

Doa Apabila Menghadapi Tekanan (Stress)

حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ

"Cukuplah Allah untuk (menolong) kami, dan Dialah sebaik-baik pengurus (dan terserah kepadanya Segala urusan kami)". (Surah Ali-Imran:173)

Nota: Apabila menghadapi tekanan baca ayat ini sebanyak mungkin sebagai zikir – insya' Allah hati akan menjadi tenteram.