**SESI:**

**LEMBAR BATU LONCATAN 🖝 MEMAAFKAN**

**Sesi Kesadaran Bahwa Allah itu Ada dengan SifatNya:**

* Tarik nafas kembali dan buang nafas dengan rileks
* Repetisi 3-5x dengan tenang
* Hadirkan kesadaran & kekhusyuan bahwa Allah Maha Melihat saat ini juga
* Allah Maha Mengetahui se
* Kini kita ucapkan, “astagfirullah... ya Rabb... aku memohon ampun atas kelalaianku, dan juga kelalaian putraku. Nastagfirullah....”

Ulangi tarik nafas ini dan terima betul pernyataan tadi dengan kenyataan yang sebenarnya. Bahwa Allah Huwal Ghofururrohiim. Allah Dialah Sang Maha Pengampun Lagi Penyayang.