



INSPIRASI DAN SOLUSI

sugesti

BULAN RAMADHAN
HARUSNYA MENJADI
BULAN PERUBAHAN
HIDUP

MAKNA PUASA RAMADHAN
DIHUBUNGKAN DENGAN
KEKUATAN PIKIRAN

TERNYATA BERPUASA
ITU BISA MEMBUAT
KITA ENJADI
"ORANG SAKTI"

MEMAKNAI

RAMADHAN

DENGAN KEKUATAN PIKIRAN





Pilihan
Sempurna
Banyak Kuota
dan Reward
Istimewa

Halo • Kick! **GOLD**

Paket mulai

100 ribu

Kuota hingga

50 GB

Halo • Kick! **PLATINUM**

Paket mulai

300 ribu

Kuota hingga

200 GB

Reward & Aktivasi Kuota Berlaku

Segera aktifkan di
GraPARI terdekat

kartuHalo
Just for you

Terluas
Tercepat >>>>

ISI PULSA MINIMAL **Rp 20.000**
DAPAT KUOTA HINGGA

10 GB*

4G LTE / **TELKOMSEL**
4G LTE available

Buruan ikuti promo

PESTA KUOTA

Makin banyak isi pulsa,
makin banyak dapat kuota!

* Potongan pulsa Rp10 untuk mendapatkan kuota ekstra.
Syarat dan ketentuan berlaku. Info lengkap klik www.telkomsel.com

simPATI  

Fakta #KuotaKeluarga



Tidak semua nomor telkomsel bisa menggunakan #KuotaKeluarga?

Faktanya, pelanggan simPATI, KartuAS, Loop, dan KartuHalo bisa gunakan #KuotaKeluarga

Pakai #KuotaKeluarga internet lambat karena dipakai bersamaan?



Faktanya, kecepatan internet tetap stabil karena bukan tethering #KuotaKeluarga

#Kuota Keluarga mahal?

Faktanya, Pakai #KuotaKeluarga lebih hemat 30% dari internet regular

#KuotaKeluarga sama dengan tethering?



Faktanya, Pakai #KuotaKeluarga tidak harus bersama sama di satu tempat



Ikuti Terus

DAILY CHECK IN

Dan dapatkan berbagai hadiah menarik ini!

Periode 10 Jan - 13 Feb 2020

7
Stamp

100
menit

200 MB

14
Stamp

hingga
1 GB

22
Stamp

2 GB

30
Stamp

gopay

DICARI!

2 Top spender untuk diajak
ke **Korea**!

Beli produk Telkomsel di @gopulsa
sebanyak-banyaknya.

Periode 15 Januari - 15 Februari 2019

*SSK Berlaku

TELKOMSEL

by Telkom Indonesia





Daftar Isi

01

Redaksi

Bulan Ramadhan
Seharusnya Menjadi
Bulan Perubahan Hidup

05

Catatan Kecil

Makna Puasa
Ramadhan Dihubungkan
Dengan Kekuatan
Pikiran

08

Kekuatan Sugesti

Ternyata Berpuasa Itu
Bisa Membuat Kita
Menjadi “Orang Sakti”

11

Inspirasi

Puasa Itu Bukan
Sekedar Tidak Makan
Dan Tidak Seperti Inilah
Hakikat Puasa
Sesungguhnya

16

Alpha Telepati

Alpha Telepati Itu Syirik?
Baca Dulu Penjelasan Ini

21

Kekuatan Diri

Mumpung Bulan Ramadhan,
Lakukan Perubahan Penting
Ini Dalam Diri Kita

25

Inspirasi Tokoh

Ibnu Sina, Filosofi Museum
Perintis Ilmu Kedokteran



Daftar Isi

29

Motivasi

Tetap Semangat Dan
Sehat Saat Puasa, Ini
Dia Caranya

35

Sugesti dalam Gambar

38

Metaphore

Hikmah Puasa, Belajar
Dari Semut

44

Dokumentasi

45

Testimoni Peserta AMC

47

Curhat Pikiran

Bulan Ramadhan Seharusnya Menjadi Bulan Perubahan Hidup

Bulan ramadhan adalah bulan yang istimewa. Bulan ramadhan seharusnya menjadi bulan perubahan hidup. Karena tujuan bulan Ramadhan adalah membuat manusia kembali ke fitrah. Makna fitrah adalah kembali ke default setting sebagai manusia.



Seperti bayi yang baru lahir. Tapi banyak umat islam sekarang memasuki bulan ramadhan hanya sekedar menggugurkan kewajiban saja. Puasa disiang hari, shalat tarawih dimalam hari, membaca alquran. Untuk melihat efeknya adalah kehidupan setelah Ramadhan. Kalau kehidupan

kita setelah ramadhan itu biasa saja maka artinya apa yang kita kerjakan selama Ramadhan ini adalah sia-sia. Tapi ketika kehidupanmu setelah Ramadhan menjadi lebih baik maka artinya apa yang kita kerjakan selama Ramadhan itu benar.

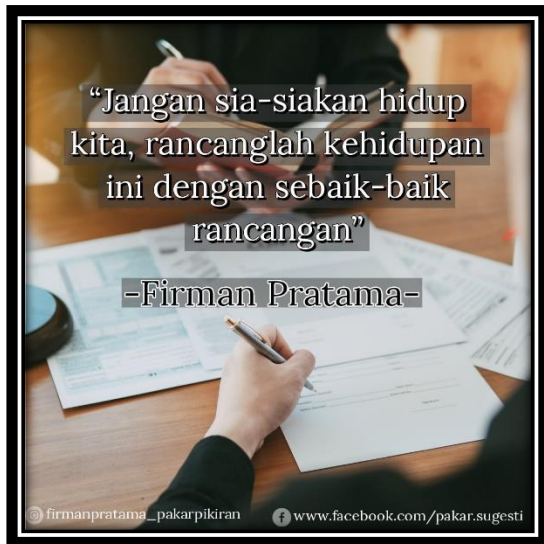
Bulan Ramadhan adalah bulan Perubahan

Apa yang harus dilakukan agar bulan Ramadhan menjadi bulan perubahan hidup? Kita harus menyadari bahwa bulan Ramadhan ini adalah bulan untuk perubahan. Kita harus melakukan perubahan cara berpikir kita. Mau merenungi semua kesalahan-kesalahan dari cara berpikir kita selama ini. Malam hari sehabis shalat tarawih coba duduk-duduk dulu santai bisa didepan rumah, atau dimushalla atau dimasjid. Jangan buru-buru makan lagi ya.

Kondisi pikiran setelah shalat tarawih itu harusnya santai atau dalam istilah saya adalah Alpha State. Nah disitu kita bisa melakukan perubahan-perubahan cara berpikir dengan baik. Bukan malah meratapi nasib yang jelek, meratapi hutang, meratapi situasi lockdown dan sebagainya.

Ingat : AKU tidak akan mengubah nasib suatu kaum sebelum kaum itu mengubahnya sendiri.

Kalau yang anda terus pikirkan adalah kejelekan, kesusahan dan ketidaknyamanan maka kondisi itu terus yang pasti menyelimuti hidup anda. Maka segera geser pikiran anda, geser fokus anda. Geserlah ke pikiran yang menyenangkan dan enak saja. ALLAH juga berfirman “dalam setiap kesusahan pasti ada kemudahan”.



Artinya Allah pasti memberi sisi yang baik. Tergantung anda, tergantung kita untuk menggeser persepsi dari pikiran kita.

Bulan ramadhan situasinya mendukung banget untuk melakukan perubahan diri, jam kantor juga pasti berkurang. Setiap malam pasti shalat tarawih, ada makan sahur jam 3 pagi. Itu adalah situasi-situasi yang secara otomatis menghadirkan kondisi santai atau kondisi alpha. Maka lakukanlah perubahan di pikiran anda. Anda harus mau menyadari bahwa semua cara

berpikir anda selama ini keliru. Buktinya hidup anda tidak nyaman kan. Yang membuat hidup seseorang itu tidak nyaman adalah hasil dari pikirannya. Jadi kalau tidak mau mengakui kesalahan itu maka ya selamanya hidup tetap saja.

Ubahlah Pikiranmu !

Mumpung sebentar lagi memasuki Ramadhan saatnya mempersiapkan diri untuk lebih dekat dengan ALLAH dan tidak sibuk menyalahkan nasib, tidak sibuk menyalahkan ALLAHnya. Allah itu sudah memberikan kita pikiran sebagai kunci kehidupan yang harus digunakan dengan benar untuk membuat hidup penuh kebaikan dan kesuksesan.

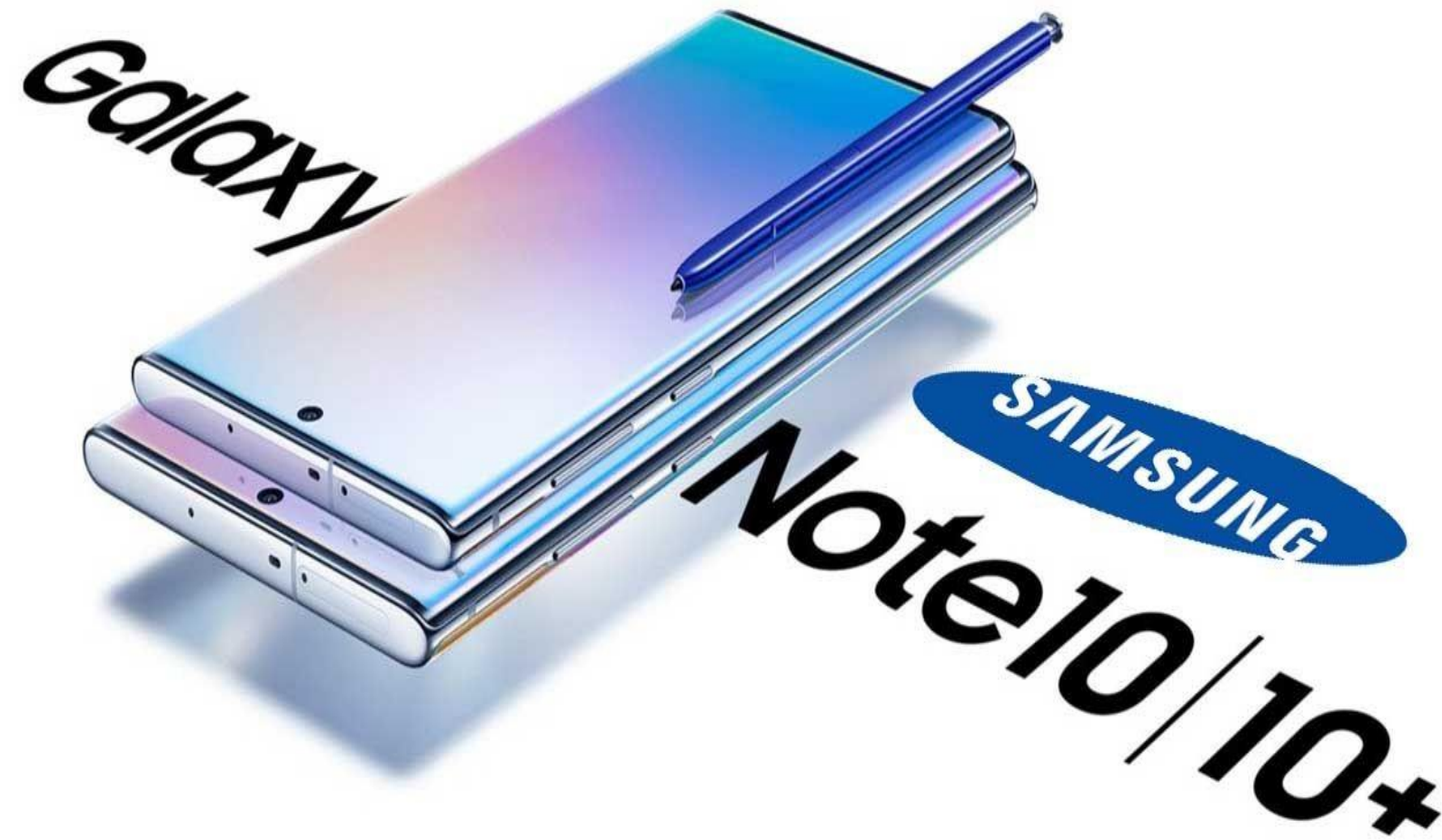
Ayo jadikan bulan ramadhan tahun ini sebagai bulan perubahan hidup, bukan hanya sekedar bulan yang penuh banyak ritual saja. Karena jika hidup setelah ramadhan sama saja maka itu namanya termasuk golongan orang yang merugi.

Disebut golongan beruntung jika kehidupan dimasa depan itu lebih baik dari masa sekarang. Anda mau pilih mana? mau masuk golongan merugi atau golongan beruntung? Terserah anda, karena bagaimana hidup anda sesungguhnya ada di tangan anda sendiri.

Segenap Tim majalah sugesti mengucapkan selamat memasuki Bulan Ramadhan bagi Umat muslim pembaca setia majalah sugesti.



SAMSUNG
Galaxy Note10 | 10+



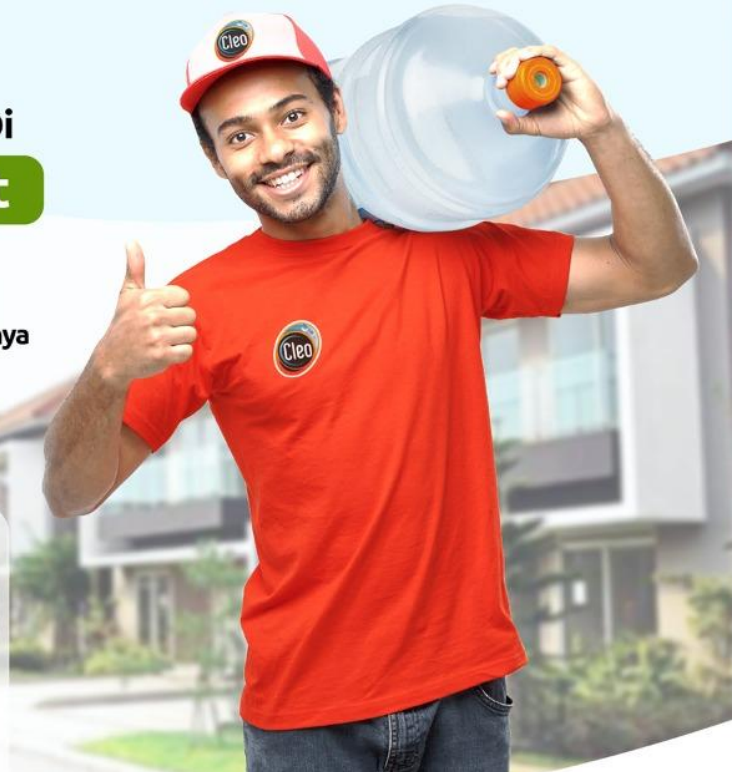
**Beli Air Minum Cleo
Jadi Lebih Cepat Hanya Di
Cleo Rumah Sehat**

- ✓ Mitra Resmi Cleo
- ✓ Terjamin Keaslian & Kualitasnya
- ✓ Siap Antar Kemana Saja

Yuk tanya lokasi terdekat di :

 **0800-111-2536**

 cleorumahsehat
www.cleorumahsehat.com



**Alasan Kamu Harus Jadi
Mitra Cleo Rumah Sehat**

- ✓ Modal Ringan
- ✓ Bisnis Berkelanjutan
- ✓ Banyak Keuntungan
- ✓ Dapat Penghasilan Tambahan

Info Selengkapnya :

 **0800-111-2536**
www.cleorumahsehat.com



MAKNA PUASA RAMADHAN DIHUBUNGKAN DENGAN KEKUATAN PIKIRAN

Dalam hitungan hari semua umat Islam didunia memasuki bulan Ramadhan. Dalam bulan itu ada ibadah wajib yaitu Puasa Ramadhan. Kali ini saya ingin membahas makna puasa ramadhan dihubungkan dengan kekuatan pikiran. Kalau artikel lain ketika membahas puasa ramadhan pasti dihubungkan dengan keimanan dan ketakwaan.



Tentu sebagian besar orang tidak memahami hubungan puasa ramadhan dengan kekuatan pikiran. Puasa kok hubungannya dengan kekuatan pikiran? Pasti itu pertanyaan sebagian besar orang ketika membaca judul tulisan ini. Berpuasa seringkali hanya dimaknai sempit sebagai menahan lapar dan haus saja. Padahal ada hal lain yang juga menjadi “fokus” dalam puasa Ramadhan. Apa itu? yaitu mengendalikan “hawa nafsu”.

Nafsu itu dalam KBBI (kamus besar bahasa Indonesia) diartikan sebagai “keinginan”. Mengendalikan hawa nafsu artinya adalah mengendalikan keinginan. Keinginan itu adalah bagian dari Pikiran. Sehingga ketika mengendalikan hawa nafsu sama saja dengan mengendalikan Pikiran.

Maka makna penting dari Puasa bukan menahan lapar dan haus tapi mengendalikan Pikiran

Hampir disemua ajaran agama pasti ada yang namanya PUASA. Bahkan di dunia spiritual tradisional juga ada ajaran tentang PUASA. “kalau mau sakti harus syaratnya PUASA”, tentu kata-kata ini tidak asing di telinga orang-orang yang berburu ilmu kesaktian.

Ketika tidak lulus puasa selama sekian hari maka dianggap tidak memenuhi syarat untuk menerima ilmu kesaktian. Padahal kesaktian yang sesungguhnya itu ya saat kita mampu melakukan puasa dengan memahami makna puasa sebagai pengendalian pikiran.

Dengan berpuasa maka itu menjadi bentuk training atau latihan terhadap pikiran kita. Melatih agar pikiran itu tidak liar, tidak selalu berpikir kemana-mana. Sehingga tolak ukur keberhasilan proses puasa adalah ketika kita mampu menguasai pikiran dengan seutuhnya.

Wajar ketika ada hadist Rasulullah yang mengatakan : “Betapa banyak orang yang berpuasa namun dia tidak mendapatkan dari puasanya tersebut kecuali rasa lapar dan dahaga.” (HR. Ath Thobroniy dalam Al Kabir dan sanadnya tidak mengapa. Syaikh Al Albani dalam Shohih At Targhib wa At Tarhib no. 1084)

Melakukan ibadah puasa ramadhan itu adalah cara melatih kekuatan pikiran. Kalau saya sih menyebut bulan Ramadhan itu sebagai waktu yang tepat melakukan training untuk menundukkan pikiran. Di artikel sebelumnya saya pernah menulis bahwa pikiran itu seperti kuda liar dan kita yang harus menguasai kuda tersebut. Nah waktunya sekarang anda menguasai kuda tersebut melalui ibadah puasa Ramadhan. Maka luruskan niat kita bahwa puasa kali ini, puasa tahun ini tidak sama dengan puasa sebelumnya.

Jangan hanya sekedar makan sahur, puasa siang harinya, berbuka di waktu maghrib lalu ibadah dimalam harinya. Kalau hanya seperti itu maka artinya puasa anda sama saja dengan tahun kemarin. Hanya sekedar ritual dan tidak berpengaruh apapun dalam kehidupan anda nanti. Maka itu artinya merugi.

Niatkan puasa kali ini sebagai bentuk melatih kekuatan pikiran kita, betul-betul mengenali pikiran dengan benar. Sehingga bisa mengendalikannya. Sehingga saya selalu mengatakan kepada orang-orang yang belajar AMC baik reguler apalagi platinum saat melakukan puasa ramadhan adalah orang yang beruntung. Karena langsung bisa mempraktekkan AMC dalam penerapannya di ibadah puasa ramadhan. Sehingga selepas puasa Ramadhan benar-benar menjadi MANUSIA yang kembali fitrah atau kembali kepada settingan awal dari ALLAH. Yaitu manusia yang mampu menguasai kekuatannya untuk kebaikan dalam menjalani hidup didunia.



Selamat memasuki bulan Ramadhan di tahun ini dan Selamat menikmati bulan Training penuh kebaikan.

IndiHome Paket Prestige

Internet, nelson dan nonton TV jadi makin seru

- Internet super cepat
- Nonton ratusan channel populer di TV Interaktif IndiHome dan ribuan film box office
- Bebas nelson hingga 1000 menit



Info lebih lanjut, kunjungi:

indihome.co.id | myIndiHome

#BUMNUntukIndonesia



Tersedia dari beberapa penyedia

IndiHome Paket Streamix

Nikmati internet super dan beragam tayangan TV interaktif

Langganan sekarang di

indihome.co.id | myIndiHome

#BUMNUntukIndonesia



*Syarat dan ketentuan berlaku.

IndiHome Paket Phonix

Nelson dan Internetan di rumah
Jadi semakin seru

Informasi lebih lanjut, kunjungi:

indihome.co.id | myIndiHome

#BUMNUntukIndonesia



*Syarat dan ketentuan berlaku.

Ternyata Berpuasa itu Bisa Membuat Kita Menjadi “Orang Sakti”

Sebentar lagi kita yang muslim menjalani ibadah puasa, sebelum saya melanjutkan aktivitas hari ini menuju kantor untuk mengurus project vsat di Area Indonesia timur, saya juga harus ke kampus untuk mempersiapkan praktikum yang jadwalnya hari senin besok. Sudah 2 bulan sebelumnya, pada tanggal 10-11-12 ini seharusnya ada jadwal kelas platinum, hari Kamis kemarin saya ngobrol ke syahrini, “gimana nih rin, kasihan juga yang platinum kalau ditinggal lama, kan nanti tidak maksimal, sementara kita kan memberikan materi 3 hari itu untuk benar-benar mengubah hidupnya dia”. Syahrini jawab, “iya juga sih, gini aja direschedule aja”, saya jawab lagi “tapi kamu yang nyampaikan ke bapaknya ya”. Malam, sehabis maghrib ada 3 sms dari bapak yang mau platinum “mas firman, maaf ya anak saya nangis terus minta ikut padahal saya sudah beli tiketnya mas”. Saya melirik ke syahrini “rin, kamu pinter deh”. Dan dengan manis dia menjawab “syahrini gitu lho”.



Saya sempatkan menulis diblog ini tentang “kesaktian”, tadi malam ada yang sms ke saya, “mas firman, apakah setelah belajar AMC saya bisa sakti, bisa ngobatin orang, bisa punya tenaga dalam, bisa geser hujan, dijamin ya”.

Saya membacanya ketika saya perjalanan pulang ke rumah dan belum saya balas. Baru pagi tadi pas makan sahur sempat saya balas “iya, pasti sakti kok, kalau hanya untuk yang anda sebutkan itu caranya mudah sekali”. Ngomongin kesaktian, saya sudah menuliskan beberapa artikel di blog firmanpratama.wordpress.com yang berhubungan dengan kesaktian.



Anda bisa mencarinya di kolom search ya diblog saya. Banyak orang salah persepsi tentang kesaktian, yang banyak dicari oleh sekarang adalah kesaktian semu, kesaktian yang sebenarnya tidak sakti, kalau saya bilang “sok sakti” saja. Kesaktian sejati adalah ketika kita mampu mengenali, mengontrol dan memaksimalkan diri. Itulah yang memang saya gunakan sebagai dasar dalam membuat AMC. Oh ya, kemarin siang ada peserta yang mendaftar untuk kelas AMC reguler bulan ini disurabaya tanggal 18 Juni. “pak firman, apakah belajar AMC itu butuh syarat-syarat seperti puasa gitu, lalu ada aktivasi energi, kemudian pembukaan cakara, pengaktifan prana dan sejenisnya?”.

Saya hanya bilang, “kalau bapak muslim maka sabtu besok memang bapak harus puasa, jadi syaratnya belajar AMC khusus untuk bulan ini karena bertepatan dengan Ramadhan maka harus puasa pak”. Bapak ini tertawa mendengarnya. Yup, Puasa memang seringkali dijadikan syarat untuk ngelmu, untuk mempelajari sesuatu ilmu yang katanya kesaktian, untuk mempelajari ilmu yang urusan kebatinan. Padahal puasa adalah bentuk dari latihan kesaktian itu sendiri, puasa adalah bentuk “pembelajaran” untuk memahami kesaktian sejati.

Kalau hanya mengobati orang, menggeser hujan, mempengaruhi orang, pelet, pesugihan dan lainnya itu sebenarnya memang sudah fitrah manusia bisa melakukan, hanya banyak orang belum menyadari kemampuan dirinya yang sejati. Kenapa belum menyadari? Karena belum mengenali dengan benar fungsi-fungsi dirinya, karena itulah tujuan AMC untuk mengembalikan manusia kepada peran fitrahnya sebagai manusia sejati.



Maka dari itu, kalau anda mencari kesaktian sejati maka berpuasalah yang benar, berpuasalah dengan sebenar-benarnya berpuasa. Bukan hanya sekedar tidak makan dan tidak minum, itu namanya bukan puasa tapi diet makan hehe. Eh, tahukah anda dari mana kata puasa itu? asal katanya dari “upavasa”, bahasa sansakerta yang artinya “Menetap, tetap berdiam di suatu tempat, Tetap bergeming, tidak bergerak, Tetap bertekun melakukan sesuatu, Tetap bertekun melaksanakan sesuatu komitmen dengan segala konsekuensinya.

Sederhananya, menurut saya, puasa adalah mengendalikan diri sebenarnya, mengendalikan diri untuk mencapai sebuah tujuan. Nah, inilah sebenarnya “kesaktian” itu. Jadi memang benar, jika berpuasa itu membuat orang menjadi “sakti” hehe.

SAMSUNG
Galaxy Note10



Puasa itu Bukan Sekedar Tidak Makan dan Tidak Minum, Tapi Seperti inilah Hakikat Puasa Sesungguhnya



Sebentar lagi kita Umat muslim memasuki Ramadhan tahun ini , bagaimana persiapan anda untuk menjalani puasa tahun ini? saya doakan yang setia membaca tulisan saya ini bisa lancar puasanya, tetap sehat dalam menjalaninya dan yang terpenting mendapatkan “makna spesial” dari ibadah puasa di tahun ini. Amiin.

Tentu menjadi sia-sia saja jika anda puasa tetapi tidak menemukan makna spesial, tidak menemukan “rasa” khusus selama menjalani ibadah puasa Ramadhan kali ini. Bagi sebagian besar orang, puasa seringkali hanya dimaknai dengan tidak makan dan tidak minum saja, saya memberi istilah puasa seperti ini adalah puasanya anak SD (Sekolah Dasar).

Coba deh lihat anak SD, tanyakan ke mereka tentang puasa, pasti jawabannya ya tidak makan dan tidak minum.

Kalau anda sekarang yang sudah dewasa memiliki pemahaman bahwa puasa itu hanyalah tidak makan dan tidak minum saja maka berarti ilmu anda sama dengan anak SD. Kondisi ini yang banyak dialami oleh orang yang katanya secara umur sudah dewasa, yaitu pemahaman dari jaman anak-anak terus dibawa sampai dewasa, ilmu yang didapat ketika usia anak-anak sama saja dengan ketika dewasa. Jika isi kepala anda sama dengan isi kepala waktu anak-anak maka namanya anda belum dewasa, tapi hanya usianya saja yang bertambah.

Seharusnya dengan bertambahnya usia maka isi kepala anda juga bertambah, ilmu dan pemahaman yang anda miliki seharusnya berbeda. Ayo, saatnya dibulan yang penuh kebaikan ini kita semua melakukan perenungan diri. Apakah pemahaman anda sekarang tentang puasa masih sama saja ketika dulu masih duduk dibangku sekolah dasar. Kalau masih sama maka saatnya anda memaknai puasa dengan arti yang lebih dalam, dalam bahasa kerennya memaknai apa hakikat puasa sesungguhnya.



Saya menulis artikel ini selepas shalat subuh, ditemani “si aura” sedangkan “si syahrini” masih menikmati tidurnya, menikmati sejuknya udara pagi sambil mendengar sayup-sayup lantunan ayat suci Al-Quran. Kata PUASA, berasal dari istilah jawa yaitu PASA yang artinya adalah “mengekan”, “menahan diri”. Istilah PASA ini selaras dengan istilah Bahasa Arab yaitu “shaum” atau “shiyam”. Dari makna asal kata ini maka terlihat bahwa Puasa itu sesungguhnya tidak berhubungan langsung dengan makan dan minum, tapi berkaitan kepada “menahan diri” atau bahasa saya sih “pengendalian diri”.

Tentu seharusnya setiap saat, setiap waktu kita semua harus melakukan pengendalian diri, tidak hanya di dalam bulan ini saja. Jadi setiap saat seharusnya semua orang melakukan PUASA.

Dengan melakukan puasa yang baik dan benar maka PASTI hidupnya menjadi baik dan benar juga, kalau ada orang yang mengatakan “saya sudah puasa tapi percuma saja, hidup tetap begini saja”, maka pasti orang ini tidak memahami hakikat puasa yang sesungguhnya. Kalau ada yang mengatakan selama puasa itu tidak melakukan aktivitas yang berlebih karena lapar dan haus maka ini juga pasti kurang benar memaknai puasanya. Saya sendiri membuktikan meskipun PUASA tetap bisa memberikan kelas AMC Reguler, Privat dan Platinum AMC bahkan juga aktivitas saya lainnya di kampus juga di kantor.



PUASA adalah pengendalian diri, dan pengendalian diri kuncinya ada di Pengendalian Pikiran. Sehingga jika ingin paham secara benar hakikat puasa maka harus paham dulu PIKIRAN, percuma saja ketika tahu apa itu rukun-rukun puasa dan tahu ayat-ayat tentang puasa tetapi tidak paham PIKIRAN maka pasti PUASA nya menjadi hambar.

Karena PUASA nya seolah hanya menggugurkan kewajiban saja, yaitu tidak makan dan tidak minum selepas adzan subuh sampai waktu adzan maghrib. Wahai orang-orang yang beriman, diwajibkan kepada kalian berpuasa sebagaimana diwajibkan kepada orang-orang sebelum kalian agar kalian bertakwa (Q.S al-Baqoroh:183).

Renungkanlah, selama usia hidup kita, sudah berapa kali kita benar-benar puasa? atau sepanjang hidup ini kita hanya puasa seperti puasanya anak SD. Puasa bukan sekedar tidak makan dan tidak minum saja, puasa adalah bentuk dari mengendalikan pikiran supaya pikiran bisa bekerja kepada hal-hal yang membuat hidup penuh kebaikan dan kesuksesan (manusia bertakwa).



HONDA
The Power of Dreams

— All-New —
CR-V
Luxury 7-seater **TURBO**



www.honda-indonesia.com/model/cr-v



OPEN YOUR EYES WIDER DISCOVER THE GREAT ALL NEW CR-V

Kemewahan SUV bertaraf Internasional dengan sentuhan terbaru pada desain eksterior All New Honda CR-V yang lebih tangguh dan berkarakter kuat.

1.5L PRESTIGE
TURBO



18" Alloy Wheel Design

All New Honda CR-V kini tampil semakin menawan dengan desain Alloy Wheel berukuran 18" yang agresif.

- Tailgate Spoiler
- Shark Fin Antenna
- Rear Wiper
- Rear Combi Lamp with LED Light Bars
- Dual Exhaust Pipe + Finisher



Alpha Telepati itu Syirik? Baca Dulu Penjelasan Ini ya

Alpha Telepati itu Syirik mas firman? apa boleh kita membuat orang lain yang awalnya tidak suka menjadi suka dengan kita. Itu tidak masuk akal”. Ada pesan whatsapp yang masuk ke nomor saya. Sepertinya belum punya buku Alpha telepati.



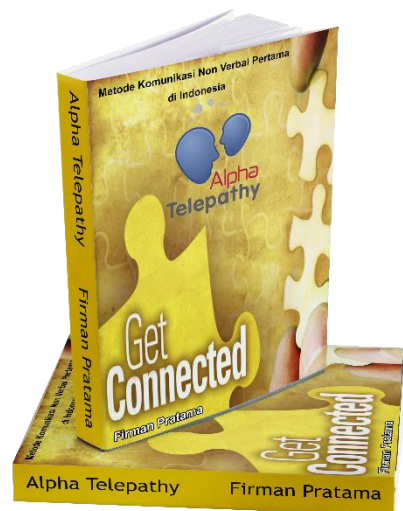
Ketika saya tanya, apakah sudah baca buku Alpha Telepati? dia jawab “belum”. Nah betul, banyak orang itu punya persepsi atau pemahaman yang salah tentang ilmu kekuatan pikiran. Apalagi ketika membaca di website alphatelepati.com ini. Sepertinya tidak masuk akal, tapi sebenarnya level ilmu anda yang belum sampai. Coba anda resapi penjelasan saya berikut ini untuk menjelaskan bahwa alpha telepati itu tidak ada hubungannya dengan syirik

Apa sih Syirik itu?

Syirik itu dari kata “syaraka” yang artinya bersekutu, kalau menurut kamus besar bahasa Indonesia arti syirik adalah bersekutu selain ALLAH. Alias tidak menggunakan kekuatan ALLAH. Nanti saya hubungkan dengan alpha telepati ya.

Anda bisa baca buku 10 keajaiban pikiran dulu untuk memahami dengan benar apa itu kekuatan pikiran. Karena banyak buku, banyak pemahaman yang beredar berisi kesalahan saat menjelaskan apa itu kekuatan pikiran. Seharusnya dengan memahami alpha telepati maka kita lebih dekat dengan ALLAH.

Sumber Alpha Telepati



Semua manusia sebenarnya sering mengalami fenomena “telepati” ini, misalnya ketika kangen sama seseorang tiba-tiba orangnya datang, orangnya telepon. Atau ketika kumpul bareng teman-teman kemudian ada teman yang jadi bahan pembicaraan tiba-tiba datang. Lalu dikatakan “wah kamu panjang umur”. Itu semua ada kejadian telepati yang sebenarnya sering semua manusia alami. Tapi biasanya dianggap hanya sebuah “kebetulan” saja. Akibatnya ya tidak dianggap sebuah keajaiban. Padahal kejadian itu adalah efek dari pikiran kita.

Alpha telepati adalah salah satu fitur dari pikiran kita yang bisa digunakan untuk menarik orang lain atau mempengaruhi orang lain.

Kekuatan Diri Manusia



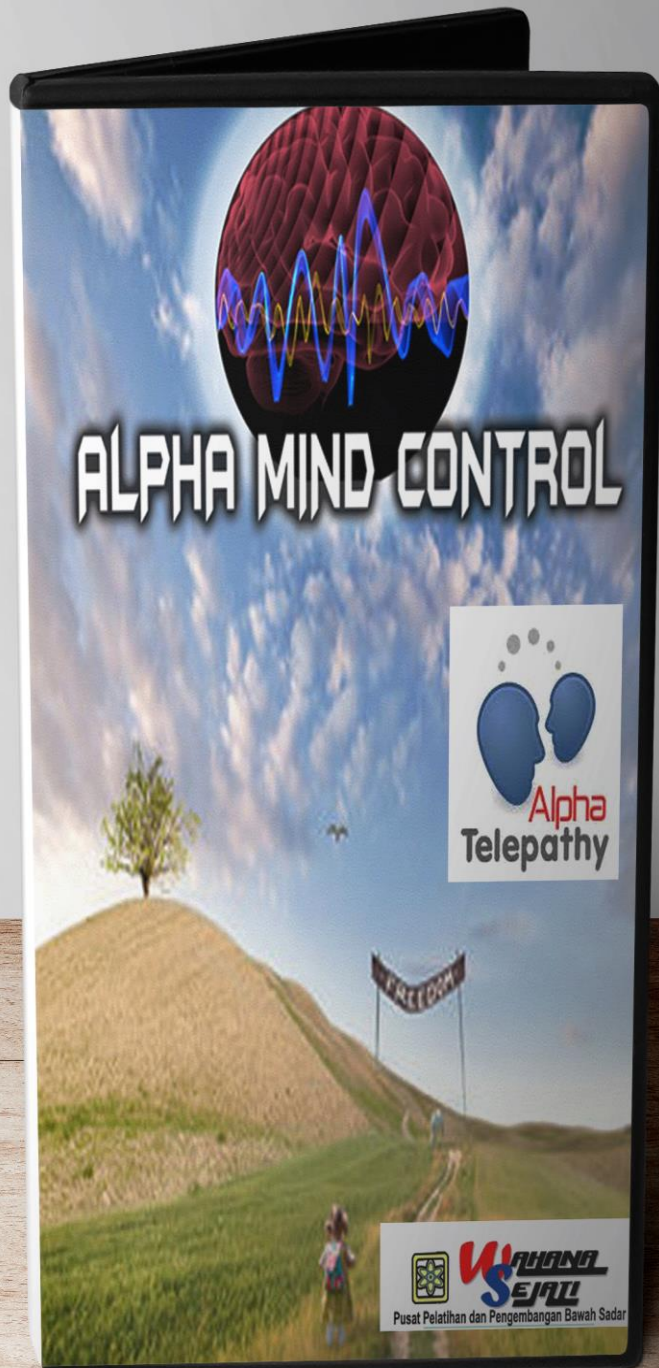
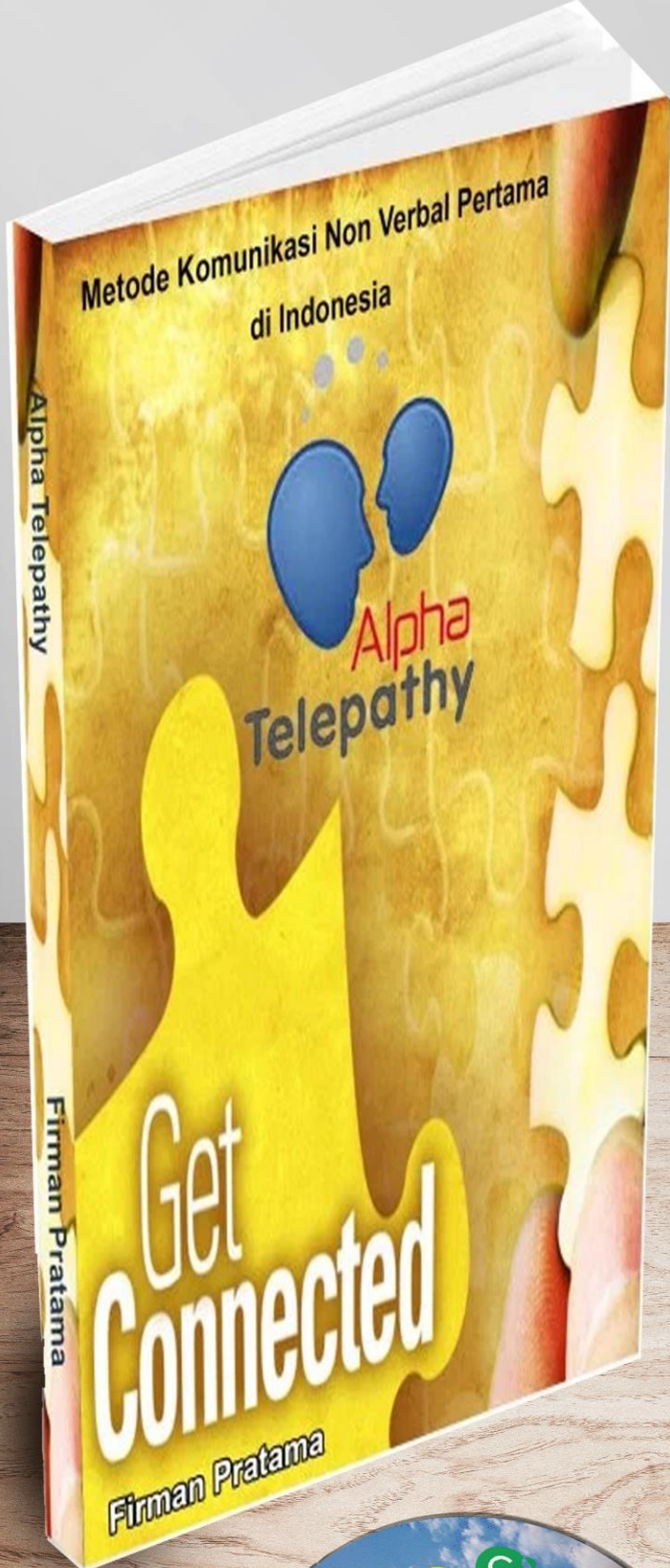
Ketika kita berjalan menggunakan kekuatan kaki, ketika memegang sesuatu maka kita menggunakan kekuatan tangan. Ketika mendengar maka menggunakan kekuatan telinga, ketika bicara maka mendengar kekuatan mulut. Kita setiap hari sudah menggunakan kekuatan diri sendiri. Apakah salah ketika saya mengatakan menggunakan kekuatan tangan, menggunakan kekuatan kaki, menggunakan kekuatan mata, menggunakan kekuatan tubuh ini untuk beraktivitas? Tidak salah bukan? karena memang kita menggunakan kekuatan dari organ-organ tubuh kita. Dan kita wajib menjaga kekuatan dari organ tubuh itu. Misalnya ketika kaki dibawa jalan yang jauh maka pasti kaki terasa lelah, terasa pegal. Itu tandanya kekuatan kaki mulai melemah. Hal ini sama dengan menggunakan alpha telepati yang merupakan kekuatan diri kita.

Siapa yang menciptakan kita?

Pertanyaan saya, siapa yang menciptakan kita? siapa yang menciptakan anda? apakah anda dibuat oleh pabrik? dibuat oleh negara A? Tentu jawabannya, kita semua, saya dan anda diciptakan oleh TUHAN.

Tentu TUHAN menciptakan kita sebagai manusia tidak asal menciptakan. Tidak asal menciptakan tangan ada dua, kaki ada dua, kepala diatas dan sebagainya. Pasti ada alasan untuk kebaikan kita. TUHAN juga menciptakan kaki, tangan, pikiran dengan segala kemampuannya. Artinya, kalau kita menggunakan kekuatan pikiran yang berupa alpha telepati maka itu artinya kita sedang menggunakan kemampuan yang TUHAN berikan kepada kita.

Kalau kita menggunakan kemampuan yang memang TUHAN berikan kepada kita, lantas dimana syiriknyanya? Dimana salahnya? Banyak orang kurang dalam dalam memahami agama, hanya dipermukaan saja dan dengan mudahnya mengkafirkan atau mengatakan orang lain syirik. Padahal dia sendiri belum memahami.





Never Felt Like This Before!

Postpaid Re-Imagined

Join now at prioritas.xl.co.id

Sekarang, bisa!



Never Felt Like This Before!

Postpaid Re-Imagined

Join now at prioritas.xl.co.id

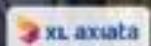
Sekarang, bisa!



Raih Lebih. Jadi Lebih. PRIORITAS

prioritas.xl.co.id

Daftar Sekarang!



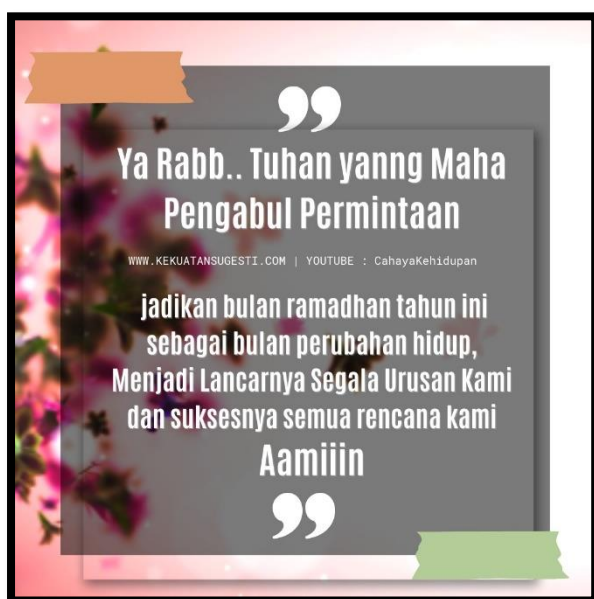
Asri & Nino in the morning



Sore Sore Seru
Bara ____ Harsya ____ Sarah

Mumpung Bulan Ramadhan, Lakukan Perubahan Penting Ini dalam Diri Kita

Alhamdulillah sebentar lagi memasuki bulan Ramadhan tahun ini, seminggu pertama di bulan Ramadhan ini jadwal kelas Amc online saya minta untuk dikurangi. Seperti tahun sebelumnya 2021, kelas AMC masih dilakukan secara online, dan selama bulan puasa juga tetap jalan tetapi memang jadwal yang biasanya setiap hari dikurangi menjadi seminggu 3x.



Bagi saya ini pengalaman yang menyenangkan ketika menjalankan ibadah puasa sambil memberikan kelas AMC, saya tanya ke “syahrini”, “gpp ya kita ngisi kelas di pas puasa pertama”. Syahrini jawabnya, “ya gpp, santai aja kan ngisi kelas juga memberikan pencerahan ke orang, pas ramadhan malah bagus kan”.

Bagi kita yang muslim maka seharusnya bulan Ramadhan adalah bulan spesial, yaitu bulan untuk melakukan perubahan penting bagi diri kita. Pasti sebagian dari anda yang berpikir, “apakah melakukan perubahan harus di bulan Ramadhan, kan bisa kapan aja”, iya sih memang benar melakukan perubahan itu bisa kapan saja, tetapi ketika di bulan Ramadhan itu “momen dan atmosfernya” pas hehe, karena semua kondisi sekitar kita mendadak jadi baik, mendadak jadi agamis. Perubahan apa sih yang penting itu dan pas dilakukan mumpung bulan Ramadhan? Saya menulis artikel ini untuk memberikan anda sebuah semangat bahwa bulan Ramadhan ini jangan dilewatkan tanpa melakukan perubahan yang penting ini.

Kemarin malam saya dikirim whatsapp dari salah satu alumni AMC surabaya, dia menunjukkan capture percakapan sebuah group whatsapp yang setiap Kamis malam melakukan terapi air atau disebutnya healing untuk penyembuhan penyakit, anggota group yang ingin dilakukan transfer energi harus menyiapkan segelas air dalam keadaan terbuka kemudian oleh “sang master” akan dilakukan proses pengisian. Saya gemes sekali ketika melihat aktivitas ini, saya sebut hal itu sebagai aktivitas jahiliyah atau kebodohan, kenapa? karena yang membuat segelas air itu berkhasiat bukanlah dari pengisian sang master itu, melainkan karena pikiran anggota group itu sendiri.

Banyak perilaku-perilaku “jahiliyah” lain yang marak dimasyarakat kita, tujuan saya membuat kelas AMC adalah untuk memunculkan kesadaran bahwa sesungguhnya diri manusia itu sudah dilengkapi perangkat yang luar biasa untuk mewujudkan semua impian dalam hidupnya, dan semua manusia memiliki perangkat itu, yaitu PIKIRAN. Tapi banyak orang tidak menggunakan pikirannya secara benar dan utuh, karena selama ini banyak buku, banyak tayangan, banyak training yang menjauhkan manusia dari Pikirannya sendiri. Akibatnya terjadilah “perilaku jahiliyah” , mencari air, mencari jimat, minta didoakan orang lain, mencari kalimat-kalimat wirid, minta diisi energi, minta dilihat aura, minta dibuka cakra dan sejenisnya. Padahal sesungguhnya hal itu sia-sia saja dan membuat diri semakin tenggelam dalam “kejahiliyahan”.

Perilaku yang cerdas mengandalkan kekuatan Allah yang ada dalam diri kita, yaitu menggunakan pikiran dengan benar, Dan menjadi manusia yang cerdas harus dimulai dari mengenali diri, mengenali fungsi Pikiran. Saya senang ketika melihat teman-teman alumni AMC di group whatsapp yang sudah “sadar” dari perilaku jahiliyah menjadi perilaku yang cerdas, menjadi manusia cerdas. Bulan Ramadhan adalah bulan yang tepat bagi kita untuk kembali menjadi fitrah, menjadi manusia sejati sesuai dengan keinginan Allah yaitu “Khalifah” di muka bumi. Saatnya kita semua, saya dan anda menjadi manusia-manusia yang cerdas, manusia yang mengenali diri dengan utuh sehingga bisa menggunakan diri untuk menciptakan kebaikan dalam hidup kita.



Mumpung memasuki bulan Ramadhan, maka harus dijadikan momen untuk melakukan perubahan dari perilaku jahiliyah menjadi perilaku manusia yang fitrah, apa sih perilaku fitrah manusia itu?



Hanya Rp59rb/30hari, kamu bisa dapatkan:

8GB

Semua Jaringan

100

(Menit + SMS
ke semua operator)

**Ribuan
Games
Tri*ogo**

**VIU/
Genflix/
Klikfilm**
(Pilih salah satu
akses filmmu)

Aktifkan di

***123#**

atau



bima+

Dulu, mama minta pulsa. Sekarang, mama bagi kuota.

Nikmati kuota besar yang dapat kamu
bagikan ke keluarga tersayang.

Perdana

**Cinta.
70GB**



Sekarang ada **kuota**
setiap isi ulang pulsa
Tri Rp100.000

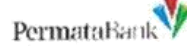
Nikmati kuota 6 GB dengan isi ulang pulsa Tri
minimal Rp 100.000 di BCA, BNI, BRI, Bank Mandiri,
CIMB Niaga, Permata Bank dan Maybank.

Syarat dan ketentuan:

- Kuota berlaku selama 3 hari di semua jaringan pada pukul 00.00 - 09.00
- Periode promo 5 Februari - 30 April 2018



Berlaku di:





BIOGRAFI

IBNU SINA, FILSUF MUSLIM PERINTIS ILMU KEDOKTERAN

Abu Ali Al Hussain Ibnu Abdullah Ibnu Sina, adalah seorang dokter Persia terkemuka, yang menjadi filsuf muslim serta perintis ilmu kedokteran dunia.

Lahir pada 980 di Bukhara, di Uzbekistan, Ibnu Sina mendapatkan dukungan dari kerajaan setelah mengobati Raja Bukhara dan Hamadan (Iran saat ini). Ahli diagnosis, dengan nama Latin Avicenna ini, mengasah keterampilannya yang luar biasa, di bidang-bidang yang diabaikan oleh orang lain. Dia menggabungkan pengetahuan ilmiahnya dengan pertanyaan filosofis, yang dirinci dalam studinya, "Al Qanun fil-Tibb" (The Canon of Medicine) dan "Kitab Al Shifa" (Kitab Penyembuhan). Penyelidikan filosofisnya kompleks, menggabungkan perspektif Aristotelian dan Platonis, dengan teologi Muslim. Paradigmanya canggih, membagi semua pengetahuan menjadi teori (matematika, fisika, kimia, astronomi dan metafisika) dan ilmu praktis (filsafat, etika, ekonomi dan politik). Sementara pandangan rasionalnya tentang hakikat Tuhan dan Kehidupan, membuatnya menyimpulkan bahwa ada tempat untuk dunia jasmani dan roh. Karya pemikirannya, dikagumi di seluruh dunia. Paling mencolok salah satunya penghormatan untuknya terlihat di aula utama Fakultas Kedokteran Universitas Paris.

Sementara makamnya, di Hamadan, tempat dia meninggal pada 1037, menjadi obyek wisata yang populer.

Dokter muda

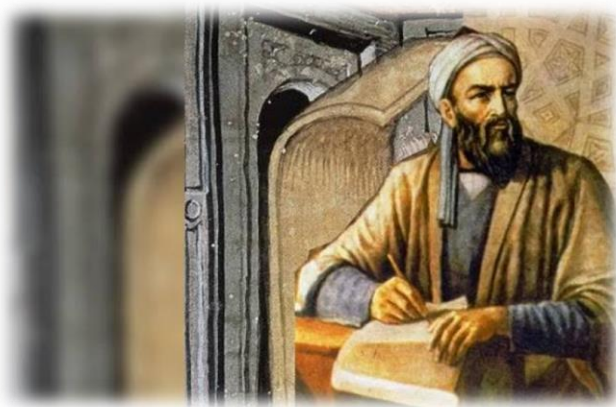


Ibnu Sina berusia 13 tahun ketika dia memulai mempelajari ilmu medis, dan dengan cepat mendapatkan reputasi yang baik. Tiga tahun kemudian dia mendedikasikan semua usahanya untuk belajar kedokteran. Status sebagai seorang dokter terkenal kemudian sudah diraihny saat berusia 18 tahun. Dalam periode itu dia berhasil menyembuhkan Nuh Ibnu Mansour, Penguasa Samanids.

Padahal semua tabib terkemuka saat itu sudah putus asa menangani penyakit Sultan Nuh II. Atas usahanya yang besar, tabib muda ini diperbolehkan mengakses perpustakaan sultan yang luas berisi manuskrip langka. Itulah yang memfasilitasi kegiatan penelitiannya. Saat menginjak usia 22 tahun ayahnya wafat. Dia memutuskan pindah ke Jurjan dekat Laut Kaspia dan mengajar tentang logika serta astronomi. Kemudian dia pergi ke Rey dan Hamadan (keduanya di Iran sekarang). Menulis dan mengajar karya-karyanya jadi kegiatan utama dalam perjalanan ini.

Dari Hamadan, dia pindah ke Isfahan (sekarang di Iran tengah), dan menyelesaikan tulisan-tulisan epiknya. Namun akibat terus melakukan perjalanan, terlalu banyak mengerahkan tenaga mental, dan diperburuk oleh kekacauan politik, kesehatannya ambruk. Dekade terakhir dalam hidupnya, Ibnu Sina menghabiskan waktu untuk melayani seorang komandan militer Ala al-Dawla Muhammad. Selain sebagai dokter, sastrawan umum, dan konsultan ilmiah, dia juga membantu selama komandan itu ikut dalam kampanye. Ibnu Sina meninggal pada Juni 1037, pada usia 58 tahun dan dimakamkan di Hamedan, Iran.

Karya ilmiah



Kontribusi Avicenna yang paling penting bagi ilmu kedokteran adalah bukunya yang terkenal *Al Qanun Fi Al-Tibb* (The Canon of Medicine), yang dikenal sebagai "Kanon" di Barat. Buku ini adalah ensiklopedia kedokteran lima jilid besar. Isinya mencakup lebih dari satu juta kata. Di dalamnya terdiri dari pengetahuan medis yang tersedia dari sumber kuno dan Muslim. Buku ini diterjemahkan ke dalam bahasa Latin pada abad kedua belas dan digunakan sebagai teks kedokteran standar di universitas-universitas Eropa hingga pertengahan abad 17. Karya besarnya yang lain adalah "The Book of Healing", ensiklopedia ilmiah dan filosofis. Buku ini dimaksudkan untuk 'menyembuhkan' jiwa. Itu dibagi menjadi empat bagian: logika, ilmu alam, matematika dan metafisika. Dalam teks medisnya, Ibnu Sina juga mengidentifikasi penyakit menular seperti TBC. Beberapa abad sebelum Louis Pasteur, dia juga menemukan kemungkinan penyakit menyebar melalui air dan tanah. Dia bahkan menyelidiki kesehatan emosional seseorang, jauh sebelum teknik biofeedback diperkenalkan. Kontribusi lainnya antara lain deskripsi meningitis, berbagai bagian mata dan katup jantung, dan bagaimana saraf berkontribusi pada nyeri otot.

Kemajuan yang dibuat dalam bidang anatomi, ginekologi, dan pediatri begitu canggih. Alhasil, bukunya segera menjadi buku teks utama yang digunakan di sekolah kedokteran Eropa hingga abad ke-17. Dalam bukunya, ia mengembangkan sistem logikanya sendiri, logika Avicennian. Dalam matematika, Ibnu Sina menjelaskan tentang konsep aritmatika. Sementara dalam astronomi, dia mengusulkan bahwa Venus lebih dekat ke Matahari daripada Bumi. Dia juga menemukan alat untuk mengamati koordinat bintang, dan menyatakan bintang-bintang itu bercahaya sendiri. Secara total, Avicenna menulis lebih dari 400 karya, dan sekitar 240 di antaranya masih bertahan.

Akal dan realitas



Untuk mencapai itu, manusia perlu meningkatkan kehidupan mereka dengan mengembangkan keseimbangan antara kebutuhan fisik dan spiritual, dengan iman menjadi salah satu dari beberapa bahan utama yang menopang kehidupan.

Menurutnya Tuhan sebagai titik tertinggi di atas intelek murni, tidak bertentangan dengan upaya manusia untuk mencari ilmu pengetahuan. Sebab dengan ilmu pengetahuan itu, manusia justru dapat lebih memahami keagungan Tuhan.

Pencapaian Ibnu Sina menemukan kebenaran tertinggi ilmu, pantas mendapat perhatian. Konsepsi tentang realitas dan penalaran yang dia miliki berputar di sekitar Tuhan. Sebagai prinsip dari semua eksistensi, dia berpandangan bahwa Tuhan adalah intelek murni, dan sumber dari segala sesuatu. Namun, karena “kebutuhan”, manusia dipanggil untuk menggunakan konsep nyata yang sekarang disebut ilmu pengetahuan. Dengan demikian, manusia dipanggil untuk mengembangkan dan menggunakan aturan logika untuk memenuhi kebutuhannya. Konsep dasar logika yang Ibnu Sina andalkan dikembangkan dari gurunya, Aristoteles. Dari konsep sang guru, dia menambahkan pandangannya tentang pentingnya kebutuhan manusia untuk mendapatkan pengetahuan untuk kemajuan hidupnya. Meskipun semua kecerdasan berasal dari Tuhan, menurutnya, kemampuan seseorang untuk memperoleh pengetahuan menentukan cara pandangnya.

tokopedia9™



Terima Kasih Toppers

Untuk merayakan
9 tahun kebersamaan kita,
kami sudah menyiapkan
kejutan spesial buat kamu.

#9TahunBersama

tokopedia



Lebih Update Bersama
Tokopedia Blog

Blog Tokopedia

TETAP SEMANGAT DAN SEHAT SAAT PUASA, INI DIA CARANYA

Bulan suci ramadan menjadi bulan yang paling ditunggu-tunggu umat muslim. Selain berusaha untuk memperbanyak amalan ibadah dan beramal baik, menjaga asupan makan di kala puasa perlu diperhatikan.

Realitanya, menjaga tubuh tetap bugar saat puasa tentu tidak mudah, terlebih bagi Anda yang tidak terbiasa berpuasa. Sebab, terjadi perubahan pola makan yang drastis yaitu tidak makan dan minum selama 12 jam sehingga butuh adaptasi bagi tubuh untuk bisa menyesuaikan dengan aturan makan saat berpuasa.

Apakah Anda merasa lemas dan mengalami gangguan konsentrasi saat berpuasa?

Jika Ya, hal ini wajar sebab menurut Dokter Spesialis Gizi Klinik Samuel Oetoro mengungkapkan penyebab orang cepat lemas saat berpuasa disebabkan karena jumlah kadar gula dalam tubuh yang semakin lama akan semakin berkurang. Oleh karena itu, pemilihan makan yang tidak tepat saat sahur bisa mempengaruhi kondisi Anda di siang hari.

Solusinya, mulai perbaiki pola makan yakni perbaiki menu makanan sahur dan berbuka agar kesehatan Anda senantiasa terjaga di bulan Ramadan ini, bahkan setelah bulan puasa.

Namun, dibalik rasa lemas dan gangguan konsentrasi faktanya berpuasa baik untuk kesehatan. Dampak positif yang diberikan ketika berpuasa pada tubuh antara lain:

- Meningkatkan kekebalan imun tubuh
- Baik bagi kesehatan jantung dan pembuluh darah
- Ginjal menjadi lebih sehat
- Mencegah diabetes dan
- Menurunkan berat badan

Tetap bugar di saat menjalani puasa dan menjadi lebih sehat itu mudah dilakukan, semuanya tergantung dari niat. Di saat Anda memiliki niatan positif maka hasilnya juga akan positif. Berikut tips sederhana menjaga kesehatan tubuh saat Anda berpuasa.

1. Perbanyak Makanan Berserat dan Air Putih



Ahli kesehatan mengatakan memperbanyak asupan makanan yang mengandung serat seperti sayur-mayur dan buah-buahan akan membuat kenyang lebih lama. Sebab, kandungan serat di dalam buah dan sayur akan membantu penyerapan karbohidrat secara bertahap pada tubuh sehingga efek kenyang lebih lama dan hasilnya, energi Anda tidak mudah berkurang.

Lakukan : Utamakan memakan makanan yang banyak mengandung serat seperti sayur, buah dan makanan yang mengandung karbohidrat kompleks seperti roti gandum dan beras merah yang bisa membuat Anda kenyang lebih lama.

Pilih menu yang sesuai dengan kebutuhan tubuh Anda, jika pekerjaan yang dimiliki membutuhkan banyak gerakan fisik, tidak ada salahnya perbanyak asupan karbohidrat dan protein di dalam menu sahur tapi tetap harus diseimbangkan dengan jumlah serat nya (sayur atau buah).

Hindari : Usahakan untuk tidak terlalu memakan banyak makanan yang mengandung banyak gula, karena itu bisa membuat lemas dan mudah haus pada siang hari. Selain itu, ketika menjelang imsak perbanyak minum air putih agar tidak dehidrasi di siang hari.

Tips Sehat : Terapkan pola 2-4-2 dalam mengkonsumsi air putih ketika bulan puasa. Rinciannya: 2 gelas saat sahur, 4 gelas ketika berbuka dan 2 gelas sebelum tidur.

2. Selingi dengan Olahraga Ringan

Puasa tidak menjadi alasan untuk tidak berolahraga. Aktivitas fisik tetap lah dibutuhkan agar badan Anda tetap fit dan segar.

Tidak harus olahraga berat, olahraga yang ringan pun sudah cukup ketika berpuasa.

Lakukan : Berjalan kaki di pagi disekitar daerah tempat tinggal Anda, atau lakukan gerakan senam ringan selama 15-30 menit. Pilih olah raga yang tidak banyak mengeluarkan keringat agar tidak cepat dehidrasi. Opsi lainnya, Anda bisa melakukan olahraga lainnya seperti yoga atau bersepeda santai.

Hindari : Melakukan olahraga berat yang hanya akan membuat Anda cepat dehidrasi, lapar dan lemas. Hal ini tidak baik untuk kesehatan apalagi jika dilakukan secara berkala. Jika harus, kurangi porsi seperti 2 kali dalam seminggu setelah buka puasa.

Tips Sehat : Apabila Anda penyuka olahraga di gym, Anda tetap bisa beraktivitas ketika selesai berbuka puasa yakni sekitar 1-2 jam setelah berbuka puasa.

3. Selalu Sempatkan untuk Tidur Siang



Ketika melakukan aktivitas seperti biasa tapi sedang dalam keadaan berpuasa tentu saja tubuh akan lebih cepat lemas. Untuk itu tidak ada salahnya menggunakan waktu istirahat Anda dengan tidur siang setidaknya selama 30 menit. Tidur siang baik untuk mengembalikan energi agar bisa kembali lagi beraktivitas.

Lakukan : Pilihlah jam-jam yang tepat jika ingin tidur siang. Pilih waktu dimana Anda biasanya memasuki waktu saat otak sudah lelah dan susah berkonsentrasi, seperti pada saat jam istirahat kantor.

Hindari : Memaksakan tidur siang di saat sedang dalam keadaan yang sangat produktif karena itu hanya akan membuat malas dan membuang waktu saja.

Tips Sehat : Jika melewatkan istirahat kantor di jam siang, tidur siang juga bisa dilakukan ketika menjelang waktu shalat ashar antara jam 3-4 sore. Karena umumnya pada jam tersebut Anda sudah merasa lapar dan sulit berkonsentrasi.

4. Tidak Berlebihan saat Berbuka

Jangan lapar mata ketika akan membeli makanan untuk berbuka puasa. Karena ketika berbuka puasa nanti biasanya hanya dengan meminum air putih saja sudah merasa kenyang. Tentu saja semua makanan yang sudah dibeli akan sulit untuk dihabiskan dan akhirnya dibuang. Selain itu, bukannya menjadi lebih hemat, kebiasaan lapar mata ini juga akan membuat Anda menjadi lebih boros.

Lakukan : Awali berbuka dengan makanan yang manis dan sehat seperti buah kurma, buah-buahan segar atau jus buah. Memakan makanan yang mengandung gula pada saat berbuka puasa sangat dianjurkan guna mengembalikan kandungan gula dalam tubuh yang juga berfungsi sebagai sumber energi.

Hindari : Memakan makanan berat saat berbuka. Sebab, apabila Anda langsung menyantap makanan yang tinggi minyak dan lemak seperti gorengan atau makanan yang

mengandung santan efeknya tubuh akan cepat lemas, sakit tenggorokan maupun sariawan.

Tips Sehat : Jika sedang dalam proses diet, sebaiknya kurangi memakan makanan yang banyak mengandung gula buatan. Pilih makanan yang mengandung gula alami seperti buah atau jus buah.

5. Memakan Makanan Berat setelah Salat Tarawih



Jika Anda langsung memakan makanan yang banyak mengandung banyak karbohidrat dan lemak saat berbuka puasa, hal itu akan membuat Anda lemas dan mengantuk. Hal ini selain tidak baik untuk kesehatan karena berpotensi menyebabkan sakit perut, tentu saja akan membuat berat badan Anda cepat naik dan melewatkan ibadah penting.

Lakukan : Beri waktu sebelum Anda menyantap makanan berat. Setidaknya, setelah shalat tarawih. Waktu yang digunakan untuk shalat tarawih adalah jumlah waktu yang tepat untuk perut siap menampung lagi makanan. Ini agar Anda terhindar dari sakit perut dan menjadi lemas sehingga tidak bisa memaksimalkan ibadah Anda di bulan ramadan ini.

Hindari : Terlalu kenyang saat berbuka puasa. Agar tubuh tidak cepat lemas, makanlah dengan porsi yang cukup, sehingga tubuh tetap terasa fit ketika akan melakukan ibadah tarawih.

Tips Sehat : Apabila sedang melakukan diet penurunan berat badan, Anda bisa mengganti makanan berat dengan camilan yang lebih sehat, seperti yoghurt, buah atau jus. Agar terhindar dari kelaparan di tengah malam.

6. Tidur yang Cukup

Anda harus bisa mengatur waktu tidur dengan baik di bulan ramadan. Karena akan ada banyak perubahan dalam kebiasaan Anda sehari-hari pada bulan ramadan. Dimana harus bangun lebih awal untuk sahur yang tentu saja, hanya dengan sahur waktu tidur Anda sudah tersita 1-2 jam.

Lakukan : Mengatur waktu antara jam tidur, jam bangun sahur dan shalat subuh dengan jam memulai aktivitas sehari-hari. Sesuaikan jam tidur dengan kebutuhan diri. Jika waktu tidur yang dimiliki sudah cukup tentu kondisi fisik juga akan lebih baik. Dengan badan yang sehat dan fit tentu Anda tidak terlalu sulit menjalani aktivitas sehari-hari Anda walaupun sedang berpuasa.

Hindari: Begadang pada saat bulan ramadhan. Kurang tidur hanya akan membuat badan lemas, ditambah lagi kondisi Anda yang sedang berpuasa. Jika ini terus terjadi kemungkinan akan berisiko terkena penyakit akibat kelelahan seperti tipes dan maag.

Tips: Usahakan untuk tidur dibawah jam 10 malam agar jumlah waktu tidur Anda tetap cukup walaupun sudah dipotong oleh waktu sahur dan shalat subuh.

7. Mengonsumsi Multivitamin



Ketika berpuasa tentu jumlah asupan makanan dan minuman yang biasa diserap oleh tubuh Anda akan semakin berkurang daripada biasanya. Oleh karena itu, tidak ada salahnya mengonsumsi multivitamin sebagai asupan tambahan untuk mencukupi kebutuhan asupan tubuh, hal ini agar tubuh tidak mudah lemas dan cepat lelah. Konsumsi vitamin setelah santap sahur dan setelah santap berbuka puasa.

Lakukan : Sesuaikan kebutuhan multivitamin dengan kondisi tubuh dan aktivitas Anda.

Hindari : Hindari multivitamin dengan kandungan dosis yang cukup tinggi jika memang tidak di haruskan, jika dipaksakan akan mengganggu kesehatan tubuh.

Tips Sehat: Untuk wanita dan lansia pilih multivitamin yang mengandung banyak asam folat dan zat besi, sedangkan untuk pria yang kandungan vitamin dan mineralnya lebih tinggi.

8. Mengonsumsi Minuman Herbal Tradisional

Ditengah pandemi corona saat ini, kita harus tetap bisa menjalankan ibadah sekaligus menjaga dan meningkatkan daya imun tubuh. Selain dengan mengonsumsi makanan yang sehat dan seimbang saat sahur dan buka puasa, salah satu cara mudah untuk meningkatkan daya tahan tubuh kamu adalah dengan mengonsumsi minuman herbal tradisional.

Minuman herbal tradisional seperti jahe, temulawak, kunyit asam atau minuman herbal lainnya. Selain meningkatkan daya tahan tubuh, minuman herbal tradisional bisa meringankan gejala sakit seperti batuk, flu hingga demam.

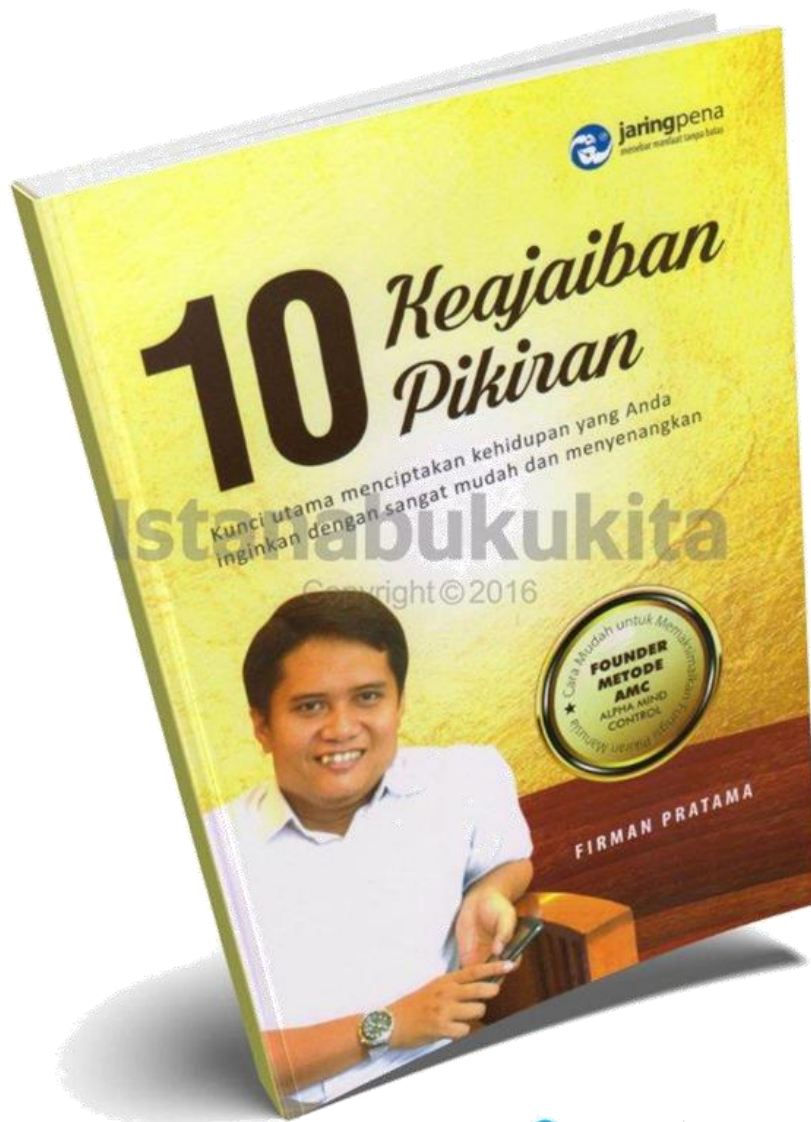
Tidak Hanya Ibadah, Kesehatan juga Ikut Meningkat

Tidak hanya semata-mata meningkatkan ketaqwaan dan ibadah kita, puasa jika dijalankan dengan baik juga dapat meningkatkan kesehatan jika pemilihan menu makanan dan porsi aktivitas yang dilakukan dapat disesuaikan dengan kemampuan tubuh. Jangan jadikan alasan berpuasa sebagai ajang untuk bermalas-malasan dan makan tidak terkontrol. Justru manfaatkan momen puasa untuk melatih diri agar Anda menjadi lebih sehat.

Nah, karena bulan ramadhan tahun ini dibarengi dengan musim pandemi virus corona ada baiknya untuk tidak pergi kemana-mana dan di dalam rumah saja sampai pandemi selesai. Terapkan social distancing ketika akan keluar rumah. Gunakan masker dan hands sanitizer kemana pun Anda pergi.

Sumber:

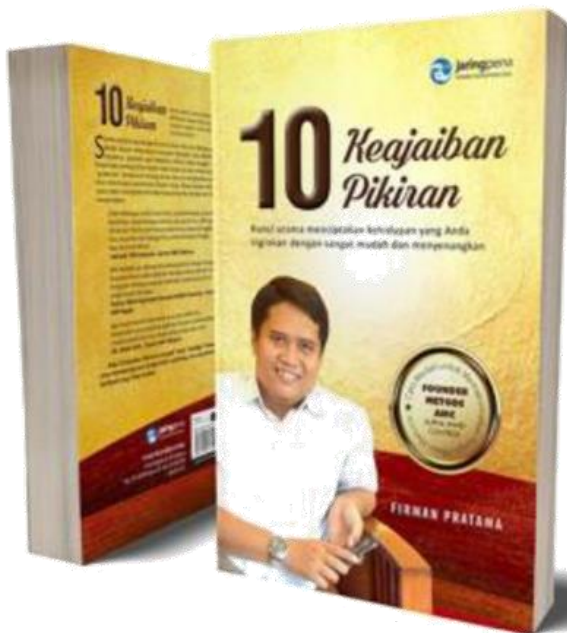
<https://www.cermati.com/artikel/tetap-semangat-dan-sehat-saat-puasa-ini-dia-caranya>



BUKU *kita*
Menggali Momen Kita

istanabukukita

Istana Bukukita



TELAH
TERBIT!

Hanya
Rp 150ribu

10 BUKU KEAJAIBAN PIKIRAN

Temukan **RAHASIA** Menggunakan
KEAJAIBAN Kekuatan Pikiran dengan Cara yang
Mudah, Sederhana dan Penuh Pencerahan DISINI !

Tersedia di :

JP BOOKS
baca itu asyik... *Store*

TOKO BUKU DISKON
TOGAMAS

Gramedia

tokopedia

Bukalapak
.com

Shopee

WWW.KEKUATANSUGESTI.COM | YOUTUBE : CahayaKehidupan

**Masuki Bulan Ramadhan
dengan Gembira, Karena
dalam bulan Ramadhan
banyak Kebaikan Allah
yang sudah dipersiapkan**

-Firman Pratama-



firmanpratama_pakarpikiran



www.facebook.com/pakar.sugesti



OLEH-OLEH KHAS SOLO

ERA JAYA

Pilihan Wisata Belanja Jajanan dan
Oleh-oleh Terlengkap Khas Kota Solo



melayani pesanan
ke seluruh wilayah Indonesia

hotline service :

0271-652314, 632227

0821 3470 4400

081 6677 172



Alamat :

Jl. Gatot Subroto No. 132-134
Kalilarangan, Solo, Jawa Tengah - Indonesia
Telp. 0271-652314
email. erajaya8@gmail.com



Melayani Bus Wisata
parkir memadai...

Tempat belanja nyaman

Raih 3.300 Beasiswa Coding untuk Talenta Digital Muda Indonesia

Ayo kuasai bahasa pemrograman, sekarang!

Jadilah Developer
Expert di Indonesia

Info dan Pendaftaran :
5 April - 23 Mei 2021

lintasartadigischool.dicoding.com

Hikmah Puasa, Belajar dari Semut



Mengambil hikmah dari kehidupan semut, hewan kecil yang mempunyai nyali dan kesemangatan yang tinggi untuk mengarungi kehidupan dimasa datang. Ini diceritakan ketika nabi daud dan anaknya (Nabi Sulaiman) yang sedang berjalan-jalan disekitar istana. Setelah sudah letih nabi daud dan anaknya duduk dibawah pohon yang rindang. Si anak nabi Daud melihat semut yang sedang membawa daun untuk dimasukkan disarangnya. Dan bertanya kepada nabi daud “untuk apa sebenarnya daun-daun yang dibawa oleh semut itu? Dijawab oleh nabi daud” anakku bahwa daun itu makanannya semut dan semut-semut itu mengumpulkan daun untuk persediaan ketika nanti ada musim paceklik.

Cerita ini memberikan satu gambaran kepada kita semua bahwa harus bisa mengatur perekonomian yang ada pada diri ini, agar ketika ada masa yang sulit ekonomi masih mempunyai persediaan dalam mengarungi hidup dimasa sulit. Apalagi kita tahu dimasa pandemic covid-19 sangat banyak orang kesulitan secara ekonomi, karena tidak mempunyai tabungan persediaan uang atau makanan untuk kebutuhan dimasa sekarang.

Dilanjutkan oleh nabi Daud untuk memberikan pelajaran pada anaknya. Lihatlah itu anakku mereka begitu kecil tapi sanggup mengangkat daun yang begitu besar, bahkan jauh lebih besar dari tubuh mereka sendiri. Ternyata semut tidak selemah yang aku kira selama ini.” Sambung anaknya. Dia tampak begitu heran dan kagum dengan pemandangan yang sedang dilihatnya.

“Engkau tahu berapa lama mereka akan mengangkat makanan-makanan itu?” tanya nabi daud.

“Entah ayah, mungkin sampai nanti sore”. Jawab anaknya.

“Tidak nak, tidak seperti itu. Mereka akan terus bekerja mengumpulkan makanan hingga musim dingin tiba. Lihatlah bagaimana mereka bekerja! Mereka seakan tidak pernah lelah. Tidak ada yang diam, tidak ada yang tampak sedang asik bersantai bukan?” sambung nabi daud.

“Ya, ayah benar. Mereka semua bekerja! Tapi Ayah, mungkinkah karena mereka takut akan dihukum jika tidak bekerja? mungkin ada yang sedang mengawasi mereka bekerja.” anaknya mencoba mengajukan argumennya.

“Tidak, tidak ada yang mengawasi, semut bukan budak dari siapapun. Semut hanya memiliki seorang ratu yang bertugas melahirkan para semut, sedangkan sebagian besar semut adalah jenis pekerja dan sisanya adalah semut prajurit yang bertugas menjaga koloni dan ratu mereka. Tapi tidak untuk mengontrol para pekerja.” Jawab Nabi Daud.

Pelajaran yang bisa kita petik dalam kisah ini setidaknya ada tiga hal: Pertama, semut mempunyai kekuatan yang luar biasa. Sering kita melihat semut sanggup mengangkat beban yang jauh lebih besar dari tubuhnya. Tapi banyak manusia mengangkat beban sedikit saja sudah langsung mengeluh. Begitu juga banyak manusia yang mendapatkan ujian hidup sering mengeluh dan protes kepada Allah swt . Seharusnya bagi manusia yang imannya kuat kepada Allah swt pasti akan selalu positif tingking dan selalu berusaha semaksimal mungkin dalam menghadapi ujian hidup.



Kedua, Semut memiliki sikap saling tolong menolong. Bisa kita lihat semut ketika makanan yang hendak diangkut terlalu berat. Mereka akan mengangkatnya bersama-sama. Sudahkah kita memiliki kepedulian dan mau membantu meringankan beban saudara-saudara kita? Atau kita masih berpangku tangan dan pura-pura tidak melihat mereka yang tengah menangis meminta pertolongan? Kita manusia bukan diciptakan untuk hidup sendirian. Kita selalu diingatkan untuk saling tolong menolong. Seperti firman Allah swt dalam Al Quran yang artinya Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. Dan bertakwalah kamu kepada Allah, sesungguhnya Allah amat berat siksa-Nya." (QS. Al Maidah: 2).

Ketiga, Semut mampu melihat peluang. Betapa cepatnya semut hadir ketika dia mengetahui ada peluang untuk mendapatkan makanan atau ada sesuatu yang mengandung gula. Semut akan segera datang tanpa ada komando dari siapapun. Semut tidak akan melewatkan kesempatan emas ketika ada sesuatu yang bisa dia peroleh. Manusia harus belajar seperti semut yang tidak pernah menyalahkan kesempatan. Ada banyak orang yang mundur ketika melihat bahwa kesempatan yang terbentang itu membutuhkan pengorbanan, dan akibatnya mereka akan melewatkan peluang dan kehilangan kesempatan. Jangan pernah kita kehilangan kesempatan yang diberikan oleh Allah swt. Kesempatan untuk mendapatkan rahmat dan maghfiroh dari Allah di bulan puasa ini jangan disia-siakan. Lakukan semaksimal mungkin untuk beribadah dan mendekatkan diri kepada Allah swt agar kita tidak kehilangan kesempatan dari keistimewaan Bulan Ramadhan.

*)Penulis: Imam Safi'i, S.Pdi, M.Pd, Dosen Fakultas Agama Islam (FAI), Kabag Keagamaan Universitas Islam Malang (UNISMA)

KUMPULKAN POINNYA DAN NIKMATI SEDERET KEUNTUNGAN EKSKLUSIF BLIBLI.COM REWARDS!



MELAKUKAN TRANSAKSI

Belanja & dapatkan poin sesuai yang tertera di product detail



LOGIN MEMBER

Login akun Blibli.com
50 Poin



SOCIAL SHARING

Share melalui tombol social media di product detail
50 poin



ULASAN PRODUK

Tulis ulasan produk yang sudah dibeli di product detail
200 poin



DISKON HINGGA

62%*

KEJUTAN BERAGAM
PRODUK PILIHAN
DI ULANG TAHUN BLIBLI.COM



**CICILAN 0%
SEMUA PRODUK**



**GRATIS PENGIRIMAN
SELURUH INDONESIA**

*Syarat dan ketentuan berlaku

**BUKA
TABUNGANNYA
DAN DAPATKAN
BERAGAM HADIAH
MENARIK GRATIS!**

Info lebih lanjut



**BUKA TABUNGAN
AUS STUDENT
DAN NIKMATI:**

Potongan harga tiket **QANTAS AIRLINES** hingga **Rp1,5 juta**** ke semua destinasi di Australia sampai dengan **31 JAN 2016**

Info lebih lanjut

GRATIS*
BUKU CEK /
BUKU GIRO

GRATIS*
BIAYA
TRANSAKSI

MENDAPAT
JASA GIRO
HINGGA 3%

GIRO LENGKAP

Rekening yang melengkapi kebutuhan bisnis Anda agar tumbuh lebih optimal.

*Tersedia Giro berdasarkan tabel manfaat transaksi.

Info lebih lanjut



Referensikan teman Anda untuk ikut program **InstaGift**

dan dapatkan **e-voucher Rp100.000** dari Blibli.com

Info lebih lanjut

CommonwealthBank



CommonwealthBank



make it **happen**





pristine

JAPAN TECHNOLOGY
PH 8+
NINON TRIM

Sehat itu Mudah
Detox setiap hari

Air Minum Alkaline dengan teknologi Nihon Trim Jepang

pristine
8+

pristine
8+

pristine
8+

pristine
8+

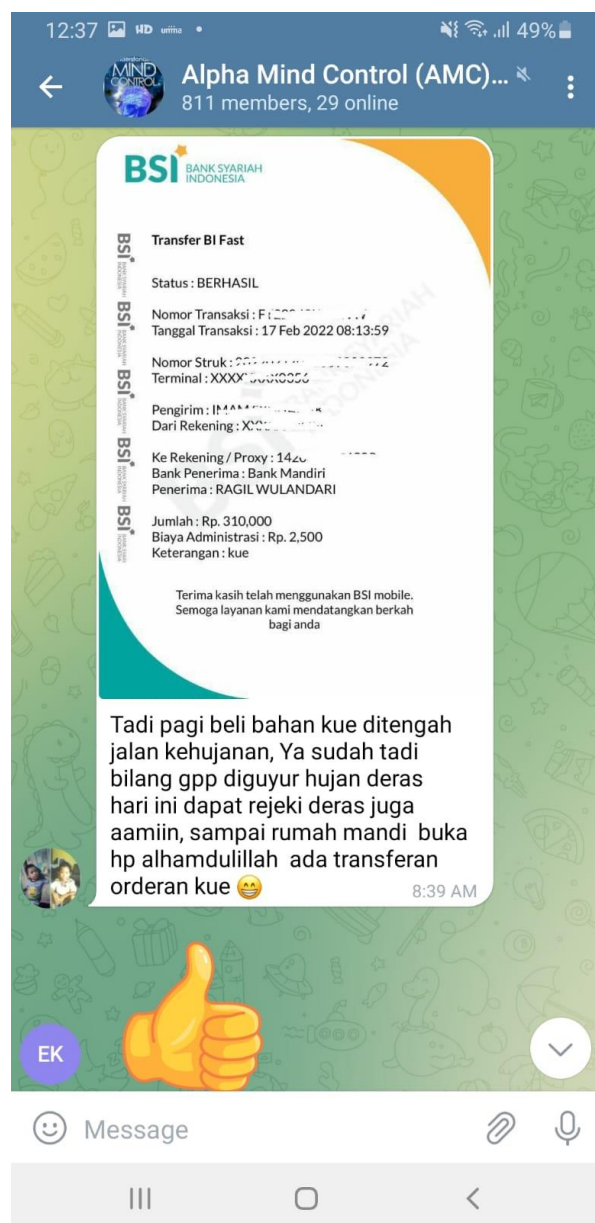
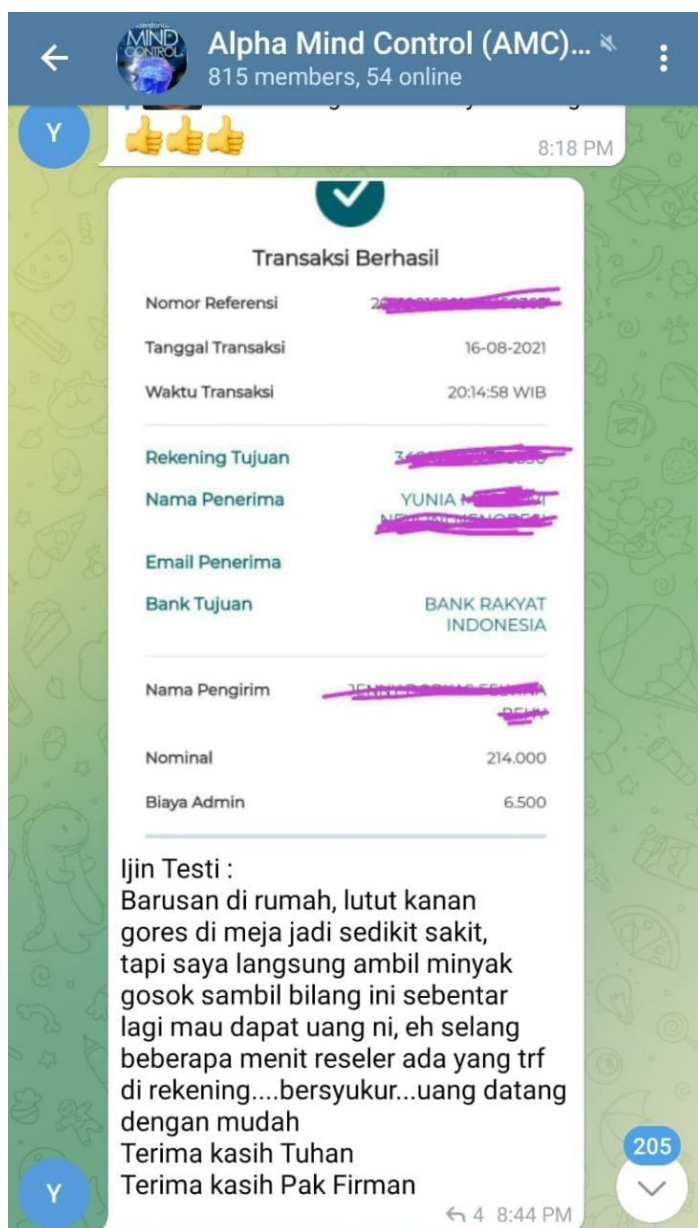
pristine
8+

Agen Resmi : Toko TIRTA ADI Mobile/WA : 0819 0636 4148



Workshop AMC Online Bulan Februari 2022





Firman Pratama - Pakar Pikiran

KITAB 101 KALIMAT SUGESTI AJAIB

Kumpulan Kalimat Sugesti Yang
Terbukti Ajaib untuk Mengubah Kehidupan
Dengan Cepat dan Mudah



www.kekuatansugesti.com





Curhat Pikiran

Pertanyaan :

Assalamualaikum mas firman, saya suka dengan majalah sugesti. Dan saya sudah memiliki buku 10 keajaiban pikiran. Saya mau tanya mas, bagaimana dengan berbagai jenis terapi yang banyak saat ini. Ada terapi air, terapi energi dsb. Apakah itu semua pikiran?

Inas-Jakarta, 0811xxxx

Jawaban :

Walaikumsalam, terima kasih atas pertanyaannya. Semua terapi-terapi yang anda maksud itu sesungguhnya adalah pemberian sugesti kepada pikiran manusia. Untuk memahami apa itu sugesti, maka coba baca artikel di majalah ini atau di website www.kekuatansugesti.com ya. Bahwa semua tulisan, semua bacaan dan semua omongan itu adalah sugesti. Lalu isi kepala kita, itu juga adalah sugesti-sugesti yang masuk kedalam pikiran kita dari lingkungan.

Pertanyaan :

Mas firman, saya seorang istri dari suami yang sekarang sedang menganggur. Saya membantu dengan berjualan didepan rumah. Saya suka dengan channel youtube mas firman yaitu cahaya kehidupan. Yang saya tanyakan, kenapa Tuhan memberikan saya situasi yang seperti ini ya mas? saya sudah sering shalat malam tapi hidup tetap saja. Mohon pencerahannya

Ibu Sulami-Temanggung, 0817xxxx

Jawaban :

Terima kasih ibu atas pertanyaannya, ibu harus semangat dalam menjalani kehidupan. Ibu harus menyadari bahwa ketika ibu mengeluh maka pasti hidup ibu semakin tidak nyaman. Yang harus dilakukan adalah ibu harus mengubah setiap pola pikir ibu, mengubah semua yang terbersit di pikiran. Karena apa yang terjadi dalam hidup seseorang itu adalah hasil dari pikirannya sendiri. Jadi kalau ibu sering shalat malam maka itu baik, tapi harus dibarengi dengan mengubah cara berpikir ibu ya.

Pertanyaan :

Saya mau bertanya, apakah yang dimaksud mas firman di semua artikel yang mas dengan kata pikiran adalah pikiran bawah sadar? karena sepertinya mas firman tidak pernah menggunakan kata pikiran bawah sadar, kenapa ya mas?

-Indra-085632xxxx

Jawaban :

Saya sepertinya sudah membuat sebuah video tentang beda antara pikiran bawah sadar dan pikiran sadar di channel cahaya kehidupan. Coba deh dilihat ya. Pikiran sadar dan pikiran bawah sadar itu sebenarnya cuma nama saja, banyak orang menggunakan istilah pikiran super sadar, pikiran ekstra sadar atau nama lainnya. Itu semua tidak penting, yang penting adalah isi dari pikiran kita

Bagi anda yang memiliki pertanyaan seputar kehidupan, bisa mengirimkan melalui sms, whatsapp/line di 0856.46.000.981 atau acc facebook di facebook.com/wahana.sejati



Lingkungan Sekitarmu yang NEGATIF
Adalah Hasil Dari Pikiranmu yang Negatif,
Jadi Jangan Buru-buru Menyalahkan Lingkungan.
Tapi Mulailah Membuat Pikiranmu
Selalu Positif Supaya Lingkunganmu
Juga Berubah Menjadi POSITIF

Firman Pratama

TRANS PARK JUANDA

Developed by :

TRANSPROPERTY

TRANSPARK JUANDA

THE NEW ICON OF BEKASI CITY

- WORLD CLASS ENTERTAINMENT -



THE FIRST INDOOR SNOW AREA IN INDONESIA

*Wahana Salju terbesar dan pertama di Indonesia
yang menggunakan salju asli yang lembut
banyak permainan di dalamnya yang bisa anda lakukan.*



- INTERNATIONAL SCHOOL -

OUR MAJORS

- BUSINESS STUDIES
- DIGITAL MEDIA COMMUNICATION AND ADVERTISING
- PERFORMING ARTS COMMUNICATION
- MASS MEDIA COMMUNICATION
- ENTREPRENEURSHIP AND BUSINESS COMMUNICATION
- HOSPITALITY MANAGEMENT COMMUNICATION & MICE



LONDON SCHOOL
of Public Relations
Jakarta
GRADUATE SCHOOL of COMMUNICATION

**THE LEADING GRADUATE SCHOOL
OF COMMUNICATION**

Vision

To be the role model in Communication Science application and development in Indonesia and recognized Internationally.

Mission

To prepare ready-to-work graduates with the competencies and skills to excel in an international environment.

To create education and learning based on cutting edge technology and knowledge in Communication science.

To provide the best educational quality system supported by specific expertise in communication studies.

To provide a venue for research in the development of communication science with community based outcomes.

To establish and maintain collaboration with local and international institutions.

To actively take part in the enormous challenge of community development and to be an important contributor to society as a whole.

- ONE STOP LIVING SUPERBLOCK -



HOTEL

Menjadikannya Transpark Juanda sebagai Salah satu tujuan wisata di kota bekasi, membuat area ini akan kedatangan wisatawan dari berbagai daerah, sehingga di bangun sebuah hotel berbintang di tengah kawasan yang akan menjadikan transpark juanda menjadi destinasi wisata terbaik yang super lengkap.



SHOP HOUSES

Area Komersil yang akan menjadi pusat bisnis dan mempermudah para penghuni apartemen untuk memenuhi kebutuhan hidup.



INTEGRATED WITH - TRANSIT ORIENTED DEVELOPEMENT -



TOLL DOUBLE TRACK



TOLL BECAKAYU



STASIUN BEKASI TIMUR



GERBANG TOLL



HALTE TRANSJAKARTA



LRT



Terletak strategis di kota bekasi, yang memiliki akses dan lokasi terbaik di Jl. Ir. H. Juanda No 180
Sehingga akses transportasi menjadi sangat mudah.
Seperti stasiun commuter line hanya berjarak sekitar 200 meter,
halte transjakarta yang berada tepat di depan Transpark Juanda dan disediakan pula shuttle bus menuju
stasiun LRT, dan jika anda menggunakan kendaraan pribadi pun, akses Tol bekasi timur dan
Tol bekasi barat tak jauh dari lokasi.

- HIGH CLASS FACILITIES -

PRIVATE *Waterpark*

*Fasilitas gratis
bagi penghuni apartemen*

Lagoon POOL

*dengan adanya Kolam renang di tengah tower apartemen
memudahkan anda untuk menikmati hidup.*

- HIGH CLASS FACILITIES -



360° Pemandangan kota bekasi bisa anda nikmati setiap hari di atas ketinggian, dengan adanya lapangan terbuka hijau dan udara yang segar, anda akan bisa menghidrup kesegaran alami di kota bekasi.



SPORT Centre



SPORT FIELD

Untuk Memunjang Kualitas hidup anda, Transpark Juanda memberikan Fasilitas yang bisa anda nikmati setiap hari, yaitu arena olahraga seperti Lapangan Olahraga dan Gym Centre, yang akan membuat anda dan keluarga hidup sehat dan bugar.

- MASTERPLAN -

LEGEND

- 1 TRANSPARK MALL
- 2 TRANS SNOW WORLD
- 3 LSPR
- 4 HOTEL
- 5 SHOP HOUSE
- 6 JADE TOWER
- 7 SAPPHIRE TOWER
- 8 RUBY TOWER
- 9 EMERALD TOWER
- 10 DIAMOND TOWER
- 11 SWIMMING POOL
- 12 JOGGING TRACK
- 13 PRIVATE WATERPARK
- 14 SPORT CENTRE



- TYPICAL UNIT -

TYPE STUDIO



TYPE STUDIO 2



TYPE 2BR / TYPE 2BR A



TYPE 2BR B / TYPE 2BR C



TYPE 3BR



- FLOORPLAN -

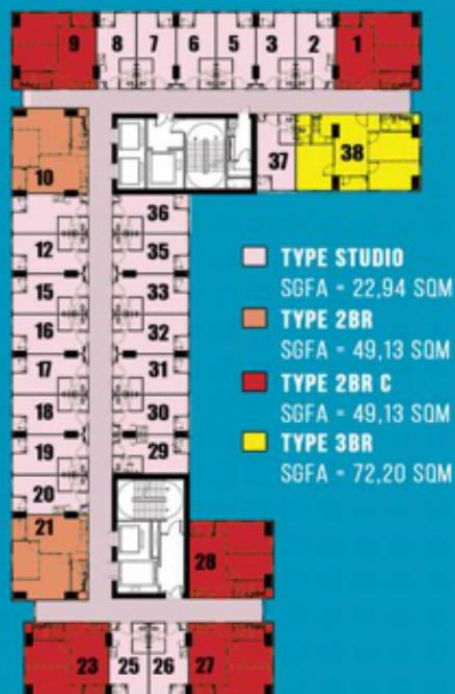
- EMERALD TOWER -



- JADE TOWER -



- RUBY TOWER -



- SAPPHIRE TOWER -



- SPESIFICATION -

Exterior	Dinding precast dicat tahan cuaca Pintu / Jendela kaca dengan rangka alumunium
-----------------	---

Dinding	Bata ringan untuk sekat antar unit Finish Plester + aci + cat
----------------	--

RUANG KELUARGA, RUANG TIDUR, RUANG MAKAN

Lantai	Homogeneous Tile
Plafon	Exposed Finishing cat

KAMAR MANDI

Lantai	Keramik
Dinding	Keramik
Plafon	Gypsum board finishing cat
Sanitair	Shower, kran shower Closet duduk, jet washer Wastafel, Kran, mirror

PANTRY

Lantai	Homogeneous Tile
Plafon	Gypsum board finishing cat

PINTU

Pintu utama	Engineering door
Pintu kamar tidur	Engineering door
Pintu kamar mandi	PVC
Pintu balkon	Pintu kaca + kusen alumunium

INSTALASI

Listrik	1300 VA (unit Studio) 2200 VA (unit 2BR) 3500 VA (unit 3BR)
Air	Standard / setara PDAM

- BEST ACCESS & LOCATION -



a member of :



CTCORP

021 8269 1999

MARKETING GALLERY

Transpark Mall Lantai GF
Jl. I. r. H. Juanda No. 180
Bekasi

Disclaimer: All information, specifications and plans contained here may be subject to change by us and/or competent authorities as may be required and do not form part of an offer or contract. All renderings, depictions and illustrations are artistic impressions only. Photographs do not necessarily represent built standart specification. Floor areas are approximate measurements and are subject to final survey, likewise models shown here are artistic impression only and should not be considered as representation of fact.



Hotel
BIDAKARA
FANCY TUNJUNGAN SURABAYA

PAKET PERNIKAHAN

Harga mulai.

IDR 27.000.000 nett



Hotel
BIDAKARA
FANCY TUNJUNGAN SURABAYA

Relax & Fun @ Swimming Pool
SPECIAL PROMO

ONLY

RP 15.000 NETT (*)

* Terms and conditions apply

BIDAKARA FANCY TUNJUNGAN @bidadarafancytunjungan

www.bidadarafancytunjungan.com



Hotel
BIDAKARA
FANCY TUNJUNGAN SURABAYA

**SOUP
PINDANG
PATIN**

Rp **35.000** ++



YAKIN KAMU & 10 TEMEN KAMU BISA ABISIN INI ????

**MONSTER
PIZZA**

IDR 398,000
/Pax

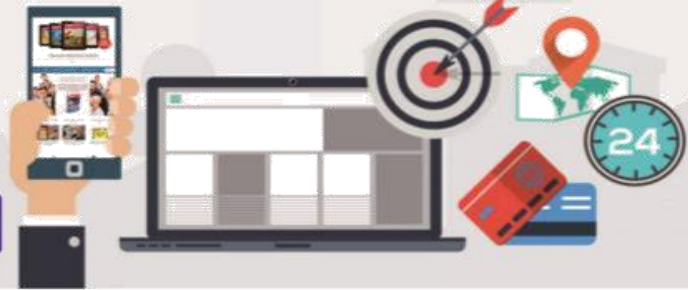
Termasuk 1 Pitcher Cordial Juice
Reservasi 4 Jam sebelumnya

 harrismalang
  harrissimomalang
  harrismalang
 HARRIS Hotel & Conventions Malang
  HARRIS Malang


TAUZIA
 HOTELS

Solusi Tepat Beriklan di Majalah Digital Terbaik

www.kekuatansugesti.com



7 Alasan Mengapa beriklan di Majalah Kekuatan Sugesti **10x lebih cepat** menaikkan omzet bisnis anda



Didownload lebih dari 2.500x/ hari, lebih 50.000/bulan

Iklan anda dilihat dari lebih dari 60.000 pembaca setia majalah kekuatan sugesti. Bayangkan jika setiap pembaca tadi membagikan majalah kekuatan sugesti ke satu teman temannya, maka sudah menjadi 60.000 x 2 = 120.000 pembaca tadi membaginya lagi. Luar biasa kan potensi pembaca iklan yang ada.



Dapat dibaca dimanapun

Majalah kekuatan sugesti bisa dibaca di desktop/ laptop dan juga tablet serta perangkat mobile lainnya karena berbentuk digital maka bisa di unduh dan dibaca dikantor, dirumah, dimobil, dicafe bahkan di kamar mandi. itu juga artinya iklan anda lebih luas masuk ke pikiran pembaca.



Desain iklan anda sendiri sesuai kebutuhan

Majalah kekuatan sugesti memberikan berbagai ukuran iklan dari full 1 halaman, 1/2 halaman, 1/4 halaman, sampai 1/6 halaman. Sesuai dengan kebutuhan anda.



Tidak ada penjadwalan

Jika anda memasang iklan di media digital lainnya, anda pasti dibatasi oleh waktu. Iklan di situs internet media berita, maka pasti harus bergantian sesuai durasi waktu. Tetapi, di majalah kekuatan sugesti, iklan anda pasti berumur selamanya. Karena begitu sudah terpasang di satu edisi maka sampai selamanya tetap ada di edisi itu



Iklan sekali untuk selamanya

Iklan anda terus terpasang di majalah kekuatan sugesti begitu anda memasang iklan di halaman majalah kekuatan sugesti edisi bulan A maka iklan anda tetap bertahan di edisi bulan A tersebut, dan karena bentuk majalah kekuatan sugesti adalah pdf (digital) maka otomatis iklan anda pun tetap di majalah kekuatan sugesti sampai kapanpun.



Iklan awet dan bisa menjadi viral

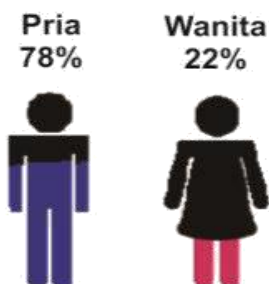
Karena bentuk digital maka iklan anda di majalah tidak akan hancur, tidak akan sobek, tidak akan rusak. Dan terdapat potensi besar menjadi viral tersebar dengan sendirinya melalui media sosial. Karena dengan ukuran majalah kekuatan sugesti yang cukup kecil sehingga menjadi sangat mudah untuk di sebarakan melalui whatsapp, bbm, line, facebook dan media sosial lainnya.



Iklan pasti terbaca dan tersimpan

Ketika iklan anda terpasang di salah satu halaman majalah kekuatan sugesti maka pasti terbaca sebab layout iklan didesain menyatu dengan artikel, dan ketika majalah kekuatan sugesti disimpan di PC (notebook, laptop), memori flashdisk/ hard disk maka otomatis iklan anda pun juga tersimpan.

Demografi Pembaca Majalah Kekuatan Sugesti



18 - 24 tahun	- 18%
25 - 34 tahun	- 35%
35 - 40 tahun	- 28%
41 - 49 tahun	- 12%
50 - 59 tahun	- 4%
60 >	- 3%

50 Ribu Pembaca Majalah Kekuatan Sugesti/ bulan



Edisi November 2020 | Kekuatan Sugesti