

# KOLEKSI PETUA

(Anda tidak digalakkan untuk mengamalkan atau mempercayai sepenuhnya petua-petua ini, cukup sekadar anda jadikan sebagai satu renungan kita bersama)

## **Mengekalkan Kesegaran Ikan**

Untuk mengelakkan ikan daripada busuk jika kita tidak mempunyai kelengkapan, Ikan anda itu perlu disiang dan dibuang segala isi perut, tahi, dan sisiknya. Tapi ingat ikan berkenaan tidak boleh dibasuh dengan air. Selepas disiang, biarkan ikan berkenaan berdarah lalu dibalut dengan kertas suratkabar seekor demi seekor. (usah dicampur 2 – 3 ekor sebungkus) Selepas itu letakkan bungkusannya pada tempat yang teduh. Ikan berkenaan akan tetap segar walaupun dibungkus selama 24 jam.

## **Daun Sireh/Tembakau Rokok**

Kita sering mendengar pemancing akan menghadapi masalah menaikan pari bila ia melekap dipasir. Caranya mudah gunakan daun sireh/ tembakau rokok (dibasahkan) lalu digosok pada tali pancing hingga berbunyi. Pari akan rasa giluh dan serta merta melepaskan lekapannya pada pasir.

## **Telur Rebus & Pulut Kuning**

Jangan membawa sebarang makanan berdarah spt. Daging atau ayam semasa memancing. Begitu juga jangan sesekali membawa bekalan telur rebus dan pulut kuning. 'Laut tempatnya keras, kedua-dua makanan itu ada kaitan dengan amalan membuang Ancah'.

## **Kunyit & Tepung**

Jika memancing disungai dipercayai ada buaya, jangan gunakan umpan tepung yang digaul dengan kunyit. Buaya tidak suka bau kunyit dan ia boleh 'mengamuk' dan ini boleh mendatangkan bahaya kepada pemancing.

## **Tersesat Didalam Hutan**

Jika kita tersesat didalam hutan semasa memancing dan tidak menjumpai jalan pulang, cubalah petua ini. Telanjang dan buang air kecil. Selepas itu, ambil tanah diantara tapak kaki anda dengan tempat membuang air kecil tadi dan bawalah sepanjang jalan. Insya-allah jalan pulang akan ditemui.

## **Berkat Dapat Izin Sebelum Memancing**

Pastikan setiap kali keluar rumah untuk memancing mestilah memberitahu isteri atau keluarga. Pastikan semua tanggungjawab dan urusan telah dibereskan sebelum pergi. Jangan meninggalkan masalah dirumah, termasuk dengan anak-anak. Bila ini dibereskan hati pun tenang semasa memancing dan mungkin berkat doa mereka anda mendapat hasil yang baik...Insya-allah.

## **Menjaga Umpan Perumpun**

Perumpun yang dibeli untuk memancing biasanya mudah mati dan busuk jika anda tidak cepat mengasingkannya. Petua menjaga kesegarannya ialah jika memotong perumpun yang panjang, pastikan ia mula dipotong dari bahagian ekor. Jika ia dipotong dari bahagian kepala, perumpun mudah mati dan busuk. Penggunaan surat kabar atau kertas yang kering juga dapat membantu kesegarannya dengan menukar kertas takungan umpan ini setiap 2 jam sekali. Elakkan dari terkena air hujan atau terdedah dari terik panas matahari. Sebaiknya letakkan kain atau kertas yang lembab bagi menutup perumpun.

## **Mencari Perumpun Pasir /Laut**

Caranya mudah, beli sebiji nenas yang masak ranum, dan anda cuma perlu memerah airnya dipasir yang anda yakin ada perumpun. Mungkin kerana masam air nenas ini perumpun dengan sendiri akan muncul, disini anda hanya perlu menariknya keluar.

## **Kasut**

Apabila memancing didalam sampan atau bot jangan pakai selipar atau kasut. Macamlah kita nak masuk rumah orang, kenalah buka kasut atau selipar. Ia semacam tanda hormat dan adab. Nanti ada yang kata bahaya takut tercucuk duri didalam sampan tapi ini sepatutnya tidak berlaku jika kita mengutamakan kebersihan dan keselesaan ketika memancing. Ada juga beranggapan benda-benda dibawah (dalam air) tidak suka kepala mereka dipijak dengan selipar atau kasut yang kotor. Kata mereka.

## **Daun Ketapang**

Jika anda gemar membela ikan didalam akuarium dan didapati ikan peliharaan anda 'tidak sihat' seperti luka atau sisik reput, cuba masukkan sehelai daun ketapang, sesungguhnya ia adalah sumber perubatan kepada ikan.

## **Langkah Batang Pancing**

Petua ini menjadi ikutan ramai pemancing hingga ke hari ini. Pantang larang agar batang pancing tidak dilangkah adakalanya menjadi satu medan pertengkaran sesama rakan pancing. Apa yang sering dikatakan batang pancing akan 'suwei' apabila kena langkah dan hasil tangkapan akan meleset.

## **Mulut**

Pantang larang paling utama dalam aktiviti memancing. Mulut jangan cakap besar, takbur, celupar dan suka menyumpah. Jangan suka menegur sesuatu yang tidak pasti spt. bau wangi dan sebagainya. Mulut jangan terlalu suka berjenaka dan bersenda gurau berlebihan ditakuti suka akan membawa duka. Jangan suka buat bising.

## **Kaki**

Petua ini terutama kepada pemancing yang menaiki bot/sampan. Elakkan suka menjuntai kaki kedalam air semasa memancing atau berehat. Perlu diberitahu tapak kaki kita akan kelihatan putih semasa didalam air dan amat menarik perhatian ikan seperti jerung atau buaya untuk menyambarnya.

## **Meludah Umpan**

Petua ini turut menjadi amalan hingga kini. Ada yang melakukan pada umpan yang pertama didalam aktiviti memancing dan ada yang sentiasa meludah setiap kali menukar umpan baru. Ada yang beranggapan untuk isyarat membuang 'suwei' dan ada yang kata sebagai 'daya penarik' ikan atau udang.

## **Menghilangkan Bisa Terkena Gigi Ikan**

Sebaik saja terkena sengatan gigi ikan spt. Ikan Jenahak, Malong dan sebagainya dianggota badan terutama jari, cepat-cepat cedok air laut tempat anda memancing dengan tangan kanan dan titiskan kedalam mulut dan telan sedikit air tersebut. Rasa bisa serta denyutan akan berkurangan dan bolehlah sapu apa-apa ubat yang sesuai selepas itu.

## **SUPAYA MEMUDAHKAN TIDUR/MEMPERCEPATKAN/LENA**

- Minumlah air rendaman/perahan ketumbar yang dicampur dengan susu lembu asli *atau*
- Makanlah bawang besar berserta yogurt putih,ianya mempercepatkan lena.

## **MENURUNKAN DARAH TINGGI**

- Minumlah air rebusan pokok Hemptedu Bumi Pokok Cerita *atau*
- Minumlah air rebusan daun Pokok Ati-ati *atau*
- Makanlah biji buah Peria *atau*
- Makanlah pucuk Pokok Pala sebagai ulam *atau*
- Minumlah air rebusan Pokok Dukung Anak *atau*
- Minum air rebusan taueh seminggu sekali. Air dan taueh hendaklah sama nisbahnya *atau*
- Rebus daun pandan wangi secukupnya dengan dua gelas air. Biarkan hingga tinggal setengah gelas sahaja. Minum setiap pagi dan petang *atau*
- Makanlah 3 ulas bawang putih mentah. Jika tidak tahan baunya,bolehlah direbus *atau*
- Parutkan kunyit sebesar ibu jari. Perah airnya dan tambah dua sudu madu. Minum ramuan ini setiap pagi dan petang.

## **DEMAM BIASA**

- Makanlah isi Labu Air berserta cuka sebelum tidur malam *atau*
- Makanlah bawang besar serta keju yang lama di ikuti memakan pula air limau nipis beserta kulitnya *atau*
- Minumlah air rebusan bunga melor.

## **SAKIT KEPALA**

- Ambil daun Serai dan ditumbuk hingga lumat. Kemudian pupuk pada dahi *atau*
- Ambil umbi pokok bawang putih lalu di giling atau ditumbuk kemudian ditampalkan kebahagian kepala yang sakit *atau*
- Rebus daun Kangkung sampai mendidih,kemudian angkat dan lumatkan daunnya hingga halus. Masukkan dalam air garam dan saringan. Minum air rebusan ini setiap hari *atau*

- Makanlah daun pokok Peria *atau*
- Minumlah air rebusan biji jintan hitam yang ditumbuk.

### **SENGAL SENDI**

- Ambil akar pokok Kayu Manis Hutan/Teja, sebahagiannya lagi diasah bersama air, air rebusannya diminum dan air asahannya disapukan ketempat yang derita *atau*
- Ambil daun serai ditumbuk lumat, kemudian pupuklah ke sendi yang sengal *atau*
- Ambil daun kecubung dan bubuh kapur sireh, kemudian ditumbuk sampai hancur. Bubuhlah di tempat yang bengkok atau sendi-sendi yang sakit *atau*
- Ambil lengkuas merah sekadar 2 ibu jari kemudian diparut, bubuh sedikit air masak(mati) lalu ditapiskan dan ambil airnya, bubuh di dalamnya sebiji telur ayam (ayam kampung, seeloknya) dan digoncang hingga merata lalu diminum. Minumlah dua kali seminggu *atau*
- Tumbuk daun betik muda hingga halus dan perah airnya. Kemudian campurkan dengan perahan limau nipis. Minum ramuan tersebut sekali atau dua kali seminggu.

### **SELSEMA**

- Ambil buah asam limau nipis lalu diperah ke dalam air teh (tanpa gula dan susu) yang panas/suam lalu diminum *atau*
- Minumlah air rebusan pokok kadok/sirih duduk *atau untuk bayi*
- Ambil tiga helai daun sirih. Sebiji limau nipis, dibelah, diperah dan ditapiskan airnya. Ramuan-ramuan air limau nipis yang bercampur daun sirih pada dada dan leher bayi.

### **SUARA SERAK**

- Ambil beberapa biji limau nipis dan mesinkannya dengan dicampur sedikit air lalu dipanaskan, kemudian sedutkan wapnya melalui mulut beberapa kali *atau*
- Ambil bawang besar 2 biji, buang kulitnya lalu ditumbuk atau dimesin hingga hancur, kemudian tapiskan lalu ambil airnya dan diminum sekadar 2 kali sehari. Buatlah 2 hari berturut-turut *atau*
- Ambil sebuku asam jawa, rendamkan dan ramas dalam air setelah itu campurkan dengan segelas air sejuk, embunkan atau masukkan kedalam peti sejuk. Minumlah air ini selama dua kali sehari, sehingga serak itu hilang.

### **BATUK/LELAH/SEMPUT**

- Ambil umbi pokok bawang putih lalu ditumbuk atau digiling, ambil airnya dan campurkan sedikit madu dan gula untuk diminum *atau*
- Ambil daun Kecubung, hiris halus-halus seperti tembakau dan dijemur hingga kering, buat daun dan dihisap *atau*
- minumlah rebusan akar pokok melor *atau*
- Jika anda ada penyakit lelah, jangan lupa masukkan sebatang serai yang telah dihancurkan kedalam masakan anda. Cara ini boleh mencairkan lendir atau untuk batuk berlendir
- Panaskan limau nipis dia tas bara api. Belahkan dua dan kemudian tuangkan kicap manis diatas belahan tersebut. Perahkan airnya kedalam mulut dan makan bersama hampasnya atau untuk batuk berkahak
- Campurkan sebiji telur ayam kampung dengan sesudu besar gula pasir. Seduhkan dengan tiga suku gelas air mendidih. Biarkan sejuk lalu diminum.

### **SAKIT GIGI**

- Minumlah air rebusan kulit batang dan daun pokok gajus *atau*
- Ambil pucuk dan daun pokok cengkih lalu di kunyah-kunyah *atau*
- Tumbukkan daun serai hingga hancur. Masukkan kedalam air hangat dan tambah sedikit garam. Air serai ini hendaklah diguna berkumur *atau*
- Ambil sedikit sekapur sirih dan kunyahkan pada gigi yang sakit itu hingga lumat.

### **BENGGAK GUSI**

- Ambil 5 helai daun jarak, 1 liter air biasa dan sesudu besar air kapur sireh. Rebuslah ramuan ini, setelah mendidih barulah diangkat, sesudah dingin minumlah airnya *atau*
- Ambil umbut nenas, hancurkan setelah itu campurkan dengan sedikit garam halus. Tampalkan pada gusi anda yang ada kesan bengkok. Biarkan sehingga kering.

### **GUSI BERDARAH**

- Ambil beberapa helai daun bacang dan masukkan kedalam periuk berisi air, campurkan dengan beberapa helai daun inai. Kemudian rebuslah dan setelah airnya mendidih bubuhlah sedikit asam gelugur dan garam secukup rasa. Setelah airnya suam bubuhlah kedalam mulut dan biarkan selama 3 minit, lalu berkumur-kumur *atau*
- Kumurlah dengan air suam yang telah dicampurkan dengan sedikit garam *atau*
- Jika gusi anda terluka dan anda tidak mahu biarkan luka itu lama-lama, berkumurlah dengan air daun sirih. Caranya,ambil 15 helai daun sirih dan dimasakkan dengan air. Setelah itu sejuakkan rebusan itu. Berkumurlah dengan kerap dan menggunakan air daun sirih itu.

### **DEMAM CAMPAK**

- Ambil sebiji kelapa muda, belah dan ambil airnya, setelah itu berilah anak anda minum anggaran setengah cawan. Lakukan cara ini hingga demamnya sembuh, jika dia mengidap demam campak, campaknya akan keluar *atau*
- Parutkan kunyit dan campurkan dengan asam kawak. Kemudian lumurkan pada badan pesakit. Disamping itu,minum air kelapa gading setiap hari

### **Sembuhkan kencing manis**

Ambil akar pokok manggis sebesar ibu jari tangan, kemudian hendaklah dibasuh sehingga bersih. Selepas itu dicampurkan dengan sebotol air mineral direbus sehingga mendidih. Amalkan minum tiga kali sehari. InsyaAllah ia dapat menyembuhkan penyakit kencing manis yang anda alami selama ini.

### **Bengkak payu dara**

Bengkak pada bahagian payu dara boleh membuatkan anda merasa demam, namun begitu anda tidak perlu risau dan boleh mencuba petua ini dengan cara mengambil sedikit akar pokok labu manis dicampur dengan tanah liat. Bila sudah sehati hendaklah disapukan pada seluruh bahagian payu dara yang bengkak, biarkan semalaman. Bila sudah kering bolehlah dibersihkan. Amalkan selama tiga minggu.

### **Lawaskan kencing**

Dua potong nanas masak hendaklah dicampurkan dengan satu tin air coca-cola dikisar sehingga hancur. Amalkan minum sekali sehari selama tiga hari berturut-turut. Anda akan berpuas hati kerana penyakit yang anda hadapi itu akan segera sembuh.

### **Sembuhkan selesema**

Ambil beberapa ulas bawang putih dan ditumbuk kasar. Masukkan dalam besen yang berisi air panas. Suakan muka ke arah besen dan sedut wap tersebut. Untuk lebih mujarab lagi tutupkan bahagian kepala dengan tuala. InsyaAllah selesema anda akan hilang. Paling penting jangan lupa selawat ke atas junjungan besar Nabi Muhammad s.a.w.

### **Sembuhkan sakit tekak/batuk**

1. Ambil satu sudu madu, masukkan ke dalam air suam. Kemudian titiskan sedikit air limau nipis dan kacau. Sewaktu minum bacalah selawat sebanyak tiga kali. InsyaAllah sakit tekak dan batuk akan beransur pulih.
2. Ambil sebiji limau nipis. Perahkan airnya dan dicampurkan dengan sedikit madu. Minum setiap pagi sebelum sarapan. Amalkan selama satu minggu. InsyaAllah batuk anda akan berkurangan.

### **Hilangkan pening kepala**

1. Ambil 10 biji lada hitam ditumbuk halus, kemudian dicampurkan dengan segelas air suam, kacau hingga sehati dan minum. InsyaAllah pening kepala yang anda alami akan sembuh dan dapat menjalankan tugas seperti biasa.
2. Ambil segelas air panas dan kemudian potong seulas bawang merah dan masukkan ke dalam air panas tadi. Tutup seketika dan setelah suam, minum air tersebut. Insya Allah sakit kepala anda akan sembuh.

### **Sembuhkan bengkak hati**

Bagi mereka yang mengalami masalah bengkak hati dan paru-paru berair ambil secekek akar tebu hitam. Rebus menggunakan sukatan sebotol air mineral yang besar. Minum dua kali sehari.

### **Atasi senggugut**

Setiap kali datang bulan, ada wanita yang mengalami masalah senggugut. Untuk mengatasinya, ambil tiga ulas bawang putih sebesar ibu kaki dan potong nipis-nipis. Kemudian ambil lima biji lada hitam ditumbuk halus. Campurkan bawang putih dan lada hitam tadi dan gaulkan dengan air panas. Kemudian minum setiap hari (waktu malam). InsyaAllah senggugut akan hilang.

### **Ketumbit/Ketumbuhan di mata**

Jika anda menghadapi masalah ketumbit atau ketumbuhan pada mata, ambil air dari pucuk bembun lalu dicampur dengan hempedu ikan haruan. Hempedu itu pula hendaklah ditumbuk halus lalu dititik ke dalam mata. Lakukan berkali-kali sehingga ketumbit itu hilang.

### **Hilangkan lenguh-lenguh badan**

Jika anda terasa lenguh-lenguh badan, mandilah dengan air sebiji kelapa yang dicampur dengan air sejuk. Lakukan ketika tengah hari. Buat cara ini sehingga seminggu, anda akan dapati badan anda beransur segar.

### **Kurangkan tekanan darah tinggi**

1. Air perahan timun sesuai untuk penjagaan kesihatan kepada orang yang menghidap tekanan darah tinggi. Minum dua kali sehari setiap hari, akan dapat mengurangkan berat badan. Jika disapu pada wajah dua kali sehari, sebelum mencuci wajah, ia akan menghasilkan kulit wajah lembut, licin dan sentiasa lembap dan ia juga apat mengatasi kulit berminyak.
2. Ambil sebiji kelapa muda yang isinya masih berlendir. Tebuk lubang di atas permukaan kelapa tersebut. Perahan sebiji limau nipis ke dalam lubang kelapa yang telah ditebuk tadi. Kacau sehingga sebati. Kemudian, minumlah air kelapa tersebut terus daripada buah tadi tanpa dicurahkan ke dalam bekas tin.
3. Ambil pucuk betik, bersihkan dan kemudian rebus sehingga mendidih. Kemudian, minum air rebusan bersama dengan daun betik tersebut. Walaupun rasanya kurang enak namun ia amat berkhasiat untuk penyakit darah tinggi anda.

### **Sembuhkan bengkak gusi**

Ambil sekeping asam gelugor kemudian basuh hingga bersih dan sedikit lembut. Tampal atau selitkan di celah-celah antara gusi dan bahagian pipi selama 10-15 minit. Kemudian buanglah asam tadi dan berkumurlah dengan air suam. InsyaAllah sakit gusi anda akan sembuh.

### **Sakit angin medu dan uluran**

Ambil sebiji telur ayam kampung dicampurkan dengan setengah air bergas. Kemudian kacau hingga sebati. Amalkan minum setiap pagi. Di samping dapat mengurangkan angin medu/uluran, ia juga mengurangkan masalah keletihan dan lemah-lemah badan.

### **Penawar kembung perut bayi**

Ambil sepotong kain perca (untuk dibuat bunjut), ambil segenggam lada hitam atau jintan hitam, kemudian pusat bayi yang telah tanggal. Semua bahan-bahan tadi di satukan. Kemudian dibuat seperti bunjut sup. Bunjut tadi ditekapkan ke seterika supaya panas (panas-panas suam). Tuamkan bunjut tadi ke perut, belakang dan tapak kaki bayi berulang kali, pastikan disapu pada perut bayi sedikit minyak telon/gamat baru dituam. Tuamkan setiap kali selepas bayi mandi. InsyaAllah bayi tidak akan kembung dan mendapat pusat yang cantik.

### **Mewangi dan menyegarkan air cond kereta**

Ambil tiga helai daun pandan, lipat dan ikatnya dan letakkan dalam bonet kereta. Cara ini akan memberikan udara dalam kereta lebih segar dan nyaman walaupun tanpa penyegar ataupun wangian.

### **Elak keguguran**

Di awal mengandung anda harus menjaga kandungan anda supaya jangan keguguran. Masalah ini boleh anda atasi dengan menghindarkan daripada mengangkat barang-barang berat kerana peranakan anda akan turun dan menjadi lemah serta menyebabkan keguguran. Anda juga dinasihatkan mengikat perut di bahagian bawah dengan tali pinggang kain yang kuat, mengamalkan mandi air panas suam setiap petang akan menjadikan peranakan anda lebih baik dan kuat. Dengan cara ini keguguran mungkin akan dapat di atasi.

### **Hilangkan nafas berbau**

Nafas berbau amat memalukan, bagi mengatasi masalah ini anda boleh mencuba petua ini yang dapat mengatasi masalah dengan cara mengamalkan minum air rebusan halia. InsyaAllah anda akan melihat perubahannya.

### **Halau pijat pada tilam**

Anda hanya perlu mematahkan beberapa dahan kecil (termasuk daun) pokok durian belanda dan letakkan di bawah tilam dan bantal tempat anda tidur. Biarkan daun itu hingga kering dan digantikan dengan yang baru. InsyaAllah pijat tidak akan datang lagi.

### **Pekatkan kuah sup**

Masukkan beberapa biji bawang besar yang telah dikisar halus ke dalam kuah sup semasa memasak. Pasti kuah sup akan menjadi pekat dan menyelerakan. Selamat mencuba.

### **Menggunakan lebih minyak kelapa**

Minyak kelapa yang telah digunakan untuk menggoreng, jangan dibuang begitu sahaja kerana minyak itu boleh digunakan lagi. Jika kelihatan kotor boleh dibersihkan dengan cara memasukkan beberapa potong ubi kentang ketika anda menggunakan semula minyak tersebut untuk menggoreng ikan. Dengan cara ini ubi kentang itu akan menyerap kotoran yang ada pada minyak tersebut.

### **Mencuci barang kemas**

Ambil sedikit asam jawa dan bancuhkan dengan sedikit air. Rendamkan barang kemas dalam air selama setengah jam. Selepas itu bersihkan dengan menggunakan berus gigi supaya daki di celah-celah barangan itu hilang. Bilas dengan air semula. Tentu anda akan puas hati kerana ia akan seperti baru.

### **Kerang bersih dan putih**

Setiap kali bila hendak merebus atau memasak kerang, pasti kita mencuci dengan menggunakan berus atau pelepah pisang. Tapi kini anda cuba gunakan daun kenduduk iaitu isi yang boleh didapati di kawasan semak. Ramaslah daun tersebut bersama kerang sehingga daun itu hancur. Lihatlah hasilnya selepas itu dan anda pasti berpuas hati.

### **Lancarkan perjalanan haid**

Rebus daun gelenggang kecil bersama daun dan akar tutup bumi. Amalkan meminum airnya sebanyak tiga kali sehari. Perjalanan haid akan kembali normal pada hari pertama anda mengamalkannya.

### **Hilangkan dengkur**

Ambil tujuh biji buah badam, tumbuk hingga lumat dan campurkan dengan air susu suam. Kacau campuran ini hingga sebatan dan amalkan meminumnya. InsyaAllah dengkur akan hilang.

### **Masalah kekuningan di celah gigi**

Ambil sebatang putik kapas, kemudian colekan pada kapur sireh. Gunakannya untuk mencuci celah-celah gigi sampai bersih. InsyaAllah masalah kekuningan pada celah gigi dapat di atasi.

#### **1. Bengkak kaki semasa hamil**

Bagi ibu yang mengalami bengkak kaki dan betis, cuba petua ini. Campurkan sedikit jadam dengan air. Masak/rebus campuran tersebut hingga jadam hancur dan pekat. Sapukan kepada kaki / betis ketika kadam masih suam. Baca selawat 3 kali. (disapukan ketika hendak tidur)

#### **2. Luka akibat jahitan**

Bagi ibu yang baru melahirkan anak biasanya mengalami rasa sakit atau pedih ketika membuang air kecil. Cara; Ketika membuang air kecil, sediakan air suam secukupnya. Tuang air suam pada tempat berkenaan SERENTAK dengan keluarnya air kencing. Manakala untuk memulihkan segera luka jahitan, cuba cara berikut; Rebus daun dan kulit pokok tanjung secukupnya. Gunakan air tersebut utk membasuh tempat luka.

#### **3. Mengecutkan rahim**

Cara tradisional yang boleh dilakukan adalah bertungku, bersalai, makan jamu. Selain itu, cuba petua berikut; Ambil sebiji atau 2 manjakani. Rendam dalam air panas beberapa minit. Apabila manjakani agak lembut, tumbuk halus dan gentel sebesar biji kacang dan TELAN. Amalkan pagi dan petang.

#### **4. Membetulkan perjalanan haid**

Cara mengubati perjalanan haid yang tidak teratur, petuanya ; Ambil segenggam pucuk senduduk. Rebus dengan 2 cawan air sehingga tinggal secawan. Baca Bismillah dan selawat 3 kali. Minum air rebusan tersebut. Lakukan 3 hari berturut-turut.\* Penyakit keputihan juga boleh dirawat dgn cara dinyatakan di atas.

#### **5. Memudahkan buang air besar**

Bagi ibu yang mengalami kesukaran membuang air besar @ sembelit, petua yang patut diamalkan adalah; Ambil daun sawi ditumis dengan sedikit minyak masak dan sedikit air. Amalkan makannya setiap hari. Insya-Allah. Cuba amalkan meminum segelas perahan air limau Sunkist panas suam yang dicampur sedikit madu lebah. Amalkan sebelum sarapan.

## **6. Badan Langsing selepas bersalin**

Untuk mengelakkan badan menjadi gemuk selepas bersalin, cuba petua berikut; Ambil 5 halia bara (halia cina), 10 biji lada hitam, 30 ekor ikan bilis. Tumbuk kesemua sehingga lumat. Perahkan air limau nipis. Makan bersama nasi panas pagi dan malam, setiap hari sewaktu dalam pantang.

## **7. Menjarakkan kelahiran**

Untuk menjarakkan kehamilan, boleh menggunakan pil atau alat pencegah kehamilan. Tetapi, boleh juga mencuba petua berikut; Ambil lengkuas sebesar ibu jari, halia sebesar ibu jari, 10 biji lada hitam dan 1/4 keping ragi. Semua bahan ditumbuk halus, campurkan segelas air mendidih. Tapis dan kemudian, campurkan sedikit air limau nipis dan sedikit garam. Minum sebulan sekali sebelum tidur.\* TAPI, sekiranya anda mengandung, JANGAN minum air ini kerana boleh menyebabkan KEGUGURAN.

## **8. Mengempiskan perut**

Untuk mendapatkan tubuh badan yang menarik terutama di bahagian perut, cuba petua berikut; Ambil lada hitam kira-kira 2 setengah genggam. Tumbuk halus, dicampur dengan sebiji ragi tapai. Gaul bersama cuka bercampur air asam jawa. Setelah ramuan tersebut sehati, sapukan di perut, di sekeliling pinggang. Bengkung ketat. Seeloknya dilakukan pada waktu pagi selepas bertungku.

## **9. Melebatkan rambut anak**

Untuk melebatkan rambut anak setelah dicukur, sila gunakan petua ini; Ambil seranting daun asin, seranting daun delima dan 6 helai daun melur. Kesemua daun akan digiling, campurkan bersama bedak sejuk dan air. Sapukan di kepala bayi.

## **10. Ruam susu**

Untuk mengatasi masalah ruam susu bayi, cuba petua ini; Ramas 2 helai daun sirih muda bersama sedikit air. Tumbukkan ibu kunyit sebesar jari kelengkeng. Campurkan kedua bahan tersebut, kemudian bancuh bersama bedak sejuk. Sapukan pada kulit bayi yang terkena ruam susu.

## **BULU ROMA LEBAT**

Jika anda mengalami masalah bulu roma yang lebat tentu anda risau dan tidak selesa, terutama bagi kaum wanita. Untuk mengatasi masalah ini, sediakan 2 sudu besar air limau nipis, campurkan dengan sedikit gula pasir, kacau hingga sehati. Setelah itu sapukan pada badan yang ditumbuhi oleh bulu roma itu, biar kering di badan selama setengah jam setelah itu barulah dicuci. Lakukan cara ini sekali sehari. Insya-Allah bulu roma anda akan gugur.

## **TOMATO PENCUCI MUKA**

Setiap wanita begitu teliti menjaga kecantikan wajahnya kadang-kadang berbagai krim dari berbagai jenama yang digunakan untuk mendapatkan kulit yang licin dan halus. Tetapi apa gunanya anda berbelanja besar jika hasilnya tidak memuaskan? Satu cara mudah untuk melicinkan kulit ialah dengan buah tomato. Caranya: Ambil sebiji buah tomato yang telah masak, bersihkan setelah dibelah dua, sapukan tomato yang satu bahagian itu ke kulit muka anda. Biarkan kering selama beberapa minit setelah itu cuci dengan air bersih dan keringkan dengan tuala.

## **MATA TERKENA BARANG KIMIA**

Rawatannya: a. Segera curahkan air ke mata dengan cara perlahan, curahkan air bersih daripada botol atau cerek atau air paip  
b. Teruskan mencurahkan air sehingga mata di kelilingnya betul betul bersih daripada bahan-bahan kimia.  
c. Tutup pelupuk mata jika luka dengan kapas kering atau sebarang benda kering yang bersih seperti kertas, sapu tangan dan tuala.  
d. Dapatkan rawatan selanjutnya dari doktor.

## **TELINGA DIMASUKI SERANGGA**

Ulat-ulat kecil seperti semut, dan serangga lain kadang kadang sesat memasuki telinga. Petua untuk merawatnya: Jika telinga kiri yang dimasuki semut, tutuplah lubang telinga kanan dengan jari kanan, pekap hidung dengan tangan kiri dan tutup mulut. Masa ketiga-tiga pancaindera itu tertutup, bernafas panjang panjang seberapa yang boleh. Dengan cara ini semut dan serangga itu akan tertolak keluar oleh desakan angin pernafasan yang mendesak melalui lubang telinga yang ada serangga itu. Lakukan beberapa kali dengan bersungguh-sungguh sehingga berjaya.

## **AIR GARAM UBAT SAKIT TEKAK**

Jika tekak anda berasa perit dan tidak selesa, kerana cuaca terlalu panas, anda bolehlah berkumur dengan air garam sebanyak dua kali sehari. Caranya: Ambil tiga sudu garam, bancuh dengan setengah gelas air sejuk, setelah itu berkumurlah sehingga air itu habis. Lakukan setiap hari sehingga anda berasa lega.

### **AIR BERAS UBAT LETIH LESU**

Jika pokok bunga anda tidak subur anda boleh gunakan air basuhan beras untuk menyiram pokok bunga anda. Caranya: Asingkan air basuhan beras anda itu untuk menyiram pokok bunga anda setiap petang. Lakukan setiap hari. Anda akan dapati pokok-pokok bunga anda akan beransur subur. Begitu juga jika badan anda terasa letih lesu anda boleh minum air basuhan beras yang sudah bersih, sebanyak sekali sehari, tenaga anda akan pulih kembali.

### **AIR KUNYIT PULIHKAN PERANAKAN**

Ada wanita akan berasa letih dan lesu, bila dia didatangi darah haid. Untuk memulihkan tenaga semula memang sukar, kerana itu anda harus mengamalkan dengan makan ubat, untuk memulihkan tenaga dan kesihatan anda.

### **Menurunkan Berat Badan**

Jika anda mengalami berat badan yang berlebihan, air limau nipis yang anda minum boleh menurunkan berat badan anda. Caranya: Sediakan dua biji limau nipis atau limau kasturi setiap hari, setelah itu perah airnya ke dalam gelas yang berisi dengan air sejuk, masukkan ke dalam peti sejuk. Setelah itu bolehlah dijadikan air minuman setiap kali selepas anda makan tengahari dan makan malam. Cara ini boleh diikuti dengan senaman ringan. Amalkanlah meminumnya selama sebulan, berat badan anda akan beransur turun.

### **Ubat Pening Kepala**

Jika kepala anda terasa berat kerana kurang tidur atau pening kepala kerana mabuk dalam perjalanan, anda boleh ambil tiga biji limau nipis, dibelah dua sebiji anda gosokkan pada kepala yang telah dibasahi air, biarkan selama lima minit, setelah itu barulah anda mandi dengan air limau yang dua biji tadi. Caranya dengan meramaskan limau tersebut pada sebaloi air kemudian jirus dan gosoklah pada badan anda. Setelah itu keringkan badan anda tanpa membilasnya dengan air yang lain, lakukan dua kali sehari sehingga rasa pening anda hilang.

### **Menghilangkan Mabuk**

Jika anda mabuk kerana menaiki kenderaan, anda boleh berbekalkan sebiji limau. Ciumlah hmau tersebut semasa dalam perjalanan, Insya-Allah rasa, meloya anda akan hilang. Selain dari itu jika ada sahabat atau kaum kerabat anda yang Caranya: Ambil sebuku asam jawa, ramas dengan sedikit air, setelah sapukan air tersebut pada umbun-umbun dan seluruh kepala, biarkan air asam jawa itu keying di kepala. Anda akan dapati demam anda atau anak anda akan mulai turun. Lakukan sehingga benar-benar sembuh.

### **MENGHILANGKAN LEMAK**

Jika anda mengalami masalah berat badan, air asam jawa baik dijadikan minuman harian. Air asam jawa akan mengurangkan kadar lemak dalam badan anda. Caranya: Ambil sebuku asam jawa, ramas ke dalam air sebanyak segelas. Masukkan ke dalam peti sejuk, anda jadikan minuman, selepas anda makan tengahari atau makan malam. Amalkan setiap hari, anda akan dapati tubuh anda akan bertambah segar dan langsing.

### **UBAT SAKIT LELAH**

Serai ialah sejenis tumbuhan yang boleh dijadikan bumbu dalam masakan, gunanya untuk melazatkan masakan. Selain dari itu air serai boleh dijadikan ramuan untuk memulihkan kesihatan. Jika anda suka makan masakan cara minang, ianya juga menggunakan serai sebagai bahan perencah. Selain daripada menjadikan masakan bertambah enak, serai dimakan sebagai renciah itu boleh melegakan penyakit lelah. Caraya mudah, jika anda ada penyakit lelah, jangan lupa masukkan sebatang serai yang telah dihancurkan sedikit ke dalam masakan anda. Cara ini boleh membantu pernafasan anda dan boleh mencairkan lendir.

### **KAPAS DAN CUKA**

SEDIAKAN SEDIKIT CUKA makan dan segumpal kapas bersih. Celupkan kapas tersebut di dalam bekas cuka dan biarkan seketika supaya dapat meresap dengan sempurna. Setelah itu, sapukan di sekefiling bisul. Lakukan pada setiap malam. Nescaya bisul yang membesar akan susut dan sembuh seperti biasa.

### **GETAH POKOK SAGU**

ANDA KENAL POKOK SAGU? Pofong pada bahagian dahan dan is akan mengeluarkan getah. Sapukan di sekeliling bisul anda dengan cermat dan rapi. Kaedah ini dapat menghalang bisul dan mengatasi kesakitan.

### **KHASIAT DAUN KELEDEK**

DAPATKAN BEBERAPA HELAI daun keledek. Basuh sampai bersih dan tumbuk sAingga lumat. Tampalkan di sekeliling kecuali di bahagian mata bisul. Hasilnya, bisul akan pecah pada hari berikutnya.

### **RAHSIA DAUN SIRIH**

KUNYAH LAH BEBERAPA helaidan sirih. Setelah lumat, tempelkan kunyahan (hampas) tadi ke mat a bisul. Lakukan beberapa kali sehari. Anda dapati bisul akan memecah dengan sendirinya. Bersihkan darah dan nanah. Setelah itu letakkan serbuk arang dan tempurung kelapa. Bisul akan cepat sembuh dan tidak meninggalkan parut.

### **PETUA CEGAH PANAU**

PANAU merupakan satu penyakit yang berjangkit. Ia merupakan tumpuk-tumpuk putih di anggota badan dan memalukan penghidapnya.

### **RAHSIA LENGKUAS**

UNTUK MENGHILANGKANNYA, ambil beberapa daun lengkuas dah tumbuk, kemudian ambil airnya dan sapukan di tompok- tompok panau. Lakukan beberapa kali. Perlu diingat pengamal petua ini hendaklah menjauhi makanan yang diperbuat dari lengkuas.

### **KHASIAT DAUN KESUMA**

DAUN KESUM bukan saja enak dibuat campuran gulai asam pedas, malah is juga boleh dijadikan ubat panau. Caranya dapatkan 'kira- kira secekek daun kesum dan campurkan dengan sedikit minyak tanah. Gosokkan di bahagian yang ditumbuhi panau sehingga is nampak merah. Lakukan pada setiap hari sehingga panau itu hilang.

### **LENGKUAS DAN MINYAK TANAH**

CAMPURAN LENGKUAS dan minyak tanah baik untuk mengubati masalah panau. Tenyehkan bahan ini ke tompat yang ditumbuhi panau sehingga terasa pedih. Kemudian basuh dengan air bersih 15 atau 20 mind. Panau akan hilang. Pantang larangnya. Anda ditegah daripada memakan lengkuas selama setahun. Sekiranya anda tidak mematuhi, panau akan tumbuh dengan lebih banyak.

### **Kentang Ubat Jerawat**

Jerawat selalu menimbulkan masalah terutama kepada orang muda. Ambil sebiji kentang dan hiris nipis- nipis, kemudian tampalkan pada muka anda sehingga kentang itu bertukar warna. Ulangilah selalu.

### **Kaki Melecet**

Seringkali apabila memakai kasut baru, kaki anda akan melecet. Untuk mengatasinya, cuba petua ini. Ambil minyak masak, sapukan di sekeliling kaki sebelum memakai kasut. Lakukan dua kali sehari. InsyaAllah, kaki anda tidak akan melecet lagi.

### **Hilangkan Kutu Kepala**

Kepala yang berkutu menimbulkan pelbagai masalah seperti gatal dan sentiasa menggaru. Untuk mengatasinya, ambil kapur barus dan ditumbuk sehingga hancur. Campurkannya dengan minyak tanah secukupnya. Kemudian, sapu di kepala sehingga rata dan basah. Biarkan semalaman. Keesokannya, cuci dan syampu. InsyaAllah, rambut anda akan bebas daripada kutu.

### **RAMUAN DAPUR**

SATU GELAS SANTAN kelapa, satu inci kunyit hidup dan secubit garam. Kunyit hidup dan garam ditumbuk sehingga lumat dan dicampurkan ke dalam santan kelapa. Lumur ke seluruh kepala dan dibiarkan selama 15 minit. Kemudian syampu rambut seperti biasa. Lakukan dua kali seminggu. Petua ini bukan sahaja boleh mencegah kelemumur malah is menyegarkan kulit badan.

### **DAUN BUNGA RAYA**

AMBIL BEBERAPA HELAI daun bunga raya. Ramas di dalam air sehingga keluar lendirnya. Dan disapu ke kepala. Kemudian balut dengan rapi menggunakan tuala bersih. Dibiarkan selama setengah jam barulah dicuci seperti biasa. Sebaik baiknya lakukan petua ini sebanyak 2 kali seminggu. Kelemumur tidak akan berulang lagi.

### **MASALAH KUTU KEPALA**

MASALAH KUTU KEPALA di zaman moden ini amat memalukan siapa sahaja. Jangan risau. Ia mudah diatasi. Caranya lumurkan minyak tanah keseluruh kepala dan balut dengan tuala bersih serta biarkan 10 atau 15 minit. Kemudian cucilah seperti biasa. Lakukan dua atau tiga hari berturut turut, hasilnya kutu akan mati.

## **MENGATASI RAMBUT GUGUR**

KADANGKALA RAMBUT gugur satu persatu tanpa sebab. IN menyebabkan kepala kelihatan botak dan hilang kecantikan pemiliknya. Cara mencegah rambut tidak terns gugur, amalkan petua tradisional ini:

### **KHASIAT LEMAK AYAM**

APABILA ANDA HENDAH membeli atau menyembelih ayam, pilihlah ayam yang banyak lemak. Ambil dan jerangkan ke atas api yang sederhana panas sehingga is berubah menjadi minyak. Gunakan minyak ini sebagai minyak rambut. Gunakan setiap malam sebelum tidur dan basuh keesokan harinya dengan menggunakan syampu. Hasilnya pasti memeranjatkan kerana ia mampu menghindari kelemumur.

### **Cara Senang Untuk Kekalkan Kesegaran Zakar**

Cara-cara nya ialah :-

1. Selepas bangun bagi minum segelas air suam. (Selawat 3 kali)
2. Ambil secawan air suam kamudian bacakan satu ayat (boleh e-melkan jika anda betul2 berminat). sebanyak 7 kali. Bukan kedekut nak bagi tapi takut silap baca. Hasilnya....masyallah.....hebat sekali. Sesungguhnya penawar yang terbaik adalah ayat al-quran. Amalkan setiap hari atau minggu. Dan yang penting jangan melancap.

### **Tips khusus untuk mereka yang masih tiada anak**

- 1.. Mengadakan ujian air mani anda di Lembaga Pendudukan Dan Keluarga di Jln Tuanku Abd Rahman. Ini bagi memastikan sperm lelaki tiada masalah. Kos ujian cuma RM30.00 shj. Keputusan dalam masa sehari.
2. Mengadakan ujian bagi isteri anda.
3. Mengkaji teknik persetubuhan yang dibuat.

### **Petua Tuala Panas - bagi Tahan Lama**

Saja nak kongsi satu tips yang aku dapat from aku punya family doctor. Tips ni aku dapat masa aku mula-mula kahwin, aku mengadu kat doktor ni yang aku cepat terpancut (pre-mature ejaculation) doktor ni advise kay aku supaya panaskan tuala kecil (macam tuala goodmorning tu) dan perah air dia. kemudian balutkan kat 'anu' tu dalam 5-10 minit masa tengah mandi. reason dia, bila kita balut tuala panas ni kat situ, ia akan membuka dan melancarkan salur darah (vein) kita kat situ dan seterusnya meningkatkan prestasi. make sense jugak kan? anyway no harm trying- tapi jangan tuala panas sangat nanti melecur

### **Petua Melewatkan Pancutan Air Mani (Petua Melayu Tradisional)**

1. Sila dapatkan gambir kudat atau gambir sarawak (boleh dibeli) dengan sedikit air dan kemudian menyapunya di bahagian kepala zakar sahaja. Usah disapu terlalu banyak kerana ini mengakibatkan zakar terus tegang tanpa memancarkan mani dalam masa yang amat panjang. Sapukan kira-kira 20 minit sebelum jima'.
2. Sediakan 10 butir biji kapas dan satu sudu minyak jarak. Tumbuk biji kapas hingga lumat dan gaulkan bersama minyak jarak hingga sehati. Sapukan minyak ini pada zakar dengan mengurutnya perlahan-lahan 5 hingga 8 minit sebelum jima'.
3. Ambil sedikit kacang lulai hitam (biasanya dijual di kedai jamu atau ubat Cina) dan tumbuk hingga lumat. Campurkan dengan sedikit air hingga sehati dan sapukan sedikit pada zakar dengan mengurut perlahan-lahan 5 hingga 8 minit sebelum jima'.
4. Ambil hampedu kambing atau ayam jantan yang baru disembelih. Pecahkan dan lumurkan pada zakar hingga rata lebih kurang 2 hingga 5 minit sebelum jima'.
5. Ambil darah kelawar, gosok pada kedua tapak kaki hingga kering darah itu. Basuhlah hingga bersih. Kemudian Boleh jima'.
6. Ambil kuning telur, bubuk sebuku bawang merah, bubuk bawang putih, campur sedikit air. Jerangkan sehingga mendidih. Makan di waktu Asar sebelum makan petang.
7. Ambil hempedu ayam jantan. Gosokkan disekitar lubang zakar serta sekelilingnya kira-kira 5 minit sebelum jima'.
8. Ambil bawang merah secawan, sebiji kuning telur, hancurkan bawang merah, kacau dan minum 3 pagi berturut-turut. Petua ini akan dapat menolong memekatkan air mani, dengan pekatnya air mani maka akan lebih lewat ia keluar.
9. Ambil limau purut dan lada sulah, pipis halus. Makan semasa mahu berjima'.
10. Makan hati kambing yang di 'kasi', ia dikatakan boleh menahan mani.

### **Petua utk meluruskan zakar (pada yg bengkok)**

1. jangan pakai seluar dalam ketika tidur malam. kalau boleh siang haripun jangan pakai.

2. mengurut zakar setiap pagi sebelum mata hari terbit dengan menggunakan air embun anak pisang yang belum berkembang.

### **Petua untuk meningkatkan tenaga seksual dgn selawat dan zikir...**

Amalkan petua ini selepas sembahyang.

1. Duduk bersila, letak kedua tapak tangan kepinggang bacalah Surah al-Fatihah 10 kali, kemudian alihkan kedua tapak tangan ke bawah pusat.
  2. Bacalah al-Fatihah 10 kali, kemudian ke pinggang semula 10 kali, kemudian ke depan pula (bawah pusat)
  3. bacalah surah al-Ikhlas 10 kali, ulangi dengan kaedah yang sama seperti diatas, ini bermakna membaca surah al-Fatihah 30 kali, surah al-Ikhlas 30 kali.
  3. Selepas itu tangan hendaklah diletakkan kebahagian depan, bacalah ayat terakhir dari surah Yasin.
  4. Ambil air panas suam, baca doa itu ke dalam air sebanyak 7 kali dan disapu pada zakar sebelum melakukan jimak. Bacalah zikir : ya Qahar Ya Qahar, La La ilaha ilahu wa hidul Qahar.
- Lemah tenaga batin kerana disihir, urut dan tepuk bahagian pinggang membawa ke zakar dengan membaca Surah Al-fatihah dan diulangi bacaan sebanyak 3 kali.

### **Petua untuk meningkatkan tenaga seksual dgn amalan pemakanan...**

Untuk menguatkan dan melambatkan inzal ketika melakukan hubungan kelamin, makanlah dagind dhab. Amalkan memakan madu lebah asli yang dicampur dengan telur aya kampung dan lada hitam. 5 biji lada hitam memadai untuk sekali makan selepas sarapan pagi. Selepas bangun dari tidur di waktu pagi, tarik kedua buah pelir kebawah dan batang ditarik kehadapan supaya panjang dan lubang kencing digosok dengan air liur basi sambil ditarik dubur kedalam. Buatlah selalu. Sarapan pertama: Amalkan memakan kulit kayu manis sedikit atau sebiji cengkih sebelum anda sarapan pagi. Cara makan dan minum: Makan dengan sedikit garam. Ia dapat menghindarkan berbagai penyakit. Seeloknya elakkan makanan yang banyak lemak dan minyak kerana ia melicinkan mani untuk keluar. Bagi mereka yang cepat keluar maninya, cuba amalkan makan nasi tanya berkuah di dalam tempoh 40 hari. Insya-Allah, terubatlh penyakit itu. Jangan makan sambil minum air. Selepas makan tahanlan selama 10 minit, kemudian barulah minum air. Minumlah dengan satu nafas sekali hirup dan begitulah seterusnya. Jauhkan minum air panas yang dicampurkan air yang tidak masak. Makanlah ketiak perut merasa lapar dan berhenti apabila perut sudah merasa kenyang. Jauhi dari makan dan minum perkara yang haram kerana ia memudaratkan tubuh badan dan tenaga batin. Jangan minum air selepas jam 11:00 malam. Ia akan melemahkan otot-otot pinggan dan membawa sengal-sengal badan.

### **Petua membesar, mengeras & menguatkan zakar**

Ramai lelaki yang mempunyai masalah dengan zakar mereka yang tidak upaya memuaskan pasangan apabila bersenggama. Suatu kajian oleh Durex Condoms melaporkan bahawa 72% wanita di US tidak mendapat kepuasan seks (orgasm) bila melakukan persetubuhan. Di Malaysia sahaja, lebih dari 500,000 kes lemah tenaga batin dilaporkan - sementara jumlah sebenar mungkin lebih dan berkali-kali ganda. Apapun, setiap lelaki tidak harus malu untuk terus mencari penawar kepada masalah ini ~ kerana kegagalan memuaskan pasangan sering menjadi punca pergaduhan suami-isteri. Lelaki yang gagal di atas katil bukan saja mengecewakan isteri, malahan akan kurang dihormati dan tidak disenangi oleh isteri bila diajak berasmara. Manakala wanita yang telah merasakan kepuasan jimak, tidak akan teragak-agak menyahut panggilan asmara dan melayani pasangannya.

#### **1. bagaimana membesarkan zakar?**

Menurut orang tua-tua, minyak lintah yang dibuat sendiri dapat membantu lelaki yang mempunyai masalah zakar yang 'kurang saiz' atau kecil. Perubatan tradisional Melayu ada menganjurkan membuat minyak lintah yang ditapa dalam kelapa muda selama 40 hari 40 malam untuk menghasilkan sejenis minyak yang dapat membesarkan zakar dengan amalan urut tertentu. Kaedah ini juga terdapat di dalam sebuah kitab Arab Tunisia yang diberi nama "RAWD AT-TIRR" [ Taman Wangian ] ditulis oleh Sheikh Nefzawi dalam abad 17. Di Tanah Melayu, tradisi ini telah disambung oleh pewaris dan pengamal perubatan tradisional di Ajil, Ulu Trengganu yang menghasilkan **Minyak Lintah Tapa** dan dijual kepada orang-orang yang tahu akan khasiatnya. Mengurut zakar dengan Minyak Lintah Tapa ada petua dan caranya yang tertentu.

[a] zakar mestilah diurut sehala dari pangkal ke hujung kepala zakar

[b] hanya ibu jari dan jari hantu sahaja digunakan bila mengurut zakar

Dalam perubatan moden, zat dari lintah atau nama saintifiknya **hirudo medicinalis** yang telah ditapa ini baru diketahui akan munafaatnya. Kini, enzyme dan zat lintah seperti Hirudine, Histamine dan Hyaluronidase digunakan dalam perubatan moden untuk tujuan penumbuhan sel-sel baru setelah pembedahan. Zat lintah dapat membantu pertumbuhan dan tumbesaran sel-sel baru

## 2. inginkan zakar yang keras, kuat & tahan lama?

Jika anda mengalami masalah zakar yang lemah, tidak cukup keras dan cepat memuncutkan air mani, anda perlu terlebih dahulu mengkaji tabiat harian anda. Antara sebab utama yang membuat zakar jadi lemah ialah:

1. **kencing berdiri** - sebabnya, air kencing bertakung dalam saluran kencing dan lama-kelamaan saluran kencing jadi kembang dan otot kemut jadi lemah dan boleh mengakibatkan kanser prostate. Anda perlu melakukan istibra setiap kali setelah kencing untuk mengelakkan jangkitan kuman pada saluran kencing.
2. **kurang senaman seks** - orang tua-tua Melayu mengamalkan beberapa latihan jasmani sebelum dan selepas hubungan seks. Senaman seks juga dilakukan sebagai amalan harian dan meliputi teknik pernafasan yang betul untuk bertahan lama bila melakukan seks. Senaman yang berguna ini telah dibukukan dalam kitab klasik PERMATA YANG HILANG
3. **tabiat pemakanan** moden @ makanan-segera dan 'fast-food' yang banyak mengandungi pengawet ( zat asam dan asid ) yang melemahkan urat dan saraf serta anggota tubuh-badan
4. **tidak mengurut zakar** sebagai riadah dan persiapan senggama. Antara faedah mengurut zakar ialah melancarkan perjalanan darah, memanaskan kelenjar prostate, membesarkan zakar, supaya betul-betul keras dan supaya dapat bertahan lama bila senggama dengan isteri
5. **inzal berlebihan** - mengeluarkan air mani dengan paksaan serta berlebihan dan tanpa sukatan yang betul. Gagal mengawal pancutan mani dan cepat kalah.

### Cara Senang Untuk Kekalkan Kesegaran Zakar

Cara-cara nya ialah :-

1. Selepas bangun bagi minum segelas air suam. (Selawat 3 kali)
2. Ambil secawan air suam kemudian bacakan satu ayat (boleh e-melkan jika anda betul2 berminat). sebanyak 7 kali. Bukan kedekut nak bagi tapi takut silap baca. Hasilnya....masyallah....hebat sekali. Sesungguhnya penawar yang terbaik adalah ayat al-quran. Amalkan setiap hari atau minggu. Dan yang penting jangan melancap.

### Tips khusus untuk mereka yang masih tiada anak

- 1.. Mengadakan ujian air mani anda di Lembaga Pendudukan Dan Keluarga di Jln Tuanku Abd Rahman. Ini bagi memastikan sperm lelaki tiada masalah. Kos ujian cuma RM30.00 shj. Keputusan dalam masa sehari.
2. Mengadakan ujian bagi isteri anda.
3. Mengkaji teknik perisetubuhan yang dibuat.

### Petua Tuala Panas - bagi Tahan Lama

Saja nak kongsi satu tips yang aku dapat from aku punya family doctor. Tips ni aku dapat masa aku mula-mula kahwin, aku mengadu kat doktor ni yang aku cepat terpancut (pre-mature ejaculation) doktor ni advise kay aku supaya panaskan tuala kecil (macam tuala goodmorning tu) dan perah air dia. kemudian balutkan kat 'anu' tu dalam 5-10 minit masa tengah mandi. reason dia, bila kita balut tuala panas ni kat situ, ia akan membuka dan melancarkan salur darah(vein) kita kat situ dan seterusnya meningkatkan prestasi. make sense jugak kan? anyway no harm trying-tapi jangan tuala panas sangat nanti melecur

### Petua Melewatkan Pancutan Air Mani (Petua Melayu Tradisional)

1. Sila dapatkan gambir kudat atau gambir sarawak (boleh dibeli) dengan sedikit air dan kemudian menyapunya di bahagian kepala zakar sahaja. Usah disapu terlalu banyak kerana ini mengakibatkan zakar terus tegang tanpa memuncutkan mani dalam masa yang amat panjang. Sapukan kira-kira 20 minit sebelum jima'.
2. Sediakan 10 butir biji kapas dan satu sudu minyak jarak. Tumbuk biji kapas hingga lumat dan gaulkan bersama minyak jarak hingga sebati. Sapukan minyak ini pada zakar dengan mengurutnya perlahan-lahan 5 hingga 8 minit sebelum jima'.
3. Ambil sedikit kacang lulai hitam (biasanya dijual di kedai jamu atau ubat Cina) dan tumbuk hingga lumat. Campurkan dengan sedikit air hingga sebati dan sapukan sedikit pada zakar dengan mengurut perlahan-lahan 5 hingga 8 minit sebelum jima'.
4. Ambil hampedu kambing atau ayam jantan yang baru disembelih. Pecahkan dan lumurkan pada zakar hingga rata lebih kurang 2 hingga 5 minit sebelum jima'.
5. Ambil darah kelawar, gosok pada kedua tapak kaki hingga kering darah itu. Basuhlah hingga bersih. Kemudian Boleh jima'.
6. Ambil kuning telur, bubuk sebuku bawang merah, bubuk bawang putih, campur sedikit air. Jerangkan sehingga mendidih. Makan di waktu Asar sebelum makan petang.
7. Ambil hampedu ayam jantan. Gosokkan disekitar lubang zakar serta sekelilingnya kira-kira 5 minit sebelum jima'.
8. Ambil bawang merah secawan, sebiji kuning telur, hancurkan bawang merah, kacau dan minum 3 pagi berturut-turut. Petua ini akan dapat menolong memekatkan air mani, dengan pekatnya air mani maka akan lebih lewat ia keluar.

9. Ambil limau purut dan lada sulah, pipis halus. Makan semasa mahu berjima'.
10. Makan hati kambing yang di 'kasi', ia dikatakan boleh menahan mani.

### **Petua utk meluruskan zakar (pada yg bengkok)**

1. jangan pakai seluar dalam ketika tidur malam. kalau boleh siang haripun jangan pakai.
2. mengurut zakar setiap pagi sebelum mata hari terbit dengan menggunakan air embun anak pisang yang belum berkembang.

### **Hilangkan karat pada gigi**

Cara untuk menghilangkan karat dari gigi adalah dengan mengambil biji asam jawa, kemudian gorengkan tanpa minyak lalu ditumbuk hingga halus. ambil debunya dan gosokkan pada gigi dengan kain atau berus gigi. Lakukan setiap hari dan InsyaAllah anda akan dapat melihat kesannya.

### **Legakan Sakit kepala**

Sakit kepala boleh dihilangkan dengan cara mengambil daun lemuni hijau lebih kurang sekilogram dan dimasukkan kedalam sarung bantal. Kemudian tidurlah diatasnya selama dua tiga hari. InsyaAllah sakit kepala anda akan berkurangan dan anda akan berasa segar.

### **Kurangkan kadar kolestrol**

Perah sedikit lemon dan campurkan dengan secamca teh minyak zaitun. Amalkan meminumnya dua atau tiga hari sekali atau setiap kali mengambil makanan berkolestrol tinggi. InsyaAllah kesannya akan dapat dirasakan dalam masa seminggu. Ia juga dapat menghilangkan pembentukan selulit.

### **Kulit Berkedut**

Ambil sebatang lobak merah, bersihkan dan parut, setelah itu campurkan sebiji kuning telur dan secamca besar tepung jagung. Bahan ini dikacau hingga sebati, setelah itu bolehlah dilumurkan pada kulit muka. Lakukan sekali sehari pada waktu malam. Cucilah muka ketika hendak tidur dengan air suam. Amalkan Selalu insyaallah berkesan.

### **Sakit Gigi**

Ambil sebatang serai dan titik bahagian hujungnya. Salai seketika diatas api dan sewaktu masih suam, gigit pada tempat sakit. InsyaAllah sakit akan berkurangan.

### **Senggugut**

Ambil sembilan biji pinang tua, dibakar hingga menjadi arang dan ditumbuk halus. Campurkan dengan secawan air suam dan minum. Amalkan petua ini sembilan hari berturut-turut dari hati mula kedatangan haid. InsyaAllah mujarab.

### **Petua Menghentikan Pendarahan**

Ambil tembakau rokok dan tekapkan pada bahagian yang berdarah. Waktu menekapkannya pada luka hindarkan dari terkena air. Hasilnya, insyaAllah darah akan berhenti mengalir dan luka tidak lagi terasa sakit.

### **Turunkan suhu Badan Bayi**

Gunakan 3 jari tangan anda (ibu jari, telunjuk dan jari hantu), baca bismillah dan selawat 3 kali. Masukkan 3 jari tersebut kedalam beras. Genggam dan lepaskan beras dari gengaman kedalam secawan air masak. Biarkan beras yang melekat pada ketiga jari itu, dan makan beras tersebut. Gunakan air yang bercampur dengan beras tadi untuk disapukan kebadan bayi. InsyaAllah suhu badan bayi akan berkurangan.

### **Hilangkan Kesan Teh**

Ambil saja sedikit ubat gigi dan sapu pada kole atau gelas yang ada kesan berkarat dari teh. Ambil sehelai kain bersih dan gosokkan padanya. InsyaAllah kesan teh akan hilang dengan mudah dan gelas atau kole anda tidak akan tercalar.

### **Elak ikan melekat ketika digoreng**

Seringkah anda menghadapi masalah ketika menggoreng ikan? Anda hanya perlu memasukkan beberapa keping asam keping bersama ikan yang sedang digoreng. Selamat mencuba.

### **Menjadikan wajah berseri**

Kebiasaannya setiap orang mahukan wajah licin terutamanya kaum wanita. Anda tidak perlukan modal yg besar. Basuh beras dan tuskan airnya. Goreng tanpa minyak hingga hangus kemudian tumbuk halus seperti serbuk. Simpan di dalam botol. Apabila hendak digunakan ambil sedikit dan campurkan dengan air limau nipis. Gosok pada muka dan biarkan kering. Setelah itu cuci muka hingga bersih.

### **Merawat bengkok usus**

Penyakit bengkok usus jika dibiarkan amat berbahaya. Jika anda ingin merawatnya, potong sebuku kunyit hidup (dimesin), sedikit garam, sedikit gula merah dan sedikit perahan air limau nipis. Campurkan semua bahan didalam segelas air suam dan diminum. Amalkanlah.

**Mengilatkan periuk**

Untuk mengilatkan periuk anda, ambil sedikit sabun mandi dan lekatkan pada berus periuk. Selepas itu berus periuk tersebut dengan kuat. Akhir sekali bilas dengan air. Pasti periuk kesayangan anda berkilauan.

**Menghilangkan jerawat batu**

Kulit yang berjerawat batu mungkin akan merosakkan kecantikan muka terutama bagi kaum wanita. Untuk menghilangkannya, ambil beras, tumbuk hingga halus dan campurkan sedikit air. Gunakan pada waktu hendak tidur tiga kali seminggu. Insyaallah jerawat batu anda akan hilang.

**Rawatan jika terkena minyak atau air panas**

Ambil sedikit kicap dan garam halus. Kemudian sapukan kedua-dua bahan tadi di tempat yg terkena minyak atau air panas. Sebelum itu berselawatlah keatas Nabi S.A.W sebanyak 3 kali.

**Mengelakkan gula dimasuki semut**

Masukkan kulit kayu manis ke dalam bekas simpanan gula. Insyaallah semut akan lari.

**Menghilangkan demam campak**

Caranya sebelum merebak keseluruh badan, pesakit itu hendaklah diberi minum air kelapa dan kemudian mandikan dengan air kelapa itu (boleh dicampur dengan air).

**Karipap lebih rangup**

Ramai suri rumah merungut apabila kulit karipap yang mereka buat liat dan keras. Cara mengatasi masalah ini mudah iaitu sebelum mengadun marjerin bersama tepung gandum, panaskan marjerin yang telah disukat bersama 1/2 cawan minyak masak. Biarkan mendidih. Tuangkan minyak tadi kedalam adunan tepung, kemudian ulilah seperti biasa. Dengan ini karipap anda akan rangup dan enak.

**Melegakan selsema bayi**

Ambil sebiji kunyit, patahkan, potong atau tumbuk. Kemudian sapukan pada batang hidung bayi anda. Insyaallah jika selalu diamalkan, hidung bayi anda tidak akan tersumbat dan dia akan tidur nyenyak.

**Melembutkan daging**

Caranya ialah rebuskan daging yang telah siap dicuci dengan satu camca serbuk soda bikarbonat. Setelah daging lembut bolehlah dicuci dengan air bersih sebelum digunakan untuk memasak sup atau rendang. Juga boleh direbus bersama daun nangka jika tiada serbuk soda.

**Menghilangkan parut luka**

Bekas parut yang berwarna hitam selalu mengganggu penampilan kita. Usahlah bimbang, ada cara untuk menghilangkannya. Ambil sebiji ubi kentang dan kukus dan apabila sudah masak, lumatkan hingga halus dan tempelkan pada parut tersebut. Biarkan hingga kering dan bekas parut itu akan hilang dengan sendirinya. Amalkan sehingga kesan parut hilang.

**Memudahkan mengopek kerang**

Memakan makanan memanglah suatu yang melazatkan tetapi untuk mengatasi cara pemakanannya adalah suatu yang membosankan dan menyusahkan terutamanya kerang. Suri rumah tentu mengeluh apabila isi rumah ingin memakan atau meratah makanan ini. Di sini ada petua untuk memudahkan mengopek kerang. Caranya ialah apabila anda merebus kerang, campurkan sesudu minyak masak kedalam air rebusan. mudah-mudahan kerang itu akan terbuka sedikit dan memudahkan anda mengopeknya.

**Merawat penyakit buasir**

Kebanyakan kaum lelaki mengalami masalah ini. Cara untuk mengatasinya ialah ambil sebiji kelapa gading yang kecil berwarna kuning, bakar atau panaskan hujungnya. Kemudian tekapkan pada bahagian yang sakit. Lakukan berulang kali sehingga berasa selesa.

**Mengatasi bayi demam selepas disuntik**

Bagi ibu yang mempunyai anak dan sering demam setiap kali disuntik, bolehlah mencuba petua ini. Selepas anak anda disuntik, sapukan bawang kecil yang dipotong pada tempat yang disuntik. Seeloknya bawang tersebut hendaklah dibawa setiap kali anda ke klinik. Insyaallah dengan cara ini dapat mengatasi demam anak.

### **Menghilangkan gatal getah keladi**

Sebelum menyang keladi pastikan tangan tidak basah. Lumurkan beberapa keping asam keping (asam gelugur) pada tangan. Insyaallah tangan tidak gatal lagi. Seperkara lagi semasa menyang keladi iaitu semasa menanggalkan kulit nipis dibahagian luarnya, janganlah batang keladi direndam dengan air. Setelah siap kesemuanya, barulah dibasuh bersih dan masukkan bersama beberapa keping asam gelugur jika masih terdapat kegatalan.

### **Mempercepatkan pembekuan agar-agar**

Puding sejuk dan agar-agar kadang-kadang lambat membeku jika terlebih airnya. Untuk mempercepatkan pembekuan, loyangperlu disejukkan didalam peti sejuk tingkat teratas. Apabila cukup sejuk, isikan agar-agar didalamnya. Pasti hasilnya amat memuaskan.

### **Mengelak kain batik daripada luntur**

Untuk mengelakkan kain batik daripada luntur warnanya dan mudah pudar, eloklah digunakan daun betik agar warna kain tetap cantik dan nampak baru. Caranya ialah ambil beberapa helai daun betik dan rebus bersama air. Ketika air rebusan masih panas, masukkan kain batik dan rendam semalaman. Setelah itu bolehlah dicuci seperti biasa. Insyaallah, kain itu tidak akan luntur lagi.

### **Memudahkan bayi buang air besar**

Jika bayi anda sukar buang air besar, cubalah ambil sedikit asam jawa dan gaul atau ramas dengan sedikit air biarkan ia agak pekat kemudian sapulah pada bahagian ubun-ubun bayi anda juga pada pusatnya. Cubalah petua ini dan amalkan setiap hari. Insyaallah bayi anda tiada masalah sebu perut.

### **Cara merawat penyakit panau**

Jika anda ada panau, tentu memalukan. Apatah lagi jika panau ketara pada muka. Cuba petua ini. Ambil sepotong halia, tumbuk lumat kemudian tempelkan pada tempat berpanau. Insyaallah anda akan perolehi hasilnya.

### **Menghilangkan bau nasi hangit**

Untuk menghilangkan bau nasi hangit, caranya ialah ambil beberapa helai daun limau purut, carik-carikkan dan masukkan di dalam nasi hangit - tutup semula tudung periuk. Pasti nasi berbau harum.

### **Merawat cirit-birit dan menghilangkannya**

Bagi mereka yang mengalami cirit-birit, bolehlah mengamalkan makan pucuk jambu batu. Caranya: rendam pucuk jambu batu itu di dalam air panas bersama sedikit garam untuk membersihkan kekotoran pada pucuk jambu itu. Setelah agak layu, bolehlah terus dimakan. Insyaallah perut tidak lagi sakit dan usus-usus berfungsi dengan baik semula.

### **Menghentikan hidung berdarah**

Cuaca terlalu panas boleh mendatangkan kemudharatan. Antaranya, berlaku pendarahan melalui hidung. Untuk menghentikan segera pendarahan, ambil sehelai daun sirih, gulung hingga kecil dan sumbatkan ke dalam hidung yg berdarah. Insyaallah darah akan cepat berhenti.

### **Kacang hijau cepat empuk**

Apabila kita merebus kacang hijau, masukkan sedikit minyak ke dalam periuk dan letakkan atas api. Banyakny aminyak masak terletak pada banyaknya kacang hijau yang di rebus. Kalau sekilo kacang, masukkan setengah camca minyak. Insyaallah akan cepatlah empuk, lepas tu bolehlah masukkan santan dan gula seandainya membuat bubur kacang.

### **Cara membersihkan botol susu hingga berkilat**

Menghadapi masalah mencuci botol susu terutamanya yang berbentuk unik? Berus yang tercipta khusus pun tidak mampu mencuci hingga ke celahnya. Cubalah petua ini. Masukkan sedikit beras di dalam botol susu, di campur dengan air panas atau sejuk. Goncang-goncang botol susu itu. Hasilnya bukan saja botol bersih, puting susu juga turut hilang dakinya. Petua ini boleh juga di cuba untuk membersihkan botol air plastik yang lain.

### **Melebatkan Misai**

Ambil beberapa biji buah keras.bakar sehingga hangus.hancurkan dan campurkan ke dalam minyak kelapa. sapu pada misai sebelum tidur. insyaallah!

### **Kilatkan Kuku**

Bawah merah atau bawang putih..gosokkan bawang tersebut pada kuku anda.. insyaALLAH..berjaya!

### **Kulit Licin Berseri**

Lumurkan tomato yg telah di hancurkan.airnya elok disapukan di muka

### **Wajah Berseri-Seri**

Senang aje petua nye.. amalkan senyum dlm jehidupan korang... senyum tu kan sedekah... sambil tu, slalu le berselawat dan berzikir... insyallah muka korang akan bertambah-tambah serinya.. slamat mencuba.

### **Menghilangkan Jerawat**

Nak hilangkan jerawat mudah je.mula mula ambil pucuk asam jawa.kemudian tumbuk sampai lumat.kemudian ambil pula beras dan gorengkan sampai garing.beras tadi tu ditumbuk dan dicampur dengan pucuk asam jawa yg telah ditumbuk tadi.lepas tu pakailah bahan tadi tu macam pakai bedak sejuk.gerenti berkesan.

### **Mencantikkan rambut**

Assalamu^alaykum/ selamat sejahtera....apa khabar semua....ok...petua untuk mencantikkan rambut (bagi muslim mulakan dengan bismillah dan selawat)...buat yang pakai dan tak pakai tudung dan juga untuk lelaki dan wanita.Ambilkan beberapa kuntum bunga raya-->kalau boleh yang colour putih(kalau tak ade, ape2 colour pun boleh), ramas didalam sedikit air..dan selepas tu sapu di seluruh rambut dan kulit kepala...ianya akan menyejukkan kepala,lebatkan rambut(InsyaAllah).Dan kalau boleh...sapukan malam hari dan biarkan, esok baru basuh kepala....dan boleh juga dijadikan seperti jel rambut dengan sapukan selepas basuh rambut dan biarkan..(jangan biarkan daun/kelopak bunga raya tu atas kepala pulak....hanya airnya sahaja).Kalau terlebih rajin dan ada masa tu, seminggu sekali sapukan pula dengan limau nipis di rambut dan kulit kepala...(kalau dah botak-->akan bertambahlah sinarnya.\*\*gurau je\*\*), ianya bertujuan untuk mengurangkan kelemumur/gatal kepala. \*\*\*Peringatan-->tidak sesuai untuk rambut palsu!! Selamat Mencuba!!

### **Elak ikan melekat ketika digoreng**

- Seringkah anda menghadapi masalah ketika menggoreng ikan? Anda hanya perlu memasukkan beberapa keping asam keping bersama ikan yang sedang digoreng. Selamat mencuba.

### **Menjadikan wajah berseri**

Kebiasaannya setiap orang mahukan wajah licin terutamanya kaum wanita. Anda tidak perlukan modal yg besar. Basuh beras dan tuskan airnya. Goreng tanpa minyak hingga hangus kemudian tumbuk halus seperti serbuk. Simpan di dalam botol. Apabila hendak digunakan ambil sedikit dan campurkan dengan air limau nipis. Gosok pada muka dan biarkan kering. Setelah itu cuci muka hingga bersih.

### **Merawat bengkak usus**

Penyakit bengkak usus jika dibiarkan amat merbahaya. Jika anda ingin merawatnya, potong sebuku kunyit hidup (dimesin), sedikit garam, sedikit gula merah dan sedikit perahan air limau nipis. Campurkan semua bahan didalam segelas air suam dan diminum. Amalkanlah.

### **Mengilatkan periuk**

Untuk mengilatkan periuk anda, ambil sedikit sabun mandi dan lekatkan pada berus periuk. Selepas itu berus periuk tersebut dengan kuat. Akhir sekali bilas dengan air. Pasti periuk kesayangan anda berkilauan.

### **Menghilangkan jerawat batu**

Kulit yang berjerawat batu mungkin akan merosakkan kecantikan muka terutama bagi kaum wanita. Untuk menghilangkannya, ambil beras, tumbuk hingga halus dan campurkan sedikit air. Gunakan pada waktu hendak tidur tiga kali seminggu. Insyaallah jerawat batu anda akan hilang.

### **Rawatan jika terkena minyak atau air panas**

Ambil sedikit kicap dan garam halus. Kemudian sapukan kedua-dua bahan tadi di tempat yg terkena minyak atau air panas. Sebelum itu berselawatlah keatas Nabi S.A.W sebanyak 3 kali.

### **Mengelakkan gula dimasuki semut**

Masukkan kulit kayu manis ke dalam bekas simpanan gula. Insyaallah semut akan lari.

### **Menghilangkan demam campak**

Caranya sebelum merebak keseluruh badan, pesakit itu hendaklah diberi minum air kelapa dan kemudian mandikan dengan air kelapa itu (boleh dicampur dengan air).

### **Karipap lebih rangup**

Ramai suri rumah merungut apabila kulit karipap yang mereka buat liat dan keras. Cara mengatasi masalah ini mudah iaitu sebelum mengadun marjerin bersama tepung gandum, panaskan marjerin yang telah disukat bersama 1/2 cawan minyak masak. Biarkan mendidih. Tuangkan minyak tadi kedalam adunan tepung, kemudian ulilah seperti biasa. Dengan ini karipap anda akan rangup dan enak.

### **Melegakan selsema bayi**

Ambil sebiji kunyit, patahkan, potong atau tumbuk. Kemudian sapukan pada batang hidung bayi anda. Inshaallah jika selalu diamalkan, hidung bayi anda tidak akan tersumbat dan dia akan tidur nyenyak.

### **Melembutkan daging**

Caranya ialah rebuskan daging yang telah siap dicuci dengan satu camca serbuk soda bikarbonat. Setelah daging lembut bolehlah dicuci dengan air bersih sebelum digunakan untuk memasak sup atau rendang. Juga boleh direbus bersama daun nangka jika tiada serbuk soda.

### **Menghilangkan parut luka**

Bekas parut yang berwarna hitam selalu mengganggu penampilan kita. Usahlah bimbang, ada cara untuk menghilangkannya. Ambil sebiji ubi kentang dan kukus dan apabila sudah masak, lumatkan hingga halus dan tempelkan pada parut tersebut. Biarkan hingga kering dan bekas parut itu akan hilang dengan sendirinya. Amalkan sehingga kesan parut hilang.

### **Memudahkan mengopek kerang**

Memakan makanan memanglah suatu yang melazatkan tetapi untuk mengatasi cara pemakanannya adalah suatu yang membosankan dan menyusahkan terutamanya kerang. Suri rumah tentu mengeluh apabila isi rumah ingin memakan atau meratah makanan ini. Di sini ada petua untuk memudahkan mengopek kerang. Caranya ialah apabila anda merebus kerang, campurkan sesudu minyak masak kedalam air rebusan. mudah-mudahan kerang itu akan terbuka sedikit dan memudahkan anda mengopeknya.

### **Merawat penyakit buasir**

Kebanyakan kaum lelaki mengalami masalah ini. Cara untuk mengatasinya ialah ambil sebiji kelapa gading yang kecil berwarna kuning, bakar atau panaskan hujungnya. Kemudian tekapkan pada bahagian yang sakit. Lakukan berulang kali sehingga berasa selesa.

### **Mengatasi bayi demam selepas disuntik**

Bagi ibu yang mempunyai anak dan sering demam setiap kali disuntik, bolehlah mencuba petua ini. Selepas anak anda disuntik, sapukan bawang kecil yang dipotong pada tempat yang disuntik. Seeloknya bawang tersebut hendaklah dibawa setiap kali anda ke klinik. Inshaallah dengan cara ini dapat mengatasi demam anak.

### **Menghilangkan gatal getah keladi**

Sebelum menyangi keladi pastikan tangan tidak basah. Lumurkan beberapa keping asam keping (asam gelugur) pada tangan. Inshaallah tangan tidak gatal lagi. Seperkara lagi semasa menyangi keladi iaitu semasa menanggalkan kulit nipis dibahagian luarnya, janganlah batang keladi direndam dengan air. Setelah siap kesemuanya, barulah dibasuh bersih dan masukkan bersama beberapa keping asam gelugur jika masih terdapat kegatalan.

### **Mempercepatkan pembekuan agar-agar**

Puding sejuk dan agar-agar kadang-kadang lambat membeku jika terlebih airnya. Untuk mempercepatkan pembekuan, loyang perlu disejukkan didalam peti sejuk tingkat teratas. Apabila cukup sejuk, isikan agar-agar didalamnya. Pasti hasilnya amat memuaskan.

### **Mengelak kain batik daripada luntur**

Untuk mengelakkan kain batik daripada luntur warnanya dan mudah pudar, eloklah digunakan daun betik agar warna kain tetap cantik dan nampak baru. Caranya ialah ambil beberapa helai daun betik dan rebus bersama air. Ketika air rebusan masih panas, masukkan kain batik dan rendam semalaman. Setelah itu bolehlah dicuci seperti biasa. Inshaallah, kain itu tidak akan luntur lagi.

### **Memudahkan bayi buang air besar**

Jika bayi anda sukar buang air besar, cubalah ambil sedikit asam jawa dan gaul atau ramas dengan sedikit air biarkan ia agak pekat kemudian sapulah pada bahagian ubun-ubun bayi anda juga pada pusatnya. Cubalah petua ini dan amalkan setiap hari. Inshaallah bayi anda tiada masalah sebu perut.

### **Cara merawat penyakit panau**

Jika anda ada panau, tentu memalukan. Apatah lagi jika panau ketara pada muka. Cuba petua ini. Ambil sepotong halia, tumbuk lumat kemudian tempelkan pada tempat berpanau. Inshaallah anda akan perolehi hasilnya.

### **Menghilangkan bau nasi hangit**

Untuk menghilangkan bau nasi hangit, caranya ialah ambil beberapa helai daun limau purut, carik-carikkan dan masukkan di dalam nasi hangit - tutup semula tudung periuk. Pasti nasi berbau harum.

### **Merawat cirit-birit dan menghilangkannya**

Bagi mereka yang mengalami cirit-birit, bolehlah mengamalkan makan pucuk jambu batu. Caranya: rendam pucuk jambu batu itu di dalam air panas bersama sedikit garam untuk membersihkan kekotoran pada pucuk jambu itu. Setelah agak layu, bolehlah terus dimakan. Inshaallah perut tidak lagi sakit dan usus-usus berfungsi dengan baik semula.

### **Menghentikan hidung berdarah**

Cuaca terlalu panas boleh mendatangkan kemudharatan. Antaranya, berlaku pendarahan melalui hidung. Untuk menghentikan segera pendarahan, ambil sehelai daun sirih, gulung hingga kecil dan sumbatkan ke dalam hidung yg berdarah. Inshaallah darah akan cepat berhenti.

### **Kacang hijau cepat empuk**

Apabila kita merebus kacang hijau, masukkan sedikit minyak ke dalam periuk dan letakkan atas api. Banyakny aminyak masak terletak pada banyaknya kacang hijau yang di rebus. Kalau sekilo kacang, masukkan setengah camca minyak. Inshaallah akan cepatlah empuk, lepas tu bolehlah masukkan santan dan gula seandainya membuat bubur kacang.

### **Cara membersihkan botol susu hingga berkilat**

Menghadapi masalah mencuci botol susu terutamanya yang berbentuk unik? Berus yang tercipta khusus pun tidak mampu mencuci hingga ke celahnya. Cubalah petua ini. Masukkan sedikit beras di dalam botol susu, di campur dengan air panas atau sejuk. Goncang-goncang botol susu itu. Hasilnya bukan saja botol bersih, puting susu juga turut hilang dakinya. Petua ini boleh juga di cuba untuk membersihkan botol air plastik yang lain.

### **Adab berjimak mengikut Islam**

Sabda Rasulullah s.a.w. "Wahai Ali! Peliharalah wasiatku ini sebagaimana aku tih memeliharanya dari Jibril a.s"

1. Jangan berjimak di bawah pohon kayu yang berbuah. Jika allah mengurniakan anak ia akan menjadi seorang tukang sebat atau ketua yang bengis.
2. Jangan berjimak antara azan dan iqmah. Jika allah mengurniakan anak ia akan menjadi seorang yang suka menumpahkan darah.
3. Jangan berjimak jika isteri sedang hamil melainkan kedua-dua berwuduk. Jika allah mengurniakan anak ia akan menjadi seorang yang buta hati dan bakhil tangan.
4. Jangan berjimak pada pertengahan nifsu syaban. Jika allah mengurniakan anak ia akan mempunyai tanda pada yang jelek pada muka dan rambutnya.
5. Jangan berjimak pada akhir bulan (tinggal 2 hari). Jika dikurniakan anak ia akan menjadi seorang yang suka meminta - minta.
6. Jangan berjimak semasa syahwat terhadap saudara perempuan (adik ipar) Jika allah mengurniakan anak ia akan menjadi penolong dan pembantu kepada orang yang zalim, pada tanganya membuat kebinasaan kepada banyak manusia.
7. Jangan berjimak dengan isterimu di atas loteng. Jika allah mengurniakan anak, nanti anak itu menjadi seorang munafiq, pelampau yang melewati batas.
8. Jangan berjimak dengan isterimu pada malam kamu hendak keluar bermusafir. Jika allah mengurniakan anak ia akan membelanjakan harta pada jalan yang tidak haq.
9. Jangan berjimak dengan isterimu bila kamu keluar bermusafir dalam tempoh tiga hari tiga malam. Jika allah mengurniakan anak ia akan menjadi pembantu kepada setiap orang yang zalim.
10. Jangan berjimak dengan isterimu pada awal malam (sebelum isyak) Jika allah mengurniakan anak ia akan menjadi seorang yang ahli sihir, sunglap dan menghendaki dunia daripada akhirat.

### **Cara berjimak yang dituntut.**

1. Berjimak pada malam Isnin. Jika Allah mengurniakan anak ia akan menjadi seorang yang berpegang teguh dengan kitab Allah dan redha terhadap segala pembahagian Allah s.w.t
2. Pada malam Selasa. Jika Allah mengurniakan anak ia akan mendapat nikmat mati syahid sesudah syahadah, dan Allah tidak akan azabkannya (turun bala) kepadanya bersama-sama orang musyrikin. Mulutnya berbau harum, yang akan melembutkan hati orang, bersih lidahnya daripada mengumpat, berdusta dan mengadu domba.
3. Pada malam Khamis. Jika Allah mengurniakan anak ia akan menjadi seorang yg bijaksana dikalangan yg bijaksana atau org alim dikalangan orang alim.
4. Sewaktu matahari ditengah langit. Jika Allah mengurniakan anak yang tidak dihampiri oleh syaitan sehingga ia tua dan menjadi seorang yang faqih serta Allah s.w.t rezekekkan kepadanya keselamatan agama dan dunia.
5. Pada malam Jumaat Jika Allah mengurniakan anak ia akan menjadi seorang pemedato yang berwibawa dan petah.
6. Hari Jumaat selepas asar. Jika Allah mengurniakan anak ia akan menjadi seorang anak yang terkenal, masyhor dan alim.
7. Malam Jummat selepas Isyak yang akhir Jika Allah mengurniakan anak ia diharapkan menjadi seorang yang terkemuka.
8. Bacalah doa berlingung dari syaitan. Jika Allah kurniakan anak tidak dimudaratkan oleh syaitan terhadapnya selama-lamanya .

### **Mengatasi Keringat Berbau**

Ambil biji bunga delima segenggam. Buang kulitnya yang keras. Kemudian dijemu hingga kering. Setelah kering tumbuk sehingga lumat dan halus. Selepas itu pakai seperti kita memakai bedak di tempat yang berbau keringat, seperti di bahagian ketiak. Selamat mencuba.

### **Menghilangkan Parut Dibadan**

Ambil daun senduduk sebanyak segenggam. Kemudian, gosokkan daun tersebut di tempat yang berparut selama 10 minit. Lakukan setiap hari sehingga mendapat perubahan yang diimpikan.

### **Mengubati Panau**

Ambil lengkuas dan bawang putih. Tumbuk kedua-dua bahan tersebut sehingga lumat, kemudian ambil sedikit minyak tanah dan campurkan ke dalam bahan yang telah ditumbuk tadi. Gaul sehingga rata dan perapkan bahan tadi 10 hingga 15 minit. Kemudian sapukan pada bahagian badan yang terdapat panau tersebut. Amalkan amalan ini setiap kali selepas mandi.

### **Memutihkan Gigi**

Ambil buah pinang dan bakar ia hingga menjadi arang, lalu tumbuk sehingga menjadi halus. Gosokkan pinang yang telah ditumbuk tadi ke bahagian gigi anda yang kekuningan atau pun hitam. Lakukan petua ini setiap hari. Anda akan dapati gigi anda akan berubah warna menjadi putih cantik.

### **Melebatkan Bulu Mata**

Rendamkan serbuk teh pekat semalaman, kemudian lurutkan pada bulu mata anda dengan mengusapnya ke atas dengan menggunakan hujung jari telunjuk. Lakukan setiap malam sebelum tidur.

### **Menghilangkan Tompok Hitam Bekas Jerawat**

Ambil sepotong ubi kayu yang sudah dikupas kulitnya. Parut ubi kayu tersebut dan perah untuk mendapatkan airnya. Sapukan air perahan tersebut kemuka. Lakukan sebegini dalam masa seminggu.

### **Menghilangkan Lenguh-Lenguh Badan**

Dapatkan halia secukupnya. Parutkan halia tersebut dan dicampurkan dengan sedikit air. Sapukan keseluruhan badan ketika hendak tidur. Dengan melakukan sedemikian badan akan terasa segar ketika bangun dari tidur.

### **PETUA – MABUK LAUT**

( Samada benar atau tidak kita perlu mencuba terlebih dahulu dan jika mahu mencuba saya sarankan agar **berselawat** terlebih dahulu. Jika masih mabuk gunakan teknologi terkini dengan menelan pil penahan mabuk dan jika masih gagal, dinasihatkan jangan kelaut. Memancing sahaja di sungai dan tasik – anda pasti tidak mabuk)

1. Ini rasional – mengikut pakar perubatan. **GINJAL** dibelakang telinga memainkan fungsi penting dalam mensembangkan tubuh badan. Digalakkan mengurut ginjal dibelakang telinga terutama bila mula merasa pening. Menggerakkan kepala ke kiri dan kanan selain melakukan senaman ringan mampu menghilangkan rasa mabuk laut.
2. Bagi nelayan, **MINUM AIR LAUT** dikuala mampu menahan diri daripada mabuk laut. Boleh diminum hingga 'sendawa' dan boleh juga sedikit sahaja kerana ini boleh menahan tekak dari merasa loya.
3. Syor nelayan dan TLDM, agar orang yang mabuk laut, **TERJUN DAN MANDI LAUT** tapi mesti pandai berenang. Dengan menyelam beberapa ketika badan dan kepala akan menjadi segar semula.
4. **OREN SUNKIST** juga berguna. Ada orang kata,limau tak boleh dibawa kelaut, takut ribut. Kita hanya perlu bawa kulit Oren Sunkist saja. Kalau boleh kunyah kulit Oren berkenaan sepanjang berada di laut. Kalau tak sanggup, kunyahlah sebelum perjalanan dan jika terasa loya semula, kita kena kunyah lagi.
5. Cuba makan **KELEDEK MENTAH**. Rasionalnya mudah, keledek mentah mempunyai sedikit getah yang boleh membuat mulut kita tidak rasa loya.
6. Makan **PISANG KELAT**. Rasionalnya sama seperti keledek. Untuk lebih mujarab, titiskan sedikit air limau sebelum memakannya.
7. Selit kan **SAYUR KANGKUNG** dipinggang atau poket.Pastikan ia tidak jatuh sepanjang kita memancing.
8. Tumbuk **LADA HITAM** yang dicampur dengan **HALIA BARA**, kemudian sapu diperut terutama bahagian pusat sebelum ke laut.
9. Sebelum memancing , jangan minum minuman yang **BERKRIM ATAU BERSUSU**. Seeloknya bawa **AIR OREN** sebagai minuman semasa memancing.

## MEMANCING UDANG GALAH

**PerkaraUtama** berbincanglah dengan rakan, tarikh, masa dan lubuk yang akan dituju untuk aktiviti memancing udang.(menaiki bot). Persiapan awal antaranya engin sangkut 4 – 15 kuasa kuda, pendayung, sauh, tali, membuat perambut awal, peralatan memancing yang dikira lengkap, tidak lupa jaket keselamatan dan jika ingin memancing malam jangan lupa lampu suluh dan "lampu kalimantan" atau "lampu ayam" Umpan perlu dicari terutama cacing tanah atau anak udang(yang dibungkus dalam suratkabar dan disimpan didalam peti sejuk, bagi memastikan kesegarannya).

### Peralatan

1. Joran dan Kekili untuk memancing udang biarlah jenis ringan. Joran halus sebaiknya dalam 4 1/2 kaki panjang dan Kekili tidaklah perlu besar.
2. Tali Utama seeloknya antara 10 - 15 paun manakala perambut pula antara 6 – 8 paun.
3. Saiz batu ladung kebiasaannya antara no: 5 – 6. Saiz batu ladung yang kecil boleh digunakan ketika arus sungai bergerak perlahan.
4. Beberapa jenama mata kail kecil boleh digunakan tetapi biasanya ialah antara no: 7 – 10 menjadi pilihan utama. Adakalanya pemancing suka menggunakan mata kail buatan sendiri.

### Umpan (Rujuk Menu Utama Kelab ATUR – Bah. Umpan)

Udang sebenarnya tidak memilih makanan/umpan, tetapi pemancing mesti juga memikirkan ketahanan umpan dimata kail, antaranya cacing, perumpun, udang kecil, isi ikan. Namun pilihan utama tetap cacing tanah kerana berkaitan rapat dengan bentuk badannya dimata kail dan kesesuaian satu-satu lubuk udang tersebut.

### Cara Memancing (dari atas sampan)

1. Untuk memancing diatas sampan, paling sesuai dan selesa ialah 2 orang untuk sebuah sampan sepanjang 12 – 16 kaki.
2. Lima batang joran seorang adalah bertepatan dan jika ada yang baru belajar mereka bolehlah bermula dengan 2 –3 batang dulu. Tidak menghairankan ada yang menggunakan lebih dari itu jika ia mampu mengawal kesemuanya.
3. Susunan joran diatas sampan semasa memancing juga penting mengikut aturan yang betul seperti joran 1 dilontar jauh, diikuti joran 2 dekat sedikit dan begitulah seterusnya hingga joran terakhir dihulur saja bawah sampan. Ini semua dapat mengelakkan dari berbelit sesama sendiri.
4. Melontar umpan sehingga umpan/batu ladung menjejaki dasar sungai, kemudian mengarau tali ibu dikekili sehingga tegang. Seterusnya diletakkan joran ditepi sampan tanpa dipegang dengan tangan dan tunggu.
5. Jika sudah pasti udang telah menelan umpan(dgn. Melihat henjutan dihujung joran) lakukan sentapan yang lembut atau terus mengarau tali. Disinilah debaran dada si pemancing udang dapat dirasai dengan henjutan udang samada berjaya atau sebaliknya untuk didaratkan.

## Makluman

- i. Isyarat udang memakan umpan adalah tidak sama mengikut keadaan.
- ii. Kadang kala udang memakan umpan tanpa menunjukkan sebarang gerakan.
- iii. Ada pula yang menyambar dengan kasar seperti ikan.
- iv. Ada yang menarik umpan dengan keadaan separuh malu.
- v. Sambaran yang kecil dan perlahan tidak semestinya udang kecil dan sambaran yang kasar dan kuat tidak semestinya udang besar. (jangan terkejut) jawapan akan diketahui disepuluh perjalanan udang semasa hendak dinaikkan.

## Mencari Lubuk

1. Perhatikan kawasan yang mempunyai banyak makanan (buangan) serta kawasan yang senang udang bersembunyi.
2. Kawasan berteluk berarus sederhana laju.
3. Kawasan yang mudah tersangkut yang terdapat banyak ranting-ranting pokok serta akar-akar pokok didalam air.
4. Memandangkan jadual air berubah setiap hari, kedudukan udang juga begitu, adakalanya udang galah suka bermain ditengah sungai terutama bila air bergerak sederhana laju.

## Panduan

1. Ketika memancing udang, sikap malas jangan diamalkan. Umpan perlu selalu diperiksa dimata kail. Caranya selepas 5 minit umpan dilabuhkan dan tidak ada sebarang isyarat, perlulah mengangkat joran untuk memastikan sama ada ia tersangkut atau pun sudah memperolehi udang.
2. Jika selepas 15 minit masih tiada isyarat udang, ini bermakna kawasan tersebut tidak sesuai untuk pancingan udang dan perlu beredar ke tempat lain.
3. Musim tengkujuh adalah musim yang tidak sesuai memancing udang kerana paras air yang terlalu tinggi, aliran air yang deras serta cuaca/air yang sejuk.
4. Masa paling sesuai ialah ketika musim panas 4 –5 hari tanpa hujan, air sungai menjadi suam tika itu udang galah keluar mencari makan.
5. Gangguan spt. Anak-anak ikan, dan sebagainya adalah cabaran dalam menahan kesabaran.
6. Penggunaan sauh diperlukan jika ingin memancing ditengah sungai.
7. Jika sungai kecil (hulu) tali boleh direntang didalam usaha mencari lubuk udang.

## Peringatan

1. Pertuturan harus dijaga.
2. Elakkan membuang makanan spt. Daging dikawasan pancing udang.
3. Mata & telinga sentiasa berwaspada krana kebiasaan lubuk udang dikongsi brsama oleh sang bedal.
4. Sering memberi kerjasama sesama rakan-rakan.
5. Mulakan sesuatu dengan **Bismillah** dan disudahi dengan **Alhamdulillah**.

## Petua Hadapi Peperiksaan

Rencana ini cuba menjawab secara umum, akan persoalan dan permasalahan di kalangan calon peperiksaan sendiri, dan permasalahan yang dihadapi ibu bapa, pensyarah dan pihak lain yang prihatin.

**Pertama**, hadir di dalam bilik kuliah. Dalam tempoh 2-3 bulan ini, anda mesti datang dan hadir di dalam bilik kuliah untuk mengikti apa juga ajaran dan nasihat pensyarah di samping perbincangan dengan rakan.

**Kedua**, pastikan anda mendapat petunjuk yang sebanyak-banyaknya daripada semua pensyarah mata pelajaran anda. Jangan mengambil kesempatan untuk `tuang` kelas atau bersengkokol dengan kawan<sup>2</sup> yang kurang motivasi atau tidak jelas matlamat mengapa belajar atau menduduki peperiksaan. Anda mungkin perlu sentiasa berjumpa pensyarah untuk perbincangan di luar waktu sekolah. Lakukan demi kefahaman. Di samping itu, anda perlu ada kawan belajar sehingga 4 orang lagi supaya pembelajaran atau perbincangan anda dengan pensyarah mata pelajaran lebih bererti.

**Ketiga**, jangan membuang masa berbincang perkara yang tidak penting. Selama anda berada di kawasan sekolah dari pagi hingga tengahari atau ke petang, sekiranya tidak belajar di dalam bilik kuliah, jangan lagi membuang masa bersembang di kantin atau berlonggok di bawah pokok. Sebaliknya, pergilah ke perpustakaan untuk menyelesaikan kerja sekolah atau berbincang dengan kawan<sup>2</sup> kumpulan belajar, ataupun mengulang kaji pelajaran secara bersendirian.

**Keempat**, sanggup bekerja keras. Kalau sehingga bulan Ogos ini markah anda untuk setiap mata pelajaran pada keseluruhannya di bawah 60%, anda perlulah menumpukan lebih banyak masa untuk belajar, memaham dan menguasai topik, fakta, rumus dan simbol mata pelajaran tertentu demi peningkatan pencapaian sehingga 80% ke atas.

**Kelima**, mematuhi jadual pembelajaran dan ulang kaji yang teratur. Jangan lupa, aktiviti ulang kaji ini termasuk membaca, memaham, melukis (melakar), menulis dan mengingat.

Di samping membaca,memaham dan mengingat fakta,bahasa,konsep atau persoalan dan pernyataan,anda mesti mahir melukis peta,rajah,jadual dan graf dan menulis karangan atau jawapan berbentuk rencana. Sehubungan dengan latihan menulis jawapan ini,di sini saya mengingatkan semua calon supaya menguasai bahasa Melayu dengan sebaik-baiknya.Khusus bagi penguasaan mata pelajaran,anda perlu berdamping dengan pensyarah,buku teks atau kawan yang pandai.Setiap mata pelajaran ada sifat dan ciri umum,dan khusus.Misalnya,bagi menguasai mata pelajaran Matematik,anda perlu menguasai topik,rumus,symbol dan pengiraan.

**Keenam**,sentiasa sihat badan dan cerdas minda.Selama belajar ini pastikan anda mengambil makanan dan minuman yang dimasak,bersih,segar dan berkhasiat.Kurangkan atau tinggalkan daripada memakan makanan segera atau meminum minuman bergas dan berais.Ingat!!Otak yang cerdas,pergerakan yang cergas dan emosi yang ceria,datang daripada badan yang sihat.Badan yang sihat ditentukan oleh makanan dan minuman yang baik dan seimbang.Pastikan anda sihat,cergas dan ceria sebelum dan semasa peperiksaan.

**Ketujuh**,sentiasa mengerjakan sembahyang dan berdoa.Bukan sahaja anda,ibu bapa,sanak saudara pun sama tidak meninggalkan solat,dan turut mendoakan kejayaan anda.

### **BUNGA CENGIH USIR LALAT**

Ambil lebih kurang 10 biji bunga cengkih dan rendamkannya dalam cawan.Letakkan cawan tadi pada tempat yang sering dihurungi lalat.InsyaAllah bau cengkih itu akan menghalau lalat

### **HALIA HILANGKAN KELUMUMUR**

Ambil lebih kurang 2 cm halia,buang kulitnya dan tumbuk hingga hancur.Apabila kulit kepala berasa gatal,sapukan halia itu pada kulit kepala sambil menggosok-gosokkannya.InsyaAllah.

### **JINTAN HITAM LEGAKAN SELESEMA**

Ambil jintan hitam dan tumbuk halus hingga hancur.Kemudian bungkus dengan perca kain dan ciumlah berkali-kali secara berterusan.InsyaAllah cepat sembuh

### **AIR SIRIH WANGIKAN BADAN**

Ambil 20-30 helai daun sirih,bersihkan dan rebus dengan beberapa gelas air hingga mendidih.Minumlah setiap pagi beberapa teguk.la juga membuat penglihatan menjadi terang selain badan yang wangi.InsyaAllah.

### **GETAH BETIK KELUARKAN SELUMBAR**

Jika anda tertusuk selumbar,segera ambil getah betik dan sapukannya pada bahagian itu.Biarkan beberapa ketika,dalam masa seminit,InsyaAllah selumbar itu akan terkeluar dengan sendirinya.

### **Ubat kencing Manis**

Ambil hempedu ayam. Simpannya di dalam peti sejuk.Esoknya bila hempedu itu telah sejuk, telannya bersama dengan air sejuk. Lakukan selama seminggu, anda akan dapat merasakana perbezaannya

### **Kencing Tidak Lawas**

Untuk atasi alahan ini, gunakan air basuhan beras. air basuhan beras yang ketiga. Ianya lebih bersih berbanding air basuhan pertama. Minum air basuhan tersebut satu gelas setiap hari. Minumlah sehingga penyakit anda sembuh

### **Petua Cantikkan Kulit Bayi Yang Bakal Lahir**

Ibu-ibu yang mengandung enam bulan ke atas dinasihatkan meminum air kelapa muda bagi tujuan ini. Minumlah seminggu sekali dan jangan minum terlalu banyak. Cukup dengan segelas sahaja. Insya Allah berhasil.

### **Petua Hilangkan Cirit Birit**

Jika anda mengalami cirit birit, cuba langkah berikut:Ambil beberapa helai daun pucuk jambu batu. Tumbuk hingga lumat bersama sedikit air.Tapis dan ambil airnya sekitar satu sudu besar.Berselawat dan minumlah air tersebut. Insya Allah sembuh.

### **Petua Hindarkan Kulit Berkedut**

Untuk mengelakkan kulit bahagian perut berkedut, terutamanya selepas bersalin, ikuti cara di bawah:Ambil atu sudu kecil air limau nipisAmbil 20 titik minyak kayu putihAmbil satu sudu kecil air kapur sirihGaulkan kesemuanya dan sapukan kepada kesan-kesan pecah di perut.Lakukan selama dua minggu berturut-turut. Insya Allah berhasil.

### **Petua supaya mudah bersalin**

Caranya, sediakan kelapa tua beberapa biji. Parut dan ambil santannya. Masaklah sehingga ia mengeluarkan minyak. Simpan minyak ini ke dalam bekas setelah disejukkan. Bila kandungan sudah mencapai usia enam bulan, anda usahakan meminum minyak kelapa asli satu sudu besar dengan kadar tiga kali seminggu. Amalkan sehingga kandungan berusia sembilan bulan. Kemudian usahakan minum satu suduteh sehari sehingga bersalin.

### **Petua naikkan seri wajah**

Ibu yang baru melahirkan anak, biasanya berwajah pucat dan lesu. Untuk kembali menaikkan seri wajah, amalkanpetua ini: Ambil secawan beras, bersihkan dan kisar (jangan terlalu halus). Kemudian ambil sebuku kunyit hidup, kikis kulitnya, basuh dan kisar (atau parut). Bancuhkan beras halus dan kunyit tadi dengan air suam untuk dijadikan bedak sejuk yang agak pekat. Cuci muka anda dengan air bersih setiap hari dan kemudian sapukan bedak sejukitu ke muka secara perlahan-lahan. Gosokkan juga bedak ke bahagian leher dan biarkan ia kering sendiri. Amalkan selama tiga malam berturut-turut, Insya Allah berhasil menaikkan kembali seri wajah anda.

### **Petua hilangkan urat di kaki**

Bagi ibu-ibu yang mengandung sentiasa mengalami urat-urat hijau yang timbul di kaki. Masalah ini berlarutan sehingga anda melahirkan anak Untuk menghilangkan urat yang timbul, anda hendaklah tidur dengan menaikkan kaki lebih tinggidaripada kepala anda. Anda juga boleh amalkan dengan mengambil sebesen air suam-suam kuku. rendamkan kaki anda ke dalam air tersebut antara 10 hingga 15 minit setiap hari. Lakukan sehingga anda berpuashati dengan hasilnya. Cara lain ialah dengan mengurut urat-urat tersebut dengan minyak secara perlahan-lahan setia hari

### **Menjaga Rambut Agar Tidak Pecah Di Hujung**

Untuk mengelakkan rambut sering pecah di hujungnya dan kelihatan tidak berseri, jangan sekali-kali membiarkan rambut tergulung dalam penggulung rambut terlalu lama. Jangan menggunakan pengering rambut terlalu kerap. Sebaiknya setiap kali mencuci rambut, bilas sebersih-bersihnya kemudian keringkan dengan tuala kering dan beruslah rambut anda sekurang-kurangnya seratus kali sbelum tidur malam. Insya Allah rambut akan lebih berseri.

### **Cara Mudah Bersihkan Bulu Ketiak**

Bahagian ketiak jika tidak dibersihkan akan mengeluarkan bau yang tidak menyenangkan. Bau ini akan lebih ketara jika bulu ketiak tidak dibersihkan. Cara yang paling mudah lagi menjimatkan untuk membersihkan bulu ketiak ialah dengan menggunakan kapur sireh. Sapukan kapur sireh rata-rata pada bahagian kulit dan bulu ketiak dan kemudiannya biarkan ianya kering. Anda akan dapati bulu ketiak mudah dicabut dengan tangan. Setelah berkali-kali melakukannya, bulu ketiak yang tumbuh akan berkurangan dan pertumbuhannya lebih lambat. Ini kerana kapur sireh dapat mematikan kelenjar yang meransangkan pertumbuhan bulu ketiak.

### **Buah Mengkudu Mencegah Kelemumur & Rambut Gugur**

Cara untuk mengatasi masalah kelemumur dan mengatasi masalah keguguran rambut ialah dengan menggunakan buah mengkudu. Ambi tiga biji buah mengkudu yang telah masak dan buah zaitun yang telah ranum. Hancurkan buah mengkudu dan zaitun yang masak itu dengan air panas. Kemudian sapukan rata-rata di kepala biarkan selama 15 minit barulah dicuci dengan air limau nipis. Jika dilakukan selama dua minggu berturut-turut, Insya Allah masalah kelemumur dan keguguran rambut akan selesai.

### **Petua 'Menghalau' Asap Rokok**

Terdapat beberapa cara 'menghalau' asap-asap tersebut. Antaranya

1. Nyalakan beberapa batang lilin.
2. Letakkan mangkuk berisi cuka di empat penjuru sudut ruang berkenaan.
3. Kipaskan dengan tuala basah pada asap berkumpul sehingga asap-asap itu hilang.

### **Petua Kekalkan Kelangsingan Badan**

Petua ini buat mereka yang ingin mengekalkan kelangsingan badan. Selain daripada memakan makanan yang seimbang dan banyakkkan memakan buah-buahan, anda boleh amalkan petua berikut: Makanlah dengan teratur mengikut masanya, jangan makan makanan lain di antara senggang antara waktu-waktu makan berkenaan, makanlah hanya apabila anda berasa lapar dan berhenti sebelum anda berasa kenyang. Dengarnya mudah tapi sukar untuk diamalkan

### **Mengatasi Alahan Selsema**

Untuk atasi alahan ini, terutamanya akibat akibat alahan terhadap sesuatu benda, lakukan cara ini. Ambil air panas, letakkan ke dalam satu bekas. Tumbuk dua ruas halia dan dua batang serai, lalu masukkan ke dalam bekas tadi. Masukkan juga hirisan limau nipis. Tutup bekas itu supaya udara yang naik itu berkumpul. Perlahan-lahan buka penutupnya dan dengan perlahan-lahan juga sedut udara panas yang keluar dari bekas tersebut. lakukan berulang-ulang sehingga alahan tersebut sembuh. Aha.... **berparut** di badan ya... Ini mesti budak nakal ni... Suka memanjat ya?... Ohhh... bukan nakal... dapat parut secara tidak sengaja ya?. Tidak mengapa. Kalau nak hilangkan parut tu (agaknye dah bertahun-tahun), ini petuanya. Cuba dulu. Jika diizinkan Allah, pasti berhasil. Goreng segenggam beras (jangan goreng dengan minyak pula), biarkan ia kekuning-kuningan. Lepas tu tumbuk atau hancurkan hingga lumat / luncai. Gunakan apa yang patut. Kemudian campurkan beras yang kau lumat-lumatkan tadi dengan air asam jawa. Lepas tu gosok-gosokkan le pada seluruh kulit badan. Aaa mestilah buat sebelum kau mandi... Kalau dah mandi buat lain kali je..lah. Petuanya, buat amalan ni setiap pagi sebelum mandi.. Kalau takut tak sempat pergi kerja, ha.. bangun awal sikit. Kesannya kulit akan menjadi lembut dan lama-kelamaan parut akan hilang.

### **Ini Penawar Sakit Gigi**

Kalau ada gigi berlubang  
sudah tentu sakit memanjang  
pantang orang lalu lalang  
kita terus naik berang.

Don't worry, try petua ni:  
Ambil garam kasar, pucuk nangka,  
daun senduduk dan asam keping.  
Ada orang panggil asam glugor.

Haa? Berapa banyak asam keping?.  
Taruh ajelah lima enam ribu keping.  
Eh jangan sampai begitu banyak  
lima enam keping dah memadai.

Lepas tu rebuskan semua bahan tadi.  
Ikut suka hatilah nak guna periuk ke belanga ke...  
jangan rebus dalam mangkuk plastik udah le...

Berapa banyak air...?  
Eh kau orang ni semua nak tanya...  
Taruh je lima enam tong...  
ehh...lima enam cawan dah le...

Lepas tu..didihkan..  
bila air dah kering  
tinggal lebih kurang separuh je daripada asalnya,  
hah bersegeralah berkumur-kumur dengannya

Tapi awas jangan gelojoh sangat..  
kalau ya pun sakit...  
tunggulah air mendidih tu sejuk sikit...  
karang tak pasal-pasal  
sakit mulut pula.

### **Petua Maniskan Jagung Tua**

Mudah saja petuanya.  
Apabila merebus jagung tu,  
masukkan saja beberapa ruas tebu.  
Tapi jangan lupa buang kulitnya,  
yakni kulit tebu tu.

Lepas tu, tunggu apa lagi,  
rebuslah bersama-sama kedua-duanya.

Tentulah rebus sampai masak.  
Jangan sampai rentung dah le.

Sure jagung tu manis punya.  
Maklumlah tumpang manis  
orang lain punyalah katakan.

Mana tak **lenguh kaki**, jalan sana jalan sini. Banyak kerja tak siap lagi. Kalau macam tu, dalam perjalanan pulang nanti, singgah pasar (pasar malam pun boleh juga) beli VCD... opps bukan!, beli timun daa... Kalau satu pasar malam pusing tarak jumpa itu timun boleh beli limau pun jadilah. Buah limau tuu... Haa... balik rumah, lepas mandi, sembahyang maghrib, makan dan ketika sedang berehat-rehat sambil menonton TV mendengar berita tu, haa.. guling-gulingkan le buah tadi tu hingga ke tapak kaki berulang-ulang kali. Guling jangan tak guling. Guling buah beb, jangan kau pulak yang berguling-guling. Haaa. guling sampai puas. Betul-betul puas hati. Hari-hari amalkan macam ni.. Kalau lenguh je.. haa tunggu apa lagi. Jadi mangsa le timun atau limau tu. Aaa. lagi satu, orang kata timun / limau guling tu enak rasanya. Cubalah!!!

Masalah **jerawat** ke cik siti?. Jangan kau bersusah hati. Amalkan petua ini! Insya Allah kan senang hati. Hari-hari bancuh Teh Ada uncangnya jangan buang itu hampas kasi keluar deh, sapukan ke muka penuh liang-Liang Hari-hari buat kena sabar jerawat hilang muka pun segar.

### **Sembuhkan Sakit Mata**

Penyakit mata atau mana-mana bahagian mata terluka disebabkan sesuatu benda termasuk ke dalam mata memang menyakitkan dan menyebabkan kita rasa tidak selesa. Di sini diperturunkan petua untuk menyembuhkannya. Ambil sedikit air susu ibu dan masukkan ke dalam sehelai daun sirih yang dipesongkan (dibentuk seperti kelongsong). Selepas itu titikkan air susuke dalam mata dua hari sekali - pagi dan petang. Lakukannya tiga hari berturut-turut. Insya Allah akan cepat sembuh

### **Rancang Kehamilan**

Ingin merancang kehamilan tanpa menggunakan pil dan peralatan moden. Ini petuanya. Minum air perahan kunyit hidup (1 cm panjang) sebanyak setengah gelas seminggu. Boleh juga lebih kerap. Tapi jangan terlalu kerap kerana boleh menimbulkan kesan sampingan iaitu cepat menopause. Air perahan kunyit juga, jika diminum boleh membersihkan organ dalaman wanita dan menyembuhkan penyakit keputihan.

Masalah **panau**?. Kat mana?. Kat muka? Kat Leher?. Bukan?. Abih tu kat mana?. OOO.... kat badannn. Haaa... ini petuanya. Ambil sedikit belerang serbuk (sedikit saja tau, bukannya nak buka kilang mercun), kemudian cari sebiji limau nipis. Kalau dah tau ada kat dapur, haa lagi senang, tak payah cari... pergi ambil... Lepas tu limau tu kau belah-belahkan (jangan cincang-cincang pulak). Jangan belah banyak2, belah dua dahle. Kesian pulak kat limau tu.... kan...kan... Lepas tu sapukan sedikit belerang ke atas permukannya. Gosokkan limau bersalut belerang tu ke bahagian yang berpanau tu. Masa mana nak buat?. Itu kau punya suka. Tapi, kita syorkan seeloknya apabila kau dah nak masuk tidur. Buatlah beberapa malam macam tu. Tengok perubahannya. Insya Allah. Aaaa.... ini satu lagi pesan nenek aku, kalau susah sangat nak cari limau nipis (maklumlah limau kan bulat-bulat belaka), gunakan lengkuas pun boleh juga. Kalau itu pun susah juga, gunakan hampas kelapa. Kalau itu pun susah juga..... aaaa pakai je berus tembaga... haaa baru padan muka....

Kalau **terlekat tulang** pada kerongkong, sapukan minyak kelapa pada dubur anda. Tulang yang tersekat itu akan hilang. Petua ini agak pelik, tapi entahlah, bila dicuba berkesan pulak tu. Anda cubalah!!!

### **Hitamkan dan Lebatkan Rambut**

Rambut anda gugur?. Ada banyak cara mengatasinya. Satu daripadanya ialah dengan menggunakan daun inai. Ambil seberapa banyak daun inai. Tumbuk sehingga halus. Kemudian campurkan sedikit air asam jawa. Cuci rambut hingga bersih dan bilas dengan air daun inai tadi sambil memicit-micitkan kepala. Biarkan selama setengah jam. Kemudian bersihkan kepala anda. Amalkan seminggu dua kali. Insya Allah

### **Hilangkan karat pada gigi**

Cara untuk menghilangkan karat dari gigi adalah dengan mengambil biji asam jawa, kemudian gorengkan tanpa minyak lalu ditumbuk hingga halus. Ambil debunya dan gosokkan pada gigi dengan kain atau berus gigi. Lakukan setiap hari dan Insya Allah anda akan dapat melihat kesannya.

### **Legakan Sakit kepala**

Sakit kepala boleh dihilangkan dengan cara mengambil daun lemuni hijau lebih kurang sekilogram dan dimasukkan kedalam sarung bantal. Kemudian tidurlah diatasnya selama dua tiga hari. InsyaAllah sakit kepala anda akan berkurangan dan anda akan berasa segar.

### **Kurangkan kadar kolestrol**

Perah sedikit lemon dan campurkan dengan secamca teh minyak zaitun. Amalkan meminumnya dua atau tiga hari sekali atau setiap kali mengambil makanan berkolestrol tinggi. InsyaAllah kesannya akan dapat dirasakan dalam masa seminggu. Ia juga dapat menghilangkan pembentukan selulit.

### **Kulit Berkedut**

Ambil sebatang lobak merah, bersihkan dan parut, setelah itu campurkan sebiji kuning telur dan secamca besar tepung jagung. Bahan ini dikacau hingga sebati, setelah itu bolehlah dilumurkan pada kulit muka. Lakukan sekali sehari pada waktu malam. Cucilah muka ketika hendak tidur dengan air suam. Amalkan Selalu insyaallah berkesan.

### **Sakit Gigi**

Ambil sebatang serai dan titik bahagian hujungnya. Salai seketika diatas api dan sewaktu masih suam, gigit pada tempat sakit. InsyaAllah sakit akan berkurangan.

### **Senggugut**

Ambil sembilan biji pinang tua, dibakar hingga menjadi arang dan ditumbuk halus. Campurkan dengan secawan air suam dan minum. Amalkan petua ini sembilan hari berturut-turut dari hati mula kedatangan haid. InsyaAllah mujarab.

### **Petua Menghentikan Pendarahan**

Ambil tembakau rokok dan tekapkan pada bahagian yang berdarah. Waktu menekapkannya pada luka hindarkan dari terkena air. Hasilnya, insyaAllah darah akan berhenti mengalir dan luka tidak lagi terasa sakit.

### **Turunkan suhu Badan Bayi**

Gunakan 3 jari tangan anda (ibu jari, telunjuk dan jari hantu), baca bismillah dan selawat 3 kali. Masukkan 3 jari tersebut kedalam beras. Genggam dan lepaskan beras dari genggamannya kedalam secawan air masak. Biarkan beras yang melekat pada ketiga jari itu, dan makan beras tersebut. Gunakan air yang bercampur dengan beras tadi untuk disapukan kebadan bayi. InsyaAllah suhu badan bayi akan berkurangan.

### **Hilangkan Kesan Teh**

Ambil saja sedikit ubat gigi dan sapu pada kole atau gelas yang ada kesan berkarat dari teh. Ambil sehelai kain bersih dan gosokkan padanya. InsyaAllah kesan teh akan hilang dengan mudah dan gelas atau kole anda tidak akan tercalar.

### **Elak ikan melekat ketika digoreng**

Seringkah anda menghadapi masalah ketika menggoreng ikan? Anda hanya perlu memasukkan beberapa keping asam keping bersama ikan yang sedang digoreng. Selamat mencuba.

### **Menjadikan wajah berseri**

Kebiasaannya setiap orang mahukan wajah licin terutamanya kaum wanita. Anda tidak perlukan modal yg besar. Basuh beras dan tuskan airnya. Goreng tanpa minyak hingga hangus kemudian tumbuk halus seperti serbuk. Simpan di dalam botol. Apabila hendak digunakan ambil sedikit dan campurkan dengan air limau nipis. Gosok pada muka dan biarkan kering. Setelah itu cuci muka hingga bersih.

### **Merawat bengkak usus**

Penyakit bengkak usus jika dibiarkan amat merbahaya. Jika anda ingin merawatnya, potong sebuku kunyit hidup (dimesin), sedikit garam, sedikit gula merah dan sedikit perahan air limau nipis. Campurkan semua bahan didalam segelas air suam dan diminum. Amalkanlah.

### **Mengilatkan periuk**

Untuk mengilatkan periuk anda, ambil sedikit sabun mandi dan lekatkan pada berus periuk. Selepas itu berus periuk tersebut dengan kuat. Akhir sekali bilas dengan air. Pasti periuk kesayangan anda berkilauan.

### **Menghilangkan jerawat batu**

Kulit yang berjerawat batu mungkin akan merosakkan kecantikan muka terutama bagi kaum wanita. Untuk menghilangkannya, ambil beras, tumbuk hingga halus dan campurkan sedikit air. Gunakan pada waktu hendak tidur tiga kali seminggu. Insyaallah jerawat batu anda akan hilang.

### **Rawatan jika terkena minyak atau air panas**

Ambil sedikit kicap dan garam halus. Kemudian sapukan kedua-dua bahan tadi di tempat yg terkena minyak atau air panas. Sebelum itu berselawatlah keatas Nabi S.A.W sebanyak 3 kali.

### **Mengelakkan gula dimasuki semut**

Masukkan kulit kayu manis ke dalam bekas simpanan gula. Insyaallah semut akan lari.

### **Menghilangkan demam campak**

Caranya sebelum merebak keseluruh badan, pesakit itu hendaklah diberi minum air kelapa dan kemudian mandikan dengan air kelapa itu (boleh dicampur dengan air).

### **Karipap lebih rangup**

Ramai suri rumah merungut apabila kulit karipap yang mereka buat liat dan keras. Cara mengatasi masalah ini mudah iaitu sebelum mengadun marjerin bersama tepung gandum, panaskan marjerin yang telah disukat bersama 1/2 cawan minyak masak. Biarkan mendidih. Tuangkan minyak tadi kedalam adunan tepung, kemudian ulilah seperti biasa. Dengan ini karipap anda akan rangup dan enak.

### **Melegakan selsema bayi**

Ambil sebiji kunyit, patahkan, potong atau tumbuk. Kemudian sapukan pada batang hidung bayi anda. Insyaallah jika selalu diamalkan, hidung bayi anda tidak akan tersumbat dan dia akan tidur nyenyak.

### **Melembutkan daging**

Caranya ialah rebuskan daging yang telah siap dicuci dengan satu camca serbuk soda bikarbonat. Setelah daging lembut bolehlah dicuci dengan air bersih sebelum digunakan untuk memasak sup atau rendang. Juga boleh direbus bersama daun nangka jika tiada serbuk soda.

### **Menghilangkan parut luka**

Bekas parut yang berwarna hitam selalu mengganggu penampilan kita. Usahlah bimbang, ada cara untuk menghilangkannya. Ambil sebiji ubi kentang dan kukus dan apabila sudah masak, lumatkan hingga halus dan tempelkan pada parut tersebut. Biarkan hingga kering dan bekas parut itu akan hilang dengan sendirinya. Amalkan sehingga kesan parut hilang.

### **Memudahkan mengopek kerang**

Memakan makanan memanglah suatu yang melazatkan tetapi untuk mengatasi cara pemakanannya adalah suatu yang membosankan dan menyusahkan terutamanya kerang. Suri rumah tentu mengeluh apabila isi rumah ingin memakan atau meratah makanan ini. Di sini ada petua untuk memudahkan mengopek kerang. Caranya ialah apabila anda merebus kerang, campurkan sesudu minyak masak kedalam air rebusan. mudah-mudahan kerang itu akan terbuka sedikit dan memudahkan anda mengopeknya.

### **Merawat penyakit buasir**

Kebanyakan kaum lelaki mengalami masalah ini. Cara untuk mengatasinya ialah ambil sebiji kelapa gading yang kecil berwarna kuning, bakar atau panaskan hujungnya. Kemudian tekapkan pada bahagian yang sakit. Lakukan berulang kali sehingga berasa selesa.

### **Mengatasi bayi demam selepas disuntik**

Bagi ibu yang mempunyai anak dan sering demam setiap kali disuntik, bolehlah mencuba petua ini. Selepas anak anda disuntik, sapukan bawang kecil yang dipotong pada tempat yang disuntik. Seeloknya bawang tersebut hendaklah dibawa setiap kali anda ke klinik. Insyaallah dengan cara ini dapat mengatasi demam anak.

### **Menghilangkan gatal getah keladi**

Sebelum menyangi keladi pastikan tangan tidak basah. Lumurkan beberapa keping asam keping (asam gelugur) pada tangan. Insyaallah tangan tidak gatal lagi. Seperkara lagi semasa menyangi keladi iaitu semasa menanggalkan kulit nipis dibahagian luarnya, janganlah batang keladi direndam dengan air. Setelah

siap kesemuanya, barulah dibasuh bersih dan masukkan bersama beberapa keping asam gelugur jika masih terdapat kegatalan.

### **Mempercepatkan pembekuan agar-agar**

Puding sejuk dan agar-agar kadang-kadang lambat membeku jika terlebih airnya. Untuk mempercepatkan pembekuan, loyangperlu disejukkan didalam peti sejuk tingkat teratas. Apabila cukup sejuk, isikan agar-agar didalamnya. Pasti hasilnya amat memuaskan.

### **Mengelak kain batik daripada luntur**

Untuk mengelakkan kain batik daripada luntur warnanya dan mudah pudar, eloklah digunakan daun betik agar warna kain tetap cantik dan nampak baru. Caranya ialah ambil beberapa helai daun betik dan rebus bersama air. Ketika air rebusan masih panas, masukkan kain batik dan rendam semalaman. Setelah itu bolehlah dicuci seperti biasa. Insyallah, kain itu tidak akan luntur lagi.

### **Memudahkan bayi buang air besar**

Jika bayi anda sukar buang air besar, cubalah ambil sedikit asam jawa dan gaul atau ramas dengan sedikit air biarkan ia agak pekat kemudian sapulah pada bahagian ubun-ubun bayi anda juga pada pusatnya. Cubalah petua ini dan amalkan setiap hari. Insyallah bayi anda tiada masalah sebu perut.

### **Cara merawat penyakit panau**

Jika anda ada panau, tentu memalukan. Apatah lagi jika panau ketara pada muka. Cuba petua ini. Ambil sepotong halia, tumbuk lumat kemudian tempelkan pada tempat berpanau. Insyallah anda akan perolehi hasilnya.

### **Menghilangkan bau nasi hangit**

Untuk menghilangkan bau nasi hangit, caranya ialah ambil beberapa helai daun limau purut, carik-carikkan dan masukkan di dalam nasi hangit - tutup semula tudung periuk. Pasti nasi berbau harum.

### **Merawat cirit-birit dan menghilangkannya**

Bagi mereka yang mengalami cirit-birit, bolehlah mengamalkan makan pucuk jambu batu. Caranya: rendam pucuk jambu batu itu di dalam air panas bersama sedikit garam untuk membersihkan kekotoran pada pucuk jambu itu. Setelah agak layu, bolehlah terus dimakan. Insyallah perut tidak lagi sakit dan usus-usus berfungsi dengan baik semula.

### **Menghentikan hidung berdarah**

Cuaca terlalu panas boleh mendatangkan kemudharatan. Antaranya, berlaku pendarahan melalui hidung. Untuk menghentikan segera pendarahan, ambil sehelai daun sirih, gulung hingga kecil dan sumbatkan ke dalam hidung yg berdarah. Insyallah darah akan cepat berhenti.

### **Kacang hijau cepat empuk**

Apabila kita merebus kacang hijau, masukkan sedikit minyak ke dalam periuk dan letakkan atas api. Banyakny aminyak masak terletak pada banyaknya kacang hijau yang di rebus. Kalau sekilo kacang, masukkan setengah camca minyak. Insyallah akan cepatlah empuk, lepas tu bolehlah masukkan santan dan gula seandainya membuat bubur kacang.

### **Cara membersihkan botol susu hingga berkilat**

Menghadapi masalah mencuci botol susu terutamanya yang berbentuk unik? Berus yang tercipta khusus pun tidak mampu mencuci hingga ke celahnya. Cubalah petua ini. Masukkan sedikit beras di dalam botol susu, di campur dengan air panas atau sejuk. Goncang-goncang botol susu itu. Hasilnya bukan saja botol bersih, puting susu juga turut hilang dakinya. Petua ini boleh juga di cuba untuk membersihkan botol air plastik yang lain.

1. **Mengubati Sakit Pinggang Selepas Bersalin** - Selepas melahirkan anak, pinggang kita tentu merasa sakit dan tidak begitu kuat. Akar kapas boleh menguat dan memulihkan pinggang. Caranya; Ambil akar pohon kapas secukupnya. Potong sepanjang 7.5 - 10 cm, cuci dan rebus dengan air secukupnya untuk tiga kali minum. Lakukan selama 3 hari berturut-turut.
2. **Halia Boleh Hapuskan Panau** - Jika anda berpanau, tentu memalukan. Apatah lagi, jika panau ketara seperti di muka. Cuba petua ini : Ambil sepotong halia, tumbuk lumat. Kemudian tempelkan pada tempat berpanau.
3. **Pucuk Daun Jambu Batu Mengubati Cirit-Birit** - Bagi mereka yang mengalami cirit-birit, bolehlah cuba mengamalkan makan pucuk jambu batu. Caranya: Rendam pucuk jambu batu itu di dalam air

panas bersama sedikit garam untuk membersihkan kekotoran pada pucuk jambu itu. Setelah agak layu, bolehlah terus dimakan. Insyallah sakit anda akan sembuh dan usus-usus berfungsi dengan baik semula.

4. **Supaya Rambut Lebat Dan Hitam Berkilat** - Setiap orang inginkan rambut yang cantik dan sihat bersinar. Begini petua melebatkan rambut serta melambatkan pertumbuhan uban. Bahannya: 5 helai daun pandan, 10 helai daun cekur manis sederhana tua, sebiji kelapa parut dan semangkuk air masak, setengah cawan air untuk membancuh daun cekur manis dan daun pandan. Daun pandan dan cekur manis ditumbuk lumat atau digiling, dibancuh dengan air lalu diambil patinya. Semangkuk santan dicampur dengan pati pandan dan cekur untuk dimasak. Apabila sudah jadi minyak kekuning-kuningan, tapis ambil minyaknya, tahi minyaknya diasingkan atau dibuang. Minyak ini elok dipakai pada rambut tiga kali seminggu.
5. **Cara Membuat Agar Kacang Hijau Cepat Empuk** - Apabila kita merebus kacang hijau, masukkan sedikit minyak masak ke dalam periuk dan letakkan di atas api. Banyaknya minyak masak yang hendak digunakan bergantung pada banyaknya kacang hijau yang hendak direbus. Kalau sekilo kacang, masukkan setengah camca minyak.
6. **Cara Hilangkan Bau Nasi Hangit** - Jika ingin menghilangkan bau nasi yang hangit, ambillah beberapa helai daun limau purut, carik-carikkan dan masukkan ke dalam nasi hangit kemudian tutup semula tudung periuk. Pasti nasi berbau harum.
7. **Agar Kain Batik Tidak Luntur** - Untuk mengelak kain batik daripada luntur warnanya dan mudah pudar, eloklah menggunakan daun betik agar warna kain tetap cantik dan nampak baru. Caranya: beberapa helai daun betik dan rebus bersama air. Ketika air rebusan masih panas, masukkan kain batik dan rendam semalaman. Setelah itu bolehlah dicuci seperti biasa.
8. **Asam Jawa Mengubati Perut Bayi Yang Sebu** - Jika bayi sukar buang air besar, cubalah ambil sedikit asam jawa dan gaul atau ramas dengan sedikit air, biarkan ia agak pekat kemudian sapulah pada bahagian ubun-ubun bayi anda dan juga pada bahagian pusatnya. Cubalah petua ini dan amalkan setiap hari.
9. **Beras Boleh Membuat Botol Susu Berkilat** - Masukkan sedikit beras ke dalam botol susu, dicampur air panas atau sejuk. Goncangkan botol susu itu. Hasilnya, bukannya saja botol bersih, puting susu turut hilang dakinya. Petua ini boleh juga dicuba untuk membersihkan botol air plastik yang lain.

#### **LARANGAN-LARANGAN TERHADAP AMALAN PERBUATANDAN KEBIASAAN YANG BOLEH MEROSAKKAN KESIHATAN TUBUH BADAN**

- 1) Mandi setelah makan.
- 2) Sentiasa berada dalam keadaan keluh-kesah dan berdukacita.
- 3) Berada dalam keadaan terlalu lapar.
- 4) Berjaga malam selain dari qiamullail.
- 5) Memakan daging yang tidak disembelih mengikut hukum Islam.

#### **FAKTOR-FAKTOR YANG MENGUATKAN TENAGA TUBUH BADAN**

- 1) Memakan daging.
- 2) Selalu menghidu bau-bauan yang sedap.
- 3) Banyak mandi yang bukan dari mandi kerana jimak.
- 4) Sentiasa memakai pakaian yang diperbuat dari kapas.
- 5) Mandi dalam keadaan perut yang sederhana, tidak terlalu lapar atau terlalu kenyang.
- 6) Memakan makanan yang agak manis.

#### **FAKTOR YANG BOLEH MENDATANGKAN PENYAKIT**

- 1) Bercakap banyak.
- 2) Tidur banyak.
- 3) Makan banyak.

#### **FAKTOR YANG BOLEH MELEMAHKAN BADAN**

- 1) Sentiasa berada dalam dukacita dan keluh kesah.
- 2) Banyak minum air yang bercampur dengan air liur kita sendiri.
- 3) Banyak memakan makanan yang serba masam.

#### **SUPAYA BADAN SENTIASA SIHAT**

- 1) Minumlah madu lebah asli yang dibubuhkan ke dalam air sejuk (masak).
- 2) Sentiasa meminum air lebihan (baki) dari wuduk.

### **BAGI MENAMBAHKAN KECERDASAN AKAL**

- 1) Tinggalkan dari bercakap kosong.
- 2) Sentiasa bersugi.
- 3) Sentiasa bersama-sama dengan orang alim.

### **MAKANAN ATAU MINUMAN YANG TERJATUH LALAT KE DALAMNYA,MAKANLAH, JANGAN DIBUANG**

Jika terjatuh lalat ke dalam makanan atau minuman, hendaklah anda tenggelamkan keseluruhan badannya ke dalam makanan atau minuman itu, kemudian ambil dan buang lalat itu. Ianya tidak racun lagi/sudah selamat digunakan. Ingat jangan membazir, orang yang membazir itu adalah saudara atau sahabat syaitan.

### **FAKTOR-FAKTOR YANG MEMBAWA KEPADA MENJADI PELUPA/MELEMAHKAN DAYA INGATAN DAN KEFAHAMAN**

- 1) Melihat pekara-pekerja yang haram.
- 2) Membuang air kecil semasa sedang menggosok gigi.
- 3) Meminum minuman atau memakan makanan yang bercampur semut.
- 4) Tidak membaca Al-Quran.
- 5) Meminum atau memakan yang haram atau yang diperolehi dengan cara yang haram.
- 6) Mengumpat dan mengata.
- 7) Terlalu memikir tentang wanita atau sebaliknya.
- 8) Asyik bercinta-cintaan (bukan cara Islam).
- 9) terlalu memikirkkan yang bukan-bukan.
- 10) Sentiasa berada dalam keluh kesah atau dukacita.

### **LARANGAN DAN PERATURAN SELEPAS MAKAN**

- 1) Di larang keras tidur selepas makan kerana mendatangkan keras hati.
- 2) Hendaklah berjalan selepasnya sekurang-kurangnya 40 langkah.
- 3) Sebaik-baik hendaklah bersembahyang selepasnya supaya makanan mudah hadam.

### **SUPAYA AIR YANG DIMINUM MENDATANGKAN KESIHATAN UNTUK BADAN SEBOLEH-BOLEHNYA JANGAN MEMINUM AIR DI AKTU-WAKTU BERIKUT :**

- 1) Selepas bersenam, bersukan atau melakukan kerja-kerja berat.
- 2) selepas makan atau sebelumnya.
- 3) Ketika sedang makan.
- 4) Selepas memakan buah-buahan.
- 5) Selepas keluar dari bilik mandi.
- 6) Ketika terjaga dari tidur.

### **CARA TIDUR YANG SEBAIK-BAIKNYA DIAMALKAN OLEH RASULULLAH S.A.W.**

- 1) Tidurlah di awal malam sesudah menunaikan sembahyang Isyak jam 10.00 atau 11.00 dengan keadaan berwuduk.
- 2) Bangkitlah di awal separuh kedua malam jam 1.00 atau 2.00, kemudian bersugi, berwuduk dan bersembahyang tahajjud.
- 3) Kemudian tidurlah semula dan bangkitlah sebelum terbit fajar.
- 4) Tidurlah dengan mengiringkan badan di sebelah rusuk kanan, rusuk kiri di bahagian atas, supaya tetap kedudukan makanan di dalam usus, cepat hadam makanan. Tidurlah sedemikian dari mula hingga akhirnya.

### **WAKTU-WAKTU YANG TIDAK DIBENARKAN TIDUR**

- 1) Awal-awal pagi setelah terbit matahari.

- 2) Selepas masuk waktu Asar.
- 3) Tidur di bawah cahaya matahari walaupun terkena separuh dari badan.

## **BAHAYA TIDUR DI SIANG HARI**

Dilarang tidur di siang hari di dalam keadaan cuaca yang panas kerana:

- 1) Mendatangkan penyakit-penyakit kulit.
- 2) Merosakkan warna kulit.
- 3) Melemahkan jantung.
- 4) Menambahkan tekanan perasaan yang meluap.
- 5) Melemahkan badan dan mengurangkan tenaga syahwat.
- 6) Melemahkan kecerdasan akal.

## **MEMAGARI DIRI DARI SIHIR**

Cara memagar diri dari ilmu hitam (sihir) Di bawah ini ini di nyatakan cara cara atau amalan yang boleh di lakukan untuk memagar diri anda dari perbuatan jahat tukang sihir atau pengamal ilmu hitam. Sihir mungkin tidak mengenal siapa anda. Ia boleh menyerang anda.. ketahuilah cara memagari diri anda dari sihir dan gangguan syaitan.

### **Pagar Pertama (1)**

#### **Makan Tamar 'Ajwah dan Tamar Madinah.**

Amalkan memakan tamar (kurma) 'Ajwah dan jika boleh makan bersama dengan Tamar Madinah. Sekiranya anda tidak boleh mendapatkan kedua-dua jenis tamar tersebut, makanlah apa-apa jenis tamar yang ada supaya menepati sabda Rasulullah S.A.W. yang berbunyi: "Barangsiapa yang memakan tujuh biji tamar 'Ajwah, dia tidak akan mendapat sebarang kemudaratan racun atau sihir yang terkena pada hari itu". Riwayat al Bukhari.

### **Pagar Kedua (2)**

#### **Berwuduk sebelum tidur**

Sihir tidak akan memberi sebarang kesan terhadap seseorang muslim yang mempunyai wuduk. Setiap muslim yang berwuduk akan sentiasa dikawal ketat oleh para Malaikat sebagaimana diperintahkan oleh Allah S.W.T. kepada mereka. Sabda Rasulullah S.A.W.: Ertinya: "Sucikanlah jasad-jasad ini mudah-mudahan Allah akan menyucikan kamu. Kerana sesungguhnya tiada seorang pun dari mereka yang bersuci terlebih dahulu sebelum tidur, melainkan ada bersamanya seorang Malaikat. Malaikat tersebut tidak akan pernah terlalai walau pun sedetik untuk mengucapkan doa: 'Ya Allah! Ampunilah dosa hambaMu ini kerana dia telah tidur dalam keadaan bersuci'" Riwayat at Tabraaniy dengan sanad yang baik.

### **Pagar Ketiga (3)**

#### **Mengambil berat tentang solat berjemaah**

Mengambil berat tentang solat berjemaah akan menjadikan seseorang muslim bebas serta aman dari gangguan syaitan. Bersikap sambil lewa terhadap solat berjemaah menyebabkan syaitan akan mengambil peluang untuk mendampingi mereka. Apabila selalu berdampingan, lama kelamaan ia akan berjaya merasuk, menyihir atau melakukan kejahatan lain. Mengikut riwayat Abu Hurairah r.a., Rasulullah S.A.W. telah bersabda : Ertinya: 'Mana-mana kampung mahupun kawasan hulu yang tidak mendirikan solat berjemaah meskipun penduduknya cuma tiga orang, nescaya akan didampingi oleh syaitan. Oleh itu hendaklah dirikan solat berjemaah. Sesungguhnya serigala akan memakan kambing-kambing yang menyendiri dari puaknya.' Riwayat Abu Daud dengan sanad yang baik.

### **Pagar Keempat (4)**

#### **Mendirikan Solat Tahajjud untuk memagarkan diri dari sihir.**

Bangunlah mengerjakan solat malam dan janganlah mempermudah-mudahkannya. Sifat mempermudah-mudahkan bangun bersolat malam boleh memberi ruang kepada syaitan untuk menguasai diri seseorang itu. Apabila syaitan telah mampu menguasai diri seseorang, maka dirinya adalah tak ubah seperti bumi yang ketandusan akibat kesan tindakbalas hasil perlakuan syaitan tersebut. Ibnu Mas'ud r.a. telah berkata: Rasulullah S.A.W. pernah diberitahu tentang perihal seorang lelaki yang tidur hingga ke Subuh dengan tidak mengerjakan solat malam, maka Rasulullah S.A.W. pun bersabda: Ertinya: "Sesungguhnya syaitan telah kencing di dalam telinganya" Riwayat al Bukhari dan Muslim.

### **Pagar Kelima (5)**

#### **Membaca doa perlindungan apabila masuk di dalam tandas.**

Tandas adalah tempat kotor dan merupakan rumah bagi syaitan. Oleh itu ia akan cuba sedaya upayamenggunakan kesempatan yang ada untuk menguasai seseorang muslim setiap kali orang itu masuk ke tandas. Di dalam sebuah buku seorang mangsa sihir telah melaporkan bahawa dia pernah memasuki tandas dengan tidak membaca doa perlindungan. Seketika kemudian dia telah dirasuk oleh syaitan.Apabila Rasulullah S.A.W mahu memasuki tandas, baginda akan membaca doa perlindungan dengan berkata :Ertinya: "Dengan nama Allah. Ya Allah! Sesungguhnya aku berlingung denganMu dari sebarang kekotoran dangangguan syaitan". Riwayat al Bukhari dan Muslim.Maksudnya adalah berlingung dari gangguan syaitan-syaitan jantan atau betina.

### **Pagar Keenam (6)**

#### **Memagar isteri selepas selesai akad nikah**

Selepas majlis akad nikah, pada malam pengantin sebelum memulakan adab-adab berpengantin yang lain, hendaklah suami meletakkan tangan kanannya di atas ubun-ubun kepala isterinya sambil berdoa : "Ya Allah, aku memohon kepadaMu kebbaiknyadan kebaikan yang telah Engkau selubungi keatasnya,dan aku berlingung dari keburukannya dan keburukan yang telah Engkau selubungi ke atasnya. Ya Allah berkatilah isteriku ini ke atasku dan lindungilah dirinya dari segala keburukan perbuatan orang-orang yang dengki, dan perbuatan tukang sihir apabila dia telah melakukan sihir dan dan perbuatan orang-orang yang suka melakukan tipu daya"Riwayat Abu Daud dan menurut al Albaaniy sanadnya baik.

### **Pagar Ketujuh (7)**

#### **Berwuduk sebelum tidur,membaca ayat-ayat al Kursi & berzikir kepada Allah sehingga terlelap.**

Dalam satu hadis sahih telah menceritakan bahawa syaitan telah berkata kepada Abu Hurairah: "Barangsiapa yang membaca ayat-ayat al Kursi sebelum tidur,dirinya sentiasa di dalam peliharaan Allah manakala syaitan sekali-kali tidak mampu mendekatinya sehinggalah ke waktu pagi'. Rasulullah S.A.W. telah bersetuju dengan cerita Abu Hurairah tersebut sambil berkata:"Ia telah bercakap benar kepada engkau, wa/hal ia sendiri sememangnya penipu" Riwayat al Bukhari.

### **Muka Berjerawat Dan Berjagat**

Jika kulit muka anda berjerawat dan berjagat (berbintik-bintik hitam),janganlah risau,cubalah petua ini.Ambil dua camca besar asam jawa dengan sedikit air,ramas-ramas ia biar campuran itu pekat kemudian tapis airnya.Masak air asam jawa ini dengan api yang sederhana.Ambil secamca teh tepung jagung dibancuh dengan sedikit air,apabila tepung itu larut,masukkan kedalam air asam jawa tadi.Kacau sehingga ia sehati dan likat. kemudian sejukannya.Ambil sedikit,sapulah campuran tadi pada muka anda seperti anda mencuci muka,gosok lebih sedikit pada bahagian yang berjagat,biar 5-10 minit.Kemudian bilas dengan air.lakukan setiap pagi dan malam.Insya-Allah,anda akan dapat rasa perubahannya.Untuk pengetahuan anda campuran itu tidak tahan lama,jadi isikan ia di dalam bekas kedap udara dan simpan kedalam peti ais.Dua tiga hari kemudian,sediakan bancuhan baru.

### **Penawar gastrik**

Jika secara tiba-tiba anda diserang gastrik serta sesak nafas,janganlah cemas.Ambil kunyit sebesar ibu jari lalu dihiris bulat,sebanyak tujuh hiris.Masukan ia ke dalam segelas air panas.Minumlah air kunyit itu sambil mengunyah kunyit yang dihiris tadi.Insya-Allah,sakit gastrik akan segera sembuh.

### **Gigi putih mulut pun wangi**

Pinang disangrai sehingga hangus,kemudian tumbuk sehingga menjadi serbuk.Simpan ia di dalam bekas kedap udara.Apabila hendak guna,ambil secukupnya dan campurkan sedikit garam untuk mengosok gigi menggunakan jari anda.Cubalah sehingga anda berpuas hati dengan hasilnya.

### **limau kasturi mujarab**

sekiranya anda mengalami bau badan (bau ketiak) cara terbaik mengatasinya:Belah sebiji limau kasturi,sapukan pada ketiak.Lakukan seminggu sekali,pasti hasilnya memuaskan.

### **kulit kering**

Jika anda mengalami kulit kering,campurkan sebiji telur ayam kampung bersama madu,sapulah pada wajah anda.Biarkan 15 minit.Lepas itu barulah cuci dengan air bersih.Insya-Allah,jika anda rajin mengamalkannya anda akan nampak perubahannya.

### **PINANG UBAT PENYAKIT KUNING**

Apabila anda menghidap penyakit kuning,ambil pinang gugur dan kupas, kemudian dihiris dan dijemur hingga kering. Apabila kering, gorenglah hingga kehitaman dan makan

### **MENAHAN BISA TERPIJAK PAKU**

TERPIJAK paku karat amat berbahaya, bagaimanapun, petua ini boleh menahan rasa sakit sebelum mendapat rawatan doktor. Ambillah biji asam jawa dan belah dua. Letakkan belahan biji asam itu pada tempat luka terkena paku tadi. Biji asam itu akan melekat kuat pada tempat itu. Insyaa- Allah, hilanglah rasa bisa itu

### **MENGUBATI BUASIR**

BUASIR jika tidak diubat, memudaratkan kesihatan. Walaupun ada perubatan moden, cara perubatan tradisional tidak berkesan. Caranya ialah ambil segenggam batang dan daun inai direbus dengan air 30 minit. Minumlah tiga kali seminggu. Insyaa-Allah, buasir anda semakin putih jika diamalkan selalu.

### **Penawar Resdung**

Petua yang paling mudah dan berkesan ialah dengan mengamalkan menyedut air ke dalam hidung (seperti sebelum kita ber wuduk). Kemudian picit sebelah hidung dan hembuskan sekuat hati. Buatlah berulang-ulang kali sehingga selesai kedua-duanya. Selepas itu basuhlah muka dengan bersih. Lakukan ini setiap kali setelah sampai ke satu-satu destinasi, baik ke pejabat, bersantai, beriadah atau pulang ke rumah malah ke mana saja. Kesannya sungguh menakjubkan.

### **Melicin dan Memerahkan Kulit Muka**

Ambil sebiji buah tomato masak, lecek hingga halus. Kemudian pupurkan di sekuruh muka. Biarkan mengering selama 20 minit. Bilas dengan air bersih. Amalkan seminggu 2/3 kali.

### **Menegangkan Kulit Muka**

Ambil tepung ubi kayu dan mentimun. Timun itu hendaklah di sagat/dihancurkan terlebih dahulu atau dilumatkan. Kemudian campurkan kedua-duanya dengan air sedikit. Kacau rata dan jangan terlalu cair.. Selepas itu, sapukan ke muka dan biarkan ia kering. Kemudian basuh. Dengan cara ini ia dapat menegangkan kulit muka serta menampakkan keputihan di muka dan menjadikan kulit kita segar...

### **Menghilangkan Cagu**

Perahkan sedikit air limau kepada kuku yg mencengkam pada daging (cagu). Biarkan selama beberapa minit. Jika boleh, potonglah kuku yg termasuk dalam daging tersebut. Lakukan 2 kali sehari dgn menitikkan air limau pada cagu. Cagu akan beransur pulih.

### **Menyerikan Wajah**

Wanita yang inginkan wajahnya sentiasa berseri apabila dipandang bolehlah mengamalkan amalan di setiap pagi iaitu selawat sebanyak tiga kali sebelum mencuci muka dan sapukan air itu kemuka. Insyaaallah akan berserilah wajah anda. Selamat mencuba.

### **Menghaluskan Kulit**

Buah tomato dikisar halus. Lumurkan pada muka seberapa ketika. Sebaiknya dilakukan pada waktu malam kerana tiada gangguan. Setelah agak lama, cuci muka dgn air suam. Amalkan selalu. Buah tomato ini juga berfungsi utk membersihkan kulit.

### **Menghilangkan Bau Badan**

Potongkan limau kasturi dan buangkan bijinya. Kemudian makanlah kulit limau kasturi itu bersama airnya. Amalkan selalu.

### **Badan Ringan Dan Bertenaga**

Minum air rebusan serai dan halia (yg dititik), kulit kayu manis dan lada hitam. Jika kita meminum air rebusan ini pagi dan malam insyaaAllah badan akan menjadi ringan dan bertenaga. Selain itu utk meningkatkan tenaga wanita, amalkan pengambilan 4 biji telur mentah sehari.

### **Melembutkan Rambut**

Ambil secekek kangkung dan bersihkan. Masukkan dlm bekas. Bubuh enam camca air suam dan ramas kangkung hingga mengeluarkan lendir. Lendir itu sapukan pada seluruh rambut dan biarkan seketika. Kemudian bilas rambut dengan air bersih. Lakukan selama dua minggu.