

Baranti Marokok

Contributed by Abang Billy
Tuesday, 19 May 2009
Last Updated Tuesday, 19 May 2009

"Cara Dan Do'a Untuk Berhenti Merokok"

Metode berhenti merokok dengan cara pencerahan ini secara lisan, Alhamdulillah telah diikuti oleh banyak orang dan sudah banyak juga orang yang bisa berhenti merokok secara total termasuk saya, dari perokok berat (sehari 2 bungkus : 1 dji sam soe dan 1 sampurna MILD) dan sudah berhenti selam 9 tahun, disebabkan doa yang dikabulkan oleh ALLAH SWT.

Insy aALLAH setelah anda mengikuti cara ini mudah-mudahan bisa berenti total merokok :

1. Pasang niat untuk anda benar2 mau berenti merokok
2. Beli satu bungkus rokok, lalu bukak dan hisaplah rokok sampai seperempat batang atau lebih sampai saat anda merasa kan nikmatnya rokok tersebut.
3. Langsung patahkan sisa rokok anda, bersamaan dengan itu remas atau patahkan rokok yang ada dalam bungkusannya, kemudian semua perangkat untuk merokok tersebut (pipa, canklong,korek api) dibuang jauh-jauh.
4. Kemudian baca istigfar minimal 7X 5.

Baca Alfatihah 1x Untuk melengkapi bacalah do'a sebagai berikut :

1. Rabbana la tuzigh qulubaa ba'da idz hadaitana wahablana min ladunka rohmah innaka antal wahab.(QS.3.8)
2. Rabbana hablana min azwajina wa dzurriyyatinaqurrot a a'yun, waj'alna lil muttaqina imama (QS.25.74)
3. Rabbana atina fiddunya hasanah wafil akhirati hasanah waqina adzabannar. (QS.2.201)
4. Wasalamun 'alai mursalin, walhamdulillahilahi robbil 'alamin.

TIPS yang harus di ikuti :

1. Jangan beli, jangan minta, jangan mau jika ditawari rokok.
2. Jika do'a dikabulkan oleh ALLAH bisa bertahan tidak merokok 10 hari, jangan coba-coba walaupun sebatang.
3. Jika ada desakkan yang sangat berat dari hati anda untuk merokok, baca istigfar dan bisikan dalam hati, Ya Allah aku ingin sehat, aku ingin menyenangkan istr dan keluargaku, aku semata-mata mengharap ridho MU ya ALLAH, berikan kami kekuatan ya Rahman ya Rahim.

Semoga tips diatas bisa membantu anda untuk berhenti kebiasaan merokok. Orang yang telah melakukannya dan behasil, selama sembilan tahun berhenti dan alhamdulillah sampai sekarang tidak goyah dari godaan rokok.