





HENDAK SIHAT? KERAPKAN TUKAR PAKAIAN DALAMAN



- ❖ **PENGARANG :TAJARUDDIN JASI**
- ❖ **ISBN : 9789672123576**
- ❖ **HALAMAN : 214**
- ❖ **PENERBIT : TOMODACHI SDN. BHD., 2020**







HENDAK SIHAT? KERAPKAN TUKAR PAKAIAN DALAMAN

Asas kepada penulisan buku ini adalah untuk berkongsi pemerhatian penulis sendiri terhadap amalan yang diamalkan oleh arwah moyangnya. Kekaguman penulis sewaktu zaman kecilnya terhadap amalan yang dipraktikkan oleh arwah moyangnya ditulis dengan baik dalam buku ini. Moyangnya yang hidup sehingga 125 tahun meninggal dunia cuma dengan menghidapi demam dalam 3 hari sahaja sebelum menghembuskan nafas terakhir pada 1973. Sewaktu itu penulis berusia 20 tahun.





HENDAK SIHAT? KERAPKAN TUKAR PAKAIAN DALAMAN

- ❖ 1. Panduan Riadah
 - ❖ 2. Kepentingan Oksigen
 - ❖ 3. Panduan Mandi
 - ❖ 4. Panduan Spiritual
 - ❖ 5. Tukar Seluar dan Baju Dalam serta Stoking
 - ❖ 6. Memahami Diri Sendiri
 - ❖ 7. Bekerja dan terus bekerja
- 
- 



HENDAK SIHAT? KERAPKAN TUKAR PAKAIAN DALAMAN

Buku ini sangat sesuai untuk dijadikan bahan bacaan ringan untuk seisi keluarga. Semoga buku ini akan bermanfaat.



Terima Kasih





**HENDAK SIHAT?
KERAPKAN
TUKAR PAKAIAN
DALAMAN**



Terima Kasih

**Disediakan oleh :
MUZANNI SUBAKHIR
Pembantu Pustakawan
(PmP(PG2))**

