Tiga tahun lalu teman saya mengeluh tentang kebiasaanya terbangun saat tidur malam.
Setiap terbangun, tubuhnya berkeringat dan jantung berdebar. Sudah dicek secara medis hasilnya bagus. Dari cek kolesterol, gula darah sampai rekam jantung.
Empat bulan lalu saya bertemu dia wajahnya pucat dan nampak cemas.
Saya tersentuh ingin membantu terapi dia.
Dari titik miridian yg saya tapping ada titik2 yg rasakan begitu sakit.
Sebelum saya tapping saya setup membebaskan pikiran2 negatifnya, baik amarah, kecewa, sakit hati maupun perasaan bersalah.
Kemarin saya bertemu teman saya ini, dia nampak segar, banyak senyum.
Ketika paya tanya kesehatanya, dia bilang Alhamdulillah sudah tidur nyenyak dan tidak berdebar lagi (by Lukman hakim)