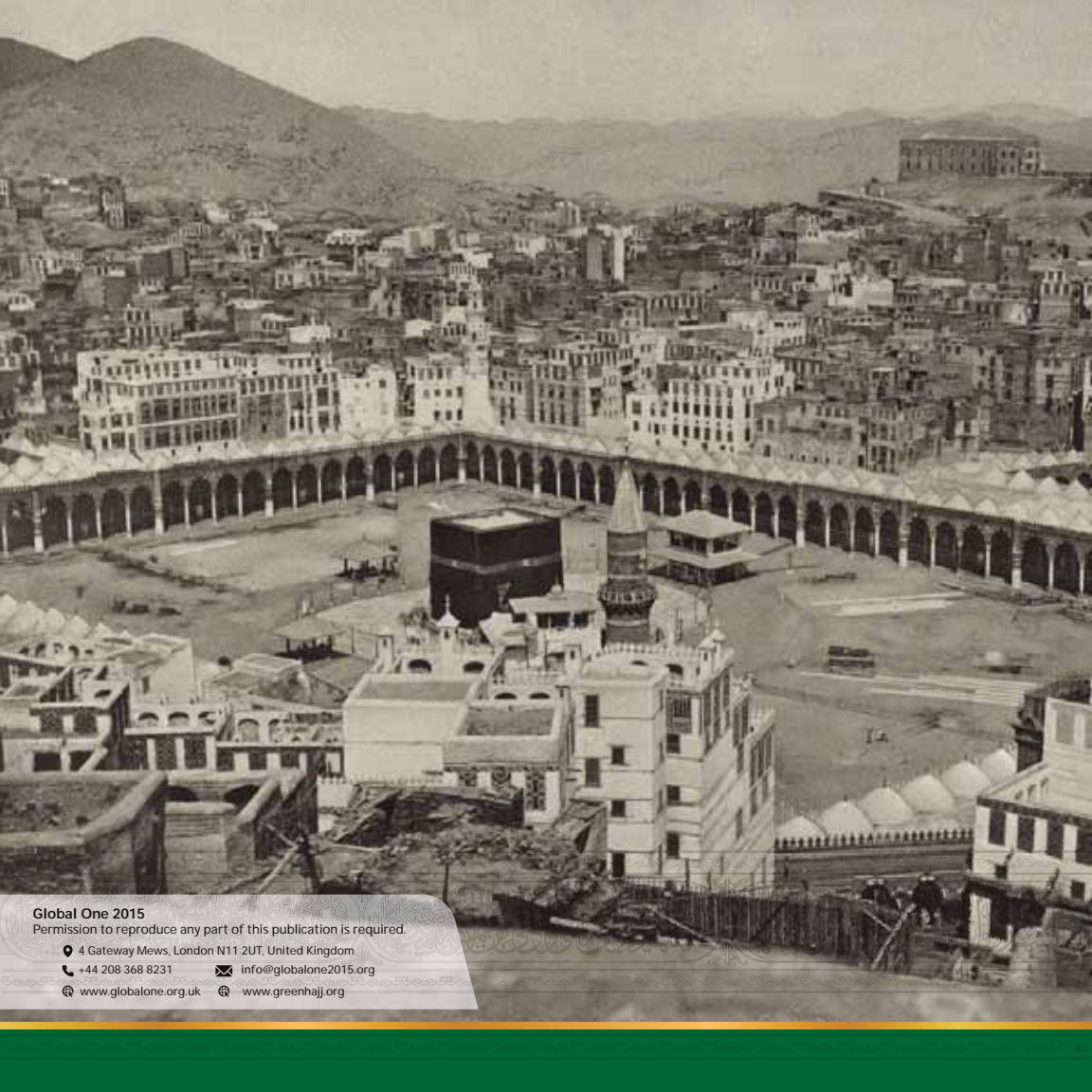


THE **GREEN** GUIDE FOR
HAJJ AND UMRAH

www.greenhajj.org





Global One 2015

Permission to reproduce any part of this publication is required.

📍 4 Gateway Mews, London N11 2UT, United Kingdom

☎ +44 208 368 8231 ✉ info@globalone2015.org

🌐 www.globalone.org.uk 🌐 www.greenhajj.org

CONTENTS

01 Acknowledgements

02 Foreword

03 A Message from Nigel Topping
(UN High Level Champion for Climate Action at COP26)

04 Preface

05 Introduction
**Green Hajj and Umrah
Checklist, Invitation, Global Challenges,
Equality and Universal Values**

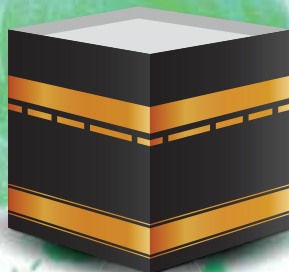
06 Spiritual Steps for a
Greener Hajj and Umrah

07 Physical Steps for
Hajj and Umrah

08 Choices
**How To Make Informed
Decisions**

09 Recommendations for
After Hajj or Umrah

10 Recommendations for
**Governments and
Institutions**



Pembangunan panduan ini tidak mungkin dapat dicapai tanpa sokongan kewangan yang murah hati daripada Greenpeace MENA.

Kami ingin mengucapkan terima kasih kepada individu-individu serta organisasi berikut atas sokongan, kerja keras dan komitmen mereka, yang tanpa mereka, aplikasi panduan ini tidak akan dapat dilaksanakan.

JAWATAN KUASA PEMANDU "GREEN GUIDE"

- Ayesha Patel
- Sheikh Abdur Rahman Madani
- Mishkat Hassan
- Al Hajji Yassin Massiekel
- Dr. Ahmad Hourii
- Sheikh Zymer Salihi
- Professor Fachruddin Mangunjaya
- Belinda Fletcher
- Julien Jressiati
- Nouhad Awwad
- Veronici Garyfallou
- Wassim Youssef
- Tom Allen
- Ines Belliard
- Sara Pia
- Francesca Oberti
- Shaadh Ahmed
- Mohamed Ansari
- Dr. Hanaa Al Banna
- Rafia Akter
- Asif Amin
- Mujahidul Islam
- Mathews Chanza

02 PENDAHULUAN

Adalah menjadi penghormatan kami sebagai Jawatankuasa Pemandu untuk menyokong pembangunan 'Green Guide to the Hajj and Umrah' versi kedua ini dengan kepakaran kami sebagai alim ulama, ahli akademik dan pakar alam sekitar.

Sudah sepuluh tahun sejak panduan asal diterbitkan dan banyak yang telah berubah pada masa ini. Pengenalan Matlamat Pembangunan Lestari PBB pada 2015 menandakan era baru yang mendesak dan ketersambungan antara semua aspek kewujudan planet. Kami percaya panduan ini tepat pada masanya dan InsyAllah akan menjadi sumbangan penting kepada pemacu ke arah kelestarian alam sekitar dan pembangunan hijau.

Majoriti daripada 1.8 bilion umat Islam tinggal di 'Global South' namun aktivisme alam sekitar kita tidak diambil berat. Kita sebagai Umat perlu mengambil serius terhadap pengurusan planet ini dan menunjukkan kepimpinan dalam memelihara, melindungi dan memupuk Nimah Allah. Kita mesti menyedari bahawa perbuatan terkecil sekalipun boleh membawa perubahan – menanam pokok, mematikan paip, berjalan kaki daripada memandu, mengurangkan pembelian dan menggunakan semula dengan lebih banyak!

Dengan Haji dan Umrah menjadi detik-detik yang menyentuh dan tidak dapat dilupakan dalam kehidupan umat Islam, inilah masa yang bagus untuk memulakan perjalanan kita menuju masa depan yang lebih baik untuk semua umat manusia.

*Jawatankuasa Pemandu
Green Guide to Hajj and Umrah
Julai 2021*

- Ayesha Patel,
- Sheikh Abdur Rahman Madani,
- Dr Ahmad Houry,
- Professor Fachruddin Mangunjaya,
- Mishkat Hassan,
- Sheikh Zymer Salihi
- Hajji Yassin Masseikel

03

MESEJ DARIPADA
NIGEL TOPPING

HIGH LEVEL CHAMPION FOR CLIMATE ACTION' PBB DI COP26 -

“

Saya ingin bermula dengan satu penghargaan yang besar untuk semua yang terlibat dalam merekabentuk dan melancarkan versi kedua 'Green Guide and App to the Hajj and Umrah'! Ini adalah kerja yang penting, sangat tepat pada masanya dan saya berharap ia diterima pakai dan dihargai oleh setiap orang semasa menunaikan haji ke Mekah.

Satu perkara yang kekal berterusan ialah meningkatkan cita-cita daripada pelakon bukan negara dengan gelombang komitmen sifar bersih baharu daripada perniagaan, universiti, bandar, wilayah, rangkaian keagamaan dan masyarakat awam. Kerja anda dengan panduan yang dikemas kini bersama dengan aplikasi digital adalah bukti perkara ini.

Masa depan yang kita cari adalah sangat sejajar dengan visi dunia yang dipromosikan oleh banyak tradisi agama - yang lebih adil, lebih sihat, lebih berdaya tahan - di mana kita beralih daripada fokus tunggal pada keuntungan dan pertumbuhan tidak kira kos, kepada masyarakat dan ekonomi di mana manusia dan planet berkembang maju bersama.

”

High Level Champion for
Climate Action' PBB di COP26



04 PRAKATA

Dengan nama Allah Yang Maha Pemurah, lagi Maha Mengasihani

Segala pujian bagi Allah, Tuhan yang menciptakan dan mentadbir sekalian alam. Selawat dan salam ke atas Rasulullah SAW, serta keluarga dan sahabat Baginda.

Di bawah inisiatif 'Ummah for Earth' adalah satu penghormatan besar buat saya untuk membangunkan versi kedua 'Green Guide to the Hajj and Umrah' selepas sepuluh tahun sejak edisi pertama. Kami mempunyai pasukan hebat yang luar biasa di Global One dan input yang sangat baik daripada pasukan GP MENA dan Jawatankuasa Pemandu kami sendiri.

Pandemik COVID-19 telah memberi kita semua masa untuk merenung dan mempertimbangkan sumbangan kita untuk membangunkan lebih banyak masyarakat yang mampan dan sama rata berdasarkan perpaduan dan belas kasihan.

Masa kita untuk bertindak semakin bertalu setiap hari, kita perlu memikirkan peranan kita dan mula mengubah tabiat kita untuk melindungi dan memelihara dunia kita. Saya berdoa agar Panduan dan Aplikasi yang disertakan ini memotivasi dan memberi inspirasi kepada Umat kita untuk mengambil tindakan dan tidak menunggu sehingga terlambat.

Semoga Allah SWT menerima dari kita semua ibadah haji dan umrah kita, usaha kita dan amal soleh kita. Amin.

*Dr Husna Ahmad OBE
London Julai 2021*

05 PENGENALAN

A ini adalah panduan ringkas tentang ajaran Islam berkaitan dengan pemeliharaan alam sekitar, semasa haji dan umrah dan dalam kehidupan seharian kita, bersama saudara- saudara kita sesama Islam.

Panduan ini juga menyediakan saranan-saranan kepada masyarakat, kerajaan dan institusi-institusi untuk membolehkan pelaksanaan haji dan umrah yang lebih mampan. Kami berharap anda akan membaca panduan ini sebelum membuat persediaan untuk menunaikan ibadah haji dan umrah. Kita memohon kepada Allah SWT agar menerima semua ibadah, usaha dan amal soleh kita.

“ Dengan nama Allah
Yang Maha Pemurah, lagi
Maha Mengasihani ”



01 Sebelum Berlepas dari Negara Anda

- Hadiri bengkel/seminar Haji Hijau oleh penganjur haji tempatan anda.
- Bawa botol yang boleh digunakan semula, peralatan makan sendiri, dan beg guna semula.
- Semak kelayakan kelestarian penginapan dan ejen pelancongan anda.

02 Semasa Ketibaan (di Jeddah, Mekah, Muzdalifah, Arafah, Mina & Madinah)

- Bergerak secara berkumpulan ke semua tapak ziarah dan ibadah. Hadkan penggunaan kenderaan yang menggunakan diesel/petrol. Gunakan perkhidmatan metro untuk pengangkutan anda ke tapak-tapak ziarah. Kereta api berkelajuan tinggi Al-Haramain juga tersedia di antara Makkah dan Madinah. Anda juga boleh mempertimbangkan untuk berjalan kaki bila mana boleh dilakukan.
- Jika anda perlu menggunakan kereta, van mini atau bas, cuba gunakan kenderaan elektrik.
- Pertimbangkan untuk menggunakan pakaian ihram yang dihadiahkan kepada anda oleh para Haji terdahulu, atau membelinya melalui proses jual-beli yang adil dan mampan.



- Beli dan makan apa yang perlu sahaja. Elakkan makanan dan minuman yang dijual sedia bungkus, jika boleh.
- Gunakan bekas makanan sendiri untuk membawa makanan yang telah anda sediakan lebih awal.
- Pilih makanan bermusim, organik atau tempatan - ia lebih baik untuk alam sekitar dan menyokong komuniti tempatan.
- Kurangkan penggunaan air untuk bersuci, membasuh dan kegunaan peribadi. Elakkan botol plastik, dan sebaliknya guna botol air yang boleh diisi semula.
- Pertimbangkan satu haiwan korban untuk satu keluarga.
- Kurangkan penggunaan elektrik. Matikan peralatan elektrik apabila tidak digunakan. Gunakan peralatan jimat tenaga seperti pengecas telefon bimbit dan lampu solar.

03 Selepas Haji/Umrah

- Pertimbangkan untuk menaja penanaman pokok di tapak-tapak ibadah Haji, atau tanam pokok di rumah. Spesis tempatan memberikan manfaat alam sekitar yang paling banyak.
- Kurangkan tabiat penggunaan berlebihan anda. Adalah lebih baik untuk menggunakan semula dan memperbaiki daripada sentiasa membeli yang baharu -- ini adalah sunnah yang membawa manfaat kepada rohani dan alam sekitar
- Buat pembelian yang lestari dan sentiasa elakkan berbelanja secara impulsif dan mewah. Gunakan beg membeli-belah yang diperbuat daripada bahan biodegradasi seperti kertas, jut dan rami.
- Pilih pakaian yang diperbuat daripada bahan semula jadi yang lestari sahaja dan elakkan pakaian yang diperbuat daripada bahan sintetik seperti polliester dan nilon
- Jika boleh, gunakan peranti dan peralatan elektrik berkuasa solar.
- Terapkan tabiat gaya hidup sederhana dan mampan yang dipelajari semasa menunaikan Haji, untuk sepanjang hayat anda.
- Tanamkan mesej Haji Hijau kepada mereka yang berada di sekeliling anda
- Luangkan sedikit masa untuk berkongsi kisah Haji Hijau anda di <https://ummah4earth.org/en/story-map/> untuk memberi inspirasi kepada orang lain di kalangan umat manusia



**🗨️ Hamba-hamba Tuhan Yang
Maha Pemurah itu adalah
mereka yang berjalan di
atas muka bumi dengan
rendah hati... 🗨️
(Quran 25:63)**

Perubahan iklim merupakan salah satu krisis terbesar yang sedang dihadapi oleh dunia. Setiap tahun, suhu meningkat menyebabkan hujan lebat, siklon, penggurunan, banjir dan pencairan glasier. Akibat yang mengancam nyawa ini adalah berpunca daripada gas rumah hijau (GHG) yang dilepaskan ke atmosfera oleh tindakan manusia. Tindak balas kita sebagai individu dan sebagai komuniti memainkan peranan penting apabila memerangi perubahan iklim. Komuniti Muslim adalah kumpulan agama kedua terbesar dan mempunyai keupayaan untuk memberi impak pada tahap global, kebangsaan dan masyarakat setempat, berkaitan tindakan alam sekitar. Kebanyakan umat Islam tinggal di negara-negara yang sangat terdedah kepada perubahan iklim, gelombang haba dan peningkatan suhu, yang kemudiannya membawa kepada kemarau, banjir dan peristiwa cuaca ekstrem yang lain. Panduan ini merupakan seruan segera kepada Ummah untuk bertindak melindungi alam sekitar dan menjaga antara satu sama lain, serta planet kita secara umumnya.

Dianggarkan suhu purata di Makkah telah meningkat sebanyak dua darjah Celsius dalam masa tiga puluh tahun. Jika keadaan ini berterusan, pelaksanaan Haji dan Umrah akan menjadi lebih sukar lagi kepada masyarakat terutama bagi golongan tua dan orang yang mempunyai masalah kesihatan. Ia bermakna akan ada lebih masalah kemarau dan kekurangan sumber air. Haji, yang merupakan hak bagi semua orang Islam, mungkin kelak akan menjadi keistimewaan hanya untuk orang tertentu sahaja. Oleh itu, adalah penting untuk bertindak sekarang untuk menjamin kepada generasi akan datang, saudara-saudara kita, dunia yang lebih baik dan adil.

Panduan ini akan membantu menjadikan pengalaman haji dan umrah anda satu pengalaman yang lebih hijau dan mesra alam.

Sebagai khalifah di bumi yang indah ini, anda akan diberi langkah mudah untuk membantu anda dalam melaksanakan tugas kepada Tuhan Pencipta, sedari permulaan perjalanan anda. Panduan ini membawa anda melalui dua jenis langkah untuk membolehkan anda membuat pilihan yang tepat agar dapat menyusuri permukaan bumi ini dengan sifat berhemah. Langkah Rohani dan Langkah Fizikal. Bahagian pengenalan ini akan menggariskan cabaran global yang paling mendesak; ia menentang kepentingan kesaksamaan dan nilai sejagat, dan memberikan garis panduan tentang apa yang perlu diikuti.



PANGGILAN KAABAH

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

Transliterasi:

labbayka llāhumma labbayka,
labbayka lā šarīka laka labbayka,
’inna - ḥamda wa n-ni ‘mata laka wa
l-mulka lā šarīka lak

“Terjemahan: ‘Di sini aku (memenuhi panggilanMu) Ya Allah, di sini aku. Di sini aku (memenuhi panggilanMu). Tiada sekutu bagiMu. Bagi Engkaulah sahaja segala puji, bagi Engkaulah jua segala kemuliaan, dan bagi Engkaulah sahaja segala kekuasaan. Tiada sekutu bagiMu.”

Talbiyah diseru berulang kali apabila jemaah haji memulakan haji dan umrah, dan dapat mengucapkan doa ini sahaja sudah menjadi suatu keberkatan. Penghormatan atas jemputan oleh Allah SWT ke rumah-Nya, Kaabah yang suci, Baitullah yang sangat istimewa. Kaabah suci juga dipanggil Baitul Atiq yang bermaksud “yang paling awal dan bersejarah” kerana ia dibina oleh Nabi kita yang diberkati Ibrahim AS dengan anaknya Ismail AS.

Kita hanya mampu memasangkan niat dan berusaha, tetapi Allah yang menentukan siapa yang akan menjadi tetamu-Nya setiap tahun. Ia jelas daripada cabaran global seperti perang, rusuhan awam, pandemik dan tahap penghijrahan yang besar, bahawa keadaan boleh berubah dalam sekelip mata. Oleh itu, kita tidak boleh mensia-siakan apa sahaja peluang dan kesempatan tanpa rasa bersyukur.

Pengisytiharan keimanan dan keyakinan kepada keesaan Allah merupakan tiang pertama dalam Islam, iaitu Syahadah. Kemudian kita mempunyai tiang-tiang (rukun) Islam yang lain: solat, puasa, zakat. Ibadah haji merupakan tiang Islam yang kelima dan terakhir. Haji adalah ibadah ziarah tahunan ke Makkah, Arab Saudi dan berlangsung dari 8 hingga 12 atau 13 haribulan Zulhijjah, bulan ke-12 dan terakhir dalam kalendar Islam. Ia adalah tugas agama yang mesti dilaksanakan oleh setiap orang Islam yang mampu untuk melakukannya sekurang-kurangnya sekali seumur hidup mereka.

Umrah adalah versi ibadah yang lebih ringkas berbanding haji. Perkataan ‘Umrah’ dalam bahasa Arab bermaksud ‘melawat, berniat’ atau ‘mengunjungi tempat yang berpenduduk’. Ibadah ziarah ini tidak wajib tetapi ia mempunyai nilai kerohanian yang tinggi. Ia boleh dilakukan sepanjang tahun dan dalam masa kurang daripada beberapa jam.

Semasa haji atau umrah kita adalah hamba Allah, pada masa yang sama seorang khalifah di muka bumi yang bertanggungjawab sepenuhnya atas perbuatan dan tindakan kita. Haji dan umrah mendidik kita untuk berusaha ke arah keadaan fitrah (sifat semula jadi) kita, yang suci dan murni.

CABARAN

GLOBAL

Tujuan panduan ini adalah untuk mengetengahkan beberapa cabaran global hari ini, dan menunjukkan bagaimana ia relevan dengan kehidupan seharian anda. Kita tidak mampu untuk mengasingkan diri daripada apa yang sedang berlaku di sekeliling kita. Ketika anda hendak memulakan haji atau umrah, sudah tiba masanya untuk memikirkan peranan anda dalam gambaran yang lebih besar. Kita mesti meneliti setiap aspek kehidupan kita dan melihat di mana penambahbaikan boleh dibuat. Sudah tiba masanya untuk memahami peranan kita bukan sahaja dalam keluarga dan masyarakat, tetapi juga terhadap alam semesta.

Langkah pertama haji atau umrah ialah berniat, bagi memperjelas tujuan. Langkah kedua adalah untuk memahami bahawa 1.8 bilion umat Islam di planet ini mempunyai tanggungjawab sebagai khalifah untuk memelihara, melindungi dan menghargai planet ini dan berusaha bertindak menangani perubahan iklim, ketidakadilan dan malapetaka terbesar yang dihadapi umat manusia ketika ini.

Perubahan iklim memberi kesan kepada kita semua, jadi adalah menjadi tugas kita sebagai umat Islam untuk memikirkan bagaimana tindakan kita boleh memberi kesan bahkan kepada orang lain di tempat lain di dunia, lebih daripada yang kita sangkakan. Sebagai contoh, sesetengah kawasan cenderung kepada pengurangan, kemarau, kehilangan hutan dan mungkin juga kurang sumber dan kapasiti untuk melawan kesan ini.

Daripada Abu Sa`id al-Khudri RA, yang berkata:

'Aku mendengar Rasulullah SAW berkata, "Sesiapa di antara kamu melihat sesuatu kezaliman, maka hendaklah dia mengubahnya dengan tangannya; dan jika dia tidak mampu melakukannya, maka hendaklah (dia mengubahnya) dengan lidahnya; dan jika dia tidak mampu melakukannya, maka hendaklah dengan hatinya; dan itulah lemah-lemah iman'

(Muslim)



Kesan pandemik koronavirus yang menyebabkan dunia terhenti pada tahun 2020 akan memberi kesan yang berpanjangan kepada kehidupan kita, sedang pelbagai jenis virus yang berbeza muncul di pelbagai bahagian dunia. Perpaduan global dan usaha sama akan menjadi kunci bagi proses pemulihan daripada pandemik, sambil mencapai SDG PBB menjelang tahun 2030. Umat Islam mesti memainkan peranan yang signifikan dalam menangani cabaran global pada saat genting ini.

Adakah anda akan mengambil cabaran ini untuk mendidik diri menyusuri muka bumi dengan sifat berhemah dan bertanggungjawab? Adakah anda akan mengambil langkah untuk perubahan dalam hidup, ketika anda memulakan perjalanan ke Kaabah, Baitullah? Pada tahun 2015, Pertubuhan Bangsa-Bangsa Bersatu (PBB) memperkenalkan 17 Matlamat Pembangunan Mampan global (SDG) yang diharapkan dapat dicapai menjelang tahun 2030. Kita, umat Islam, mesti bekerja dalam kesatuan sejagat dengan semua umat manusia untuk melindungi dan memelihara planet kita yang berharga. Kita mesti secara kolektif sedar tentang sumber semulajadi yang terhad, yang kita kongsi bukan sahaja dengan berbilion-bilion orang lain di planet ini tetapi semua makhluk ciptaan lain, maka perlulah kita memelihara dan menggunakannya secara lestari.

Nabi Muhammad SAW berkata:

“ ‘Bumi ini hijau dan indah, dan Allah telah menjadikan kamu sebagai khalifah.’
(Muslim) ”



KESAKSAMAAN DAN NILAI SEJAGAT

Dalam khutbahnya, Nabi Muhammad SAW bercakap tentang nilai-nilai sejagat, keadilan, kesaksamaan dan keadilan ekonomi yang harus menjadi titik tengah dalam seluruh kehidupan kita. Ini termasuk menyedari perjuangan yang dihadapi oleh sesama Islam - tanpa mengira budaya atau lokasi geografi. Pada abad ke-21, perubahan iklim adalah salah satu ketidakadilan terbesar yang dihadapi Ummah. Yang paling lemah di antara kita adalah yang paling tidak bertanggungjawab ke atas ancaman mendesak ini, kerana pelepasan karbon setiap penduduk di negara-negara yang lebih kaya adalah jauh lebih tinggi daripada mereka di negara-negara yang lebih miskin.

'Semua manusia adalah daripada Adam dan Hawa. Tiada kelebihan orang Arab ke atas orang bukan Arab, atau orang bukan Arab ke atas orang Arab, dan tiada kelebihan orang kulit putih ke atas orang kulit hitam atau orang kulit hitam ke atas orang kulit putih, kecuali atas dasar ketaqwaan dan amal soleh. Ketahuilah bahawa setiap orang Islam adalah saudara kepada setiap orang Islam dan Islam merupakan satu persaudaraan...'

Salah satu keindahan haji ialah rasa kesatuan dan kesaksamaan di sisi Allah SWT. Kekayaan, bangsa, jantina - tidak ada satu pun daripada perkara ini yang diberi kepentingan ketika kita semua menunaikan haji dan umrah. Semasa haji, kita dicabar dari segi fizikal, emosi dan rohani. Ujian ini harus menjadikan kita lebih kuat sebagai umat Islam, mengingatkan kita bahawa kita adalah satu Ummah yang saling berhubung secara rohani, dan bahawa kita mesti bertindak bersama-sama dalam perpaduan untuk menangani cabaran perubahan iklim.

Nabi kita Muhammad SAW menyampaikan khutbah terakhirnya - Khutbah Wida' pada hari Jumaat, 9 Zulhijjah, tahun 10 Hijrah di Lembah Uranah berhampiran Gunung Arafah, semasa haji. Semasa tempoh haji inilah ayat ini diturunkan:

أَلْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتِمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي
وَرَضِيْتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِينًا

"Pada hari ini telah Kusempurnakan untuk kamu agamamu, dan telah Kucukupkan kepadamu nikmat-Ku, dan telah Kuredai Islam itu menjadi agama bagimu."

(Quran, Surah Al-Ma'idah, 5:3)

06 LANGKAH-LANGKAH ROHANI UNTUK HAJI DAN UMRAH YANG LEBIH HIJAU

Haji memberi kita peluang untuk menghidupkan semula diri kita dengan pemakanan rohani, sambil merenungkan peranan kita dalam alam semesta.

Oleh itu, haji adalah masa yang tepat untuk mula membawa tabiat alam sekitar ke dalam kehidupan peribadi kita serta untuk masyarakat dan kerajaan Muslim memberi tumpuan kepada pembinaan cara hidup yang berhemah di atas muka bumi.

Bulan Zulhijjah merupakan salah satu bulan yang paling suci dalam kalendar Islam di mana umat Islam dari semua lapisan masyarakat berkumpul untuk mencari keredaan Allah dan memenuhi rukun Islam yang ke-5.



Ibn Kathir menggambarkan orang Mukmin sebagai:

‘mereka yang telah dihalang melalui Al-Quran daripada menikmati keseronokan dunia; keseronokan dunia berada di antara seorang Mukmin dan perkara-perkara yang boleh menghancurkan mereka. Mukmin adalah seperti banduan di dunia ini, yang cuba untuk membebaskan dirinya daripada belunggu dan rantai duniawi, tidak mempercayai helah-helahnya, sehingga hari dia bertemu Penciptanya. Dia tahu sepenuhnya bahawa dia bertanggungjawab atas apa yang dia dengar, lihat dan katakan, dan untuk apa yang dia lakukan dengan tubuhnya.

Tujuan yang mendasari haji (maqasid al-hajj), adalah untuk membolehkan dan memberi inspirasi kepada umat Islam untuk menunjukkan kasih sayang dan belas kasihan terhadap satu sama lain dan terhadap umat manusia yang lain. Ia memberi kita peluang untuk mengingatkan diri kita bahawa semakin besar cinta dan kasih sayang yang kita tanam kepada orang lain, semakin dekat kita kepada Pencipta dan Pemberi rezeki kita, Allah SWT.

Kita boleh mentafsirkan hadis di atas bermaksud bahawa Haji Mabruur - haji yang diterima oleh Pencipta - diukur dengan sejauh mana penyertaan jemaah haji dalam haji dan bagaimana ia mengubah watak mereka, menjadikan mereka manusia yang lebih penyayang dan prihatin. Dalam erti kata lain, jemaah haji yang dikurniakan dengan mabrur, bermakna mereka berusaha sedaya upaya untuk bersolidariti dengan orang miskin, mereka cuba sedaya upaya untuk sentiasa bercakap baik dan lembut kepada orang lain, dan mereka berusaha untuk menyokong serta menggalak keamanan di muka bumi.

Nabi Muhammad SAW mengatakan bahawa

jika Allah SWT menerima ibadah haji kita sebagai Haji Mabruur – ganjarannya ialah syurga. Perkataan Arab 'mabrur' berasal daripada kata akar 'birr' yang bermaksud memaparkan kebaikan atau kebaikan terhadap orang lain.

Dalam hadis selanjutnya, sahabat nabi Jabir RA meriwayatkan bahawa ketika menden- gar tentang pahala haji yang besar ini, seseorang bertanya:

"Wahai Rasulullah! Apa yang menjadikan haji mabrur?". Nabi Muhammad SAW menjawab:

"Ia adalah menyediakan makanan untuk orang miskin; bercakap baik kepada orang ramai, dan menyebarkan keamanan di dunia."

(Ahmad)

Perjalanan haji dan umrah mempunyai kepentingan rohani yang amat besar. Bumi adalah ciptaan ajaib yang diamanahkan kepada kita oleh Allah SWT dan sebagai umat Islam adalah menjadi kewajipan kita untuk menghormati dan memelihara ia sewajarnya.

Bahagian ini akan menjelaskan kepentingan rohani dalam kelestarian alam sekitar semasa haji dan umrah, menggunakan bukti daripada Al-Quran dan Sunnah.



KISAH

ZAMZAM DAN SITI HAJJAR (RA)

“Wahai Tuhan kami! Sesungguhnya aku telah menempatkan sebahagian dari zuriat keturunanku di sebuah lembah yang tiada tanaman padanya, yang dekat dengan rumah-Mu yang suci ini, wahai Tuhan kami, supaya mereka mendirikan sembahyang. Oleh itu jadikanlah hati sebahagian dari manusia tertarik kepadanya (supaya datang beramai-ramai ke situ), serta kurniakanlah rezeki kepada mereka dari hasil usaha mereka, supaya mereka bersyukur’.

(Quran 14:37)

Kisah Siti Hajar RA dan mata air Zamzam dengan indah menggambarkan betapa berharganya air dan peranan penting seorang wanita di dalam Islam. Hajar RA adalah seorang wanita Mesir, menjadi isteri kedua Nabi Ibrahim AS dan bersama-sama mereka mempunyai seorang anak lelaki, Ismail AS. Siti Hajar dan Ibrahim AS mengembara ke dataran Makkah, sebuah kawasan terpencil tanpa sumber air atau tempat berteduh buatan manusia. Oleh itu, keluarga itu berkhemah di bawah naungan pokok, yang kemudiannya akan dipilih oleh Ibrahim AS sebagai tapak suci Kaabah.

Nabi Ibrahim dengan perintah dari Allah SWT, terpaksa meninggalkan isteri dan anaknya dengan cuma sekantung kurma dan sekantung air. Ketika beliau hendak pergi, Siti Hajar bertanya kepadanya sama ada beliau telah diminta oleh Allah untuk berbuat demikian. Ibrahim menjawab: 'Ya', di mana Hajar berkata: 'Maka Dia tidak akan melupakan kami'. Setelah hilang dari pandangan, Ibrahim AS sampai ke 'Thaniya', menghadap Kaabah, mengangkat kedua tangannya dan mengucapkan doa berikut:

Apabila dia melihat anaknya semakin dahaga, Hajar RA menjadi cemas, lalu meninggalkannya di tapak Kaabah dan pergi mencari sesuatu untuk dia makan atau minum. Dalam panas terik, dia mendaki Bukit Safa dan kemudian Bukit Marwah untuk mencari air. Hajar RA dengan panik mengulangi pencarian yang sukar ini sebanyak 7 kali berulang-alik, tetapi tiada hasil.

Menurut riwayat Ibnu Abbas, 'Ini adalah asal-usul tradisi ibadah berjalan di antara Safa dan Marwah. Apabila dia (Hajar RA) sampai ke Marwah (untuk kali terakhir) dia mendengar suara dan dia berdiam diri untuk mendengar dengan penuh perhatian. Dia mendengar suara itu lagi dan berkata, "Wahai (siapa pun kamu)! Kamu telah membuat aku mendengar suara kamu. Adakah kamu mempunyai sesuatu untuk membantuku?" Dan ketika itu dia melihat satu malaikat menggali tanah di tempat Zamzam dengan tumitnya (atau sayapnya), sehingga mengalirlah air dari tempat itu. Dia (Siti Hajar) lalu mula membentuk tangannya seperti mangkuk, dan mula mengisi bekas airnya yang diperbuat daripada kulit. Lebih banyak air mengalir keluar setelah dia mencedok sebahagian daripadanya.

Bagaimana kita boleh meneladani mesej kisah Hajar RA ke dalam kehidupan kita, dan dengan berbuat demikian menghormati pengorbanan besar beliau? Ketersediaan air Zamzam pada hari ini adalah hasil daripada ketabahan dan keyakinan Hajar RA terhadap keimanan dan rahmat Allah SWT. Kisah Hajar bukan sahaja mewakili kekuatan asas dan keberanian wanita, tetapi juga nilai tidak terhingga sumber semulajadi bumi. Sambil mengulangi perjalanan Hajar antara Safa dan Marwah dengan kekayaan keselesaan moden, adalah penting bagi umat Islam untuk mengingati kepayahan jerih yang dilalui oleh Hajar untuk menyelamatkan nyawa anaknya. Walaupun kemudahan moden harus dilihat sebagai rahmat yang besar, kita tidak boleh menyalahgunakannya dan membazir sumber kita yang paling berharga - iaitu air. Sama seperti Allah SWT menyediakan air untuk Hajar pada waktu yang paling diperlukan, Dia juga boleh mengambilkannya semula saat ia dibazirkan.



Tapak ini kini menjadi Tetapa Zamzam di Masjid Haram di Makkah. Jemaah haji mengunjungi perigi dan minum daripadanya sebagai sebahagian daripada rutin ibadah haji, dan menjadi suatu keberkatan untuk minum dari sumber yang sama dengan nabi-nabi yang kita sayangi. Air Zamzam juga mempunyai manfaat kesihatan yang istimewa, dan digambarkan oleh Nabi Muhammad SAW sebagai 'berkat, dan makanan (minuman) yang memuaskan'.

(Muslim)

Menggunakan air dengan cermat dan berhemat ketika melaksanakan wuduk amat penting baik secara praktikal mahupun spiritual terutama ketika mengerjakan haji atau umrah.

KISAH ISMAIL [AS]

Pengorbanan Ismail tidak berakhir pada masa kelahirannya. Ketika bapanya, Nabi Ibrahim AS, datang mengunjunginya ketika dia sudah besar,

Ibrahim RA datang kepada anaknya Ismail dan memberitahu bahwa dia telah melihat dirinya mengorbankan Ismail dalam mimpi sebagai korban kepada Allah SWT. Ismail memberitahu bapanya bahwa jika itu adalah kehendak Allah SWT, dia akan patuh, dan menawarkan dirinya untuk dikorbankan. Setelah kedua ayah dan anak ini tunduk kepada kehendak Allah SWT dan bersedia untuk ibadah korban itu, Allah SWT memanggil Ibrahim RA dan memberitahu dia telah memenuhi perintah yang telah diturunkan di dalam mimpi itu. Hanya dengan akur kepada perintah Allah SWT, Ibrahim RA telah memenuhi kehendak Allah. Sebaliknya, dia dibenarkan untuk mengorbankan seekor biri-biri jantan dan bukannya anaknya sebagai mengingati ujian ini untuk generasi akan datang. Inilah asal usul ibadah korban (Udhiyah). Ini menunjukkan hikmah dalam meredai kehendak Allah SWT dan rahmat Allah terhadap orang-orang yang beriman dan beramal soleh.



LANGKAH LANGKAH

Terdapat lima langkah yang anda boleh ambil dalam usaha anda untuk menyelaraskan aspek kerohanian haji anda dengan kelestarian alam sekitar. Ini bukan sahaja cara untuk melindungi planet ini tetapi cara yang penting untuk melindungi sesama manusia. Dengan menghormati planet kita, kita memenuhi sebahagian daripada kewajipan kita sebagai umat Islam, dan dengan bekerjasama kita dapat mewujudkan perubahan besar sebagai satu Ummah dan komuniti global.

PENYERAHAN DIRI KEPADA

ALLAH

Sebagai umat Islam kita percaya kepada penyerahan diri secara total kepada kehendak Allah SWT. Tauhid merupakan pegangan teras dalam Islam dan melalui tauhid kita mengakui keesaan Allah. Kita berserah diri sepenuhnya kepada Tuhan Pencipta dan kita mengakui bahawa segala-galanya adalah milik Allah.

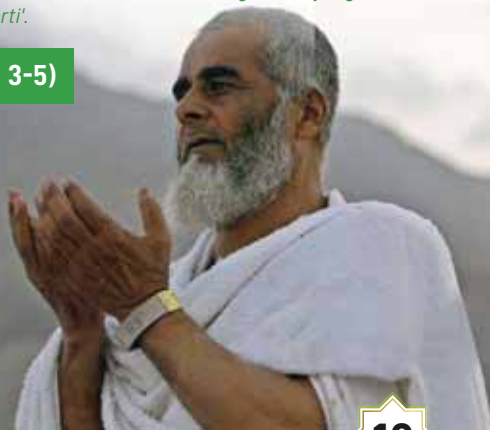
Al-Quran mengingatkan kita tentang keindahan planet kita yang berharga : 'Tidak akan kamu lihat sebarang kecacatan dalam apa yang diciptakan oleh Tuhan Maha Pengasih. Lihat sekali lagi. Bolehkah kamu melihat apa-apa kekurangan? Lihat sekali lagi. Dan lagi! Nescaya pandanganmu akan kembali kepada kamu tanpa menemukan kecacatan, dan ia (pandanganmu) berada dalam keadaan letih dan sia-sia.'

(67:3-4)

Ayat-ayat Khaliq dalam al-Quran ini menggariskan keindahan ciptaan – planet, langit dan manusia; serta semua makhluk dan alam semula jadi. Nabi Adam AS diciptakan oleh Allah SWT daripada tanah liat dan oleh itu kita mempunyai hubungan asas dengan bumi. Kita mesti berusaha untuk benar-benar tunduk kepada Tuhan Pencipta dengan melindungi planet yang indah ini, yang diciptakan untuk kita.

'Sesungguhnya pada langit dan bumi terdapat tanda-tanda (kekuasaan Allah) bagi orang-orang yang beriman. Dan pada penciptaan dirimu dan pada kejadian makhluk-makhluk Allah yang bertebaran di muka bumi, ada tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang meyakini. Dalam pertukaran malam dan siang, dan hujan yang diturunkan Allah dari langit, lalu (dengan air hujan itu) dihidupkanNya bumi setelah mati (kering); dan dalam kitaran angin itu, ada tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang mengerti.'

(45: 3-5)



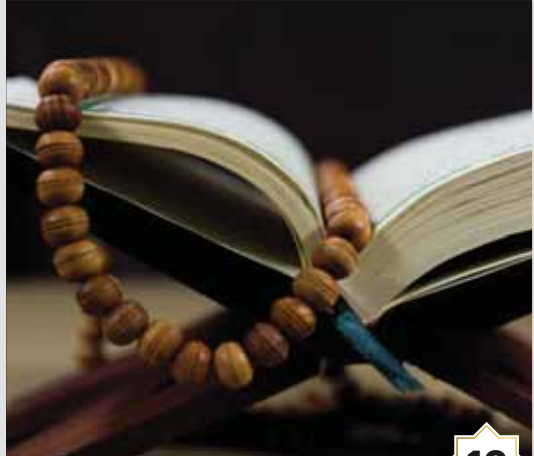
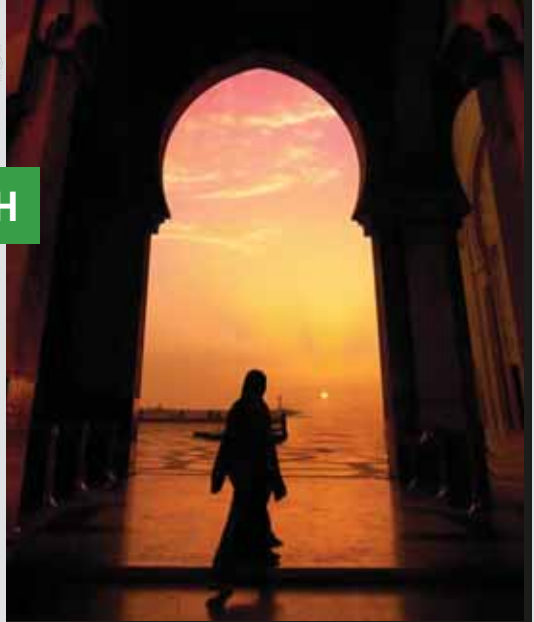
WAKIL DI ATAS MUKA BUMI / PENJAGA

KHALIFAH AND AMANAH

**"Aku akan
menempatkan di bumi
seorang Khalifah (penjaga)"**

Quran 2:30

Sebagai umat Islam kita diajar bahawa manusia adalah penjaga planet ini – ia adalah amanah kepercayaan yang diberikan kepada kita oleh Allah. Oleh itu, kita mempunyai tanggungjawab besar untuk menyelia dan memelihara sumber semula jadi di bumi dan mesti berusaha untuk memastikan peruntukan sumber yang adil.



PENDEKATAN SEIMBANG TERHADAP KEHIDUPAN

MIZAN

Dengan bencana iklim yang semakin merisaukan, kita kini lebih sadar betapa pentingnya keseimbangan ekosistem kepada kelangsungan hidup di dunia kita. Kita begitu taasub dengan keinginan dan keperluan diri sendiri sehingga kita lupa tentang kepentingan mizan - keseimbangan (contohnya kerendahan hati, menentang sikap berlebihan, mementingkan diri sendiri, tamak dan cuai).

Nabi Muhammad SAW bersabda:

خير الامور اوسطها

'Dalam semua perkara, jalan tengah adalah yang terbaik.'

(Imam Baihaqi)

Ini bermakna bahawa pendekatan yang paling rasional untuk semua perkara adalah jalan kesederhanaan, kerana kebaikan itu adalah antara dua ekstrem. Ini terpakai kepada penggunaan dan pengambilan daripada sumber semula jadi yang diamankan kepada manusia oleh Allah SWT. Allah SWT berfirman:

وَالسَّمَاءَ رَفَعَهَا وَوَضَعَ الْمِيزَانَ أَلَّا تَطْغَوْا فِي
الْمِيزَانِ وَأَقِيمُوا الْوَزْنَ بِالْقِسْطِ وَلَا تُخْسِرُوا
الْمِيزَانَ وَالْأَرْضَ وَضَعَهَا لِالْأَنْعَامِ

'Dia telah meninggikan langit dan menciptakan keseimbangan, supaya engkau tidak melampaui keseimbangan itu. Berilah timbangan yang adil - janganlah kamu mengurangkan keseimbangan itu. Dia membentangkan bumi untuk semua makhluk hidup'

(Quran 55: 7-10)



DALAM PERJALANAN

DI BUMI INI

NIKMAT

PEMBERIAN ALLAH

Kita perlu beringat bahawa pengalaman hidup kita di bumi ini adalah sementara, kita cumalah di dalam perjalanan menuju akhirat. Semasa fasa perjalanan ini, bumi adalah suatu amanah yang mana kita akan diuji sebagai penjaga. Segala yang ada di muka bumi ini diciptakan untuk kepentingan manusia itu sendiri. Ciptaan ini merupakan anugerah Allah (nikmat) kepada kita. Kita perlu memanfaatkan segala kesempatan di bumi dan semua perbuatan soleh kita akan ditimbang untuk manfaat kita pada Hari Pembalasan. Tindakan positif untuk memelihara alam sekitar dan amanah Allah hanya akan lebih mendekatkan diri kita kepada-Nya.

PERTANGGUNGJAWABAN

KE ATAS SETIAP TINDAKAN

FASAD

SALAH LAKU / RASUAH

Islam mengingatkan kita bahawa kita sahaja yang bertanggungjawab atas tindakan sendiri dan niat kita di sebalik setiap tindakan itu adalah penting.

“

'Carilah kehidupan akhirat dengan apa yang telah dikurniakan Allah kepadamu, tetapi janganlah engkau mengabaikan bahagianmu di dunia. Berbuat baiklah kepada orang lain sebagaimana Allah telah berbuat baik kepada kamu. Dan janganlah engkau melakukan kerosakan di muka bumi, kerana sesungguhnya Allah tidak suka kepada orang-orang yang melakukan demikian.'

”

(Quran 28:77)

Perkataan fasad (kerosakan atau keburukan) boleh ditafsirkan sebagai kemewahan, konsumerisme dan materialisme yang membawa kepada pencemaran, penggunaan berlebihan, pembaziran dan kemusnahan alam semula jadi - amanah yang dianugerahkan kepada kita oleh Allah SWT.

“Telah jelas kerosakan di darat dan di laut disebabkan oleh perbuatan manusia, dan Allah akan merasakan kepada mereka sebahagian dari akibat perbuatan mereka, supaya mereka kembali (insaf dan bertaubat).”

(Quran 30:41)

Ayat ini memberi amaran tentang bencana yang boleh dihadapi oleh umat manusia disebabkan oleh ketamakan dan kemusnahan.

Haji adalah wajib bagi semua umat Islam yang mampu, manakala Umrah merupakan sunnah yang penting.

Bahagian ini akan menerangkan bagaimana kita boleh menyempurnakan haji dan umrah di samping melindungi alam sekitar kita dengan nama Allah SWT.

Sebelum jemaah haji merentasi sempadan suci Haram Makkah untuk menunaikan haji atau umrah, mereka hendaklah memakai Ihram dan melintasi salah satu daripada lima Miqat di sempadan Haram seperti berikut:

- Zul Hulaifah (Bir Ali), untuk jemaah haji yang datang dari atau melalui Madinah.
- Al-Juhfah (berhampiran Rabigh), untuk jemaah haji yang datang dari atau melalui Syria, Morocco, atau Mesir.
- Qarnul Manazil (As-Sail Al-Kabir), bagi jemaah haji yang datang dari atau melalui Najd atau Taif.
- Yalamlam (Sa 'adiyah), untuk jemaah haji yang datang dari atau melalui Asia Selatan atau Yaman.
- Zatu Irqin, bagi jemaah haji yang datang dari atau melalui Iraq.

ENAM LANGKAH

langkah ini ditetapkan oleh Nabi Muhammad SAW dan mesti dilakukan mengikut urutan yang betul antara 8 hingga 12 atau 13 Zulhijjah, bulan terakhir dalam kalendar Islam. Umrah menggabungkan beberapa daripada ritual ini dan boleh dilakukan di luar waktu yang disebutkan, tetapi ia adalah sunnah dan bukannya kewajipan.

01 Ihram

Jemaah memasuki keadaan Ihram (melambangkan kesucian dan kerendahan hati). Lelaki memakai sandal dan pakaian ihram yang sama (dua helai kain berwarna putih), manakala wanita biasanya berpakaian putih dengan hanya muka dan tangan tidak ditutup. Warna putih dan gaya ringkas ini melambangkan kesucian dan kerendahan hati, memadamkan peringatan tentang kekayaan, budaya dan status. Dalam ihram, jemaah haji tidak boleh memotong kuku atau rambut, bergaduh atau berdebat, atau terlibat dalam aktiviti seksual.

02 Tawaf

Jemaah berjalan tujuh kali mengelilingi Kaabah (di Masjidil Haram) mengikut arah lawan jam.

03 Safa dan Marwah

Mengikuti jejak Hajar RA, jemaah berjalan tujuh kali di antara bukit-bukit Safa dan Marwah.

04 Gunung Arafah

Jemaah berwukuf di dataran Gunung Arafah, tapak khutbah terakhir Nabi Muhammad SAW.

05 Melontar Jamrah

di Muzdalifah dan Mina jemaah melakukan ritual melontar batu kepada 3 dinding batu (jamarat). Ia simbolik ke atas ujian Nabi Ibrahim AS, yang melemparkan batu ke arah syaitan untuk mengusirnya.

06 Ibadah Korban

Korban haiwan ini adalah untuk memperingati kesediaan Nabi Ibrahim AS untuk mengorbankan anaknya sendiri. Allah SWT kemudiannya meredai ketaatan Nabi Ibrahim AS lalu menghantar seekor biri-biri jantan untuk menggantikan tempat anaknya.

Kemudian, kita merayakan Aidil Adha.

Adalah menjadi kewajipan setiap Muslim untuk melangkah di atas muka bumi dengan penuh berhemah sambil melaksanakan kewajipan Islam mereka yang lain; ini termasuk mengelakkan kecuaihan alam sekitar, kemewahan dan pembaziran di setiap langkah perjalanan hidup.

Sebagai manusia, kita sentiasa berinteraksi dengan dunia di sekeliling kita, maka setiap keputusan yang kita buat memberi kesan kepada persekitaran. Dari pakaian di badan kepada makanan yang kita ambil, sebagai orang Islam kita semua boleh membuat pilihan-pilihan kecil untuk memenuhi tugas kita sebagai penjaga bumi dengan melindungi alam sekitar kita.

Dalam Wawasan 2030, kerajaan Arab Saudi telah menekankan peralihan ke arah kemampunan. Kerajaan itu menasaskan untuk memperbaiki pengurusan sisa dan kitar semula, mengurangkan pencemaran dan meningkatkan kualiti bekalan air. Dalam Wawasan 2030, tumpuan khusus diberikan kepada jemaah haji dan umrah, yang merupakan sebahagian penting daripada rancangan negara itu untuk tahun 2030.



PENCEMARAN DI MAKKAH

APA YANG BOLEH KITA LAKUKAN

Disebabkan oleh jumlah kereta dan pengangkutan awam yang besar di sekitar Makkah, kepekatan pencemaran yang melampau direkodkan - majoriti jalan raya melebihi had pencemaran yang disyorkan oleh Pertubuhan Kesihatan Sedunia, WHO. Bagi memerangi pencemaran udara, kerajaan Arab Saudi telah melaksanakan Wawasan 2030 dan mengukuhkan kerjasama dengan organisasi-organisasi antara kerajaan seperti Program Alam Sekitar PBB. Dasar alam sekitar Arab Saudi setakat ini termasuk pembinaan sistem metro dan kereta api Makkah.

Pencemaran udara yang berkaitan dengan trafik berbahaya kepada kesihatan manusia, dan dikaitkan dengan pelbagai penyakit pernafasan. Penyumbang pencemaran udara kedua tertinggi selepas pengangkutan ialah projek pembinaan yang dijalankan untuk menampung lebih ramai jemaah haji. Kesan pencemaran udara yang berkaitan dengan lalu lintas diburukkan lagi oleh keadaan geografi dan meteorologi Makkah, dengan perubahan iklim hanya diburukkan lagi keadaan, kerana perubahan iklim akan mencetuskan lebih banyak ribut pasir yang menyumbang kepada pencemaran udara.

Menurut model iklim semasa, haba dan kelembapan akan mencapai tahap berbahaya sehingga 20% pada tahun 2045 hingga 2053, dan 42% di antara tahun 2079 dan 2086. Jika pemanasan global berterusan pada kadar semasa, ritual fizikal haji yang sudah sedia mencabar akan menjadi berbahaya kepada ramai orang. Terdapat banyak yang boleh kita lakukan sekarang untuk mengelakkan bencana di masa depan, dan untuk menangani masalah semasa kita pada masa yang sama.

Sementara itu, pembungkusan produk penting seperti air masih diperbuat daripada plastik pakai buang yang tidak dikitar semula - 2 juta cawan plastik dibuang setiap hari di Makkah sahaja. Walaupun janji kerajaan Arab Saudi untuk membina sistem kitar semula di seluruh Makkah adalah satu langkah positif, kita semua harus mempertimbangkan bagaimana kita boleh berhenti menggunakan plastik pakai buang.

Sebagai umat Islam, kita semua adalah sebahagian daripada satu Ummah. Ummah ini merupakan masyarakat sejagat yang berasaskan perpaduan dan kesaksamaan hakiki tanpa mengira budaya atau latar belakang. Komuniti ini adalah satu keberkatan yang harus kita pertahankan, dan bersamanya datang banyak kewajipan terhadap sesama Muslim. Ini termasuk kewajipan untuk tidak mengancam kehidupan umat Islam yang lain, termasuklah generasi akan datang, sama ada secara langsung atau tidak langsung. Disebabkan pemanasan global merupakan salah satu ancaman paling besar yang sedang dihadapi oleh Ummah ketika ini, maka menjadi kewajipan kita sebagai umat Islam untuk bertindak menghentikannya. Akhirnya, Ummah juga merupakan sumber kekuatan yang besar bagi seluruh umat Islam, sebuah komuniti yang mana kita boleh bergantung, dalam usaha membantu mereka yang memerlukan.



Perkara-perkara yang boleh dianjurkan sebagai aktiviti kemasyarakatan sebelum berangkat menunaikan haji atau umrah termasuklah:

- Menghadiri program latihan Haji dan Umrah Hijau (dianjurkan oleh suruhanjaya haji tempatan, Lembaga Tabung Haji atau badan-badan yang serupa).
- Melibatkan diri dan mempromosikan inisiatif hijau di kalangan komuniti anda melalui mulut ke mulut atau media sosial.
- Mengenal pasti ejen pelancongan yang mempunyai kelayakan lestari atau hijau.
- Meminta Imam anda untuk menyampaikan khutbah Jumaat dan berkongsi nasihat tentang cara untuk hidup secara mampan, termasuk sebagai persediaan untuk menunaikan haji.
- Mengamalkan rutin senaman sebelum berangkat menunaikan haji dengan orang lain untuk membina kekuatan tubuh.



Pada 2020, Sara Haba, seorang pengayuh basikal Tunis menjadi wanita pertama yang melancong ke Makkah dengan basikal untuk Umrah sebahagian daripada perjalanan 53-hari!

KEUTAMAAN SEMASA HAJI DAN UMRAH

Sebagai umat Islam, adalah menjadi kewajipan setiap daripada kita untuk menyumbang kepada pemuliharaan dan perlindungan alam sekitar, kerana setiap daripada kita akan dipertanggungjawabkan atas tindakan kita terhadap manusia, haiwan, dan seluruh dunia ini yang telah dikurniakan kepada kita oleh Allah SWT sebagai tempat tinggal sementara.

Dengan menerajui gaya hidup yang lebih lestari, berkongsi maklumat dan menyebarkan kesedaran, kita boleh melaksanakan haji atau umrah yang mesra alam. Keutamaan seorang muslim untuk haji dan umrah seharusnya berkaitan perkara penting yang asas, dengan fokus untuk melaksanakan ibadah kita, kerana haji dan umrah bukanlah 'percutian' atau 'liburan', tetapi peluang kerohanian yang sangat berharga. Semasa membuat persiapan untuk menunaikan haji, terdapat banyak cara di mana kita boleh mengurangkan kesan negatif kepada planet kita dan sesama manusia.



Jejak karbon membantu kita untuk memahami tahap pelepasan karbon daripada aktiviti kehidupan harian seseorang. Ini termasuk perjalanan, makanan, sisa buangan dan penggunaan isi rumah.

- The Carbon Footprint menawarkan pengiraan percuma untuk mengukur pelepasan karbon: <https://www.carbonfootprint.com/calculator.aspx>
- The Carbon Independent adalah antara pilihan lain: <https://www.carbonindependent.org/>
- Satu lagi kalkulator mudah dan intuitif disediakan oleh WWF: <https://footprint.wwf.org.uk/#/>

Kalkulator mudah ini boleh membantu jemaah haji menilai pelepasan karbon mereka sebelum dan selepas haji atau umrah.

TAHAP KUALITI PRODUK DAN PERKHIDMATAN

APA YANG PERLU DIBERI PERHATIAN

Apabila membeli makanan dan minuman, periksa label mesra alam, bebas pakej, bebas plastik. Sesetengah produk mungkin mempunyai logo Fairtrade yang bermaksud produk telah mematuhi piawaian Fairtrade seperti layanan yang adil, gaji dan keadaan tempat kerja yang baik. Logo lain yang serupa termasuk: IMO Fair for Life, Domestic Fair Trade Association, The Fair Trade Federation atau World Fair Trade Organization.

Banyak produk juga mempunyai label organik yang bermaksud produk tersebut tidak menggunakan racun perosak berbahaya ke atas tanah dan tanaman, serta menjaga kebajikan haiwan. Ketika berada di Makkah, cuba elakkan makanan yang dibungkus menggunakan plastik pakai buang.





BERANGKAT KE MAKKAH

PENERBANGAN

Apabila memilih syarikat penerbangan, adalah penting untuk memeriksa sama ada syarikat itu mempunyai dana pemulihan hijau, kredit karbon (untuk dibelanjakan dalam aktiviti mampan) atau jika mereka mempunyai sebarang dasar dalam mengurangkan pelepasan karbon.

BAS, KERETA API DAN METRO

Apabila di Makkah, sasarkan untuk menggunakan Makkah Metro, kereta api, dan hanya apabila benar-benar perlu menggunakan bas. Kereta harus menjadi pilihan terakhir anda.

Kereta api menghasilkan pelepasan karbon yang kurang daripada penerbangan. Sebagai contoh, perjalanan kereta api selama 3 jam mengeluarkan kurang daripada 3.8kg CO₂, berbanding 122 kg secara purata dari penerbangan. Bas juga merupakan satu lagi pilihan yang mampan dan mudah untuk bergerak ke lokasi yang berbeza, terutamanya di tempat-tempat yang sesak, di mana penggunaan kereta adalah sukar.

Laluan Makkah Metro juga merupakan alternatif yang berharga untuk bergerak di sekitar kota suci itu. Malah, ia menghubungkan Makkah dengan tapak suci Gunung Arafah, Muzdalifah dan Mina Bermula pada tahun 2010, ia telah dibayangkan untuk menggantikan 53,000 bas semasa musim haji dan ia terus mewakili penyelesaian yang lebih hijau kepada para jemaah. Metro di Makkah mempunyai 5 laluan iaitu S, A, B, C, dan D.

Kereta api berkelajuan tinggi yang baharu, Al-Haramain, juga dikenali sebagai 'Kereta Api Barat' atau 'Kereta api berkelajuan tinggi Makkah-Madinah', telah dirasmikan baru-baru ini.



PENGUNAAN

MAKANAN DAN MINUMAN

Makanan dan minuman juga mempunyai keutamaan yang penting dalam sunnah dan tradisi alam sekitar Islam, dan oleh itu memerlukan perhatian khusus.

MAKANAN

Sementara kita memperingati pengorbanan besar Nabi Ibrahim AS semasa ibadah korban, adalah penting untuk tidak terlepas pandang tentang betapa berharganya keberkatan dari Allah SWT. Walaupun penggunaan daging halal adalah dengan rahmat Allah SWT yang dibenarkan untuk semua umat Islam, melihat dengan lebih dekat pada Al-Quran dan Sunnah boleh mendorong kita untuk mempertimbangkan semula beberapa tabiat pemakanan daging kita.

Menurut sunnah, sekurang-kurangnya sepertiga daripada daging haiwan yang disembelih untuk ibadah korban harus diberikan kepada fakir miskin, kerana kita tidak boleh terlepas pandang akan keberuntungan kita dan mengabaikan penderitaan orang lain. Untuk ganjaran yang lebih besar, pertimbangkan untuk mendermakan seluruh haiwan kepada orang miskin dan bukannya menyembelihnya untuk keluarga sendiri.

Sebagai orang Islam, kita diberi peringatan untuk tidak membenarkan nafsu menang ke atas naluri kita, seperti mengambil berat terhadap orang lain dan mengambil hanya dalam kesederhanaan.

Apabila bercakap tentang menjimatkan sumber, penting juga untuk mempertimbangkan asal-usul makanan yang anda makan atau beli. Selagi boleh, pilih untuk makan dari sumber tempatan. Ini akan membantu mengurangkan pengangkutan udara, menyokong perniagaan tempatan, mewujudkan peluang pekerjaan baharu dan mengurangkan sisa daripada pembungkusan yang tidak mampan.

“Makanlah di antara rezeki yang baik yang telah Kami berikan kepadamu, dan janganlah kamu melampaui batas...”

Qur'an, 20:81

MINUMAN

Apabila memilih minuman untuk dibeli, terdapat pelbagai faktor yang perlu kita ambil tahu. Sebagai contoh, mengelakkan minuman ringan yang dibungkus oleh firma besar boleh menyumbang kepada pengurangan jumlah plastik yang terhasil. Contohnya, syarikat-syarikat seperti Coca-Cola, PepsiCo dan Nestlé adalah antara pencemar plastik terbesar di dunia. Pada tahun 2020, firma-firma terkenal bertanggungjawab menghasilkan lebih daripada setengah juta tan plastik setiap tahun di enam negara membangun (bersamaan dengan 83 padang bola sepak). Lebih baik membeli minuman dalam botol kaca atau membawa botol yang boleh digunakan semula, yang tahan panas atau mampu mengekalkan kesejukan minuman. Jika tiada pilihan lain, adalah penting untuk memeriksa sama ada plastik yang digunakan boleh dikitar semula atau mencari botol yang sebahagiannya diperbuat daripada bahan kitar semula. Label khusus boleh didapati di bahagian bawah botol atau barangan plastik lain - ia perlu dibuang di dalam tong bertanda yang khas.



PENGURUSAN

SISA BUANGAN

Setiap tahun dunia menghasilkan 2.01 bilion tan sisa pepejal perbandaran dengan purata 0.11 hingga 4.54 kilogram setiap orang setiap hari - 34 peratus daripadanya dihasilkan oleh negara berpendapatan tinggi. Pengeluaran sisa buangan dijangka bertambah kepada 3.40 bilion tan menjelang 2050. Ini adalah masalah yang besar, yang akan menjejaskan kehidupan berbilion-bilion orang Islam dan bukan Islam di seluruh dunia.

Terdapat tindakan mudah yang boleh diikuti oleh jemaah haji dan umrah semasa perjalanan mereka untuk membantu menangani masalah ini.

PEMBUNGKUSAN

Seperti yang dinyatakan di atas, adalah penting untuk memeriksa sama ada produk yang anda beli mempunyai pembungkusan yang bebas plastik, atau menggunakan bahan biodegradasi. Ia juga berguna untuk membawa beg yang boleh digunakan semula apabila perlu. Apabila membeli produk tertentu, kaedah yang baik adalah membuat senarai keperluan sebelum sampai ke Makkah, kerana anda mungkin akan mempunyai lebih banyak pilihan membeli dari rumah. Untuk peralatan mandian, letakkan sejumlah kecil produk pembersih yang perlu dibawa bersama ke dalam botol yang boleh digunakan semula, yang boleh anda simpan dan isi semula untuk perjalanan anda yang seterusnya.

KITAR SEMULA

Sentiasa kitar semula sisa buangan anda jika boleh. Semak lokasi tong kitar semula di sekitar Makkah dan simpan sisa anda dalam beg tertutup. Sebelum membuang sisa anda, berhati-hati ketika memeriksa label pada produk kerana ia mungkin tidak boleh dikitar semula. Jika boleh, beli bahan yang boleh dikitar semula, atau lebih baik lagi, bahan yang boleh digunakan semula. Periksa kawasan setempat, di mana untuk melupuskan topeng muka, kerana ia biasanya tidak boleh dikitar semula. Jika boleh, gunakan topeng muka yang boleh dibasuh serta diperbuat daripada bahan semula jadi.



APA YANG BOLEH KITA LAKUKAN

SEBAGAI SATU UMMAH

Komuniti memainkan peranan utama dalam memerangi perubahan iklim. Tindakan kita bukan sekadar pilihan peribadi tetapi juga merupakan cerminan apa yang boleh kita lakukan sebagai komuniti. Ummah mewakili perpaduan, kerjasama dan kesatuan, ia sebuah komuniti berasaskan nilai untuk memelihara masyarakat yang adil dan saksama. Apabila membuat keputusan, kita mesti ingat kesan pilihan tersebut terhadap kehidupan orang lain.

Komuniti terbukti penting dalam melindungi ekosistem, menggalakkan penggunaan sumber yang boleh diperbaharui dan menyokong hak mereka yang paling terjejas oleh perubahan iklim serta menuntun tindakan daripada pihak berkuasa. Membina ketahanan dalam komuniti memerlukan pengorbanan, penyesuaian dan juga pembelajaran daripada orang lain. Komuniti tempatan di pelbagai bahagian dunia terbukti paling terjejas. Oleh itu, kita perlu membina komitmen kita dalam memberi kesan positif kepada kewujudan orang lain dan mengembangkan keupayaan kita sebagai pembuat keputusan. Kita mempunyai kuasa ke atas pilihan sebagai pengguna tetapi kita juga perlu sedar tentang pilihan kita sebagai ahli Ummah dan masyarakat dunia.



Para Ibadah juga boleh memasuki Ka'ba_c1953

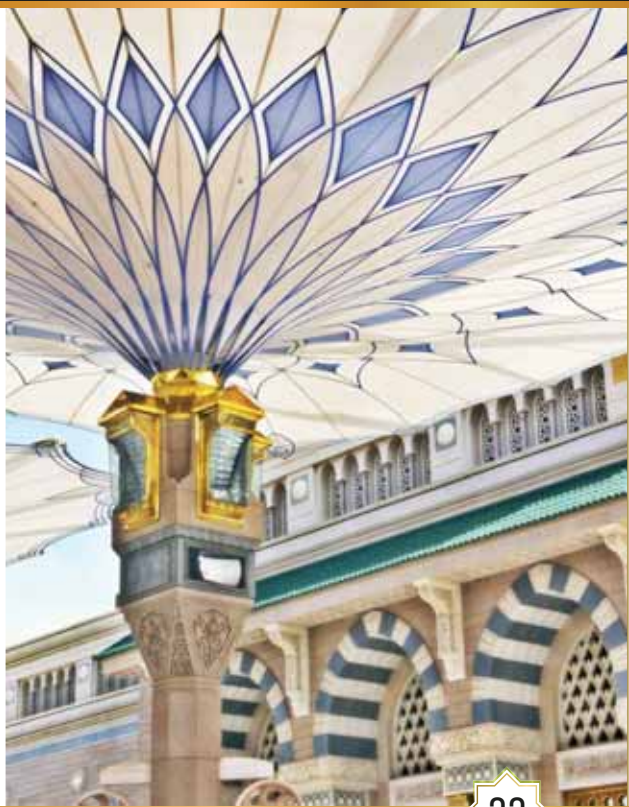
Kita semua boleh membuat perubahan bersama-sama. Kita boleh menjadi sebahagian daripada gerakan - 'Ummah for Earth'. Komuniti yang terdiri daripada warga-warga yang bermatlamat ini sedang mengusahakan penyelesaian yang dapat mengembalikan keseimbangan dan membolehkan Ummah kita makmur, aman dan selamat. Sudah tiba masanya untuk mencipta dunia yang kita idamkan dan layak untuk kita miliki. Jadilah sebahagian daripada 'Ummah for Earth'.



Jamarat dahulunya adalah tiang-tiang kecil yang akan direjam melambangkan rejam syaitan, c1907

SELEPAS HAJI ATAU UMRAH

Melunaskan haji hijau adalah satu pencapaian yang besar bagi umat Islam, tetapi ganjarannya boleh dilipat gandakan jika kita mengambil pengajaran dari pengalaman ketika ziarah ibadah dan menerapkannya untuk sepanjang hayat kita. Dalam bahagian ini anda akan menemui beberapa cadangan berguna yang boleh diaplikasikan dalam kehidupan harian berkenaan air, pakaian, makanan dan pengangkutan. Allah Maha Pengampun, dan tidak pernah terlambat untuk bertaubat dan mula melakukan apa yang kita boleh untuk menolak budaya konsumerisme yang tidak berkesudahan dan sebaliknya memilih kehidupan yang lebih mampan.



AIR

Setiap jemaah haji perlu memikirkan tentang 'jejak air' mereka. Jejak air adalah jumlah air yang anda gunakan dalam kehidupan harian anda, termasuk air yang digunakan untuk menanam tanaman, untuk menghasilkan tenaga yang anda gunakan dan untuk semua produk dalam kehidupan harian anda.

Seperti yang ditunjukkan melalui kisah Hajar RA, air merupakan antara nikmat keberkatan Allah SWT yang paling berharga dan wajib diperlakukan sedemikian.

PERUBAHAN JANGKA PANJANG

- Lakukan wuduk menggunakan hanya satu 'mudd' atau bekas kecil (hanya di bawah 700ml) air, membolehkan individu untuk mengira berapa banyak air yang benar-benar diperlukan dan berapa banyak yang mungkin terbazir. Ini adalah jumlah minimum yang diperlukan oleh sunnah; bagi mandi wajib, jumlah ini adalah 4 mudd (sekitar 2.8 liter).
- Gunakan air paip berbanding air botol – pengekstrakan, pengangkutan dan pembungkusan air semuanya mempunyai jejak karbon yang besar dan kos yang tinggi. Tambahan pula, botol plastik pakai buang mempunyai kesan ekologi jangka panjang kerana ia tidak boleh terurai secara biologi.



PENGUNAAN AIR DI RUMAH

- Air mengalir: Jangan sekali-kali meninggalkan paip mengalir semasa membersihkan gigi atau mencuci muka – ini adalah pembaziran air yang besar, air yang selepas ditapis dan dibersihkan akan terus mengalir ke dalam longkang tanpa digunakan. Cuba hadkan masa pancuran mandi, dan hanya gunakan pancuran mandi untuk membilas sabun/syampu apabila perlu, dan tidak membiarkannya mengalir berterusan.
- Gunakan teknologi penjimatan air seperti menapis air hujan untuk mencuci, atau mengitar semula air yang telah digunakan untuk mencuci atau menyiram tanaman.
- Mencuci pakaian: Periksa label pakaian untuk kitaran mencuci yang sesuai, dan hanya cuci pakaian apabila ia benar-benar kotor. Jika boleh, gunakan cucian sejuk atau suam berbanding air panas. Ini bukan sahaja akan menjimatkan air dan tenaga, tetapi juga akan memastikan pakaian anda dalam keadaan dan warna yang lebih baik, dan menjadikannya tahan lebih lama, oleh itu mengurangkan kesan alam sekitar dengan ketara. Jadi, pemeliharaan air bukan sahaja penting untuk dilakukan, tetapi ia juga wajib.

وَلَا تَبْذُرْ تَبْذِيرًا إِنَّ الْمُبْتَدِرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيَاطِينِ

وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِرَبِّهِ كَفُورًا ...

“...dan janganlah kamu membelanjakan harta secara boros, kerana sesungguhnya orang-orang yang boros itu adalah pengikut-pengikut Syaitan; dan sesungguhnya Syaitan itu sentiasa kufur kepada Tuhannya.”

Qur'an, 20:81

Berkebum secara mampan: pilih tumbuhan yang sesuai dengan iklim tempatan dan tidak memerlukan banyak penyiraman. Ini akan mempermudah tugas dan mengurangkan pembaziran air serta membantu mewujudkan habitat yang ideal untuk burung dan lebah khususnya. Menukar sebahagian atau keseluruhan halaman kepada padang rumput dan tempat tumbuhan liar hidup boleh mengindahkan lagi kawasan rumah, mudah diuruskan dan sangat membantu hidupan liar.

Berkebum secara mampan: pilih tumbuhan yang sesuai dengan iklim tempatan dan tidak memerlukan banyak penyiraman. Ini akan mempermudah tugas dan mengurangkan pembaziran air serta membantu mewujudkan habitat yang ideal untuk burung dan lebah khususnya. Menukar sebahagian atau keseluruhan halaman kepada padang rumput dan tempat tumbuhan liar hidup boleh mengindahkan lagi kawasan rumah, mudah diuruskan dan sangat membantu hidupan liar.

Nabi Muhammad SAW bersabda:

'Jika seorang Muslim bertani atau menanam pokok, kemudian seekor burung, atau binatang buas, atau seorang lelaki memakan sesuatu daripadanya, dia akan mendapat balasan pahala sedekah.' -

Kita boleh menggunakan hadis ini untuk membentuk semula seluruh hubungan kita dengan ekosistem semula jadi yang kita semua adalah sebahagian daripadanya – ini adalah persekitaran yang dikongsi dan mesti dilindungi. Pokok yang asli di kawasan anda secara umum tidak perlu disiram kerana ia sudah disesuaikan dengan cuaca tempatan, dan lebih memberi manfaat kepada kita dan alam sekitar.

PAKAIAN DAN TEKSTIL

Dalam Islam kita sering membincangkan hak-hak dan kewajipan tentang berhijab, atau berpakaian yang sesuai untuk lelaki mahupun perempuan. Ini sudah tentu perkara asas yang penting, tetapi kita sering mengabaikan tanggungjawab terhadap etika dan pemeliharaan ekologi kita sebagai umat Islam. Siapa yang menghasilkan pakaian kita? Seadil mana mereka dibayar? Dari bahan apakah pakaian tersebut dibuat? Apakah kesannya kepada alam sekitar? Bagaimana saya boleh mengurangkan kesan penggunaan pakaian saya terhadap alam sekitar selepas membelinya? Tanpa cuba untuk menangani soalan-soalan ini, kita tidak dapat benar-benar memenuhi tugas Islam kita untuk menjaga sesama manusia dan alam sekitar yang berharga, yang telah diamanahkan kepada kita. Fesyen adalah industri kedua paling mencemarkan di dunia, mendahului pengangkutan, dan menyebabkan pencemaran besar darat dan laut serta pelepasan GHG. Oleh itu, adalah penting bagi mereka yang mempunyai kemampuan, bersifat teliti dalam memilih cara membeli dan menggunakan pakaian untuk memenuhi kewajipan mereka sebagai seorang Muslim yang bertanggungjawab.

Pada zaman Nabi Muhammad SAW, waima pakaian petani dibuat dengan sepenuh hati bersama ekspresi peribadi, dihargai, dibaiki, dan sering bahkan diturunkan melalui generasi, daripada dibuat setelah benang pakaian mula bergelombang atau setelah ia keluar daripada fesyen semasa.

Anak-anak dan pelajar akan mewarisi bahkan memakai jubah ibu bapa serta guru mereka yang telah meninggal dunia, sebagai suatu harta peninggalan yang sangat bermakna. Ini berbeza dengan tabiat membeli-belah moden yang menganggap pakaian sebagai sesuatu yang dipakai sekali atau dua kali sebagai sebahagian daripada trend, dan kemudian dibuang begitu sahaja. Tabiat ini bertentangan dengan ajaran Islam dan mendorong kita untuk menjadi terpengaruh dengan keinginan yang tidak pernah berakhir, bagi memuaskan keinginan terkini kita dan melupakan tentang akhirat yang akan datang.

Industri pakaian menghasilkan 80 bilion helai pakaian setahun, dengan pembeli membeli lima kali lebih banyak pakaian berbanding pada tahun 1980-an. Setiap tahun, 2.1 bilion tan pakaian berakhir di tapak pelupusan, biasanya di kawasan selatan dunia. Pengeluaran pakaian telah meningkat dua kali ganda sejak tahun 2000, dan dijangka meningkat daripada 62 juta tan pada tahun 2015 kepada 102 juta tan menjelang tahun 2030. Fesyen pantas bergantung kepada polister murah yang diperbuat daripada bahan api fosil, yang kini digunakan dalam lebih separuh daripada semua pakaian.



2 bilion pasang seluar jeans dihasilkan setiap tahun dan sepasang seluar jeans biasanya memerlukan 7,000 liter air untuk dihasilkan. Ia memerlukan 2,700 liter air untuk membuat hanya satu baju kemeja - iaitu jumlah air yang diminum oleh orang biasa selama 900 hari. Jika kadar pembelian pakaian semasa kita berterusan, penggunaan air akan mengatasi sumber air dunia sebanyak 40% dalam tempoh 10 tahun akan datang.

Pengeluaran pakaian bukan sahaja menggunakan jumlah air yang besar tetapi juga mencemarkan bekalan air kita yang berharga. Kilang pakaian adalah pencemar utama air tawar di seluruh dunia: 3500 bahan kimia digunakan oleh industri itu dengan 360 daripadanya diketahui berbahaya kepada kesihatan dan alam sekitar. Sungai 'berwarna-warni' hasil daripada proses pewarnaan dan pemprosesan pakaian untuk jenama pakaian global, adalah pemandangan biasa di banyak negara.

Walaupun statistik menakutkan ini mungkin kedengaran melampau, perlu diingat bahawa ini adalah masalah berskala besar yang boleh kita tangani sebagai satu Ummah. Sekecil-kecil perbuatan, seperti membeli pakaian kurang kerap, memperbaiki pakaian yang sedia ada atau membeli pakaian terpakai, adalah langkah penting untuk mengubah hubungan kita dengan pakaian demi anak-anak generasi dan Allah, dan akan dikira di akhirat kelak.



Berikut ialah beberapa petua ke arah kemampunan untuk memilih pakaian atau aksesori:

- Adalah penting untuk diingat bahawa hanya dengan membeli kurang kerap dapat menjadi kunci penyelesaian – tiada sehelai pakaian dihasilkan tanpa kesan terhadap alam sekitar, dan pengiklanan sering menipu kita untuk menyangka bahawa kita memerlukan lebih daripada yang sepatutnya, sebagai cara mereka untuk mendapatkan lebih banyak keuntungan.
- Tabiat penggunaan kita (membeli hanya apa yang kita perlu) dan cara kita memelihara pakaian kita (contohnya membasuh pada suhu yang betul dan hanya apabila kotor) adalah faktor yang paling penting dalam kesan fesyen terhadap alam sekitar.
- Jika anda mempunyai pakaian yang tidak gunakan lagi, berikan atau pinjamkan kepada seseorang yang boleh memanfaatkannya. Perbaiki barang-barang serta pakaian yang rosak, berbanding membeli yang baharu. Sama seperti pakaian jubah untuk haji serta topi, pertimbangkan untuk melakukan perkara yang sama dengan buku panduan, gajet, atau apa-apa lagi yang anda gunakan semasa haji atau umrah, yang tidak anda perlukan lagi. Saling membantu dan mengelakkan pembaziran merupakan dua kebaikan yang besar dalam Islam.
- Beli barang-barang atau pakaian terpakai, selagi boleh. Sentiasa cari jalan untuk mengguna semula, memberi atau menjual semula pakaian yang kita tidak lagi perlukan bagi membantu melengkapkan kitaran ini.
- Jika anda perlu membeli pakaian baharu, lihat label komposisi yang menunjukkan daripada bahan apa pakaian itu dibuat – ini adalah cara yang mudah untuk menganggarkan kesan alam sekitar pakaian, kerana bahan yang berbeza boleh memberi kesan yang sangat berbeza kepada alam sekitar.
- Jika boleh, gunakan pakaian yang diperbuat daripada gentian semula jadi berbanding sintetik yang boleh pecah menjadi zarah mikroplastik kecil semasa dicuci, lalu mencemarkan bekalan air dan rantaian makanan.
- Cari pakaian yang diperbuat daripada gentian kitar semula (kapas, bulu, nilon, serta poliester kitar semula), gentian berasaskan tumbuhan dengan kesan alam sekitar yang rendah (seperti kapas organik, linen, hem, rami, jut, dll.), gentian haiwan yang dihasilkan dengan cara yang mampan (alpaka, sutera, bulu, kasmir, serta kulit) dan gentian semi-sintetik yang dihasilkan dengan cara yang mampan (tencel, serat oren, serat nanas, refibra).
- Elakkan kapas bukan organik, bulu tidak mampan dan kasmir serta kulit tidak mampan, poliester, rayon, viskos, modal, nilon, buluh dan 'kulit vegan'/poliuretana.
- Kitar semula dan tambah baik ('upcycle'), barang yang anda tidak gunakan lagi. 'Upcycling' ialah proses penggunaan semula produk sampingan, bahan buangan, produk yang tidak berguna atau tidak diinginkan menjadi bahan atau produk baharu yang lebih berkualiti atau berguna. Ini boleh diaplikasikan dalam nilai seni dan alam sekitar.



C

MAKANAN

Oleh kerana pencemaran yang disebabkan oleh pengangkutan dan pembungkusan, cuba pilih makanan dengan kurang pembungkusan dan makanan yang ditanam secara tempatan sebagai teras diet anda. Prinsip secara umumnya ialah dengan memakan sedikit daripada pelbagai jenis sebagai sebahagian daripada diet seimbang tanpa mengisi perut terlalu banyak pada satu-satu masa adalah sangat mengikut sunnah. Nabi Muhammad SAW bersabda:

“ Tidaklah anak Adam memenuhi bekas yang lebih buruk dari perutnya sendiri. Cukuplah bagi dia memakan beberapa suapan untuk menegakkan belakangnya. Namun jika dia mesti (melebihkannya), hendaklah sepertiga perutnya (diisi) untuk makanan, sepertiga untuk minuman dan sepertiga lagi untuk bernafas. ”

Secara keseluruhan, pengeluaran makanan menyumbang satu perempat daripada pelepasan GHG dunia, manakala pengeluaran daging sahaja menyumbang hampir 15%. Pengeluaran makanan juga mengambil 50% daripada kawasan yang boleh didiami di dunia. Diet umat Islam pada zaman Nabi Muhammad SAW mengandungi daging yang jauh lebih sedikit daripada diet kelas menengah pada hari ini. Kebanyakan umat Islam hanya makan daging pada Hari Raya disebabkan keadaan ekonomi mereka. Malah orang Islam yang kaya akan cenderung hanya makan daging pada hari Jumaat. Tabiat ini adalah cerminan tingkah laku Nabi Muhammad SAW sendiri, yang mengelakkan daging dalam sebahagian besar makanan hariannya. Khalifah Umar RA melarang umat Islam daripada memakan daging pada dua hari berturut-turut, membandingkan sifat ketagihannya dengan ketagihan arak. Walaupun daging tidak seperti arak, tidak haram bagi orang Islam, kita diingatkan untuk berhati-hati daripada memakannya terlalu kerap.



Saranan-saranan ini boleh membantu jemaah haji membuat pilihan berilmu apabila membuat keputusan untuk makan:

- Kurangkan makan daging dan tenusu sepanjang minggu dan amalkan diet berasaskan tumbuhan jika boleh.
- Jika membeli daging, periksa bungkusan dan tanya tukang sembelih anda bagaimana haiwan itu ditenak. Organik bermaksud kurang penggunaan antibiotik, bahan kimia dan racun perosak, yang memihak kepada proses lebih semula jadi dan menggunakan bahan anti-perosak berasaskan tumbuhan. Pertanian organik lebih baik kepada badan kita, planet dan haiwan itu sendiri, sambil mengurangkan pelepasan karbon daripada pertanian intensif.
- Selagi boleh, pilih barangan yang dihasilkan secara tempatan. Ini akan mengurangkan kesan iklim daripada penghantaran produk-produk. Malah, dianggarkan bahawa industri penghantaran akan bertanggungjawab untuk 10% daripada pelepasan GHG menjelang tahun 2050.
- Tukar kepada minuman buatan sendiri (contohnya ayran) dan bukannya minuman dari pasar raya. Minuman buatan sendiri secara umumnya lebih sihat dan menghasilkan lebih sedikit sisa dan pelepasan karbon.
- Anjurkan inisiatif mesra alam di kalangan rakan dan kejiranan anda seperti membersihkan taman, laluan air, jalan dan pantai; menyediakan makanan vegetarian dan vegan atau 'majlis satu hidangan'/'potluck'; membuat petisyen kepada majlis-majlis tempatan untuk mewujudkan taman-taman komuniti dan kebun.
- Kurangkan pembaziran makanan dengan membeli mengikut perancangan makanan harian anda. Makanan yang tidak dimakan memberi tekanan yang lebih kepada alam sekitar dengan mensia-siakan sumber berharga seperti air dan tanah pertanian.
- Kongsi panduan ini, bertukar-tukar pendapat mengenai perubahan iklim dan bercakap tentang bagaimana kita boleh mengurangkan pelepasan karbon dan menyokong dunia yang lebih hijau bersama-sama.



Tindakan ini akan memberi kesan positif kepada alam sekitar dan kesihatan manusia sejagat. Pengambilan berlebihan daging boleh meningkatkan risiko penyakit jantung, obesiti, strok, risiko kanser tertentu, diabetes jenis 2, dan membawa kepada jangka hayat yang lebih pendek.

PENGANGKUTAN

Pengangkutan adalah salah satu faktor pencemar terbesar di dunia. Pelepasan karbon daripada bentuk pengangkutan moden bertanggungjawab untuk kedua-dua pelepasan gas rumah hijau yang menyumbang kepada perubahan iklim, serta partikel mikro berbahaya yang mencemarkan udara yang kita sedut. Bahan api fosil yang dibakar (seperti arang batu, petrol dan diesel) melepaskan zarah berbahaya ke udara. Partikel-partikel ini membawa kepada banyak kematian dan penyakit yang mengancam nyawa. Pada tahun 2018, dianggarkan 4.5 juta orang mati disebabkan oleh gas beracun ini dan 40,000 kanak-kanak di bawah lima tahun tidak terselamat daripada pendedahan serupa. Penyakit berkaitan pencemaran udara ini termasuk masalah pernafasan, penyakit jantung, asma, radang pernafasan, kerosakan paru-paru dan juga kanser.

Kereta bukan sahaja pembebas gas berbahaya tetapi juga berisiko tinggi menyebabkan banyak kemalangan, menjadikan kehidupan di bandar lebih tertekan dan berbahaya. Menurut Pertubuhan Kesihatan Sedunia WHO, 1.35 juta orang mati setiap tahun dalam nahas kereta.

Pelepasan karbon oleh kereta berbeza mengikut jenis kereta, tempoh perjalanan dan jenis bahan api yang digunakan (boleh diperbaharui atau tidak). SUV (4X4) adalah antara yang paling mencemarkan; penggunaan SUV di seluruh dunia kini menyumbang lebih banyak pelepasan gas rumah hijau berbanding gabungan seluruh UK dan Belanda.



Penggunaan kereta elektrik adalah lebih mampan berbanding kereta petrol atau diesel tetapi penting untuk diingat bahawa terdapat cara yang jauh lebih baik untuk mengurangkan masalah lalu lintas dan pencemaran:

- Jika boleh, gunakan pengangkutan awam dan bukannya kereta persendirian.
- Apabila perlu menggunakan kereta, cuba berkongsi, jemput kenalan atau rakan sekerja anda untuk bergerak ke destinasi bersama, bukannya bergerak secara berasingan. Ini juga merupakan cara yang bagus untuk menjimatkan wang dan mengurangkan masalah trafik di kawasan anda.
- Jika boleh, pilih tren berbanding kapal terbang.
- Cuba atur perjalanan dan percutian anda lebih awal untuk meneroka pilihan yang berbeza dan membuat keputusan yang terbaik. Kadang-kadang masa yang digunakan untuk menaiki penerbangan adalah sama dengan menaiki kereta api dan alam sekitar akan mendapat manfaat daripada kurangnya pelepasan karbon.
- Jika boleh, berbasikal dan berjalan kaki adalah beberapa cara terbaik setiap hari untuk meningkatkan kesihatan anda sendiri sambil membantu menjadikan kawasan sekitar dan bandar lebih selamat dan lebih bersih. Berjalan kaki terbukti dapat meningkatkan kesejahteraan tubuh badan, kesihatan jantung dan mengurangkan risiko penyakit yang lebih serius dan kronik. Ia juga meningkatkan kualiti emosi, membantu melepaskan tekanan dan memerangi kemurungan. Berbasikal juga boleh membantu seseorang yang mempunyai masalah perubatan, kesihatan mental dan meningkatkan kekuatan dan koordinasi badan.

10

CADANGAN UNTUK KERAJAAN DAN INSTITUSI

Kerajaan dan institusi di seluruh dunia sedang berusaha mengambil tindakan untuk memerangi perubahan iklim dan mewujudkan masyarakat yang lebih mampan dan adil. Beberapa garis panduan antarabangsa telah ditetapkan yang kita percaya akan bersifat kondusif bagi memenuhi cabaran krisis iklim.

Perubahan iklim merangkumi pelbagai aspek masyarakat kita: dari perspektif alam sekitar, sosial dan ekonomi, hinggalah kehidupan seharian kita. Apabila menanganai perubahan iklim, penting untuk diingat bahawa semua orang terlibat dalam perjuangan ini. Oleh itu, pendekatan holistik diperlukan jika masyarakat di seluruh dunia mahu memelihara dan meneruskan generasi akan datang ke arah masyarakat yang lebih baik. Usaha mitigasi dan penyesuaian perlu saling melengkapi untuk menerajui bandar dan kawasan sekitar bandar dalam mengenal pasti cara baru/sedia ada dalam menghadapi akibat perubahan iklim. Langkah-langkah ini mesti terlebih dahulu menjamin pengurangan pelepasan GHG. Usaha ini boleh mengambil bentuk kerjasama yang kuat antara pihak berkeperluan (contohnya kerajaan, komuniti, organisasi agama, Suruhanjaya Haji, individu, NGO) untuk mencipta dan membentuk dasar yang mempertimbangkan keperluan rakyat dan bertujuan untuk mewujudkan penyelesaian kekal dalam domain tersebut, yang memainkan peranan utama dalam hal pelepasan GHG. Sebagai contoh, adalah perlu untuk mewujudkan pendekatan holistik dalam meningkatkan kecekapan pengurusan sisa buangan, meningkatkan pengangkutan mampan dan mengurangkan corak penggunaan yang berlebihan.

Matlamat Pembangunan Mampan (SDG) PBB telah digunakan sejak 2015, dan bertujuan untuk menyediakan panduan praktikal bagi mengehendak pemanasan global kepada 1.5 darjah Celsius berbanding dengan tahap pra-industri. SDG memperakui setiap negara sebagai 'membangun' ke arah laluan yang lebih mampan, dan menandakan percubaan pertama oleh PBB untuk mewujudkan dasar pembangunan bersatu yang boleh disesuaikan dengan keperluan dan keutamaan pelbagai negara. Panduan Hijau untuk Haji dan Umrah bertujuan untuk mencerminkan SDG ini, khususnya SDG 7 (tenaga yang berpatutan dan bersih), SDG 11 (bandar dan komuniti yang mampan), SDG 12 (pengeluaran dan penggunaan yang bertanggungjawab) dan SDG 13 (tindakan iklim).

Laporan Pembangunan Mampan 2020 memberikan gambaran keseluruhan pertumbuhan setiap negara mengikut Indeks SDG yang berbeza. Ia menunjukkan bagaimana kemajuan telah dicapai oleh Timur Tengah, Afrika Utara, Asia Tengah dan kawasan-kawasan lain. Walau bagaimanapun, ia menunjukkan bagaimana umat Islam di sesetengah negara masih perlu berusaha untuk mencapai Indeks yang lebih baik. Sebagai contoh, Timur Tengah dan Afrika Utara dalam SDG 13 masih di bawah purata dunia tetapi ia lebih baik daripada negara-negara OECD. Bagi SDG 11, negara-negara Islam melakukannya dengan baik, dengan Asia Tengah berada di atas purata dunia. Ini bermakna negara-negara Islam mempunyai potensi untuk memberi impak yang besar kepada masa depan dunia.

Perisytiharan Islamik mengenai Perubahan Iklim Global adalah seruan seluruh Ummah, menerusi pemimpin-pemimpin Islam yang membawa kepada Persidangan Perubahan Iklim Paris pada tahun 2015-2016. Pengisytiharan ini berdasarkan idea Ilmu Al-Khaliq atau Pengetahuan Penciptaan dan menyeru umat manusia untuk menolak ketamakan terhadap kekayaan dan sumber, untuk memenuhi kewajipan moral kita bagi melindungi dan memulihkan keseimbangan alam semula jadi. Salah satu perkara kunci dalam deklarasi ini adalah penolakan terhadap penggunaan bahan api fosil secara berterusan, disebabkan peranan utamanya dalam menyebabkan krisis iklim hari ini.

Pada 18 Mei 2019, Deklarasi Makkah disahkan sebulat suara oleh sekumpulan ulama Islam terkemuka dunia yang berkumpul di Makkah. Deklarasi Makkah ini menawarkan kepada umat Islam di seluruh dunia panduan mengenai prinsip-prinsip sebenar dalam Islam, termasuk prinsip-prinsip alam sekitar.

Perenggan berikut akan menunjukkan cara di mana SDG yang berbeza boleh digunakan dan dilaksanakan untuk sektor yang berbeza dalam konteks haji dan umrah. Kerajaan dan komuniti mesti bekerjasama untuk menjamin masa depan yang lebih mampan.



MEMBANGUNKAN BANDAR BERSIH

Islam mempunyai sejarah yang panjang mengenai bandar-bandar yang mampan. Seni bina tempatan Mekah secara tradisinya dibina dengan bahan-bahan mampan seperti batu, tanah liat, dan kayu, mewujudkan penampilan yang indah dengan kos alam sekitar yang rendah. Seni bina tradisional ini melibatkan mekanisme bijak seperti 'mashrabiya' di Makkah, sistem penyejukan neutral karbon yang mengimbangi keperluan untuk membenarkan udara dan angin memasuki ruang dalaman, serta keperluan untuk mengelakkan cahaya matahari dalam cuaca yang melampau. Ini mengurangkan keperluan untuk sistem penyejukan yang menggunakan tenaga dan boleh dibina dengan bahan yang tersedia secara tempatan berbanding konkrit. Seni bina moden seharusnya menggabungkan etos mampan ini dengan teknologi moden, untuk mewujudkan masa depan yang lestari sambil terus berhubung dengan masa lalu.

Beberapa contoh terkini ialah Cambridge Eco Mosque, Dubai Eco Mosque, dan Masjid Az-Zikra di Sentul, Indonesia. Cambridge Eco Mosque menggabungkan tradisi seni bina Islam dan Inggeris dengan teknologi moden untuk mewujudkan persekitaran yang harmoni dan mampan untuk penggunaannya. Masjid ini diterangi oleh cahaya semula jadi melalui 'lampu langit', serta mentol LED jimat tenaga. Masjid ini juga mempunyai pengudaraan yang baik dan semula jadi, dan dipanaskan oleh pam haba yang cekap menjana tenaga, lebih daripada cukup untuk keperluan masjid, ruang penting untuk berehat dan merenung keajaiban alam semula jadi.

Pada masa yang sama, masjid itu juga menapis air hujan yang digunakan untuk kemudahan tandas dan siraman pokok di taman-taman besar, termasuk bunga dan pohon liar tempatan. Masjid itu juga dibina dengan mengambil kira pengangkutan yang mampan - ia mudah dilawati oleh pejalan kaki, termasuk ruang letak untuk basikal, dan semua kereta diletakkan di tempat letak kereta bawah tanah, menjimatkan ruang untuk taman masjid. Masjid Az-Zikra juga menapis air hujan untuk proses memasak dan membersihkan, manakala air yang digunakan untuk berwuduk dikitar semula. Masjid-masjid lain di Indonesia digerakkan oleh panel solar, ditaja oleh kerajaan Indonesia. Dubai Eco Mosque adalah contoh masjid yang disesuaikan dengan iklim panas dan kering. Masjid ini menggabungkan kedua-dua teknologi baru dan lama untuk mewujudkan bangunan yang indah lengkap dengan landskap bersistem pengairan, menggunakan air kitar semula dan tumbuhan asli yang memberi manfaat kepada hidupan liar tempatan dan tidak membazirkan air. Contoh-contoh ini menunjukkan bahawa revitalisasi sumber semula jadi yang mana masyarakat Islam bergantung kepadanya, boleh meningkatkan kualiti hidup dan memastikan masa depan yang mampan dan mengikut cara Islam.

Walaupun kita harus meraikan hakikat bahawa dalam beberapa tahun yang lalu Makkah telah berkembang pesat untuk membolehkan peningkatan besar-besaran jemaah haji, perkembangan itu tidak datang tanpa cabaran. Pelepasan karbon daripada projek pembinaan mencapai tahap tertinggi sepanjang masa pada tahun 2019, merangkumi 38% daripada semua pelepasan global. Simen dan konkrit sahaja menyumbang 8% daripada pelepasan karbon global. Walau bagaimanapun, dengan langkah yang sesuai, industri pembinaan boleh mencapai pelepasan karbon sifar menjelang tahun 2050. Walaupun keperluan dan trend moden telah berkembang, masih lagi mungkin untuk menggabungkan unsur-unsur seni bina tradisional dengan teknologi moden bagi menyediakan penyelesaian moden dengan cara yang mampan. Senibina yang bijak dan sesuai dengan keadaan setempat akan menjadi kunci untuk mencapainya.

Oleh itu, adalah penting bagi kerajaan dan majlis perbandaran untuk mengenal pasti dan mencontohi pembangunan ekologi dan etika yang berjaya dari seluruh dunia Islam dan menggunakannya sebagai model untuk amalan terbaik dalam pembangunan masa depan. Model-model ini kemudiannya boleh diperhalusi supaya sesuai dengan iklim dan masyarakat yang berbeza.

Sistem pengangkutan awam dan kereta api serantau dengan kos yang berpatutan adalah cara yang sangat baik untuk membolehkan rakyat mengurangkan pelepasan karbon. Lorong basikal, bandar yang mesra pejalan kaki, serta zon pejalan kaki perlu dilaksanakan selagi boleh. Jika pejalan kaki lebih diutamakan daripada kereta, bandar-bandar akan jauh lebih selamat, lebih bersih dan kurang tekanan, yang membawa kepada kehidupan yang lebih bahagia dan lebih selamat. Pandemik COVID-19 telah menyaksikan tahap gas berbahaya dan zarah mikro menurun secara mendadak di bandar-bandar disebabkan oleh pengurangan penggunaan kereta - pemulihan COVID-19 boleh menjadi peluang untuk memikirkan semula fungsi kereta di bandar-bandar kita.

Dari segi pengurusan sisa buangan ketika haji, kerajaan Arab Saudi telah mewujudkan kem Mamuniya di Mina berhampiran bandar suci yang dipenuhi tong berkod warna -- hitam untuk sisa organik dan biru untuk tin dan plastik untuk kitar semula. Sisa buangan ini kemudiannya dijual, dengan keuntungannya masuk ke badan amal, supaya haji juga mewujudkan sedekah.



KEMENTERIAN HAJI ARAB SAUDI

Kerajaan Arab Saudi kini menyediakan akses selamat ke Masjid Nabi SAW, memastikan jemaah haji dari semua peringkat umur dan keupayaan fizikal dapat menunaikan haji dan umrah dalam keselesaan dan keselamatan terbaik.

PANDUAN KEPADA KEMENTERIAN - KEMENTERIAN HAJI (di luar Arab Saudi)

Kementerian Haji memainkan peranan penting dalam menentukan bagaimana haji dan umrah berlangsung. Oleh itu, adalah mustahak kementerian/Tabung Haji melabur dalam membangunkan haji dan umrah yang mampan untuk jemaah haji mereka. Sebagai contoh, pembangunan Modul Haji dan Umrah Hijau dalam latihan mereka, serta berkommunikasi dengan agensi pelancongan akan menjadi langkah pertama yang ideal.

ADVOKASI

CADANGAN KEPADA KOMUNITI

Advokasi ialah cara kita mempengaruhi pembuat keputusan atau mereka yang berkuasa untuk membawa perubahan. Ini boleh dicapai melalui kolaborasi, penjalinan hubungan kerjasama baharu dan perkongsian amalan baik. Itulah sebabnya penting bagi komuniti untuk bersatu dan berkongsi wawasan dan menyokong perubahan, bermula dari individu dan organisasi tempatan.

Langkah-langkah ini boleh melibatkan kedua-dua dasar kerajaan dan penglibatan komuniti. Sebagai contoh, empat cadangan utama UNEP untuk masjid-masjid adalah seperti berikut:

- Menyerapkan teknologi hijau seperti tenaga boleh diperbaharui ke dalam masjid.
- Menyelitikan dan menekankan kepentingan kehidupan yang mampan dalam khubah-khutbah.
- Memasukkan pendidikan alam sekitar dalam kelas pendidikan agama dan sekolah agama.
- Memastikan masjid membeli barangan yang dihasilkan secara mampan.

Di luar struktur fizikalnya, masjid boleh bertindak sebagai pusat pendidikan masyarakat dalam menyebarkan mesej perlindungan alam sekitar.

Mengintegrasikan semula pengajaran sains dan Islam ke dalam dasar dan pendidikan boleh membawa kepada pendekatan yang lebih koheren kepada Islam dan alam sekitar, sambil meningkatkan kapasiti komuniti untuk menyokong pemeliharaan alam sekitar. Dengan cara ini, ia menggalakkan komuniti bertindak dari akar umbi terhadap perubahan iklim, lantas membawa kepada tahap pertukaran pengetahuan dan kerjasama yang lebih besar.

PENYEBARAN PANDUAN DAN APLIKASI HIJAU DALAM KOMUNITI

Kami mengesyorkan agar para haji dan ejen-ejen pelancongan berkongsi panduan ini dengan komuniti mereka. Maklumat lanjut boleh didapati di aplikasi mudah alih Haji dan Umrah Hijau secara percuma.



KHUTBAH JUMAAT MENGENAI ALAM SEKITAR DAN PEMULIHARAAN

'Telah jelas kerosakan di darat dan di laut disebabkan oleh perbuatan manusia, dan Allah akan merasakan kepada mereka sebahagian dari akibat perbuatan mereka, supaya mereka kembali (insaf dan bertaubat).' (Al-Quran 30:41).

Sebagai pemimpin masyarakat, Imam akan memainkan peranan penting dalam mendidik masyarakat mereka tentang relevansi perubahan iklim dalam Islam.



LATIHAN YANG DISAMPAIKAN KEPADA GOLONGAN BELIA MELALUI GERAKAN **UMMAH 4 EARTH**

- Melatih belia tentang medium komunikasi yang berkesan dan dinamik, membina strategi untuk memastikan pemahaman, dan aktiviti yang melibatkan golongan muda dalam tindakan iklim.
- Melatih belia membangunkan strategi untuk memupuk tingkah laku yang sesuai mengenai perubahan iklim.



LATIHAN YANG DISAMPAIKAN KEPADA GOLONGAN WANITA MELALUI GERAKAN **UMMAH 4 EARTH**

- Melatih wanita tentang medium komunikasi yang berkesan dan dinamik, membina strategi untuk memastikan pemahaman, dan aktiviti yang melibatkan wanita dalam tindakan iklim.
- Melatih wanita membangunkan strategi untuk memupuk tingkah laku yang sesuai mengenai perubahan iklim.







Dr Husna Ahmad OBE

*Ketua Pegawai Eksekutif Global One yang merupakan
NGO antarabangsa tertumpu kepada wanita*

Bellau adalah seorang pengarang dan pemimpin pemikiran yang memberi tumpuan terutamanya kepada iman dan alam sekitar. Dengan PhD dalam Undang-undang Alam Sekitar Antarabangsa dari School of Oriental and African Studies (SOAS) London University. Beliau ialah pengerusi bersama pasukan petugas antara agensi PBB mengenai Majlis Penasihat Pelbagai Agama dan Pembangunan; dan Penyelaras Perikatan NGO dan CSO untuk Kerjasama Selatan-Selatan (ANSSC) yang bekerjasama dengan UNOSSC.



THE GREEN GUIDE FOR HAJJ & UMRAH

www.greenhajj.org

