

# Hypnometafisika

...  
...  
...  
...  
...

...  
...  
...

...  
...  
...  
...  
...

...  
...  
...

# HYPNOMETAFISIKA

Subiyono  
Ning Surati  
Awan Hariono

 deepublish  
grow and develop the intellectual of human's life



deepublish | publisher

Jl. Elang 3, No 3, Drono, Sardonoharjo, Ngaglik, Sleman  
Jl. Kaliurang Km.9,3 - Yogyakarta 55581  
Telp/Faks: (0274) 4533427  
Hotline: 0838-2316-8088  
Website: www.deepublish.co.id  
E-mail: deepublish@ymail.com

---

#### Katalog Dalam Terbitan (KDT)

---

**SUBIYONO, dkk**

Hypnometafisika/oleh Subiyono, Ning Surati dan Awan Hariono.--Ed.1,  
Cet. 1--Yogyakarta: Deepublish, Mei 2013.

xvi, 160 hlm.; 20 cm

ISBN 978-602-280-037-8

1. Psikologi Bawah Sadar

I. Judul

154

---

Subiyono, MP, CHt, CH. CCHt., Ning Surati, SE, MM &  
Awan Hariono, M. Or.  
**HYPNOMETAFISIKA**

Desain cover oleh Rachmat Kozara  
Penata letak oleh Ika Fatria Iriyanti

**PENERBIT DEEPUBLISH**  
(Grup Penerbitan CV BUDI UTAMA)  
Anggota IKAPI (076/DIY/2012)

---

Isi diluar tanggung jawab percetakan

---

Hak cipta dilindungi undang-undang  
Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau  
memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini  
tanpa izin tertulis dari Penerbit.

## KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan Puji Syukur ke hadirat Allah SWT, buku dengan judul *Hypnometafisika* berhasil diwujudkan. Semua yang dipaparkan di dalam buku ini berbasis buku-buku bacaan yang pustakanya terlampir, pengalaman-pengalaman praktik lapangan oleh penulis.

Beberapa buku dalam daftar bacaan, penulis ambil sebagai acuan pustaka namun sebagian buku yang tidak penulis ambil sebagai acuan pustaka tetap menjadi acuan bacaan utama yang sangat berperan dalam terwujudnya buku ini.

Ucapan terima kasih saya kepada Mr. Reed yang telah memberi bekal ilmu pengetahuan dan keterampilan serta membimbing penulis tentang Hipnotis, Hipnoterapi, *Neuro Language Programming*, Hipnoterapi Klinis dan *Hypnomarketing*, Michael Orlando, CEO Direktur *International Association of Trans Personal Hypnotherapy* yang telah memberi tiga sertifikat kelulusan kepada penulis dalam *Hypnotherapist*, *Hypnotist* dan *Clinical Hypnotherapist*, Mr. Rudy Sugiyono.L.C.NLP dkk yang telah memberikan bekal pengetahuan dan keterampilan dalam *Workshop Neuro Linguistic Programming bidang Creativity, Mindset, Motivation dan Management, and Powerful Teaching*, Mr. Daniel Go. CL. EST yang telah memberikan wawasan *Ego State Therapy* pada penulis, para suyet yang telah membantu mengembangkan ilmu ini, rekan-rekan satu guru dalam Hipnotis, NLP dan Hipnoterapi. yang telah

memotivasi penulis untuk maju, para pengguna jasa yang telah memberi masukan dan mendewasakan saya dalam menguasai ilmu pengetahuan keterampilan dalam bidang ini.

Penulis yakin dan percaya bahwa para pembaca dan pengguna mampu memanfaatkan ilmu ini, dan penulis juga memberi bonus pelatihan *bimbingan kelompok* arahan 3 jam per 1 bulan sekali bagi yang memiliki buku asli ini dengan hanya menambah biaya setara dengan harga setengah gram emas.

Selanjutnya untuk mendalami ilmu pengetahuan dan keterampilan tersebut, kecuali mengikuti pelatihan yang kami selenggarakan setiap bulan, juga dapat dilakukan dengan membaca buku-buku bacaan yang saya lampirkan di belakang.

*Semoga sukses untuk semuanya.*

## INTRODUKSI

Dalam perjalanan mengarungi samudra hidup dan kehidupan untuk mencapai visi misi dan tujuan hidup, seseorang atau sekelompok orang akan menghadapi tantangan demi tantangan dari waktu ke waktu. Secara garis besar klasifikasi tantangan-tantangan kesuksesan demi kesuksesan dalam mencapai kebahagiaan yang diidamkan dapat meliputi aspek spiritual, keluarga, kesehatan, keselamatan, karier, bisnis, hiburan/rekreasi, finansial, sosial, pengembangan diri, material.

Manusia memiliki potensi otak kiri dan otak kanan, pikiran sadar dan pikiran alam bawah sadar, gelombang otak beta, alpha, theta, dan delta, di mana setiap potensi memiliki fungsi dan kemanfaatan sendiri-sendiri dalam kehidupan manusia. Peran atau potensi pikiran sadar hanya 12% sedangkan peran pikiran bawah sadar 88%, yang mana rata-rata manusia hanya baru menggunakan potensi pikiran sadarnya sekitar 5% sampai 6%, kecuali orang-orang Jenius seperti Einstein telah memanfaatkan potensi pikiran sadar sekitar 10% hal ini berarti sebagian besar potensi belum termanfaatkan.

Pikiran sadar, otak kiri, ataupun kondisi gelombang beta merupakan wilayah logika. Logika memang dibutuhkan baik untuk merancang rencana-rencana maupun untuk menyusun strategi mempersiapkan perubahan dalam hidup, oleh karena tanpa logika manusia akan bekerja atau bertindak tanpa arah. Namun logika boleh dikatakan hanya

sepersepuluh bagian dari kehidupan manusia atau dalam kata lain logika hanya berperan 12% dalam meraih cita-cita hidup. Hal ini berarti bila manusia mengurung diri dengan "logika" sama saja dengan mempersempit ruang gerak. Perlu dicatat bahwa, bila logikanya belum ada, mungkin memang belum ada yang menemukan, mungkin baru dalam proses penyusunan atau penelitian, mungkin pikiran manusianya sendiri belum atau tidak mampu menjangkau, ataupun memang bukan wilayah logika walaupun faktanya ada.

Hipnotis adalah seni komunikasi untuk memengaruhi seseorang sehingga mengubah tingkat kesadarannya untuk tujuan positif, yang dicapai dengan cara menurunkan gelombang otak dari beta ke alpha atau theta. Atau dengan kata lain hipnotis adalah suatu kondisi ketika perhatian menjadi terpusat sehingga tingkat sugestibilitasnya (daya terima saran/kepekaan) sangat tinggi, karena hipnotis adalah penembusan faktor kritis pikiran sadar diikuti dengan diterimanya suatu pikiran atau sugesti. Dengan demikian hipnotis adalah salah satu metode eksplorasi pemanfaatan potensi alam bawah sadar manusia, dengan proses menenangkan pikiran ke dalam gelombang otak theta, yang menyiapkan pikiran alam bawah sadar untuk menerima informasi yang masuk ke dalam otak secara tidak kritis.

Salah satu jenis hipnotis ditinjau dari segi kemanfaatan dan tujuannya adalah *Metaphysical hypnosis*. *Meta* berarti setelah atau jauh, dan *physica* adalah fisik atau badan, jadi metafisika dapat diartikan sebagai di luar jangkauan fisik atau kondisi yang jauh melampaui batasan fisik atau jangkauan panca indra manusia. Dalam ranah filsafat,

metafisika awalnya merupakan pengistilahan atas karya-karya Aristoteles tentang pemikiran-pemikirannya di luar batas fisik.

Metafisika termasuk ilmu yang rumit untuk dibicarakan apalagi dipahami, karena metafisika tidak hanya dilandasi dengan teori dan hal-hal yang rasional saja, sehingga membutuhkan pemahaman psikologi yang tinggi, pemahaman ke dalam hati, pemahaman kecerdasan emosional dan pemahaman kecerdasan spiritual dalam bahasa timur kuno, dunia metafisika adalah dunia yang berkaitan erat dengan dunia mistis, yaitu keyakinan pada kekuasaan Tuhan yang tanpa batas.

Wilayah metafisika, adalah *Clairvoyance, Prekognisi, Retrokognits, Remote Viewing, Telepati, Clairsentience, Clairaudence, Clairaliencie, Claircognizance, Clairgustance, psikokinesis-Proyeksi Astral, Psikometri, Materialisasi, Levitasi-Teleportasi, Penyembuhan*. Wilayah ini adalah wilayah pembahasan indra ke 6, di mana indra ke 6 ini juga merupakan potensi alam bawah sadar manusia.

Dewasa ini manusia dalam mencapai kebahagiaan yang menjadi tujuan hidupnya masih banyak menggunakan metode otak kiri/alam sadar/logika, atau belum memanfaatkan potensi keseimbangan otak kiri dan otak kanan, keseimbangan potensi pikiran sadar dan pikiran alam bawah sadar, di mana hal ini dipaparkan di atas bahwa peran pikiran alam bawah sadar hanya sekitar 12% dalam kehidupan manusia.

Metode yang dipaparkan dalam buku ini, adalah metode hipnotis untuk mengakses misteri/potensi alam

metafisika dengan melalui kecerdasan otak kiri sebagai langkah awal menyusun tujuan penjelajahan, kemudian dengan berbekal senjata pertanyaan *what, why, when, where, who (whose, whom) and How* sebagai arah untuk menemukan gambaran jawaban yang selanjutnya memproses penjelajahan dengan otak kanan alam bawah sadar pada gelombang alpha dan atau theta dengan hipnotis.

Saya percaya dan yakin bahwa Anda bisa, karena semua orang memiliki potensi alam bawah sadar .

*"Barang siapa yang bertaqwa kepada Allah tentu diadankannya jalan keluar baginya, dan memberinya rezeki dari pintu yang tidak diduga-duga olehnya". (Al Thalag : 2-3)*

*"Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum, sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri". (QS. Surat Ar-Ra'd)*

Dan Tuhanmu berfirman *"Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan Kuperkenankan bagimu. Sesungguhnya orang-orang yang menyombongkan diri dari menyembah-Ku, akan masuk neraka jahanam dalam keadaan hina dina". (QS. Al-Mukmim:60)*

*"Segala amal perbuatan bergantung niat dan setiap orang akan memperoleh pahala sesuai dengan niatnya". (HR. Bukhari dan Muslim)*

*"Dan, Dialah yang menjadikan kamu khalifah di muka bumi. Dan, Dia meningkatkan (meninggikan) sebagian kamu dari yang lain, beberapa tingkat, karena Tuhan hendak*

*menguji kamu, sampai di mana kamu mempergunakan dan memanfaatkan akal pikiranmu dan lain-lain nikmat yang diberikan-Nya kepadamu". (QS. Al-An'Am, 165)*

*"Dan tidak ada seorang pun akan beriman kecuali dengan izin Allah, dan Allah menimpakan kemurkaan kepada orang-orang yang tidak mempergunakan akal (pikiran)-nya". (QS. Yunus, 100)*

*"Yang telah memberikan kepada tiap-tiap sesuatu bentuk kejadiannya, kemudian memberikan petunjuk". (Q.S. Thoha, 50)*

## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	v
INTRODUKSI .....	vii
DAFTAR ISI .....	xiii
<b>BAB I</b>	
MANFAAT DAN FAKTA .....	1
A. Manfaat .....	1
B. Fakta .....	3
<b>BAB II</b>	
DASAR TEORI.....	11
A. Hipnotis.....	11
B. Metafisika .....	15
C. Misteri Indra ke 6.....	16
D. Afirmasi.....	21
E. Sugesti .....	22
F. Alam Sadar dan Alam Bawah Sadar .....	23
G. Kekuatan Pikiran .....	26
H. Visualisasi/Imajinasi .....	29
I. Otak Kanan dan Otak Kiri.....	30
J. Gelombang Otak .....	31
K. <i>Critical Factor</i> .....	34

L. Kreativitas .....	35
M. NLP .....	36
N. Karakter .....	38
O. Fobia .....	39
P. Penjelasan Beberapa Istilah .....	40
Q. Doa.....	42
R. Sebelas Sasaran Kesuksesan dan Kebahagiaan.....	43

**BAB III**

<b>TEKNIK-TEKNIK PENJELAJAHAN .....</b>	<b>47</b>
A. <i>Password</i> .....	47
B. Ciri-ciri Jawaban yang Benar .....	48
C. Bahasa Gambar atau Simbol Alam Bawah Sadar .....	48
D. <i>Clairvoyance</i> .....	50
E. Prekognisi.....	53
F. Retrokognisi.....	55
G. <i>Remote Viewing</i> (terawang) .....	58
H. Telepati.....	61
I. <i>Clairsentience</i> .....	63
J. <i>Clairaudence</i> .....	66
K. <i>Clairalience</i> .....	69
L. <i>Claircognizance</i> .....	71
M. <i>Clairgustance</i> .....	74

N. Psikokinesis.....	76
O. Proyeksi Astral .....	79
P. Psikometri .....	82
Q. Materialisasi .....	84
R. Levitasi .....	87
S. Teleportasi .....	89
T. Penyembuhan .....	90
U. Sebelas Sasaran Kesuksesan dan Kebahagiaan.....	92

**BAB IV**

<b>TEKNIK-TEKNIK INDUKSI .....</b>	<b>117</b>
A. Menghitung Mundur .....	117
B. Pura-pura tidur .....	118
C. Pernapasan .....	119
D. Mata Terlumuri Lem .....	120
E. Hipnotis pada Orang Lain .....	122
F. Konsentrasi .....	126
G. Zikir .....	127
<b>PASSWORD AFIRMASI'.....</b>	<b>129</b>
<b>PELATIHAN/JASA YANG DITAWARKAN.....</b>	<b>131</b>
<b>TENTANG PENULIS 1.....</b>	<b>133</b>
<b>TENTANG PENULIS 2.....</b>	<b>135</b>
<b>TENTANG PENULIS 3.....</b>	<b>136</b>

DAFTAR PUSTAKA.....	139
Ringkasan Metode Mengajar dan Pelatihan .....	155
Beberapa Teknik Induksi.....	157
Metode Bimbingan dan Konseling .....	159

## BAB I MANFAAT DAN FAKTA

### A. Manfaat

Manfaat mempelajari dan menerapkan metode Hipnometafisika untuk mencapai tujuan hidup yang didambakan secara umum adalah:

*Mampu melihat, mendengar, merasa, meraba, mencium aroma, mengkondisikan objek (benda, peristiwa, orang, makhluk lain, tempat, suasana, alam, pikiran, perasaan, tindakan) pada masa lalu, masa kini, masa mendatang, dari jarak dekat atau jauh untuk mencapai tujuan hidup: menjadi, memiliki, melakukan, dalam mencapai kesuksesan dan kebahagiaan spiritual, keselamatan, kesehatan, keluarga, finansial, karier, bisnis, hiburan/rekreasi, pengembangan diri, sosial, dan keamanan*

Yang mana penerapannya **antara lain** sebagai berikut :

1. Mendapatkan informasi atau data masa lalu untuk basis solusi permasalahan yang sedang atau akan dipecahkan.
2. Mendapatkan informasi/data akar masalah, cara dan metode solusi dari suatu permasalahan spiritual, keluarga, kesehatan, keselamatan, karier, bisnis, hiburan/rekreasi, finansial, sosial, pengembangan diri, dan atau materi.
3. Mengetahui gambaran-gambaran yang akan terjadi dalam waktu dekat sebagai bahan kewaspadaan atau

bahan menyusun langkah dan strategi masa kini dan mendatang.

4. Mengetahui gambaran kenyataan masa lalu dan masa kini untuk basis melangkah lebih lanjut.
5. Mengetahui petunjuk-petunjuk dari Allah SWT.
6. Memohon pertolongan-pertolongan dari Allah SWT, dengan mendapatkan gambaran-gambaran yang seharusnya dilakukan.
7. Mengetahui kondisi, situasi dan suasana suatu tempat tanpa harus datang secara fisik ke tempat itu.
8. Mengetahui/membaca pikiran, perasaan, tindakan, sikap, kualitas kinerja, kondisi fisik seseorang dari jarak dekat maupun jauh.
9. Mengetahui letak barang yang lupa menempatkan/jatuh.
10. Mengetahui penyebab penyakit, akar masalah dan solusinya.
11. Mengetahui apa yang harus dilakukan (ucapan, pikiran, perasaan, sikap, tindakan) untuk menghadapi/menyelesaikan suatu masalah.
12. Mengetahui kehidupan alam dimensi lain.
13. Mengetahui kekuatan/kelemahan diri sendiri atau orang lain dalam hal tertentu.
14. Mengetahui kekuatan/energi seseorang, tempat, dan atau suatu benda.
15. Melakukan komunikasi jarak jauh tanpa perangkat canggih dunia nyata.
16. Menyampaikan pesan/nasihat kepada orang lain dari jarak jauh.
17. Melakukan diskusi dengan orang lain dari jarak jauh.
18. Mengirim energi positif/penyembuhan kepada orang lain dari jarak jauh.
19. Mengkondisikan seseorang.

20. Mendengar suara gaib.
21. Merasakan suasana, rasa, aroma yang tidak semestinya
22. Menggerakkan benda tanpa menyentuh objeknya.
23. Membuat seseorang atau benda menjadi lebih ringan untuk kepentingan pemindahan.
24. Melakukan rekreasi ke suatu tempat tanpa harus datang dengan tubuh fisiknya.
25. Menentukan pilihan-pilihan dari banyak pilihan.
26. Mengetahui karakter seseorang secara umum maupun secara detail.
27. Memanage/mengelola/mengolah energi.

## B. Fakta

Fakta yang dipaparkan di bawah ini adalah fakta dari kejadian-kejadian yang merupakan pengalaman nyata/pengamatan dari penulis dan anak buah penulis.

1. Saya lupa meletakkan kunci cadangan. Saya meminta Ani (nama orang) untuk menunjukkan tempat di mana kunci kendaraan berada. Ani melakukan *hypnoself*, lalu mengatakan di almari kamar 1 pada rak pertama. Lalu saya mencarinya dan sambil bertanya lagi "disebelah mana?". Ani masih melakukan *hypnoself* dan mengatakan di pojok kiri. Dengan petunjuk itu tangan saya meraba pojok kiri dan menyentuh kunci tersebut.
2. Saat menjelang pertandingan sepak bola Indonesia dan Malaysia beberapa tahun yang lalu. Himbuan pemerintah Indonesia kepada seluruh rakyat Indonesia melalui media koran maupun melalui media TV untuk mendoakan agar tim Merah Putih menang. Ternyata doa Bangsa Indonesia manjur, tim Merah Putih

berhasil memenangkan pertandingan dan keluar sebagai juara I. Namun apa yang terjadi, saat itu yang berkostum merah putih adalah Malaysia, sedangkan tim Indonesia memakai kostum hijau (hati-hati terhadap kalimat doa).

3. Mobil saya mengalami gangguan sehingga tidak bisa distater. Saya minta Ani untuk menunjukkan penyebabnya. Ani mengatakan "*saya melihat sumber gangguannya, yaitu benda hitam kecil yang letaknya di bawah mobil tepat di bawah kursi kedua*", lalu saya tanya lagi, "*apa yang rusak?*", Ani menjawab saya tidak tahu namanya (maklum Ani jurusan matematika jadi tidak tahu nama-nama onderdil mobil). Mobil lalu saya bawa ke bengkel, dan benar ternyata yang rusak adalah pompa bahan bakar, yang memang letaknya di bawah mobil tepat di bawah kursi kedua.
4. lin (nama orang) mengeluh pada saya, bahwa dia sedang sakit pada daerah vitalnya, dan dia minta bantuan untuk penyembuhannya. Saya meminta Y anak buah saya untuk melakukan *hypnoself*. Y menemukan gambaran *seorang ibu sedang menggiling daun dicampur kunir kuning di mana di sampingnya ada kuali mendidihkan air*. Dia lalu mohon petunjuk lagi pada Allah, bahwa *daun itu daun apa, bunganya seperti apa?* Y mendapat *gambaran tanaman bugenvil*. Y meminta petunjuk lagi pada Allah, *apa yang harus dilakukan dengan campuran air, kunir kuning dan daun bugenvil yang dimasak itu, apa untuk diminum atau untuk mandi*. Y mendapat *gambaran ada gelas*, lalu Y

memberi tahu bahwa lin harus minum air dicampur kunir kuning dan daun bugenvil yang dididihkan lebih dulu. Dan satu minggu kemudian lin memberi laporan bahwa dia sudah sembuh. Dalam hal ini Y juga memohon petunjuk pada Allah: berapa kali per minggu lin harus minum jamu itu. *Gambaran yang didapat adalah melihat ada gelas berjumlah 3*.

5. Seseorang nama J memohon izin pada Allah, untuk bertemu dengan idolanya secara imajiner. Dalam imajiner J mendapatkan banyak nasihat dari idolanya untuk dirinya, *tentang kegiatan yang harus dilakukan supaya J sukses dalam studinya*.
6. Seseorang minta pada saya untuk disembuhkan. Keluhannya dia sering *blank* (kosong) sesaat, pada kondisi biasa, pada saat belajar, maupun kadang pada saat mengemudikan kendaraan. Petunjuk yang saya peroleh dari Allah : *Dia sering memarahi ayahnya, dan terlihat gambaran lagi ayahnya mengacungkan tangannya menyumpahi dia*. Dari gambaran tersebut saya meminta dia untuk meminta maaf dulu pada Ayahnya. Setelah itu, karena Allah, saya dengan mudah dapat menyembuhkan dia.
7. Ibunya H meminta H untuk mengevaluasi kelemahan dan kekurangan ibunya. Lalu H saya minta untuk meminta petunjuk pada Allah, *apa saja yang harus dikatakan pada ibunya, bagaimana menyampaikan dan mohon bimbingan Allah*. Pada saat *hypnoself* berlangsung H menasihati semua aspek-aspek yang

menjadi kelemahan dan kekurangan ibunya dengan cara dan gaya bahasa yang dapat diterima dengan senang oleh ibunya. Kemudian ibunya berterima kasih atas nasihat Allah melalui anaknya. Dan menurut ibunya memang itu yang dirasakan.

Untuk kasus yang hampir mirip. Y melakukan tindakan yang sama dalam rangka menasehati L sahabatnya, yakni minta petunjuk Allah, *apa saja yang harus dikatakan pada L agar L berhasil menyelesaikan masalah studinya*. Dalam hal ini Y tidak mampu mengatakan apa-apa pada L, karena dalam pikirannya ditemukan banyak petunjuk dalam waktu singkat datang dan pergi sehingga Y malah bingung. Lantas, apa kesalahan Y dalam memohon petunjuk? Kekurangan Y dalam memohon petunjuk pada Allah adalah *Y tidak meminta bimbingan bagaimana menyampaikan nasihatnya ke pada L, dan dari mana harus memulai*.

8. Saat saya mau ujian S2, saya memohon petunjuk kepada Allah : *seberapa kualitas kemampuan saya dalam ujian thesis besok dan sejauh mana kualitas pertanyaan ujian pendadaran itu*. Saya melakukan *hypnoself*, saya mendapat gambaran angka 5 untuk kualitas kemampuan saya, sedangkan gambaran angka 7 untuk kualitas pertanyaan pendadaran. Dari gambaran tersebut saya menyimpulkan bahwa tantangan ujian saya sangat berat di luar batas kemampuan saya. Untuk itu saya lalu memohon

kepada Allah untuk menurunkan kualitas pertanyaan pendadaran menjadi 4. Dan untuk itu terkabul.

Petunjuk lain yang saya mohonkan kepada Allah untuk menghadapi ujian itu, *"Yaa Allah, bagaimana gambaran pertanyaan-pertanyaan dosen yang namanya M*. Dari pertanyaan itu muncul *gambaran simbol-simbol matematika yang sangat banyak dan ada yang asing* bagi saya. Saya tidak putus asa, saya memohon lagi pada Allah (keringanan), supaya pertanyaan dosen M lebih ringan sehingga saya mampu menjawab. Dan terkabul juga, dalam ujian itu Dosen M menanyakan pertanyaan yang bernuansa matematika yang saya kuasai.

9. Seorang Mahasiswa bernama N bermimpi bahwa N harus melakukan perjalanan dari Keraton Yogya sampai Gunung Merapi. Dengan sangat cerdasnya N melakukan perjalanan dengan imajiner. Dan dalam perjalanan imajiner justru N mendapatkan banyak informasi tentang lingkungan alam, baik alam nyata maupun alam dunia lain.
10. Seseorang bernama R, akan keluar dari pekerjaannya di Yogya, dengan alasan selain R tidak cocok dengan kepemimpinan di kantornya, R ingin kembali ke Cilegon berkumpul dengan orang tuanya, dan ingin mengembangkan karier di daerahnya. R melakukan *hypnoself*, memohon petunjuk apakah ada lowongan pekerjaan di Cilegon yang menerima dirinya. Gambaran yang didapat adalah dua tanda centang (✓)

besar terang dan berwarna biru. Dengan petunjuk yang didapat R mantap keluar dari pekerjaannya, lalu pulang ke Cilegon, dan melamar ke Perusahaan besar yang terkenal di Cilegon. Hasilnya R diterima menjadi karyawan di PT itu sebagai orang penting.

11. Mi asal Bantul dengan *hypnoself* mampu mengangkat Dipan Jati yang besar dengan jari-jari tangan kanannya. Setelah itu, dalam kondisi biasa atau normal Mi mencoba lagi mengangkat dipan itu, ternyata merasakan sangat berat.
12. Saya ingin melihat kondisi keuangan bisnisnya B, dengan *hypnoself* muncul gambaran "laci kosong terbuka", yang kesimpulannya bisnis B menurun. Lalu saya memohon petunjuk kepada Allah lagi sebab-sebab bisnis B menurun hasilnya. Gambaran yang saya peroleh adalah banyak orang minta-minta. Kesimpulannya : dia kurang sedekah.
13. Pada kejuaraan sepak bola, bos sepak bola grup Y meminta pada seseorang bernama H yang memiliki kemampuan alam bawah sadar yang hebat. Si Bos meminta agar grup Y tidak kalah dengan grup M. Si H, menanyakan, kapan pertandingannya dan jam berapa ? lalu dijawab oleh bos grup Y, pertandingan besok Sabtu tgl... jam 16.00 sampai jam 18.00. Kemudian Berdasarkan data itu H berdoa. Akhir cerita, grup Y kalah, lalu bos grup Y menanyakan pada H, mengapa group M yang menang ? lalu H menjawab : kemarin hari Sabtu dari Jam 16.00 sampai dengan jam 18.00 skor

imbang 0 : 0, tidak kalah bukan ? lalu pada perpanjangan waktu group M mampu menjebolkan gawang group Y, mana yang salah doanya atau informasi datanya ? kalau kemarin mengatakan memohon kepada Allah grup Y menang angka atas group M, pada pertandingan jam 16.00 sampai selesai, mungkin hasilnya lain. Dengan penjelasan itu bos grup Y menyadari kesalahan informasi untuk doanya.

14. Saya menanyakan pada si L, bagaimana sikap si B terhadap saya. Kemudian L melakukan *hypnoself*, gambaran yang didapat adalah B mengibarkan bendera. Merah. Kesimpulannya adalah B sudah berani tidak memenuhi himbauan. Hal ini ternyata benar.
15. Saya diminta menunjukkan pada N, siapakah yang, menjadi juara I pertandingan pencak silat putri pada PON 12. Gambaran petunjuk dari Allah yang saya peroleh adalah pesilat putri yang rambutnya dikucir adalah Sang Juara I, lalu si N mengucapkan terima kasih banyak. Dan dengan cerdas N mengucir rambutnya setiap bertanding. Akhirnya N mendapat anugerah menjadi Juara I.
16. Saya meminta bantuan M untuk membaca pikiran dan perasaan T, saya meminta M memohon petunjuk kepada Allah, apakah T saat ini merencanakan menemui saya ?. M melakukan *hypnoself*, dan kemudian menyampaikan hasilnya pada saya : Bahwa T masih ada perasaan takut, ragu dan malu. Saat melakukan *hypnoself* M melihat dalam pikirannya : T

ketakutan, berjalan maju mundur, dan menunduk menutupi wajahnya.

17. W di kota M menelepon saya untuk dibantu penyembuhannya. Saya kemudian menanyakan pada W, "apa yang dirasakan?" W menjawab "kepalanya pusing". Setelah saya melakukan *hypnoself*, ternyata bukan hanya kepala tetapi perutnya juga sakit. Lalu saya tanya, "apakah perutnya juga sakit?", W menjawab "Ya, karena sedang ada tamu". Kemudian dengan memohon petunjuk kepada Allah penyembuhan jarak jauh berjalan dan berhasil.
18. L bingung menghadapi pacarnya yang dirasa masih setengah-setengah dalam mencintainya. Kemudian L saya minta memohon petunjuk Allah, "apakah pacarnya betul-betul mencintai dirinya, apakah ada wanita lain yang dicintai pacarnya, dan kalau ada, dia (L) pada posisi ranking berapa?". L melakukan *hypnoself*, yang hasilnya mendapat gambaran "angka 50%, ada 3 orang wanita yang L juga kenal, dan angka 4", yang kesimpulannya cinta pacarnya pada L masih 50%, ada 3 wanita lain yang dicintainya, dan posisi L di hatinya baru pada Ranking 4.

**NB:** Sebenarnya kalau terjadi demikian bukan berarti pintunya buntu, namun ada pintu lain yang dapat dibuka untuk memecahkan masalah itu dalam mencapai tujuan, Namun ini sebagai bahan pekerjaan rumah para pembaca yang terkait saja.

## BAB II DASAR TEORI

### A. Hipnotis

Hipnotis adalah seni komunikasi untuk memengaruhi seseorang sehingga mengubah tingkat kesadarannya untuk tujuan positif, yang dicapai dengan cara menurunkan gelombang otak dari beta ke alpha atau theta. Atau dengan kata lain kalau ditinjau dari maknanya adalah merupakan suatu keahlian memasukkan pesan positif ke dalam diri orang lain, yang mengakibatkan orang yang bersangkutan akan tergerak dan termotivasi untuk melaksanakan pesan tersebut. Dengan demikian dapat dikatakan juga bahwa hipnotis adalah salah satu metode eksplorasi pemanfaatan potensi alam bawah sadar manusia, dengan proses menenangkan pikiran ke dalam gelombang otak theta, yang menyiapkan pikiran alam bawah sadar untuk menerima informasi yang masuk ke dalam otak secara tidak kritis. Selanjutnya untuk penggunaannya, hipnotis dapat digunakan untuk penyembuhan, kemajuan pribadi atau orang lain, *therapy*, dan lain-lain. Jenis-jenis hipnotis dari segi manfaatnya, *Hypnosis for the moving intellectual, Irotic hypnosis, Metaphysical hypnosis, Comedy hypnosis, Clinical hypnosis, Medical and dental hypnosis, Forensic Hypnosis* (Diego, 2010: 53), sedangkan ditinjau dari subjeknya hipnotis dapat diklasifikasikan menjadi *self hypnosis*, hipnotis untuk orang lain dan hipnotis untuk binatang.

1. *Hypnosis for The Moving Intellectual*/Hipnotis untuk Kemajuan Pribadi.
2. *Hypnosis for The Moving Intellectual* adalah hipnotis yang digunakan untuk kemajuan pribadi. Dengan melakukan autosugesti atau sasaran terhadap diri sendiri atau diri subjek disertai dengan ambisi yang kuat serta dengan penuh keyakinan bagi keperluan apa saja yang menjadi tujuan, seperti memperlancar segala usaha bisnis, memperkuat rasa percaya diri, membakar semangat, mengatasi berbagai kesulitan, membuang rasa takut, membuang rasa rendah diri, mencerdaskan otak dan membentuk kepribadian yang kokoh. Kecuali itu sugesti-sugesti dapat dirancang untuk membentuk karakter seseorang.
3. *Erotic Hypnosis* adalah hipnotis yang dipergunakan untuk mengatasi permasalahan seksual, atau dengan kata lain adalah aplikasi hipnotis yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas dalam menjalin hubungan rumah tangga.
4. *Methaphysical Hypnosis* adalah hipnotis yang digunakan untuk meneliti berbagai fenomena metafisik seperti *ESP, Clairvoyance, Clairaudience, Out of body, travel, meditasi, inner body, inner beauty, inner self*, dan eksperimen-eksperimen metafisika lainnya.
5. *Comedy Hypnosis* adalah hipnotis yang digunakan dengan tujuan sebagai hiburan semata, hipnotis ini dapat dilakukan di panggung, di jalan, di Mall, di tempat rekreasi, di kampus, di pasar, dll.

6. *Clinical Hypnosis* (Hipnoterapi) adalah hipnotis yang digunakan untuk terapi psikis dan fisik yang ditekankan untuk mengobati dari pangkal penyakit. Hipnoterapi berprinsip dalam penyembuhan dengan menghilangnya penyebab, selebihnya pribadi didorong untuk mampu meyakini bahwa rasa sakit yang diderita telah sembuh.
7. *Medical and Dental Hypnosis* adalah hipnotis yang digunakan untuk dunia medis. Hipnotis jenis ini biasanya digunakan oleh dokter-dokter bedah untuk menciptakan efek enestesia tanpa menggunakan obat bius, sehingga pasien tidak merasakan sakit sedikit pun.
8. *Forensic Hypnosis* adalah hipnotis yang digunakan untuk mengungkap perilaku kejahatan. Jenis hipnotis ini digunakan untuk menggali informasi yang terjadi sebenarnya dari sang korban.

Menurut Departemen Pendidikan U.S A. *Departement of Education, Human Services Division*, definisi Hipnotis adalah penembusan faktor kritis pikiran sadar diikuti dengan diterimanya suatu pikiran atau sugesti (Diego, 2010 : 4). Selain itu dapat pula dikatakan bahwa hipnotis adalah suatu kondisi ketika perhatian menjadi terpusat sehingga tingkat sugestibilitasnya (daya terima saran) sangat tinggi.

Hipnotis menurut Andi Hakim (2010 : 13) hipnotis merupakan kondisi ketika seseorang mudah menerima saran, informasi, dan sugesti yang mampu mengubah seseorang menuju ke arah yang lebih positif. Selanjutnya

Andi Hakim mengatakan bahwa hipnosis merupakan teknik yang memudahkan untuk memotivasi seseorang secara cepat dan efisien.

Tahapan Hipnotis menurut (Hisyam. A. Fachri, 2009 : 22-33).

1. Pre-induksi/*Pre-talk*.

Pre-induksi adalah tahap mengkondisikan seseorang/ kelompok orang untuk siap dihipnotis. Fungsi pre-induksi adalah membangun hubungan baik dengan klien, mengatasi rasa takut klien pada proses hipnoterapi yang akan dijalankan, membangun harapan klien dan mengumpulkan data dan informasi. Kecuali itu pre-induksi juga dapat meliputi penyiapan tempat, suasana, aroma, properti dan lain sebagainya untuk mendukung suksesnya proses hipnotis.

2. Tes Sugestibilitas.

Tes sugestibilitas merupakan proses untuk menguji sugestibilitas seseorang, apakah mudah disugesti atau tidak.

3. Induksi.

Induksi merupakan proses untuk menurunkan level kesadaran seseorang. Jika dikaitkan dengan gelombang otak manusia, teknik induksi bertujuan mereduksi/ menurunkan gelombang otak manusia dari betha menuju ke alpha atau theta.

4. *Deepening*.

*Deepening* merupakan proses untuk memperdalam level kesadaran seseorang untuk diinduksi.

5. *Trance Level Test/Depth Level Test*.

*Trance Level Test/Depth Level Test* adalah proses untuk memastikan bahwa klien benar-benar telah memasuki kondisi hipnotis yang dibutuhkan untuk menjalani proses selanjutnya.

6. Sugesti/afirmasi.

Sugesti/afirmasi adalah proses pemberian saran/pesan/ informasi yang diberikan kepada klien ketika sudah berada dalam kondisi hipnotis.

7. *Awakening/Emerge/Terminasi*.

*Awakening* adalah proses membangunkan klien dari kondisi hipnotis yang dialami. Yang mana ini merupakan sesi akhir dari suatu penghipnotisan.

8. *Post Hypnotis*.

*Post hypnotis* adalah mengatakan pada klien tentang perilaku baru saat subjek telah terbangun dalam tidurnya.

B. **Metafisika (Ekokaf, 2011 : 13-16).**

*Meta* berarti setelah atau jauh, dan *physic* adalah fisik atau badan, jadi metafisika dapat diartikan sebagai di luar jangkauan fisik atau kondisi yang jauh melampaui batasan fisik atau jangkauan panca indra manusia. Dalam ranah filsafat, metafisika awalnya merupakan pengistilahan atas

karya-karya Aristoteles tentang pemikiran-pemikirannya di luar batas fisik.

Metafisika termasuk ilmu yang rumit untuk dibicarakan apalagi dipahami, karena metafisika tidak hanya dilandasi dengan teori dan hal-hal yang rasional saja, sehingga membutuhkan pemahaman psikologi yang tinggi, pemahaman ke dalam hati, pemahaman kecerdasan emosional dan pemahaman kecerdasan spiritual. Dalam bahasa Timur kuno, dunia metafisika adalah dunia yang berkaitan erat dengan dunia mistis, yaitu keyakinan pada kekuasaan Tuhan yang tanpa batas. Pada wilayah agama, metafisika dipahami dan disikapi sebagai upaya untuk mempertebal tingkat keimanan dan ketaatan kepada Sang Pencipta alam semesta dan makhluk-makhluk-Nya. Di dalam dunia modern dan perkembangan ilmu psikologi yang lebih rasional, metafisika tidak lagi semata-mata dipandang sebagai pengetahuan yang 100% kental dengan nuansa mistik, tetapi justru dipandang sebagai ilmu pengetahuan yang dihubungkan dengan berpikir kreatif yang memanfaatkan otak kanan alam bawah sadar.

### C. Misteri Indra ke 6

(As'adi Muhammad, 2011 : 123-140) dan (Ekokaf, 2010 : 11-28)

#### 1. *Clairvoyance*.

*Clairvoyance* adalah ilmu untuk mengetahui atau menangkap getaran-getaran gelombang yang berupa gambaran-gambaran mental spiritual dengan pengenalan terhadap maknanya. Terhadap sesuatu baik pada masa lalu, masa kini dan bahkan masa

mendatang. *Clairvoyance* dapat dikatakan semacam gambaran pikiran dan batin yang hadir secara sekilas

#### 2. *Prekognisi*.

*Prekognisi* adalah persepsi akan kejadian pada masa yang akan datang. Seseorang dapat mengetahui apa yang akan terjadi di masa depan.

#### 3. *Retrokognisi*.

*Retrokognisi* adalah kemampuan indra keenam untuk mengetahui suatu kejadian di masa lampau. Hal ini bisa dilakukan karena memori masa lampau terekam di alam bawah sadar seseorang.

#### 4. *Remote Viewing* (terawang).

*Remote Viewing* adalah nama keren dari ilmu terawangan, yang merupakan salah satu dari potensi-potensi psikis yang dimiliki seseorang jika diasah. *Remote viewing* adalah kepekaan lebih dalam ketika melihat orang, tempat, atau situasi secara langsung tanpa bantuan panca indra. Ilmu ini berfungsi untuk melihat alam gaib, bahkan pada tingkatan yang lebih tinggi bisa dipergunakan untuk melihat alam nyata yang tidak terjangkau oleh pandangan mata.

#### 5. *Telepati*.

*Telepati* adalah gejala kemampuan menyampaikan pesan pikiran kepada orang lain tanpa berbicara atau memberi isyarat. Atau dengan kata lain telepati adalah merupakan kemampuan untuk berkomunikasi antara satu pikiran ke pikiran yang lain. Atau dapat dikatakan

kemampuan untuk dapat berkomunikasi jarak jauh tanpa teknologi komunikasi yang canggih.

6. *Clairsentience*.

*Clairsentience* adalah kemampuan untuk merasakan aroma, rasa, sensasi fisik, pikiran-pikiran yang dialami oleh orang lain. Atau dapat dikatakan bahwa *Clairsentience* adalah merasakan suatu informasi yang tidak dirasakan orang biasa.

7. *Clairaudence*.

*Clairaudence* adalah kemampuan untuk menerima pikiran atau informasi tentang seseorang atau situasi melalui pendengaran daripada visual.

8. *Clairalience*.

*Clairalience* adalah mencium suatu bau yang tidak wajar pada suatu waktu. *Clairalience* juga berarti kemampuan mencium bau dari kejauhan, atau kemampuan untuk mengetahui kehadiran sesuatu yang tidak tampak melalui penciuman.

9. *Claircognizance*.

*Claircognizance* adalah kemampuan untuk mengetahui atau membaca sesuatu yang akan terjadi dalam suatu rentang waktu dekat.

10. *Clairgustance*.

*Clairgustance* adalah rasa pada lidah yang tidak wajar.

11. *Psikokinesis*.

*Psikokinesis* adalah kemampuan untuk menggerakkan benda hanya dengan kekuatan pikiran tanpa sedikit pun menyentuh objeknya.

12. *Proyeksi Astral*.

*Proyeksi astral* adalah kemampuan untuk keluar dari tubuh fisik dan menggerakkan tubuh astral sesuka hati untuk pergi ke mana pun baik ke masa depan ataupun ke masa lalu tanpa terikat ruang dan waktu.

13. *Psikometri*.

*Psikometri* adalah kemampuan untuk merasakan dan mengetahui sejarah dari suatu benda atau ruangan dengan cara melihat dan merasakan sensasi dari sejarah tersebut dan seakan-akan mengalami secara langsung. Atau kemampuan mendapatkan informasi tentang suatu benda atau suatu tempat, baik informasi yang baik, yang buruk atau yang biasa saja, atau dengan kata lain adalah kemampuan membaca energi yang tertanam pada benda atau tempat. Atau dengan kata lain *psikometri* adalah kemampuan untuk mendapatkan data dari benda mati atau kemampuan menggali suatu informasi melalui media sebuah benda yang berkaitan dengan persoalan yang ingin diketahui.

14. *Materialisasi*

*Materialisasi* adalah kemampuan mempercepat tercapainya cita-cita atau mewujudkan suatu keinginan, misalnya penyembuhan, mengalihkan hujan, atau menunda hujan dan lain-lain.

15. *Levitasi*

*Levitasi* adalah kemampuan seseorang untuk membuat dirinya atau orang lain melayang, lepas dari permukaan bumi/*Levitasi* sebenarnya adalah penerapan telekinesis atau psikokinesis. Atau dapat dikatakan sebagai suatu kemampuan untuk dapat meringankan berat suatu benda agar mudah diangkat atau dipindahkan ke suatu tempat yang dituju.

16. *Teleportasi*

*Teleportasi* adalah kemampuan membawa/memindahkan suatu benda ke jarak jauh dalam waktu singkat atau bahkan seketika itu juga, atau dapat dikatakan memindahkan tanpa perantara dalam waktu singkat. Sebagai contoh aji sapu angin, di mana orang yang menggunakan dapat menempuh jarak puluhan atau ratusan kilometer dalam hitungan detik. Nabi Sulaiman yang mampu pergi ke suatu tempat yang sangat jauh jaraknya hanya dalam sekejap, dan penasihat Nabi Sulaiman yang berhasil memindahkan Singgasana Ratu Balqis dari negeri Saba ke kerajaan Nabi Sulaiman hanya dalam beberapa detik. Secara teori, teleportasi melibatkan dematerialisasi suatu benda yang akan dipindahkan ke tempat yang jauh dengan mengubah bentuk detail susunan atom-atomnya atau sifat benda yang akan dipindahkan saat dikirim ke suatu tempat yang dituju, kemudian mengubahnya lagi menjadi susunan sifat bentuk semula setelah sampai di tempat tujuan.

17. *Penyembuhan*

*Penyembuhan* adalah kemampuan penyembuhan secara alternatif dan atau energi batin, baik secara pasif ataupun aktif. Secara pasif, penyembuh memberikan/menambahkan energi penyembuh yang memang secara normal dimiliki setiap orang dalam jumlah yang berbeda-beda. Penyembuh berharap si pasien dapat menyembuhkan dirinya/penyakitnya sendiri dengan bantuan energi dari penyembuh. Sedangkan secara aktif, penyembuh mengeluarkan dan atau menghilangkan penyakit dan sumbernya dari tubuh si pasien.

D. *Afirmasi*

Afirmasi merupakan cara yang paling mudah dan sederhana untuk memengaruhi pikiran bawah sadar.

Menurut Andi Hakim (2010 : 64) afirmasi merupakan sekumpulan kata yang memiliki makna, maksud, tujuan, dan pengharapan yang sesungguhnya. Sedangkan menurut Isma Almatin (2010 : 121), afirmasi adalah pernyataan singkat, sederhana, dan mengandung hal-hal yang positif, yang diulang baik secara pelan dan diucapkan keras secara bersama-sama, yang ditujukan untuk memengaruhi dan membangun keyakinan,

Macam-macam afirmasi menurut R. Wandu Y.A (2011 : 103-104), yakni: afirmasi lisan, dalam hati, perasaan (keyakinan), dan tindakan.

*Persyaratan afirmasi adalah spesifik, kata kerja aktif, dinamis, positif, waktu sekarang, jelas dan detail, sederhana, emosional, pribadi, repetisi, jumlah kata sekitar 12 kata, dan bila perlu ditambah methapora.*

*Diulang, dan memperhatikan pola suara.*

### E. Sugesti

Sugesti menurut kamus bahasa Inggris yang berarti saran, usul, nasihat, sedangkan dalam arti yang bebas, sugesti adalah sebuah pesan atau usulan rencana yang terprogram, dibuat untuk menimbulkan atau memengaruhi respons dalam ucapan perasaan pikiran maupun tindakan (Isma Almatin, 2010 : 140).

Sugesti dapat diklasifikasikan menjadi sugesti primer dan sekunder, atau sugesti langsung dan sugesti tak langsung (Saiful Aman, 2010 : 55). Secara teoritis tingkat sugestibilitas manusia dapat dibedakan menjadi 3 kelompok, yakni : 5% sulit, 85% moderat, dan 10% mudah.

Selanjutnya untuk memudahkan sugesti masuk ke dalam pikiran bawah sadar dengan tepat, ada beberapa aturan yang harus dipenuhi diantaranya berorientasi pada hasil, pasti dimengerti, menguntungkan, makna jelas, spesifik, menghindari *pharsing*, termasuk melewati area kritik pikiran sadar (Saiful Aman, 2010 : 156).

*Pola sugesti yang harus memenuhi aturan : emosional, repetisi, present tense, personal, progressive, pacing leading.*

*Perhatikan/sesuaikan/ikuti pola napas, dan optimalkan pola suara.*

### F. Alam Sadar dan Alam Bawah Sadar

Tiga kondisi pikiran manusia oleh Segmun Freud psikiater Austria (1856-1939) dipisahkan menjadi: *Consius, Subconsius*, dan *Unconsius* (Ilhamudin Nukman, 2009 : 64), dan dikatakan oleh Sandi Mc Gregor, dalam kehidupan manusia kontribusi pikiran sadar 12% pikiran bawah sadar 88% (Ilhamudin Nukman, 2009 : 88).

Selanjutnya Adi W Gunawan, (2005 : 27), mengatakan bahwa pikiran ditinjau dari sisi kesadaran dalam konteks hipnotis, dibagi menjadi 2 jenis, yakni pikiran sadar dan pikiran bawah sadar (*subconsius* dan *unconcius*). Kedua pikiran ini saling berkomunikasi dan bekerja dalam waktu bersamaan, secara paralel. Pikiran sadar memiliki 4 fungsi utama, yaitu mengidentifikasi informasi, membandingkan, menganalisis, memutuskan. Sedangkan pikiran bawah sadar mempunyai fungsi menyimpan, kebiasaan, emosi, memori jangka panjang, kepribadian, intuisi, kreativitas, persepsi, keyakinan dan nilai.

Bawah sadar jauh lebih cerdas, bijaksana, dan cepat daripada pikiran sadar. Bawah sadar dapat menangani 1.300.000 bit informasi dalam satu waktu, sementara pikiran

sadar hanya mampu menangani 7-9 bit informasi dalam suatu saat (Abdul Khafi Syatra, 2010 : 34).

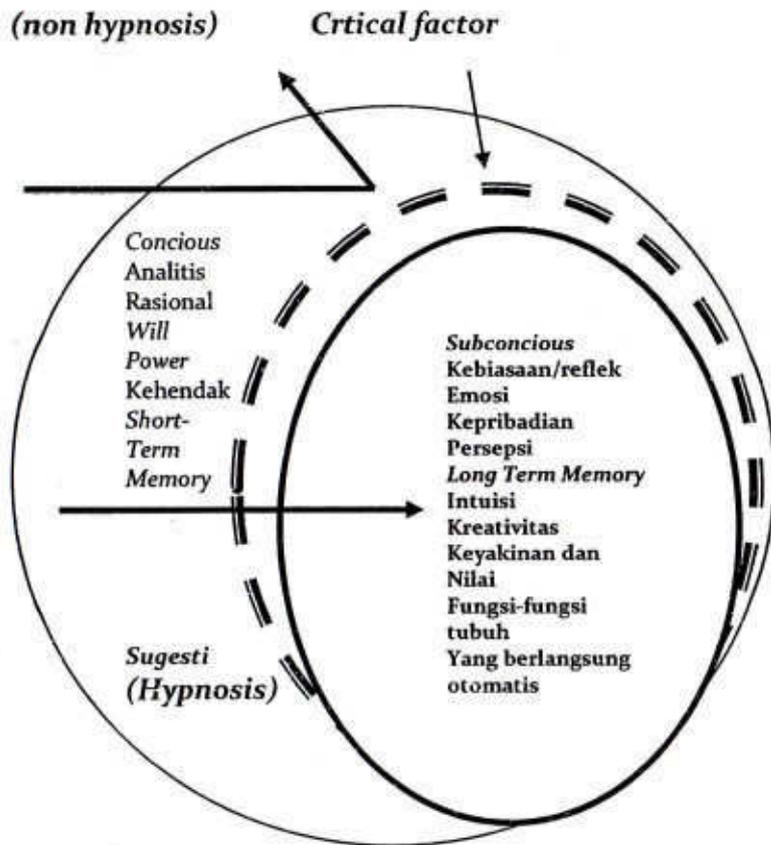
Berikutnya Sya'fie (2010 : 9) mengatakan bahwa pikiran bawah sadar memiliki fungsi menyimpan kebiasaan, emosi, memori jangka panjang, kepribadian, intuisi, kreativitas, persepsi dan nilai. Pikiran bawah sadar mengamati dan memberikan respons terhadap suatu peristiwa dengan jujur. Sedangkan untuk pikiran sadar fungsinya mengidentifikasi, membandingkan, menganalisis dan memutuskan. Para pakar psikologi memberikan perbandingan kontribusi dominan dalam kehidupan : 10% untuk pikiran sadar dan 90% untuk pikiran bawah sadar.

Diantara pikiran sadar dan bawah sadar terdapat *Critical Factor*, yang dalam keadaan *Beta filter* ini tertutup sangat rapat sehingga pikiran bawah sadar sukar diakses, pada kondisi *alpha* atau *theta*, *critical factor* ini agak terbuka sehingga memungkinkan sugesti masuk ke pikiran bawah sadar pada saat seseorang sadar dan tidak tertidur. Pada kondisi delta, *Critical Factor* terbuka lebar, berarti kondisi ini merupakan kondisi dalam pikiran bawah sadar sepenuhnya (Aribowo dan Suprayitno, 2009 : 44-45). Menurut Milton Erickson dalam bukunya (Isma Almatin, 2010 : 98) tentang pikiran bawah sadar :

- a. Kemampuan pikiran bawah sadar terpisah dari pikiran sadar.
- b. Pikiran bawah sadar adalah gudang penyimpanan informasi.
- c. Pikiran bawah sadar adalah potensi yang belum digunakan.

- d. Pikiran bawah sadar sangat cerdas.
- e. Pikiran bawah sadar bersifat sangat sadar.
- f. Pikiran bawah sadar mengamati dan merespons dengan jujur.
- g. Pikiran bawah sadar menyerupai pikiran seorang anak.
- h. Pikiran bawah sadar merupakan sumber emosi.
- i. Pikiran bawah sadar bersifat universal.

Pikiran bawah sadar mengandung kekuatan dan kompleksitas yang sedemikian besar sehingga benar-benar mengejutkan imajinasi. Pikiran bawah sadar mengendalikan dan mengatur fungsi-fungsi bagian tubuh, mulai dari memompakan darah ke semua bagian tubuh sampai mengatur pernapasan dan pencernaan. Pikiran bawah sadar merekam setiap kejadian yang pernah terjadi. Setiap insiden dalam sejarah kehidupan pribadi direkam dari dalam, bersama emosi-emosi dan berbagai pemikiran yang ditimbulkan oleh insiden-insiden tersebut. Juga dari pikiran ini, seseorang bisa menerima petunjuk, dan arahan yang tak terkira berharganya. Melalui mimpi, intuisi, perasaan, firasat, alam bawah sadar akan membawakan gagasan-gagasan, wawasan-wawasan, solusi-solusi yang dibutuhkan untuk memenuhi semua kebutuhan dan hasrat keinginan (John Kehoe, 2011 : 5).

**Sugesty****(non hypnosis)**

**Gambar 1.** Alam Sadar dan Alam Bawah Sadar (R. Wandu Y. A., 2011)

**G. Kekuatan pikiran**

Kekuatan pikiran manusia merupakan optimalisasi potensi kinerja otak kanan dan alam bawah sadar pada gelombang otak alpha dan atau teta. Kekuatan yang sangat dahsyat ini

mampu menghasilkan ilmu pengetahuan yang menakjubkan, menyibak misteri kehidupan, memanage energi, menterapi (penyakit, emosi, sikap, mental, psikis, fisik), menjelajah antariksa, mewujudkan impian pikiran perasaan dan pikiran menjadi kenyataan, dan lain lain.

Arif RH menyebutkan bahwa beberapa acuan dan bukti nyata tentang kekuatan pikiran (2009 : 49-63) yakni :

1. Pikiran dan emosi memengaruhi atom.
2. Pikiran dan emosi memengaruhi struktur DNA
3. Pikiran dan emosi mengubah bentuk sel darah.
4. Pikiran dan emosi memengaruhi kesehatan dan proses penyembuhan.
5. Pikiran dan emosi memengaruhi prestasi olahraga
6. Pikiran dan emosi memengaruhi bermain musik.
7. Pikiran dan emosi memengaruhi pesona diri.
8. Pikiran dan emosi memengaruhi batas kemampuan diri.
9. Pikiran dan emosi memengaruhi reaksi fisik.
10. Pikiran dan emosi memengaruhi waktu.
11. Pikiran dan emosi dapat menggerakkan benda.

Selanjutnya hukum-hukum pikiran (Ilhamuddin Mukman, 2009 : 137-174) dipaparkan sebagai berikut :

1. Pertama: hukum energi pikiran.  
Pikiran adalah energi yang memiliki kekuatan yang nyata, nilai ditambah dengan energi yang lain, pikiran mampu menciptakan dan mengenalkan dunianya sendiri.

2. Kedua: hukum kontinuitas pikiran.  
Pikiran terus bekerja meski di alam bawah sadar.
3. Ketiga: hukum penerimaan pikiran.  
Pikiran bawah sadar tidak mengenal penolakan, ia hanya menerima.
4. Keempat: hukum pemusatan pikiran.  
Pada dasarnya, pikiran tidak terpusat tapi berpencar. Pikiran yang menyatu menjadi pikiran utama yang mengarahkan nasib. Pikiran menentukan tindakan, tindakan menentukan kebiasaan, kebiasaan menentukan karakter, dan karakter menentukan nasib.
5. Kelima: hukum isi pikiran.  
Apa yang dimasukkan dalam pikiran, itulah yang menjadi pikiran utama dan dominan dalam pikiran.
6. Keenam: hukum daya tarik pikiran.  
Pikiran adalah magnet. Ia menarik pikiran yang serupa dengan pikiran yang dominan, entah itu negatif atau positif.
7. Ketujuh: hukum kesesuaian pikiran.  
Pikiran memantulkan diri pada cermin dunia luar dan dunia luar memantulkan kembali dalam pikiran dan diri seseorang yang bersangkutan.
8. Kedelapan: hukum kekekalan pikiran.  
Pikiran terus berasosiasi dengan pikiran-pikiran baru dan tidak pernah hilang.

9. Kesembilan: hukum pengendalian pikiran.  
Manusia memiliki kekuatan untuk menyempurnakan diri dan mengubah diri sepenuhnya, tetapi perubahan ini harus terjadi dalam diri yang paling dalam, yaitu pikiran.
10. Kesepuluh: hukum pikiran Ilahi  
Di atas segala pikiran semesta, terdapat pikiran tertinggi, yang bersumber dari pancaran Yang Maha Tinggi.

## II. Visualisasi/Imaginasi

Visualisasi adalah kemampuan untuk menciptakan ide, gambaran atau bayangan dan menghadirkan dalam pikiran. Objek visualisasi dapat terkait dengan peristiwa atau kejadian masa lalu dan atau masa datang, yang mana objek tersebut dapat merupakan gambaran visi/misi/tujuan untuk memiliki, menjadi, atau melakukan sesuatu (Muchlas Suseno, 2012 : 88-89)

Visualisasi kreatif (R. Wandi Y.A., 2011 : 90) adalah tindakan memanfaatkan imajinasi atau pikiran untuk mencapai tujuan yang kita inginkan. Kegiatan ini berguna dan bekerja untuk mewujudkan impian, karena ; pertama, visualisasi dapat memengaruhi keyakinan dan keyakinan membentuk realitas. Keyakinan terbentuk dalam sejumlah cara yang berbeda, bisa melalui pendidikan, keluarga, media, semua yang dibaca, semua yang dilihat, semua yang didengar, semua yang dirasakan, dan lingkungan pada umumnya. Kedua, visualisasi kreatif berguna untuk

perubahan adalah bahwa visualisasi dapat menjadi alat yang ampuh untuk memberlakukan hukum tarik menarik.

Sementara dalam *Wikipedia Founder Jimmy Walles* secara terminologis, imajinasi dikatakan sebagai kemampuan membayangkan, yaitu kemampuan atau kecakapan membentuk bayang-bayang, sensasi, dan konsep-konsep mental dalam sebuah momen ketika semua itu tidak dipahami melalui penglihatan, pendengaran dan atau perasaan, sehingga dapat dikatakan bahwa imajinasi adalah kerja pikiran untuk mencipta. Dengan demikian pada hakikatnya imajinasi adalah energi pikiran serta kemampuan mental dan akal dalam mengabstrak, menyerap, mengintegalkan objek baik faktual maupun non faktual (Muhammad Muhibbuddin, 2012 : 15-19).

### I. Otak Kanan dan Otak KIRI

Ilmuwan pemenang hadiah nobel, Sperry dan Ornstein menemukan di tahun 1960, bahwa sisi wilayah kiri dan wilayah kanan dari otak memiliki fungsi yang berbeda. Kedua wilayah tersebut secara biologis strukturnya identik dan bekerja sama secara harmonis (Iwan Hadibroto dan Syamsir Alam Vitahealth, 2006 : 82)

Pikiran ditinjau dari peran otak, menurut Erbe. S (2010: 64) bahwa fungsi otak kanan adalah aktivitas non verbal, imajinatif, susunan spasial, *holistic intuitif*, paralel, difus, persamaan, tidak tergantung waktu, global, pikiran *divergen*. Hal ini sejalan dengan pendapat Ippho.S (2010 : 51) bahwa wilayah otak kanan adalah *emosional, efektif, intuitif, imajinatif, artistic, kualitatif, spasial, paralel, lateral*, tak

*terencana, impulsive, holistic, difus, visual, implisif, interpersonal, other centric*, motorik kiri. Sebagai tambahan bahwa otak kanan juga memiliki 4 fungsi unik, yakni resonansi, imajinasi, *memory* dengan kecepatan tinggi dan volume besar dan pemrosesan otomatis super cepat.

Sedangkan fungsi otak kiri adalah verbal, proporsional, proses aritmatik, logis analitis, serial, *focus*, perbedaan, tergantung waktu, pikiran *konvergen, segmental*.



Gambar 2. Fungsi Belahan Otak Kanan dan Otak Kiri (Farida Y.S. dan Mukhlis, 2011)

### 1. Gelombang otak (Pikiran Ditinjau dari Potensi Gelombang Otak)

Anna adalah penerus karya dan pemikiran Maxwell Cade dan penulis buku *The Awaken Mind* dari Inggris (Anna Wise, 1991: 35-40). Selama 8 tahun belajar di Inggris kemudian pulang ke Amerika. Penelitian 6000 jam mengamati pola

gelombang otak manusia dan mencoba memahami bagaimana kaitannya dengan kondisi kesadaran manusia.

Berbasis hasil penelitian Maxwell Cade dan Anna Wise, berikutnya Saraswati (2010 : 15) mengatakan bahwa tingkatan gelombang otak meliputi :

1. Beta

**Beta** (frekuensi 12-25 Hz) dominan pada saat orang terjaga dan menjalani aktivitas sehari-hari yang menuntut logika/analisis, sehingga daerahnya meliputi kognitif, analitis, logika, otak kiri, konsentrasi, pemilahan pikiran sadar, dengan kondisi aktif, cemas, was-was, khawatir, stres, *fight*.

2. Alpha

**Alpha** (frekuensi 8-12 Hz) dominan pada saat orang dalam kondisi rileks dan tetap waspada, yang daerahnya meliputi khuyuk rileks, *mediatif*, *focus*, *alertness*, *superlearning*, akses nurani bawah sadar, dalam kondisi ikhlas puas nyaman tenang santai istirahat segar bahagia *endorphine serotonin*.

Kondisi alpha merupakan titik pertemuan antara otak kiri dan otak kanan, intelektual dan imajinasi, pikiran sadar dan pikiran alam bawah sadar. Untuk memasuki alam bawah sadar minimal harus pada kondisi alpha (Aribowo dkk, 209 : 44-45).

3. Theta

**Theta** (frekuensi 4-8 Hz) dominan pada saat orang meditasi, mengantuk, tidur, mimpi, dalam daerah sangat khuyuk, *deep meditation*, *problem solving*,

mimpi, intuisi, nurani bawah sadar dalam kondisi ikhlas, kreatif, hening, imajinasi

4. Delta

**Delta** (frekuensi 0.1-4 Hz) tidur lelap tanpa mimpi, nurani bawah sadar kolektif, tidak ada pikiran dan perasaan.

Gelombang otak beta, alpha, theta, delta adalah blok-blok utama dari kesadaran yang ada, mereka bekerja dalam satu konser mahakarya dari sebuah aransemen yang menentukan dan mendasari kondisi kesadaran pada waktu tertentu (Anna Wise, 2011 : 56).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Maxwell Code terhadap lebih dari 8000 subjek tentang kondisi pikiran, kesadaran, dan korelasinya gelombang otak, menghasilkan gelombang. Otak : beta, alpha, theta, dan delta Yang selanjutnya Anna Wise (2011 : xv) melanjutkan penelitian sehingga menemukan kondisi pikiran dan pola gelombang otak lebih rinci. Pikiran yang tercerahkan adalah kondisi kesadaran khusus yang tampak dalam bentuk pola dan komponen gelombang otak yang sangat spesifik

Setiap gelombang otak memiliki kualitas dan karakter, dan banyak variasi kompleks dari kombinasi gelombang otak, sehingga jarang sekali seseorang akan menghasilkan hanya 1 tipe gelombang otak pada satu momen tertentu. Sebagai contoh meskipun gelombang beta sering kali menghilang saat kondisi fokus, namun beta tetap dibutuhkan agar dapat menyadari, sehingga tanpa beta,

semua kreativitas yang merupakan hasil pikiran alam bawah sadar akan terkunci di alam bawah sadar.

Tabel 1. Gelombang Otak

4 Kategori Gelombang Otak	
Beta 12 - 25 Hz	Kognitif, analitis, logika, otak kiri, konsentrasi, pemilahan, prasangka, pikiran sadar
	Aktif, cemas, was-was, khawatir, stres, <i>fight or flight</i> , <i>disease</i> , <i>cortisol</i> , <i>norepinephrine</i>
Alpha 8 - 12 Hz	Khusyuk, relaksasi, mediatif, <i>focus-aleriness</i> , <i>superlearning</i> , akses nurani bawah sadar
	Ikhlas, nyaman, tenang, santai, istirahat, puas, segar, bahagia, <i>endorphine</i> , <i>serotonin</i>
Teta 4 - 8 Hz	Sangat khusyuk, <i>deep-meditation</i> , <i>problem solving</i> , mimpi, intuisi, nurani bawah sadar
	Ikhlas, kreatif, integratif, hening, imajinatif, <i>catecholamines</i> , <i>AVP (arginin-vasopresin)</i>
Delta 0,5 - 4 Hz	Tidur lelap (tanpa mimpi), <i>non-physical state</i> , nurani bawah sadar, kolektif
	Tidak ada pikiran dan perasaan, <i>cellular regeneration</i> , <i>HGH (Human Growth Hormone)</i>

(Sumber: M. Noer, 2010)

### K. Critical Factor

Tugas utama *Critical Factor* adalah melakukan analisa terhadap setiap informasi atau data yang akan masuk ke pikiran bawah sadar. Hanya data yang sejalan dengan *data base* di pikiran sadar yang diizinkan masuk olehnya. Tujuan dan fungsi-fungsi *Critical Factor* adalah agar data yang telah ada di pikiran bawah sadar tidak mudah untuk diubah, yang sebenarnya adalah mekanisme pertahanan diri. Ada 4 filter mental pada pikiran bawah sadar diri setiap orang, yakni

filter keselamatan hidup, filter moral agama, filter benar/salah dan filter masuk akal/tidak (Adi W Gunawan, 2010 : 47-50)

Metode membuka critical factor, adalah membuat subjek (perorangan ataupun massal) : emosi, sibuk, lengah, bosan, kelesuan, bingung, pengulangan, idola, kondisi alpha, ketidur, dan lain-lain.

### 1. Kreativitas.

Kreativitas adalah kapasitas untuk memiliki pikiran baru dan kemampuan untuk menciptakan ekspresi (cara menafsirkan, bertindak, memproduksi sesuatu, mengambil keputusan, berbicara, berpenampilan, berdaya saing, dan lain-lain) yang berbeda dengan orang lain (Nukman, 2009 : 184)

Selanjutnya menurut Nukman (2009 : 190) ada delapan ciri kreativitas baik pada konteks produk maupun proses.

1. Kemampuan untuk menggeneralisasikan sejumlah ide.
2. Keinginan untuk berani mencoba hal-hal yang baru.
3. Kemampuan untuk menambah, mengemas atau menciptakan ide atau produk kreatif.
4. Kemampuan mengkonsep ide atau produk yang sukar atau rumit.
5. Kemampuan untuk menciptakan ide atau produk yang baru, unik, tidak biasa, segar atau benar-benar berbeda.
6. Kemampuan untuk memproduksi persepsi secara berbeda dengan memunculkan beberapa ide. Untuk memecahkan persoalan yang sama.

7. Kemampuan untuk bermimpi, menemukan, melihat, berpikir serta mengkonsep ide atau produk baru menjadi sebuah bakat.
8. Sifat untuk menunjukkan perilaku keingintahuan, bertanya, mencari, melihat ide-ide lebih mendalam, dan keinginan untuk mengetahui lebih banyak mengenai sesuatu hal.

Selanjutnya yang terkait dengan peran otak kanan dalam alam bawah sadar, adalah visualisasi kreatif; yakni tindakan memanfaatkan imajinasi atau pikiran untuk mencapai tujuan yang kita inginkan, di mana tujuan itu disusun oleh peran otak kiri sebelumnya dengan berbasis 8 jenis kreativitas.

#### M. NLP

NLP (*Neuro Linguistic Programming*) yang merupakan sistem komunikasi untuk meningkatkan kualitas komunikasi yang pada gilirannya untuk meningkatkan kualitas diri baik pikiran, ucapan, perasaan dan tindakan dengan mengolah sistem syaraf penghubung 5 indra, kemampuan alami secara verbal dan non verbal, pola pikiran perasaan dan tindakan, yang manfaatnya adalah membantu dan membangun hubungan personal lebih erat, lebih kuat, lebih dalam, meningkatkan percaya diri dan penghargaan diri, membuat lebih kreatif, meningkatkan kinerja, dan meningkatkan kualitas diri.

Di dalam NLP dipelajari bahasa Meta Model, pola bahasa Milton Erickson Model, Sistem Referensi Manusia

(*Visual, Auditory, dan Kinestetik*), dan pola suara (Secara teori dan praktis dapat dilihat pada teknik-teknik pendidikan dan pelatihan pada bab IV).

Asumsi-asumsi dalam NLP (Rudy Sugiono Lukito, 2011: 8) adalah :

1. Peta bukanlah wilayah sebenarnya..  
Orang berperilaku berdasarkan apa yang dipersepsikannya mengenal dunia luar, bukan berdasarkan realitas yang sebenarnya.
2. Peta yang baik adalah peta yang menyediakan banyak pilihan dan kaya akan pilihan.
3. Orang memiliki semua sumber daya (*skill*, kondisi, kualitas) yang mereka butuhkan untuk bertindak secara efektif.
4. Arti dari komunikasi adalah respons yang didapat.
5. Jika seseorang tidak mendapat yang diinginkan, seseorang itu akan merubah cara yang seseorang lakukan tersebut.
6. Tidak ada kegagalan, yang ada hanya timbal balik.
7. Penolakan klien adalah tanda kurangnya hubungan yang dibangun, Tidak ada klien yang menolak, yang ada hanyalah seorang komunikator yang tidak fleksibel.
8. Orang membuat pilihan terbaik berdasarkan persepsi mereka dari sumber yang tersedia untuk mereka pada saat pilihan itu dibuat.
9. Tujuan positif di belakang setiap perilaku.
10. Memisahkan perilaku dan tujuan.
11. Pikiran dan tubuh adalah satu.

12. Kualitas informasi yang tinggi didapat dari orang lain melalui perilaku, bahasa tubuh, dan bukanlah dari kata-kata yang diucapkan.
13. Tubuh, lingkungan, dan dunia berasal dari sistem-sistem dan sub-sub sistem ekologi, semuanya berinteraksi dan saling memengaruhi.
14. Orang dapat memengaruhi yang lainnya.
15. Bertanggung jawab atas pikiran, karena realita/hasil.
16. Ketika percaya akan melihatnya.

#### N. Karakter

Menurut kamus, karakter merupakan sifat-sifat kejiwaan, akhlak, atau budi pekerti yang membedakan seseorang dengan yang lain, Scerenco (1977) mendefinisikan karakter sebagai atribut atau ciri-ciri yang membentuk dan membedakan ciri pribadi, ciri etis, dan kompleksitas mental dari seseorang, kelompok atau bangsa. Sementara itu *The Free Dictionary*, mengatakan bahwa karakter sebagai suatu kombinasi kualitas atau ciri-ciri yang membedakan seseorang atau kelompok atau dapat juga didefinisikan sebagai suatu deskripsi dari atribut, ciri-ciri atau kemampuan seseorang.

Menurut Zainal Aqiib dan Sujak (2011 : 6), Nilai-nilai karakter dalam hubungannya dengan Tuhan Yang Maha Esa, diri sendiri, sesama manusia, dan lingkungan, serta kebangsaan. Nilai-nilai karakter dalam hubungannya dengan diri sendiri : jujur, bertanggung jawab, bergaya hidup sehat, disiplin, kerja keras, percaya diri, berjiwa wirausaha, berpikir

logis, kritis, kreatif dan Inovatif, mandiri, ingin tahu, cinta ilmu.

#### O. Fobia (Adi W.Gunawan, 2007 : 85-88).

Fobia adalah perasaan takut yang irasional, berlebihan dan bersifat terus-menerus terhadap sesuatu atau situasi. Hampir semua perasaan takut bermula dari masa kanak-kanak, karena pada masa ini anak belum memiliki kemampuan untuk berpikir yang baik. Mengapa perasaan takut tetap ada, walaupun secara logis mereka sadar bahwa ketakutan itu tidak masuk akal ? Emosi terletak di pikiran bawah sadar yang kekuatannya sembilan kali lebih kuat daripada pikiran sadar. Dengan menggunakan pikiran sadar bisa saja berpikir logis, namun saat emosi sudah terpicu, nalar bisa tidak jalan. Beberapa fobia yang secara umum sering terjadi antara lain takut ular, takut ketinggian, takut kehilangan, takut sendiri, takut hantu, takut ditolak, takut diketawai, takut pada darah, takut pada kegelapan, takut pada tempat yang tertutup/terbuka, takut pada hewan, takut pada suara gemuruh, dan lain-lain. Suatu ketakutan akan menjadi fobia apabila emosi takut itu terpicu oleh satu atau lebih faktor yang irasioanal dan tidak diketahui. Penyebab reaksi adalah konflik yang tertekan di alam bawah sadar.

## P. Penjelasan Beberapa Istilah

### 1. Instuisi, *Feeling*, Firasat, dan Mimpi

Apabila Anda percaya akan intuisi, *feeling*, firasat dan atau mimpi, maka intuisi, *feeling*, firasat dan atau mimpi akan hadir dan berperan pada hidup dan kehidupan Anda, Namun sebaliknya, apabila Anda kurang percaya/ragu/tidak percaya akan intuisi, *feeling*, firasat dan mimpi, maka intuisi, *feeling*, firasat dan atau mimpi jarang atau tidak akan muncul membimbing Anda.

Intuisi adalah *password* untuk memasuki alam semesta, alam bawah sadar, dimensi lain dalam kehidupan kita.

Intuisi adalah pintu masuk untuk membangkitkan kekuatan dahsyat dalam diri seseorang.

Intuisi adalah sesuatu yang dilakukan tanpa proses berpikir secara sadar/sudah menjadi kebiasaan.

Instuisi adalah satu kemampuan manusia untuk menganalisis sesuatu yang akan dikerjakan atau dilaksanakan (pekerjaan yang akan dilakukan pun telah diketahui hasil atau bentuknya).

Intuisi adalah kekuatan yang dengan cepat menyadari bahwa sesuatu itu adalah kasusnya (dilakukan tanpa intervensi dari berbagai proses yang masuk akal).

Intuisi merupakan kondisi kewaspadaan yang secara terus-menerus berevolusi dan selalu beradaptasi untuk memenuhi kebutuhan kita.

Intuisi adalah keadaan di mana seseorang akan merasakan akan terjadinya suatu peristiwa baik ataupun buruk

Pasokan intuisi dengan informasi, instuisi adalah *kompas*, alarm bawah sadar, radar.

Adapun cara membangkitkan instuisi, pertama yakin akan mendengarkan suara hati, kedua rileks (kondisi alpha), pernyataan keinginan, *answer solutions*, *insights*, visualisasi-kan keinginan sampai kondisi theta, tunggu dengan penuh keyakinan dan pengharapan.

*Feeling* hanya sebuah asumsi dari perasaan.

Firasat tingkatnya lebih jauh (sebuah kenyataan meski tidak/ belum muncul atau diimplementasikan dalam tindakan).

Mimpi adalah tempat pikiran sadar bertemu dengan pikiran bawah sadar.

Dalam keadaan koma, alam bawah sadar tetap bekerja.

Yang membedakan instuisi, *feeling*, pikiran, ilham, insting, mimpi adalah kualitas kinerjanya.

### 2. Imajinasi, Visi, Fantasi, Ilusi, Halusinasi, Persepsi

Imajinasi: gambaran ideal abstraksi dari ide/gagasan/cita-cita.

Visi: Ide jangka panjang yang dirumuskan untuk menentukan titik yang akan dicapai di masa depan.

Fantasi: Eksplorasi mimpi yang berkembang. Di luar empirisme nalar manusia. Dan terbebas dari berbagai parameter, indikator dan realita (mimpi tanpa ada gairah/ tuntut untuk merealisasikan).

Ilusi: Kesalahan persepsi dan merupakan wujud dari kepalsuan.

Halusinasi: persepsi sensoris yang salah tanpa gangguan rangsangan dari luar yang sebenarnya (mungkin gangguan emosi/stres akibat obat).

Persepsi dalam kondisi sadar tanpa adanya rangsangan nyata terhadap indra.

Dia melihat tapi orang lain tidak melihat.

Kesalahan persepsi terhadap objek.

Delusi: Kesalahan persepsi/halusinasi tetapi justru diyakini sebagai sebuah kebenaran/keistimewaan.

#### Q. Doa

Doa yang dibicarakan di sini adalah doa yang wajib dilakukan pada setiap mengawali kegiatan

Syarat-syarat kalimat doa SMARTFV):

1. Spesifik.
2. Dapat diukur tingkat keberhasilannya.
3. Anda dapat mencapai.
4. Realistis.
5. Ada ukuran batasan waktu.
6. Fokus.
7. Dapat divisualisasikan.

Adapun proses doa :

1. Khusyuk (dalam kondisi alpha atau tetha).
2. Tidak mengeluarkan pikiran negatif selama dan setelah berdoa (Virus).
3. Yakin.

4. Lakukan satu persatu, bila permintaannya banyak. Jangan direnteng.
5. Rutin.

#### Manfaatkan Waktu-waktu dalam Kondisi Alpha atau Tetha.

1. Saat mulai mengantuk mau tidur (sekitar 10 menit).
2. Saat terbangun tengah malam (sekitar 15 menit).
3. Saat bangun pagi (sekitar 10 menit).
4. Saat menikmati mandi.

#### B. Sebelas Sasaran Kesuksesan dan Kebahagiaan.

Kesuksesan dan kebahagiaan adalah satu dalam arti bahwa: sukses adalah keberhasilan proses, sedangkan kebahagiaan adalah hasil yang diinginkan dari setiap usaha. Sasaran atau objek tujuan hidup dan kehidupan manusia adalah meliputi aspek-aspek di bawah ini.

1. Spiritual.  
Spiritual adalah kegiatan yang terkait dengan unsur-unsur religius. Untuk mencapai tujuan hidup.
2. Kesehatan  
Kondisi dan atau situasi yang membahagiakan lahir batin dalam kesehatan fisik dan mental.
3. Keselamatan  
Kondisi, situasi dan atau keadaan terbebas dari bahaya.
4. Keamanan  
Kondisi, situasi dan atau keadaan yang membuat rasa nyaman bebas rasa takut dan terlindungi.

5. Keluarga  
Kualitas keberhasilan keluarga yang dibina yang dapat secara garis besar meliputi kesehatan, keharmonisan, dan ekonomi.
6. Pengembangan Diri  
Pengembangan diri adalah merupakan pengembangan yang terkait dengan peningkatan kualitas pikiran, perasaan, ucapan, perasaan, sikap, perilaku, tindakan, kepribadian, keunggulan positif yang semakin hari semakin maju dan bermakna bagi diri sendiri keluarga dan lingkungan.
7. Karier  
Karier adalah merupakan salah satu unsur kinerja usaha yang diharapkan semakin baik, semakin berkualitas, yang terkait dengan: menjadi apa, memiliki apa, dan dapat melakukan apa dalam perjalanan waktu.
8. Bisnis.  
Bisnis adalah salah satu kendaraan perjuangan hidup yang terkait dengan *income*/finansial.
9. Wisata-Rekreasi-Petualang  
Kegiatan menghibur atau memberi menu segar pada pikiran, perasaan, dan mental dalam hidup dan kehidupan
10. Material  
Material adalah sasaran tujuan yang meliputi sandang, pangan, papan, properti, dan kendaraan.

#### 11. Sosial

Sosial adalah sasaran tujuan hidup sebagai makhluk sosial, yang terkait dengan peran, fungsi, sumbangan yang dapat berbentuk sumbangan atau andil dana, rasa, pangan, sandang, kinerja panca indra, peran fisik terutama pada lingkungan dan masyarakat sekitar.

### BAB III TEKNIK - TEKNIK PENJELAJAHAN

#### Password

Anda akan melakukan kegiatan wajib berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.

Kemudian berdoa:

*Ya Allah saya mohon izinMu, mohon petunjukMu, mohon bimbinganMu saya akan melakukan proses....., dan saya mohon maaf kepadaMu bila dalam melakukan..... saya melakukan kesalahan-kesalahan dan kekurangan-kekurangan.*

Bila memohon petunjuk gunakan menu 5 W dan 1 H.

*Lakukan satu persatu aspek*

*Dalam kondisi trance bila Anda mendapat petunjuk, boleh memohon penjelasan pada saat itu juga (katakan dalam hati).*

### B. Ciri-ciri jawaban yang benar.

#### Beberapa kemungkinan :

1. Gambar terlihat amat mengejutkan.
2. Lebih jelas dan berkesan.
3. Hanya terlihat beberapa detik saja tetapi tidak dapat dilupakan.
4. Seperti slide di film dengan cara mendadak tanpa tanda-tanda awalan.
5. Yang melihat merasa kagum dan terkesan.
6. Suara samar-samar tetapi maknanya dapat ditangkap.
7. Bersih dan terang.
8. Bersih, terang dan ada gambarnya.
9. Tak terpikir sebelumnya.

### C. Bahasa Gambar atau Simbol Alam Bawah Sadar.

Pikiran bawah sadar berkomunikasi dengan bahasa gambar/symbol. Misalnya bila saya berkata "air" yang muncul di pikiran Anda pasti bukan huruf "a-i-r", yang muncul bisa macam-macam bergantung data yang ada di memori Anda. Kata "air" bisa memunculkan symbol, antara lain : sungai, samudra, *aqua*, hujan, banjir, dan lain sebagainya.

#### Contoh-contoh penerjemahan

Ada dua orang ditanya tentang asalnya Sari (nama orang), 'aslinya Sari dari mana? : Si A melihat dalam imajinasinya "getuk Trio", sedangkan si B melihat imajinasinya "stupa candi borobudur". Dari kedua jawaban itu bisa disimpulkan bahwa Sari asli Magelang.

Bantuan jamu tersebut diapakan ? Muncul jawaban gambar kamar mandi? kesimpulannya bahwa jamu tersebut untuk campuran mandi.

Apa yang harus saya lakukan pada saat bertanding, supaya saya dapat memenangkan pertandingan? Muncul jawaban Anda melihat diri Anda tersenyum. Lalu apa kesimpulannya? kendalikan emosi, atau latunya?

Mengapa kamu tidak jadi ikut rekreasi ? Ya, karena saat saya mohon petunjuk-Nya, *terlintas rambu-rambu stop*. Setelah saya mengulangi, dalam pikiran saya *terlintas tanda silang X*.

Saat teman saya meminta petunjuknya tentang karakter si Abas, petunjuk yang didapat adalah *melihat harimau*. Lalu dia menerjemahkan bahwa secara umum karakternya seperti harimau.

Teman saya mencoba ingin mengetahui keadaan bisnisnya si B, petunjuk yang keluar adalah *perjalanan pulang pasir*. Lalu teman saya minta bantuan temannya untuk melakukan hal yang sama, petunjuk yang didapat *pohon dengan ranting-ranting yang rapuh dan daun yang menguning*. Dari dua petunjuk ini teman saya masih kurang puas, lalu minta bantuan temannya yang lain, petunjuk yang didapat *si B naik mobil lewat terowongan dan macet*. Dari ketiga jawaban menggiring kesimpulan yang sama. Bahwa bisnis si B sedang terancam bangkrut atau mundur.

Selanjutnya teman saya tetap penasaran, lalu memohon petunjuknya : apa yang menyebabkan bisnisnya mundur. Teman saya mendapat gambaran *orang minta-minta*. Dengan cepat tanggap teman saya menyimpulkan *kurang sedekah*.

Kasus percintaan, T memohon petunjuk Allah, apakah si L kalau menjadi suami saya, si L dapat membahagiakan lahir batin diri T. Gambaran yang ada adalah *jalan ke depan lurus lalu bercabang*, kecuali itu T melihat *gambaran kucing dan anjing berhadapan*. Apakah kesimpulannya?

#### D. Clairvoyance.

*Clairvoyance* adalah ilmu untuk mengetahui atau menangkap getaran-getaran gelombang yang berupa gambaran-gambaran mental spiritual dengan pengenalan terhadap maknanya. Terhadap sesuatu baik pada masa lalu, masa kini dan bahkan masa mendatang.

1. Contoh: Kelemahan dan kekurangan masa kini.
  - a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
  - b. Duduk, bersila atau berdiri.
  - c. Tutup mata.
  - d. Ambil napas melalui hidung, pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.

#### e. Afirmasi :

Wahai bawah sadarku, Apa saja kekurangan-kekurangan dan kesalahan-kesalahan saya dalam meniti karier sebagai atlet ? Dan apa saja yang harus saya lakukan, agar saya sukses dan bahagia dalam karier saya sebagai atlet

***Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.***

***Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.***

***Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.***

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

2. Contoh : Karier yang cocok.
  - a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
  - b. Duduk, bersila atau berdiri.
  - c. Tutup mata.
  - d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
  - e. Afirmasi :
 

Yaa Allah, saya memohon petunjukMu, Apa saja karier yang cocok untuk saya yang dapat membahagiakan lahir batin saya dan keluarga

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.*

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua petunjuk yang saya dapat.*
  - f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
  - g. Proses terjadi.
  - h. Bangun.
  - i. Selesai.

- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

### Prekognisi

Prekognisi adalah persepsi akan kejadian pada masa yang akan datang. Seseorang dapat mengetahui apa yang akan terjadi di masa depan.

Contoh : Percintaan.

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- e. Afirmasi :

Yaa Allah, saya mohon petunjukMu apakah Harjuno ini bisa membahagiakan lahir batin diri saya selamanya, bila dia menjadi suami saya. ?

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.*

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua petunjuk yang saya dapat.*

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
  - g. Proses terjadi.
  - h. Bangun.
  - i. Selesai.
  - j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
  - k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.
2. Contoh : Perjalanan bisnis.
- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
  - b. Duduk, bersila atau berdiri.
  - c. Tutup mata.
  - d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.

**Afirmasi :**

Yaa Allah, saya mohon petunjukMu : bagaimana perjalanan bisnis bengkelnya si Banu sampai akhir tahun ini ? Dan apakah si Banu sukses dalam menjalankan bengkelnya ?

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.*

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua yang saya dapat.*

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

**Retrokognitsi.**

Retrokognitsi adalah kemampuan indra keenam untuk mengetahui suatu kejadian di masa lampau.

1. Contoh: Masa Lampau
  - a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
  - b. Duduk, bersila atau berdiri.
  - c. Tutup mata.
  - d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.

e. Afirmasi :

Yaa Allah, kejadian-kejadian apa saja yang menjadikan Ali menjadi seorang yang kurang percaya diri dalam segala hal ?

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.*

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua petunjuk yang saya dapat.*

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.

- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

Contoh : Potensi masa lampau.

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- e. Afirmasi :

Yaa Allah, saya mohon petunjukMu : apa yang terjadi di masa lampau yang menyebabkan dia sering lambat bereaksi (saat harus tertawa dia tidak tertawa, namun setelah beberapa menit atau bahkan beberapa jam dia baru tertawa) ?

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.*

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua petunjuk yang saya dapat.*

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

#### G. Remote Viewing (Terawang).

*Remote Viewing* adalah kepekaan lebih dalam ketika melihat orang, tempat, atau situasi secara langsung tanpa bantuan panca indra. Ilmu ini berfungsi untuk melihat alam gaib, bahkan pada tingkatan yang lebih tinggi bisa dipergunakan untuk melihat alam nyata yang tidak terjangkau oleh pandangan mata.

1. Contoh : Melihat suasana gaib.
  - a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
  - b. Duduk, bersila atau berdiri.
  - c. Tutup mata.
  - d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.

#### e. Afirmasi :

Wahai bawah sadarku, suasana dan kegiatan gaib apa saja yang terjadi di rumahnya Hartono di Jl Samudra No.2000 Malang ? Dan apa saja yang harus Hartono lakukan agar suasana di Rumah normal kembali tanpa ada energi negatif yang mengganggu.

***Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.***

***Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.***

***Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.***

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

2. Contoh : mendeteksi orang
  - a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
  - b. Duduk, bersila atau berdiri.
  - c. Tutup mata.
  - d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
  - e. Afirmasi :
 

Yaa Allah, saya mohon petunjukMu : energi negatif apa yang membuat atau menggerakkan dia sering marah.

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.*  
*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.*  
*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua petunjuk yang saya dapat.*
  - f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
  - g. Proses terjadi.
  - h. Bangun.
  - i. Selesai.

- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

#### g. Telepati.

Telepati adalah gejala kemampuan menyampaikan pesan pikiran kepada orang lain tanpa berbicara atau memberi isyarat.

#### 1. Contoh : Memberi pesan.

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung, pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- e. Afirmasi :

Wahai bawah sadarku, saya minta bantuanmu untuk menghadirkan bawah sadar si C dihadapanku atau antarkan saya ke hadapan bawah sadar si C, saya akan menyampaikan saran-saran pada bawah sadar si C

#### f. Visualisasi

Bayangkan, si C datang menghadap Anda/Anda datang ke tempat si C, beri salam.

Bayangkan Anda memberikan pesan-pesan taktik dan strategi yang harus dilakukan dia pada saat dia bertanding melawan si D besok minggu depan. Bayangkan dia senang dan menerima saran Anda. Bayangkan Anda pun senang dan puas dapat menyampaikan saran-saran.

Bayangkan dia kembali dengan senyum dan penuh terima kasih/Anda kembali dia tersenyum.

Bayangkan dia melaksanakan saran Anda pada pertandingan yang Anda maksud.

g. Selesai.

2. Contoh : meminta melakukan sesuatu.

a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.

b. Duduk, bersila atau berdiri.

c. Tutup mata.

d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.

e. Afirmasi :

Yaa Allah saya memohon pertolonganmu untuk menyampaikan pesanku agar si Cerdas menelpon saya.

f. Visualisasi

Bayangkan, si Cerdas teringat Anda.

Bayangkan si Cerdas rindu pada Anda.

Bayangkan si Cerdas mengambil hp

Bayangkan si Cerdas menelepon Anda, Anda merasakan senang (Untuk hal ini, Anda juga perlu mengecek posisi dia saat ini, apakah dia sedang mengemudi, dia sedang mandi, dia sedang menerima tamu, dan lain sebagainya. Untuk itu maka cari waktu yang sekiranya dia sedang kosong ocaranya. Atau kalau tidak, perintahkan besok diminta menelpon Anda).

g. Selesai

### 4. Clairsentience.

Clairsentience adalah kemampuan untuk merasakan aroma, rasa, sensasi fisik, pikiran-pikiran yang dialami oleh orang lain. Atau dapat dikatakan bahwa Clairsentience adalah merasakan suatu informasi yang tidak dirasakan orang biasa.

1. Contoh : Permasalahan orang lain.

a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.

b. Duduk, bersila atau berdiri.

c. Tutup mata.

d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang.

Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.

e. Afirmasi :

Wahai bawah sadarku, saya minta bantuanmu untuk bertemu dengan bawah sadar anak saya Eko. Dan apa saja yang sedang dipikirkan anak saya Eko dalam seminggu ini

***Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.***

***Saya bangun 10x lebih sehat, lebih buger, lebih kuat.***

***Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.***

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

Contoh : Kondisi fisik orang lain.

- a. Siapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- e. Afirmasi :

Yaa Allah, saya mohon petunjukMu, apa yang dirasakan kurang nyaman pada fisiknya si Andi, dan bagian mana rasa kurang nyaman itu paling besar ? Yaa Allah saya mohon izinMu, saya ingin merasakan apa yang dirasakan si Andi di fisiknya.

***Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.***

***Saya bangun 10x lebih sehat, lebih buger, lebih kuat.***

***Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.***

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.

- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

#### J. Clairaudience.

*Clairaudience* adalah kemampuan untuk menerima pikiran atau informasi tentang seseorang atau situasi melalui pendengaran daripada visual.

1. Contoh : Melihat situasi tempat.
  - a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
  - b. Duduk, bersila atau berdiri.
  - c. Tutup mata.
  - d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
  - e. Afirmasi :

Yaa Allah saya mohon petunjukMu, suara-suara gaib apa saja yang mengganggu teras rumah saya ? Mohon dibimbing mampu mendengarkan suara dan asal suara itu.

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.*

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua petunjuk yang saya dapat.*

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

Contoh : Mendengarkan pesan-pesan.

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.

## e. Afirmasi :

Wahai bawah sadarku, saya minta bantuanmu untuk bertemu dengan bawah sadar Ibuku. Dan Pada Ibu saya mohon nasihat-nasihatMu untuk saya tentang pemilihan pekerjaan, saya akan mendengarkan.

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.*

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.*

## f. Visualisasi :

Bayangkan : Ibu Anda hadir di depan Anda

## g. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.

## h. Proses terjadi.

## i. Bangun.

## j. Selesai.

## k. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.

## l. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

## Clairallience.

Clairallience adalah mencium suatu bau yang tidak wajar pada suatu waktu. Clairallience juga berarti kemampuan mencium bau dari kejauhan, atau kemampuan untuk mengetahui kehadiran sesuatu yang tidak tampak melalui intuisi.

## 1. Contoh : Mendeteksi bau yang tidak wajar.

- Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- Duduk, bersila atau berdiri.
- Tutup mata.
- Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- Afirmasi :

Yaa Allah saya mohon petunjukMu, bau apa yang akhir-akhir ini muncul di ruang teras kakak saya Edi? Dan apa saja yang harus dilakukan kakak saya Edi agar...

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.*

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua petunjuk yang saya dapat.*

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
  - g. Proses terjadi.
  - h. Bangun.
  - i. Selesai.
  - j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
  - k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.
2. Contoh : Merasakan Energi Negatif
- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
  - b. Duduk, bersila atau berdiri.
  - c. Tutup mata.
  - d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
  - e. Afirmasi :

Wahai bawah sadarku, energi negatif apa yang muncul, sehingga tercium bau kurang nyaman di lingkungan ini.

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.*

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.*

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

### Claircognizance.

Claircognizance adalah kemampuan untuk mengetahui atau membaca sesuatu yang akan terjadi dalam suatu rentang waktu dekat.

Contoh : Masa kini.

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang.

Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.

e. Afirmasi :

Yaa Allah, apa yang akan terjadi dalam pertandingan silat, antara murid saya Bandung dengan Bondowoso ? Apa saja yang harus saya lakukan agar Murid saya Bandung dapat menjadi pemenangnya ?

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.*

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua petunjuk yang saya dapat.*

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

Contoh : Pengumuman

- a. Siapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- e. Afirmasi :

Yaa Allah saya mohon petunjukMu, kapan pengumuman hasil seleksi proposal proyek penelitian dari Departemen Olahraga itu diumumkan ? dan apakah proposal saya diterima dan dibiayai ? Apa yang harus saya lakukan supaya proposal saya diterima dan dibiayai oleh Departemen Olahraga apabila masih ada peluang usaha ?

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.*

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua petunjuk yang saya dapat.*

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

#### M. Clairgustance.

*Clairgustance* adalah rasa pada lidah yang tidak wajar.

1. Contoh : Masa kini.
  - a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
  - b. Duduk, bersila atau berdiri.
  - c. Tutup mata.
  - d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
  - e. Afirmasi :

Wahai bawah sadarku, Apa yang menyebabkan lidah saya terasa pahit bila untuk minum ? apakah penyebabnya kesehatan saya atau penyebabnya di luar nalar ?

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih buger, lebih kuat.*

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua yang saya dapat.*

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

Contoh : Permasalahan orang lain.

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- e. Afirmasi :

Yaa Allah saya mohon petunjukMu, gangguan apa yang terjadi sehingga pembuatan nasi yang baru 2 jam diambil dari *cooker*, sudah basi.

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.*

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.*

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

#### N. Psikokinesis.

*Psikokinesis* adalah kemampuan untuk menggerakkan benda hanya dengan kekuatan pikiran

Contoh : Bandul.

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- e. Buka mata.  
Pegang bandul pendulum dan tatap bandul pendulum tersebut :  
(dalam hal ini bandul pendulum dapat dipegang oleh orang lain).  
Sebut yang Anda inginkan, misalnya : *Bandul berputar searah jarum jam*  
Tunggu sebentar : dengan penuh keyakinan.  
Amati apakah bandul benar-benar berputar seperti yang Anda harapkan ?  
Silahkan mencoba gerakan yang lain, misalnya :  
*Bergerak ke kiri dan ke kanan.*  
*Bergerak ke muka ke belakang.*  
*Berlawanan dengan jarum jam.*  
Selesai.

Contoh : mendeteksi sumber air.

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.

- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- e. Buka mata .

Pegang bandul pendulum dan tatap bandul pendulum tersebut.

(dalam hal ini bandul pendulum dapat dipegang oleh orang lain) Sebut yang Anda inginkan .

Dengan se izin Allah, bandul bergerak searah jarum jam bila tanah ini pada kedalaman kurang dari 20 meter ada sumber airnya ? Dan bandul bergerak berlawanan jarum jam bila tanah ini letak sumber airnya lebih dari 20 meter.

Dan bergeraklah cepat dan makin melebar sesuai dengan kedalaman sumber air. Makin dalam perputaran makin melemah.

(Untuk kasus ini bila perlu mendeteksi apakah di bawah lokasi sumber air yang saya pilih ini ada hambatan batu besarnya dalam menuju sumber air)

- f. Tunggu sebentar.
- g. Proses terjadi.
- h. Selesai.

## 11. Proyeksi Astral.

Proyeksi astral adalah kemampuan untuk keluar dari tubuh fisik dan menggerakkan tubuh astral sesuka hati untuk pergi kemana pun baik ke masa depan ataupun ke masa lalu tanpa batas ruang dan waktu.

### 1. Contoh : *Traveling*.

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- e. Afirmasi :

Baca *password* (lihat Item A)

Yaa Allah, saya mohon izinMu, mohon petunjukMu, mohon pertolonganMu, mohon perlindunganMu, saya berjalan-jalan di pantai Kuta Bali di sore hari.

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam melakukan kegiatan traveling ke pantai Kuta Bali.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih buger, lebih kuat.*

***Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.***

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
  - g. Proses terjadi.
  - h. Bangun.
  - i. Selesai.
  - j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
  - k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.
2. Contoh : *Monitoring.*
- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
  - b. Duduk, bersila atau berdiri.
  - c. Tutup mata.
  - d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
  - e. Afirmasi :

Baca *password* (lihat item A).

Yaa Allah, saya mohon izinMu, mohon petunjukMu, mohon pertolonganMu, mohon perlindunganMu, saya kembali ke rumah saya, untuk jalan-jalan dan melihat-lihat situasi rumah saya pada malam hari ini.

***Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam melakukan kegiatan traveling mengontrol rumah di malam hari.***

***Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.***

***Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.***

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

## P. Psikometri.

Psikometri adalah kemampuan untuk merasakan dan mengetahui sejarah dari suatu benda atau ruangan dengan cara melihat dan merasakan sensasi dari sejarah tersebut dan seakan-akan mengalami secara langsung. Atau kemampuan mendapatkan informasi tentang suatu benda atau suatu tempat, baik informasi yang baik, yang buruk atau yang biasa saja, atau dengan kata lain adalah kemampuan membaca energi yang tertanam pada benda atau tempat.

1. Contoh : Sejarah rumah tua
  - a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
  - b. Duduk, bersila atau berdiri.
  - c. Tutup mata.
  - d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
  - e. Afirmasi :

Baca *password* (lihat butir A)

Yaa Allah, saya mohon petunjukMu, kejadian-kejadian masa lalu apa saja yang terjadi di rumah ini, sehingga sampai saat ini suasana rumah tetap tampak menyeramkan.

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.*

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua petunjuk yang saya dapat.*

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

Contoh: Energi

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.

e. **Afirmasi :**

Baca *password* (lihat butir A).

Yaa Allah, saya mohon petunjukMu, energi positif apa yang ada pada belut sidat?

***Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk.***

***Saya bangun 10x lebih sehat, lebih buger, lebih kuat.***

***Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua petunjuk yang saya dapat.***

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

Q. **Materialisasi**

Materialisasi adalah kemampuan mempercepat tercapainya cita-cita atau mewujudkan suatu keinginan, misalnya

penyembuhan, mengalihkan hujan, atau menunda hujan dan lain-lain.

a. **Contoh: energi positif.**

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- e. **Afirmasi :**

Yaa Allah saya mohon izinMu, mohon petunjukMu, mohon pertolonganMu, Saya memohonkan energi positif untuk tubuhnya si H, sehingga mulai sekarang menit demi menit tubuh si H semakin sehat dan kuat kembali normal kembali, dan si H dapat beraktivitas bebas kembali tanpa rasa sakit.

f. **Visualisasi.**

Rasakan ada energi positif yang masuk ke tubuh si H.

Bayangkan aliran darah di seluruh tubuh si H mengalir lancar.

Bayangkan si H sehat dan kuat kembali.

Bayangkan si H beraktivitas bebas tanpa rasa sakit.

Bayangkan si H senang.

Dan bersamaan dengan Anda membayangkan, bila mungkin si H juga membayangkan hal yang sama dengan Anda.

Atau memang lebih tepatnya kalau si H yang diminta membayangkan.

- g. Ucapkan syukur pada Allah seolah-olah apa yang Anda inginkan sudah tercapai.
  - h. Selesai.
2. Contoh: Memindah hujan.
- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
  - b. Duduk, bersila atau berdiri.
  - c. Tutup mata.
  - d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
  - e. Afirmasi :

Yaa Allah saya mohon izinMu, mohon petunjukMu, mohon pertolonganMu, supaya besok Hari Rabu tgl 12 April 2013 rumah saya dan sekitarnya dengan radius 1 Km bebas hujan. Namun apabila hujan itu memang menjadi kehendakMu, saya hanya pasrah kepadaMu dan mohon ampun 3x

#### f. Visualisasi.

Bayangkan suasana yang Anda inginkan pada hari H tersebut.

Bayangkan dengan diikuti rasa senang dan merasakan suasana yang Anda inginkan.

Bayangkan semua orang yang ada disitu juga merasakan suasana yang anda inginkan.

- g. Ucapkan syukur pada Allah seolah-olah apa yang Anda inginkan sudah tercapai.
- h. Selesai.

#### g. Levitasi

Levitasi adalah kemampuan seseorang untuk membuat dirinya atau orang lain melayang, lepas dari permukaan bumi. Levitasi sebenarnya adalah penerapan telekinesis atau psikokinesis.

Contoh : Bobot Ringan (untuk orang lain).

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- e. Afirmasi :

Tanpa alasan yang jelas, mulai sekarang bobot badan Anda, detik demi detik menurun dengan cepat dalam waktu 30 detik, sampai menjadi seperti 1 kg kapas (3x)

Mulai sekarang badan Anda melayang layang, tidak memiliki keseimbangan, lebih-lebih kalau terkena angin walaupun dengan tekanan yang kecil.

Silahkan Anda berjalan ke muka dengan cepat.

(Waspadai, dia cenderung jatuh, tangkaplah)

- f. Afirmasi;  
Tanpa alasan yang jelas, mulai sekarang dan seterusnya bobot badan Anda kembali normal. Dan Anda bangun 10x lipat lebih kuat dan 10x lipat lebih sehat.
  - g. Selesai.
2. Contoh: Bobot Ringan (untuk orang lain)
- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
  - b. Duduk, bersila atau berdiri.
  - c. Tutup mata.
  - d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.

#### e. Sugesti:

Tanpa alasan yang jelas, mulai sekarang kedua pergelangan tangan Anda terikat tali, di mana kedua tali bagian atas terikat 100 buah balon gas yang memiliki kekuatan tarikan lebih dari 500 kg, sehingga tarikan tali dan balon ke atas akan sangat mudah menarik seluruh tubuh Anda ke atas. Sementara jumlah balon setiap detiknya tambah 50 buah balon.

Yaa rasakan dan nikmati tarikannya.

Sementara balon menarik Anda di atas, tanpa alasan yang jelas bobot tubuh Anda setiap detiknya berkurang 10 kg sampai tubuh Anda berbobot seperti 1 kg kapas.

Anda terangkat ke atas.

- f. (Waspadai, jagalah di sekitarnya, karena ada kemungkinan dia jatuh).
- g. Tanpa alasan yang jelas, balon satu persatu meletus sampai kekuatan tarik balon hilang. Dan tanpa alasan yang jelas bobot tubuh Anda normal kembali.
- h. Anda kembali dengan selamat, 10x lipat lebih kuat, dan 10x lipat lebih sehat
- i. Selesai.

#### k. Teleportasi

Teleportasi adalah kemampuan membawa/memindahkan suatu benda ke jarak jauh dalam waktu singkat atau bahkan

seketika itu juga. Sebagai contoh aji sapu angin, di mana orang yang menggunakan dapat menempuh jarak puluhan atau ratusan kilometer dalam hitungan detik. (Hal yang satu ini tidak dibicarakan di sini).

## T. Penyembuhan

Penyembuhan adalah kemampuan penyembuhan secara alternatif dan atau energi batin, baik secara pasif ataupun aktif

1. Contoh : Penyembuhan
  - a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
  - b. Duduk, bersila atau berdiri.
  - c. Tutup mata.
  - d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
  - e. Afirmasi :

Yaa Allah, saya memohon petunjukMu dan mohon pertolonganMu.

Si A mengidap penyakit apa?

Organ tubuh yang mana yang menjadi sumber penyakitnya si A?

Apakah obatnya?

Ke mana saya harus mencari obatnya?

Bagaimana cara mengobatinya?

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjukNya.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih buger, lebih kuat.*

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua petunjuk yang saya dapat.*

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

Contoh : Penyembuhan (Dilakukan oleh Klien).

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan, dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.

e. **Afirmasi :**

(Yaa Allah, saya memohon kepadaMu, mulai sekarang dan seterusnya lutut kiri saya dapat saya tekuk, dapat saya gerakkan lagi tanpa rasa sakit. KarenaMu, mulai sekarang dan seterusnya lutut kiri saya normal kembali, sembuh kembali, sehat kembali, kuat kembali dan dapat saya gerakkan bebas tanpa rasa sakit) 3x

- f. Bayangkan, aliran darah di kaki kiri Anda lancar, lutut Anda dapat Anda gerakan ke segala arah tanpa rasa sakit, dan bayangkan Anda beraktivitas bebas seperti yang Anda lakukan sehari-hari tanpa rasa sakit.
- g. Ikuti rasa senang, puas dan lega.
- h. Sekarang ambil napas, buka mata, dan gerakkan lutut Anda.

(proses ini bisa diulang kembali apabila dikehendaki)

## U. **Sebelas Sasaran Kesuksesan dan Kebahagiaan.**

### 1. **Spiritual**

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang.

Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.

e. **Afirmasi :**

Yaa Allah, saya memohon petunjukMu dan mohon pertolonganMu :

Sedekah apa saja yang harus saya lakukan ?

Berapa ratus ribu, minimal yang harus saya sedekahkan per bulan ?

Kegiatan spiritual apa saja yang harus saya lakukan ?

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk Nya.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.*

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua petunjuk yang saya dapat.*

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks .
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.

- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

## 2. Kesehatan

- Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- Duduk, bersila atau berdiri.
- Tutup mata.
- Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- Afirmasi :  
Yaa Allah, saya mohon petunjukMu : olahraga apa yang paling cocok buat saya ?  
Gerakan-gerakan olahraga yang bagaimana yang harus saya lakukan ?

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk Nya.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.*

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua petunjuk yang saya dapat.*

- Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks .

- Proses terjadi.
- Bangun.
- Selesai.
- Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

## Keamanan

- Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- Duduk, bersila atau berdiri.
- Tutup mata.
- Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- Afirmasi :

Yaa Allah, saya mohon petunjukMu apa saja yang harus saya lakukan supaya toko saya aman, semua isi toko aman, dan semua penghuni toko.  
Toko selamat, semua isi toko selamat, dan semua penghuni toko selamat.

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk Nya.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.*

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua petunjuk yang saya dapat.*

- f. Visualisasikan apa yang Anda inginkan.  
Bayangkan toko Anda aman.  
Bayangkan seluruh isi toko Anda aman.  
Bayangkan seluruh penghuni toko Anda aman.  
Ikutilah dengan rasa senang.  
Bersyukurlah. Bahwa Anda telah mencapai apa yang Anda inginkan.
  - g. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
  - h. Proses terjadi.
  - i. Bangun.
  - j. Selesai.
  - k. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
  - l. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.
4. Keselamatan
- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
  - b. Duduk, bersila atau berdiri.
  - c. Tutup mata.

- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- e. Afirmasi :

Yaa Allah, saya mohon izinMu saya ke Jakarta, saya memohon petunjukMu, mohon perlindunganMu, mohon pertolonganMu agar supaya saya selamat sukses dan bahagia dalam melaksanakan tugas di Jakarta.

Rumah saya seisinya selamat selama saya melaksanakan tugas ke Jakarta.

Kendaraan yang saya naiki selamat selama saya melaksanakan tugas ke Jakarta.

- f. Visualisasi.  
Bayangkan Anda selamat sukses dan bahagia dalam melaksanakan tugas itu.  
Bayangkan rumah Anda seisinya selamat.  
Bayangkan kendaraan yang Anda naiki selamat sampai Anda tiba di rumah kembali.  
Ikuti rasa senang.  
Bersyukurlah bahwa yang Anda inginkan tercapai.
  - g. Selesai.
5. Keluarga
- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.

- b. Duduk, bersila atau berdiri.
  - c. Tutup mata.
  - d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
  - e. Afirmasi :  
Yaa Allah, saya memohon kepadaMu : saya, istri saya dan anak-anak saya, mulai sekarang dan seterusnya dari hari ke hari semakin berkelimpahan rezeki di semua aspek kehidupan karenaMu.
- Dan apa saja yang harus saya dan keluarga saya lakukan, agar saya sekeluarga berkelimpahan rezeki di semua aspek kehidupan karena Mu 3X***
- f. Visualisasi.  
Bayangkan Anda, istri Anda, anak-anak Anda berkelimpahan rezeki.  
(Rezeki uang, rezeki sehat, rezeki keselamatan, dan lain-lain)  
Bayangkan dengan perasaan senang.  
Bersyukurlah, seolah-olah apa yang Anda inginkan sudah tercapai.
  - g. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
  - h. Proses terjadi.

- i. Bangun.
- j. Selesai.
- k. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu

#### **8. Karier**

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- e. Afirmasi :  
Yaa Allah, saya mohon petunjukMu : Karier apa saja yang dapat membahagiakan lahir batin diri saya dan keluarga ?  
Apa saja yang harus saya lakukan sehingga saya segera dapat menjemput karier tersebut ?

***Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk Nya.***

***Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.***

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua petunjuk yang saya dapat.*

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.

#### 7. Pengembangan diri.

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- e. Afirmasi :  
Yaa Allah, Saya mohon petunjukMu : Agar hidup saya dengan keluarga bahagia lahir batin, dan selalu berkelimpahan rezeki di semua kehidupan, karenaMu

*(selanjutnya ambil satu persatu aspek di bawah ini untuk dimintakan petunjuk, ingat jangan direnteng karena nanti Anda akan*

*bingung bila petunjuk yang Anda dapat banyak dan tidak berurutan)*

Ilmu pengetahuan apa saja yang harus saya pelajari?

Keterampilan apa saja yang harus saya pelajari?

Kegiatan spiritual apa saja yang harus saya lakukan?

Sikap, perilaku, dan tindakan apa saja yang harus saya lakukan.

Kecerdasan emosional apa saja yang harus saya miliki dan lakukan?

Kerjasama dengan siapa saja yang harus saya lakukan?

Siapa saja idola yang patut saya tiru.

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjukNya.*

*Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.*

*Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua yang saya dapat.*

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks .
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.

Yaa Allah, Saya juga memohon petunjukMu : olahraga apa yang paling cocok untuk keluarga saya? Rekreasi apa yang sangat cocok buat keluarga saya?

***Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk Nya.***

***Saya bangun 10x lebih sehat, lebih buger, lebih kuat.***

***Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua petunjuk yang saya dapat.***

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- k. Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu

#### 10. Material

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.

- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.

- e. Afirmasi : (lihat dasar teori tentang doa).

Yaa Allah, Saya memohon kepadaMu :

Saya diberi anugerah mampu membeli (atau memiliki sendiri) sebuah rumah di Yogyakarta pada tahun 2015, yang terletak di pinggir jalan kelas III, luas bangunan 300 meter persegi di atas luas tanah 350 meter persegi, terletak di lingkungan pergaulan yang nyaman, terletak di lingkungan yang aman, bisa untuk bisnis

***Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk Nya.***

***Saya bangun 10x lebih sehat, lebih buger, lebih kuat.***

***Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua petunjuk yang saya dapat.***

- f. Visualisasi

Bayangkan bentuk rumah, luas bangunan, luas tanah.

Bayangkan situasi lingkungan setempat

Bayangkan tata ruang rumah yang Anda kehendaki

Bayangkan pergaulan lingkungan yang Anda kehendaki.

Bayangkan kegiatan bisnis yang Anda lakukan. Dan lain-lain.

Ikuti pembayangan dengan rasa senang, melibatkan semua indra.

(melihat, tersenyum, merasakan udara nyaman, pergaulan nyaman, dan lain-lain)

Bersyukurlah: katakan dalam hati : Yaa Allah saya bersyukur telah memiliki rumah seperti yang saya dambakan.

(Lakukan minimal setiap hari sekali dan ikuti dengan kegiatan sedekah)

Setelah itu baru permohonan yang lain : kendaraan, properti, alat dan peralatan rumah tangga, dan lain-lain).

Berurutan waktunya akan lebih baik. (Perlu rutin, khusyuk, *focus*).

11. **Bisnis.** (Contoh permohonan yang tersistem satu persatu)

#### Produk yang laku

- Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- Duduk, bersila atau berdiri.
- Tutup mata.
- Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang.

Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.

- e. **Afirmasi :**

Wahai bawah sadarku, produk apa yang paling laku tahun 2013 ini untuk usaha bisnis saya.

Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk. Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat. Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.

- Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- Proses terjadi.
- Bangun.
- Selesai.
- Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
- Ulangi lagi, bila perlu mengeksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

#### Modifikasi produk.

- Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- Duduk, bersila atau berdiri.
- Tutup mata.

- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- e. Afirmasi :  
Wahai bawah sadarku, pada produk A (*pilih salah satu petunjuk yang Anda dapat pada produk-produk yang laku*) modifikasi apa saja yang perlu dibuat agar produk sangat laku.  
Modifikasi apa yang perlu saya lakukan sehingga produk menjadi sangat laku ?  
Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk. Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat. Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.
- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.

#### Promosi

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.

- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- e. Afirmasi :  
Wahai bawah sadarku, Promosi apa saja yang perlu saya lakukan agar produk terjual semua dengan cepat dan saya mendapat laba yang menyenangkan ?  
Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk. Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat. Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.
- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.

#### Pelayanan

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.

- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- e. Afirmasi :  
Wahai bawah sadarku, pelayanan yang bagaimana saja yang dapat membuat pengunjung tertarik puas dan berkesan sangat positif.

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk. Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat. Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.*

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.

#### **Memanager pegawai.**

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.

- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- e. Afirmasi :  
Wahai bawah sadarku,  
Bagaimana alternatif-alterlatif yang memotivasi pegawai, agar para pegawai patuh?  
Bagaimana alternatif-alternatif yang memotivasi pegawai, agar para pegawai rajin?  
Bagaimana alternatif-alternatif yang memotivasi pegawai, agar para pegawai berkinerja bagus?  
Bagaimana alternatif-alternatif yang memotivasi pegawai, agar para pegawai memiliki daya juang dan semangat tinggi.  
(Dan lain-lain, silakan memprogram sendiri).

*Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk. Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat. Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.*

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks .
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.

- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.

### Pengembangan

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
- e. Afirmasi :  
Wahai bawah sadarku, pengembangan apa saja yang harus saya lakukan agar usaha bisnis semakin besar dan saya semakin mendapatkan laba yang semakin besar dibanding sekarang.  
Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk. Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat. Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.
- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.

- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.  
Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk. Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat. Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua yang saya dapat.
- k. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- l. Proses terjadi.
- m. Bangun.
- n. Selesai.
- o. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.

### Berjasama

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.

- e. Afirmasi :  
Wahai bawah sadarku, saya harus bekerja sama dengan siapa saja, sehingga usaha bisnis saya lancar, sukses, mendapat laba yang menyenangkan.
- Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk. Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat. Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.
- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.

#### Intropeksi/Evaluasi Diri.

- a. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
- b. Duduk, bersila atau berdiri.
- c. Tutup mata.
- d. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang.

Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.

- e. Afirmasi :  
Wahai bawah sadarku, kelemahan-kelemahan dan kekurangan-kekurangan apa saja, yang perlu saya perbaiki saya sempurnakan dalam hal.

*(isi satu persatu)*

promosi, bentuk produk, variasi produk, pengembangan produk, promosi, pemasaran, harga, pelayan, memanager pegawai, keuangan, tempat, pengemasan produk, kerjasama, dll) sehingga usaha bisnis saya semakin sukses dan berlabanya menyenangkan.

Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk. Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat. Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.

- f. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun Anda semakin tenang dan rileks.
- g. Proses terjadi.
- h. Bangun.
- i. Selesai.
- j. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.

## BAB IV TEKNIK-TEKNIK INDUKSI

Banyak teknik induksi sangat banyak, namun yang dijelaskan di sini hanya sebagian teknik-teknik induksi diri untuk kegiatan hipnometafisika.

1. **Menghitung Mundur (seperti dipaparkan pada contoh sebelumnya)**
  1. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
  2. Duduk, bersila atau berdiri.
  3. Tutup mata.
  4. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
  5. Afirmasi :  
Wahai bawah sadarku,... Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk. Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat. Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.
  6. Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun anda semakin tenang dan rileks.
  7. Proses terjadi.
  8. Bangun.

9. Selesai.
10. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
11. Ulangi lagi bila memerlukan eplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

#### B. Pura-pura tidur.

1. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
2. Duduk, bersila atau berdiri.
3. Tutup mata.
4. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
5. Afirmasi  
Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk. Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat. Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.
6. Visualisasi :  
Bayangkan Anda pura-pura tidur.  
Rasakan setiap tarikan napas Anda semakin rileks.  
Rasakan kelopak mata Anda semakin tertutup rapat.  
(semakin Anda berusaha membuka mata, kelopak mata Anda makin menutup rapat)  
Rasakan kelopak mata Anda semakin lemas

Rasakan kelopak mata Anda semakin berat dan semakin berat

Rasakan Anda menjadi semakin mengantuk semakin mengantuk.

Biarkan alam pikiran sadar Anda tidur.

Proses terjadi

Bangun.

Selesai.

Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.

Ulangi lagi bila memerlukan eplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

#### Pernapasan.

Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.

Duduk, bersila atau berdiri.

Tutup mata.

Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.

Afirmasi :

Wahai bawah sadarku... Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk. Saya bangun 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat. Dan setelah bangun saya tetap ingat

dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.

6. Ambil napas pelan (rasakan rileks)... tahan sebentar (rasakan sangat rileks)...  
Keluarkan napas... (Rasakan semakin tenang)  
Ulangi langkah no. 6 ini berkali-kali.
7. Proses terjadi.
8. Bangun.
9. Selesai.
10. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
11. Ulangi lagi bila memerlukan eksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

#### D. Mata Terlumuri Lem

1. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
2. Duduk, bersila atau berdiri.
3. Tutup mata.
4. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
5. Afirmasi :  
Wahai bawah sadarku... Dan kepada bawah sadarku bangunkan aku, setelah dirasa cukup dalam saya mendapat petunjuk. Saya bangun dengan mudah,

membuka mata dengan mudah, 10x lebih sehat, lebih bugar, lebih kuat.

Tanpa alasan yang jelas, semua lem yang melekat pada mata saya hilang. Dan setelah bangun saya tetap ingat dengan jelas dan detail semua informasi yang saya dapat.

6. Bayangkan pada kedua kelopak mata Anda terlumuri lem yang sangat hebat daya lekatnya (sangat lengket), rasakan...

Rasakan kedua kelopak mata tertutup rapat, kuat, kena daya lekat lem yang hebat itu. Rasakan...

Rasakan, semakin Anda berusaha membuka mata, justru daya lekat lem itu menjadi semakin kuat, sehingga Anda semakin sulit, membuka mata.

Rasakan mata Anda justru semakin lemas, kelopak mata Anda semakin berat, dan Anda menjadi semakin mengantuk...semakin mengantuk...tidurlah

7. Proses terjadi.
8. Bangun.
9. Selesai.
10. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.
11. Ulangi lagi bila memerlukan eksplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

Pada teknik ini, kalau klien sulit membuka mata, orang lain bisa membantu membuka matanya, dengan afirmasi: tanpa alasan yang jelas Anda sangat mudah

membuka mata, semua lem yang menempel di kedua mata anda... hilang

Atau

Klien dapat berafirmasi dalam hati saat mau membuka mata: tanpa alasan yang jelas semua lem yang menempel di kedua mata saya... hilang, dan saya sangat mudah membuka mata.

#### E. Hipnotis pada orang lain.

1. Duduk/berbaring/berdiri di tempat yang tenang dan nyaman.
2. Lakukan *pre-talk* (pembicaraan ringan untuk mempersiapkan situasi keakraban dan kesiapan suasana).
3. Tutup mata.
4. **Induksi**  
Ambil napas pelan-pelan dan panjang melalui hidung, rasakan rileks. Keluarkan napas melalui mulut, pelan dan panjang.
5. Ambil napas pelan-pelan dan panjang melalui hidung, rasakan 10x lipat lebih rileks dari sebelumnya. Keluarkan napas melalui mulut, pelan dan panjang.
6. Ambil napas pelan-pelan dan panjang melalui hidung, rasakan 10x lipat lebih tenang dari sebelumnya. Keluarkan napas melalui mulut, pelan dan panjang.
7. Ambil napas pelan-pelan dan panjang melalui hidung, rasakan sangat nyaman. Keluarkan napas melalui mulut, pelan dan panjang

8. Ambil napas pelan-pelan dan panjang melalui hidung. Rasakan sangat mengantuk... sangat mengantuk... jangan ditahan...

TIDUR (kata TIDUR diucapkan saat dia menarik napas)

#### 9. **Deepening.**

Saya hitung 1 sampai 5, pada setiap hitungan Anda tidur 10x lebih lelap dari sebelumnya. 1...2...3...4...5

#### 10. **Depth Level Tes.**

Hilangkan semua suara dari pikiran Anda, dan hanya suara saya yang Anda dengar. Bila Anda mendengar anggukan kepala (lihatlah dia akan menganggukkan kepalanya).

#### 11. **Sugesti:**

Tanpa alasan yang jelas Anda mampu menerima petunjuk Allah tentang kelemahan dan kekurangan si A dalam menjalankan bisnisnya.

12. Tunggu sebentar (sekitar 2 sampai 30 detik), tergantung jumlah informasinya.

13. Sekarang katakan kepada saya : apa petunjuk Allah yang diberikan kepadamu tentang kelemahan dan kekurangan A dalam menjalankan bisnisnya.

14. Dengarkan apa yang dikatakan.

15. Yaa sekarang saya hitung 1 sampai 5, Anda tidur lelap kembali (tunggu minimal 5 detik).

#### 16. **Terminasi.**

Sekarang saya hitung 5 sampai 1, pada hitungan ke 1, Anda bangun 10x lipat lebih sehat, 10x lipat lebih kuat, dan 10x lipat lebih percaya diri.

Dan setelah Anda bangun nanti, Anda tetap ingat dengan jelas dan teliti pada semua petunjuk Allah yang Anda dapat tadi.

5...4...3...2...1... (bangun).

Catatan :

Bila penjelajahannya menakutkan, Anda harus mengubah kata-kata yang bergaris miring itu menjadi :

Dan setelah Anda bangun nanti, semua hal yang menakutkan hilang dari pikiran Anda.

Bila penjelajahannya mendapatkan hal positif, Anda harus mengubah kata-kata yang bergaris miring itu menjadi : Dan setelah Anda bangun nanti, semua sugesti akan masuk 100%, menguat 100% dan menjadi kenyataan 100 %.

#### 17. Post Hypnotis.

Anda bangun 10x lipat lebih sehat, 10x lipat lebih kuat, dan 10x lipat lebih percaya diri.

Dan, Anda tetap ingat dengan jelas dan teliti pada semua petunjuk Allah tadi.

**Catatan: sama dengan saat terminasi.**

Bila penjelajahannya menakutkan, Anda harus mengubah kata-kata yang bergaris miring itu menjadi:

Dan setelah Anda bangun nanti, semua hal yang menakutkan hilang dari pikiran Anda. :

Bila penjelajahannya mendapatkan hal positif, Anda harus mengubah kata-kata yang bergaris miring itu menjadi : Dan setelah Anda bangun nanti, semua

sugesti akan masuk 100%, menguat 100% dan menjadi kenyataan 100 %.

18. Anda boleh bertanya lagi dengan yang Anda hipnotis.

**Sebelum melakukan hipnotis Anda bisa melakukan tes sugestibilitas dulu.**

Contoh tes sugestibilitas

1. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
2. Duduk, bersila atau berdiri.
3. Tutup mata.
4. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
5. Yaa bagus...
6. Tanpa alasan yang jelas, kaki kiri Anda dari ujung atas sampai telapak kaki, terlapis besi yang sangat tebal, kaku dan sangat berat (minimal 2X)  
Sehingga semakin Anda berusaha menggerakkan kaki kiri Anda, lapisan besi pada kaki kiri Anda semakin tebal, kaku dan berat... sehingga Anda sangat sulit menggerakkan (2x).
7. Silahkan berjalan ke muka beberapa langkah.  
(Dia akan kesulitan mengangkat kaki kirinya).
8. Yaa bagus...
9. Tanpa alasan yang jelas seluruh lapisan besi yang melapisi kaki kiri anda lenyap. Anda normal kembali dan dapat menggerakkan kaki kiri dengan mudah 2X.
10. Yaa berjalanlah ke muka... oke, terima kasih.

11. Sekarang silakan Anda rasakan tenang rileks dan nyaman.

#### F. Konsentrasi.

1. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
2. Duduk, bersila atau berdiri.
3. Tutup mata.
4. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
5. Afirmasi :  
Wahai bawah sadarku...
6. Sambil mata tertutup... pusatkan ke dahi/ke pernapasan/memandang jauh tak terbatas/ pendengaran/objek lain, mana yang Anda yakini paling cocok untuk konsentrasi.
7. Silahkan merasakan suasana tenang... nyaman, dan rileks.
8. Rasakan setiap tarikan napas Anda semakin rileks
9. Tunggu... dengan tidak perlu mengharap-harap, pasrahlah menunggu petunjuk (Anda boleh memusatkan mata Anda ke dahi dengan mata tertutup)
10. Selesai.
11. Segera ingat-ingat dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.

11. Ulangi lagi bila memerlukan eplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

#### G. Zikir.

1. Persiapkan tempat yang nyaman dengan situasi yang tenang.
2. Duduk, bersila atau berdiri.
3. Tutup mata.
4. Ambil napas melalui hidung pelan-pelan dan panjang, rasakan sangat rileks dan tenang. Keluarkan napas melalui mulut pelan-pelan dan tenang 3x.
5. Afirmasi :  
Wahai bawah sadarku...
6. Berzikirlah
  - a. Contoh: Mengucap Laillah Ha Illalah sambil merasakan tarikan napas. Rasakan semakin rileks.
  - b. Atau: Membaca dalam hati Allfatekhah berkali-kali (11x, 17x, 21x...49x)
7. Proses terjadi.
8. Bangun.
9. Selesai.
10. Segera ingat-ingat apa yang Anda peroleh saat Anda membaca surat Alfatekhah tadi (*Anda merasakan apa, Anda melihat apa, Anda seperti dalam situasi apa, Anda teringat apa, dan sebagainya*) dan catat dulu sebelum Anda beraktivitas atau berbicara dengan orang lain.

11. Ulangi lagi bila memerlukan eplorasi lebih dalam dan lebih jauh lagi, dengan mengembangkan pertanyaan satu persatu.

### Password Afirmasi

*(pilih sesuai tujuan yang akan dicapai atau mana yang mantap)*

*Karena Allah, mulai sekarang dan seterusnya..... dari hari ke hari saya semakin ..... dalam .....*

*Tanpa alasan yang jelas, mulai sekarang dan seterusnya..... dari hari ke hari, saya semakin..... dalam.....*

*Yaa Allah saya mohon petunjukMu..... supaya saya.....*

*Yaa Allah saya memohon kepadaMu.....*

*Yaa Allah saya sangat berbahagia dan bersyukur , saya telah..... Karena Mu.*

**Catatan :**

*Ada kemungkinan tidak mendapat gambaran, hal ini bisa terjadi karena ;*

1. Kurang khusyuk.
2. Kata atau kalimat salah.
3. Permohonan tidak wajar.
4. Permohonan terlalu banyak/terlalu bervariasi dalam waktu sekaligus.
5. Memang tidak ada jawabnya/tidak diizinkan.
6. Gambar tidak jelas dapat berarti memang itulah jawabannya

## PELATIHAN/JASA YANG DITAWARKAN

### ***DENGAN METODE HYPNOMETAFISIKA***

1. Instan Jenius untuk anak-anak agar menjadi lebih cerdas, lebih rajin, lebih bersemangat, lebih berprestasi, lebih percaya diri dalam belajar di sekolah.
2. Membuka Indra ke 6.
3. Kreativitas untuk teknik, seni, olahraga, dan *entrepreneur*, dengan pemanfaatan potensi Otak Kanan Alam Bawah Sadar.
4. Metode mendidik, membelajarkan dan melatih.
5. Terapi fisik dan Mental (gangguan nalar maupun dunia lain)
6. Mental training dan motivasi untuk olahragawan dan seniman
7. Pengembangan diri.
8. Konsultasi masalah-masalah pribadi (u masalah kehidupan).

(Spiritual, keluarga, kesehatan, keselamatan, karier, bisnis, hiburan/rekreasi, finansial, sosial, pengembangan diri, dan materi).

Brosur dapat diambil di jalan Cempaka CT X 30 deresan Yogyakarta telp. (0274) 541236, setiap hari dan langsung dapat diambil di rak bagian luar pintu .

*Key person :*

Bahiyono no. Hp 08121575384. dan 081804041590.

telp rumah (0274) 541235.

Awan Hariono : Hp 085868466797.

*Untuk meluaskan wawasan dan pendalaman :*

*Bacalah Buku Kami : Pendidikan dan Pengembangan Ilmu Pengetahuan Teknologi Seni Kesehatan Olahraga dan Entrepreneur Berbasis Alam Bawah Sadar.*

*Dan juga disarankan untuk membaca buku-buku pustaka bacaan kami yang terkait seperti terlampir.*

## TENTANG PENULIS 1



Subiyono, lahir di Semarang pada tanggal 5 juni 1953. Meraih gelar sarjana Muda dari IKIP Yogyakarta jurusan pendidikan teknik mesin pada tahun 1975, meraih gelar sarjana dengan jurusan yang sama dan perguruan tinggi yang sama pada tahun 1977, meraih Sarjana Utama S2 di jurusan Mekanisasi pertanian di Universitas Gadjah Mada pada tahun 1993. Sejak tahun 1977 menjadi dosen di fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta bidang keahlian Karya Teknologi, mengajar kuliah Karya Teknologi, Perancangan Mesin dan Kewirausahaan Teknik. Kegiatan-kegiatan aktif di kampus, sebagai Pembina Kesenian tahun 1980 sampai dengan 1986, Pembina olahraga pencak silat tahun 1988 sampai dengan 1995, Duduk di Lembaga Pengabdian pada Masyarakat sebagai Dewan Pertimbangan tahun 1996 sampai dengan 2011.

Mempelajari dan menerapkan kekuatan potensi Alam Bawah Sadar sejak tahun 1992. *Workshop* yang pernah

## TENTANG PENULIS 2

diikuti adalah *Workshop Neuro Linguistic Programming* tahun 2011 bidang *Creativity, Mindset, Motivation dan Management*; *Seminar Powerful Teaching (Hypno-NLP)* tahun 2011, dan *Seminar Basic Hypnosis Fundamentaly* tahun 2011.

Sertifikat yang diperoleh adalah Sertifikat dari *International Association Of Trans Personal Hypnotherapy*, yang terdiri dari *Certified Of Hypnotheraphist, Certified Of Hypnotist, dan Certified of Clinical Hypnotherapist*. Adapun hobi penulis adalah kesenian tradisional (tari, karawitan, wayang kulit), pencak silat, rekreasi, karaoke. Pelatihan lain yang pernah diikuti adalah pendidikan wirausaha *Entrepreneur University* selama 2 bulan pada tahun 2009.

Penelitian yang pernah dilakukan dengan biaya Hibah bersaing dan Stragnas dari DPPM DIKTI adalah pengembangan *mindset* dan spiritual bisnis pada industri kreatif tahun 2010. Penelitian model desain alat mesin berbasis wirausaha tahun 2007, Penelitian karya kreatif mahasiswa berbasis kebutuhan industri tahun 2011 dan 2012, dan model pendidikan wirausaha kreatif dengan menggunakan otak kanan gelombang otak dan alam bawah sadar pada tahun 2013.

Pembinaan wirausaha yang pernah dilakukan adalah pembinaan usaha jamu tradisional di pusat desa jamu Kiringan Jetis Bantul tahun 2002, Pembinaan wirausaha sekitar kampus Karangmalang tahun 2011 dan Pembinaan wirausaha di sekitar kampus Wates tahun 2011.

**Ning Surati SE, MM.**, lahir di Kutai Timur tanggal 27 Agustus 1987. Meraih gelar S2 Di Universitas Teknologi Yogyakarta (UTY) jurusan Magister Manajemen tahun 2012 dan S1 di jurusan Akuntansi FE UTY tahun 2010.

Saat masih menjadi mahasiswa di UTY aktif di berbagai organisasi dan pernah menjadi Pembicara dalam acara SEMINAR NASIONAL "Kewirausahaan dan Home Industri Bidang Teknik" *Mechanical Expo UNY* tahun 2011. Dan sebagai Narasumber dalam acara Pelatihan *Entrepreneur Campus UNY* dengan tema "Menjadi Wirausaha Muda yang Sukses" diselenggarakan oleh Pusat Pengembangan Karir Lembaga Pengembangan dan Penjamin Mutu Pendidikan (LPPMP) UNY 2012.

Mempelajari dan menerapkan kekuatan potensi alam bawah sadar sejak tahun 2008. Pernah mengikuti *Workshop Neuro Linguistic Programming* tahun 2011 "*Basic NLP Practitioner*" bidang *Creativity, Mindset, Motivation and Management*. *Seminar Basic Hypnosisi Fundamentaly* tahun 2011. Mengikuti pendidikan wirausaha *Entrepreneur University* tahun 2010

## TENTANG PENULIS 3



**Awan Hariono, M.Or.** Lahir di Purworejo, 13 Juli 1972. Pendidikan Sarjana (S1) pada Program Studi Pendidikan Keperawatan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (FPOK) IKIP Yogyakarta, Magister (S2) pada Program Studi Ilmu Keolahragaan Pasca Sarjana Universitas Sebelas Maret Surakarta (UNS).

Menjadi tenaga edukatif/staf pengajar pada jurusan Pendidikan Keperawatan (PKL), Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga (PKO) Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) sejak tahun 2002. Mata kuliah yang diampu: Biomekanika Olahraga dan Keperawatan Pencak Silat.

Pengalaman melatih: Tim POPWIL Pencak Silat Jawa Tengah tahun 2002, Pra PON DIY cabang Pencak Silat (2004, 2007), PON DIY cabang Pencak Silat (2004, 2008), POMNAS cabang Pencak Silat (2003, 2005, 2007, 2009), Pelatda Pencak

Silat DIY (2002-2010), Pelatih Pencak Silat UNY (2003-2008), Pelatih Pencak Silat PPLM (2005-2010) Yogyakarta, Pelatih Pencak Silat PAB Usia 15-18 (2006-2010), Pelatih cabang Pencak Silat pada 14<sup>th</sup> *Asean University Games* (2008).

Bidang Organisasi yang pernah diikuti: Penasihat Pengkab IPSI Kabupaten Sleman; Bidang Keperawatan PengProv. IPSI DIY; Bidang Pengabdian pada Masyarakat PengProv. ISORI DIY; Bidang IPTEK KONI Kabupaten Sleman; Bidang Pembibitan dan Pemasalan KONI DIY; Bidang Pengabdian pada Masyarakat ISORI DIY. Karya buku yang sudah terbit yaitu: *Metode Melatih Fisik Pesilat*; *Pencak Silat Untuk Usia Dini*; *Model Latihan Fisik Bagi Pesilat Kategori Tanding*.

## DAFTAR PUSTAKA

- A Handoyo. 2004. *Meditasi*. Jakarta : Gramedia.
- A. S. Laksono. 2010. *EFT (Teknik Lanjutan)*. [t.k]: [t.p].
- \_\_\_\_\_. 2010. *EFT In Action*. [t.k]: [t.p].
- \_\_\_\_\_. 2010. *Ericson In Action*. [t.k]: [t.p].
- \_\_\_\_\_. 2010. *Keajaiban Di Ujung Jari Anda*. [t.k]: [t.p].
- \_\_\_\_\_. 2010. *Menghadapi Resistansi*. [t.k]: [t.p].
- \_\_\_\_\_. 2010. *Milton Eriction*. [t.k]: [t.p].
- \_\_\_\_\_. 2010. *Tapping Reframing Instuisi*. [t.k]: [t.p].
- Abdul, K. S. 2010. *Mistery Bawah Sadar Manusia*. Yogyakarta: Diva.
- Ahu, N.A.M. 2010. *Positif Thinking*. Yogyakarta: Moncer Publisher.
- Adhi, N. 2010. *Rahasis Intuisi*. Yogyakarta: Numedia
- Adi, W. Gunawan. 2005. *Hipnosis*. Jakarta: Gramedia.
- \_\_\_\_\_. 2007. *Hypnotherapy*. Jakarta: Gramedia.
- \_\_\_\_\_. 2007. *Kesalahan Fatal Mengejar Impian*. Jakarta: Gramedia.
- \_\_\_\_\_. 2008. *The Secret of Mindset*. Jakarta: Gramedia
- \_\_\_\_\_. 2010. *Hypnotherapy for Children*. Jakarta: Gramedia.

- Afandi, Ricad DS. 2012. *Stage Hypnosis (Fun Hypnosis With Magic)*. Bandung: Sarana Tutorial Nurani Sejahtera.
- Agness, Lindsey. 2010. *The True Magic of NLP*. Yogyakarta: Garailmu.
- Ahmad. S. 2007. *215 Kisah yang Meneguhkan Iman*. Yogyakarta: Mitra Pustaka
- Akmatin, Isna. 2011. *Hypnoword Magics*. Yogyakarta: AY.
- Alexander, Rofe. 2009. *Cara Pintar Menguasai Hipnotis*. Yogyakarta: New Orchid.
- Almatin, Ismu. 2010. *Hypnosis Learning*. Yogyakarta: Pustaka Widyatama.
- Aman, Saiful. 2010. *Empat Jam Pintar Hipnosis*. Jakarta: Visi Media.
- Amrin. R. 2010. *Kecerdasan Finansial*. Yogyakarta: Flash Books.
- Andrea, Michael. 2011. *Kekuatan Super Dahsyat Berpikir Positif*. Yogyakarta: Pinangmerah.
- Andrie. K. 2010. *293 Kutipan Spiritual*. Yogyakarta: Golden Books.
- Anonim. 2011. *Pendidikan Karakter*. Yogyakarta: UNY Press.
- Ansori, Fahrudin. 2011. *Keajaiban Pikiran*. Yogyakarta: Moncer.
- Aprillia, Yesie. 2010. *Hipnostetri*. Jakarta: Gagas Media.

- Anibowo. S.A dan Marlan M, G. 2009. *CODE*. Jakarta: Gramedia.
- Arief, Antonius. 2011. *The Handbook of Hypnotherapy*. Jakarta: Elek Media Komputindo.
- \_\_\_\_\_. 2012. *Aku Pasti Bisa*. Jakarta: CDS.
- \_\_\_\_\_. 2012. *Aku Pasti Bisa*. Jakarta: Kreatif.
- \_\_\_\_\_. 2012. *Menghancurkan Mental Blok*. Jakarta: Titik Media.
- Arief, R.A. 2009. *The Power of Mind*. Yogyakarta: Gaya Media.
- Arthur, James. 2007. *The Science of Success*. Jakarta: Gramedia.
- Ary, G.A. 2010. *Spiritual Company*. Jakarta: Arga.
- Bavister, Steve and Amanda Vicker. [t.t]. *NLP For Personal Succes*. Yogyakarta: Baca.
- Blair, Forbes Robbins. 2004. *Instan Self Hypnosis*. Jakarta: Bhuana Ilmu Populer.
- Borg, W. R & Gall. M. D. 1989. *Educational Reseach*. New York: Pitman.
- Brown, Mary T. 2009. *Aturan Pikiran*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Budi, H. 2010. *Sedekah*. Jakarta: Gema Insani
- Budi, Y. 2010. *SQ Reformation*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

- Budiman, M. Arief. 2012. *Spiritual Creativepreneur*. Solo: Metagraf.
- Chairunnisa. A. 2012. *Hypnodontia*. Bogor: Swadaya Group.
- Charitas, Rully. 2006. *Menjadi Dahsyat dengan Menyontek*. Jakarta: Gramedia.
- Cheung, Theresa. 2012. *Cara praktis mengasah Intuisi*. Yogyakarta: Kanisius.
- Chivita. 2010. *Intisari 7 Resep Kaya ala Orang China*. Yogyakarta: Chivita Group.
- Daryono. 2007. *Etos Dagang Orang Jawa*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Dewa, Romo. 2012. *Rahasia Dewa Hipnosis*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Dhony F.R dan Isti.K. 2010. *Menjadi Pemenang Kehidupan*. Yogyakarta: Leutika.
- Didik. D. 2010. *Kalau Mau kaya Ngapain Takut Ngutang*. Tangerang: Kinimedia.
- Dyar, Rd. Lasmono Abdulrify. 2011. *Siklus Rezeki dengan Silva Method*. Jakarta: Ufuk.
- Effendi, Tjiptadinata. 2007. *Transformasi Diri*. Jakarta: Gramedia.
- Eka D. P. *Siapa Bilang Buka Usaha Itu Susah*. Yogyakarta: Andi.
- Elfikky, Ibrahim. 2011. *Personal Power*. Jakarta: Zaman.

- Elias, Jack. 2009. *Hipnosis dan Hipnoterapy*. Yogyakarta: Pustaka pelajar
- Erbe. S. 2010. *Quantum Ikhlas*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Fadli, Aulia. 2009. *Kekuatan Tangan Kiri*. Yogyakarta: Pinus.
- Fahrudin, Asep Umar. 2009. *Hukum Bertanya*. Yogyakarta: Garailmu.
- Farida. Y.S dan Mukhlis. 2011. *HypnoLearning*. Jakarta: Visi Media.
- Geldard, Kartin dan David Geldard. 2008. *Teknik Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Ghannoe. 2010. *Buku Pintar NLP*. Jakarta: Flash Books.
- Girivirya dan Sulastri. 2011. *Main-main dengan Mind*. Jakarta: Elek Media Komputindo.
- Gordon, Richard. 2011. *Quantum Touch*. Yogyakarta: Ufuk.
- Gunawan, Andrie. 2010. *Menguak Dahsyatnya Rahasia Hipnotis*. Yogyakarta: Tiara Pustaka.
- Gunawan. W. G. 2008. *The Secret of Mindset*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hajar, Ipnu. 2011. *Hipno Teaching*. Yogyakarta: Diva.
- Hakim, Andrie. 2010. *Hipnosis ini Teaching*. Jakarta: Visi Media.
- Hartono. S. 2010. *Dahsyatnya Otak Tengah*. Jakarta: Visi Media.

- Hermawan, Didik. 2010. *Spiritual Hypnoparenting*. Solo: Miracle.
- Hill, Napoleon. 2007. *Membangun Otak Sukses*. Yogyakarta: Baca.
- Hisyam, A.F. 2009. *The Real Art of Hypnosis*. Jakarta: Gagap Media.
- Houdine, Thomas. 2010. *Belajar Hipnotis ala The Master dalam 1 Jam*. Yogyakarta: Solomon.
- \_\_\_\_\_. 2010. *Hipnotis for Entrepreneur*. Yogyakarta: Pustaka Solomon.
- Hunter, C. Roy. 2011. *Seni Hipnoterapi*. Jakarta: Indexs.
- Ihsan, Abdul Azis. 2012. *Energi Hypnosleep*. Yogyakarta: Javalitera.
- Imam, Kam. 2009. *Quantum Emotion*. Yogyakarta: Garailmu.
- Ippo. S. 2010. *10 Jurus Terlarang*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- \_\_\_\_\_. 2010. *13 Wasiat Terlarang*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- \_\_\_\_\_. 2010. *7 Keajaiban Rejeki*. Jakarta: Elex Media Komputindo, p.51
- \_\_\_\_\_. 2010. *Marketing is Bullshit*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- \_\_\_\_\_. 2010. *Mendapat Kelimpahan Rezeki dalam 40 hari*. Jakarta: Gramedia.

- \_\_\_\_\_. 2010. *Muhammad sebagai Pedagang*. Jakarta: Elex Media Komputindo
- Irfan, T. [t.t]. *Hipnoterapy*. Yogyakarta: Pustaka Larasati.
- Iskandar, Eddy. 2010. *The Miracle Touch*. Bandung: Qanita.
- John, A. F. 2009. *Hipnotis Modern*. Jakarta: Cap Jempol.
- \_\_\_\_\_. 2010. *Indra Keenam*. Yogyakarta: Dafa Publishing.
- Kamayanti, Lynda. 2012. *Kekuatan Enzim vs Kekuatan Pikiran*. Yogyakarta: Syura Media Utama.
- Kehoe, John. 2012. *Mind Power*. Jakarta: Serambi Ilmu Semesta.
- Kertajaya, Rudi. 2010. *Dua Puluh Keajaiban Berpikir Positif*. Yogyakarta: Sinar Ilmu.
- Knight, Bryan. M. 2010. *Cara Mudah Menghipnotis Orang Lain*. Yogyakarta: Bookstar.
- Kohar, Abdul dan Abdul Aziz. 2010. *Dahsyatnya Spiritual Hypnotis*. Surakarta: Hassanah Media.
- Krishnamurti. 2008. *Share The Key*. Yogyakarta: Kanisius.
- Laura. F. [t.t]. *30 Success Stories*. Jakarta: Bhuana Ilmu Populer.
- Lim, Johanes. 2007. *Hypnosis In Selling*. Jakarta: Gramedia.
- Lozier, Michael. J. [t.t]. *Law Of Attracction*. Jakarta: Ufuk.
- M. Muhibudin. 2010. *The Power Of Imaginations*. Yogyakarta: Buku Biru.

- M. Nur. 2012. *Spiritual Hypno Parenting*. Yogyakarta: Genius.
- M. Sanusi. 2009. *The Power of Sedekah*. Yogyakarta: Pustaka Insani Madani.
- M. Syafii. 2010. *Berpikir Positif*. Jakarta: Wahyu Media.
- Madhi, Jamal. 2009. *Kreatif Berpikir*. Surakarta: Ziyaiod Visi Media.
- Makoto. S. 2010. *The Mysteri of The Right Brain*. Yogyakarta: Elex Media Komputindo.
- Marie and Clarie Carlyle. 2011. *Money Magnet*. Tangerang: Foresta.
- Michael, Lum. Y. 2009. *NLP Secret*. [t.k]: Mitra Media.
- Michael. N. 2010. *Buku Pintar Akupuntur*. Yogyakarta: Think.
- Muhammad, As'adi. 2011. *Dahsyatnya Senam Otak*. Yogyakarta: Diva.
- Murphi, Joseph. [t.t]. *Energi Dahsyat Kekuatan Bawah Sadar*. Semarang: Dahara Prize.
- \_\_\_\_\_. 2010. *Keajaiban Kekuatan Pikiran*. Jakarta: Serambi Ilmu Semesta.
- \_\_\_\_\_. 2012. *Hipnosis dalam Psikologi Olahraga*. Jakarta: Indeks.
- Muson, Rasyid E.B. 2010. *Asyiknya Berpikir Positif*. Jakarta: Zaman.
- Nesya. N. 2010. *Keajiban Otak Tengah*. Yogyakarta: Mediahati Pustaka.

- Nikoly, Hingdranata. 2011. *Coffee for the Mind*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Noor, Muhammad. 2010. *Hypno Teaching for Success Learning*. Yogyakarta: Pustaka Insan Madani.
- Norman. V. P. 2010. *Berpikir Positif*. Tangerang: Binarupa Aksara.
- Hukman, Ilhamnudin. 2009. *Mind Revolution*. Yogyakarta: Diva.
- Hukman. I. 2009. *Mind Revolution*. Yogyakarta: Diva.
- Hurul. 2009. *The Miracle of Hope*. Yogyakarta: Garailmu.
- Pambudi, Agus. 2012. *Becoming a Success Magnet*. Yogyakarta : Tugu.
- Paterson, Kathy. 2010. *3-Minute Motivator*. Jakarta: Kompas Gramedia.
- Phillip, dkk. 2009. *NLP For The quantum Change*. Yogyakarta: Baca .
- Prakosa, Bambang. 2012. *Psikotransmitter*. Jakarta: Elex Media Komputindo
- Pratomo, Dewi Yogo. 2012. *Hypnoparenting*. [t.k]: Noura Books.
- Praworo, Kukuh. 2011. *Terapi Medipic*. Jakarta: Plus.
- \_\_\_\_\_. 2012. *Les Privat Hipnotis*. Yogyakarta: Cakrawala.
- Priatno. H. M. 2010. *Spiritual Thingking*. Bandung: Mizania Pustaka.

- Putra, Yovan P. 2010. *Hipnosis Ericksonian*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Rafella, Tommy. 2009. *Menjadi Master Hipnotis*. Klaten: Abata.
- Raharjo, Ridwan. 2011. *Leadership Hypnosis*. Yogyakarta: Pohon Cahaya.
- Rees, Jim. 2009. *Memaksimalkan Kekuatan Pikiran*. Surabaya: Erlangga .
- Rhonda. B. 2010. *The Secret of Power*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Rifqiawati, Ika dan Annah el-Hisani. 2010. *Ensiklopedi Tubuh Manusia*. Yogyakarta: Garailmu.
- Rini, Ira Puspito. 2011. *Terapi Berperasaan Positif*. Yogyakarta: Bangkit.
- Robbins, Anthony. 2005. *Unlimited Power*. [t.k]: Karisma Publishing Group.
- \_\_\_\_\_. 2006. *Awaken The Giant Within*. [t.k]: Karisma Publishing Group.
- Salem, Marc. 2009. *Terapi Kekuatan Pikiran*. Jakarta: Daras.
- Samani, Muchlas dan Haryanto. 2011. *Pendidikan Karakter*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Sandi, Diego. 2010. *Hipnotis Tradisional*. Surabaya: Dee.
- Santosa, Teguh. 2011. *Metode Membaca Secepat Kilat*. Yogyakarta: Pustaka Widyatama.

- Sapran, Andi dan Chofi Qolbi. 2012. *Yes Set*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- \_\_\_\_\_. 2013. *Yes Set*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Saputra, Anwar. 2010. *Sembuhkan Diri Dengan Reimprinting*. Yogyakarta: Grahatama.
- Saputra, Aswa. 2010. *Attract Your Dream With Law Attraction*. Yogyakarta: Imortal.
- Saputro, Wiko. 2010. *Industri Kreatif*. Jakarta: Boduose Media.
- Saraswati. 2010. *Hipnotis untuk Kecerdasan dan Kesembuhan*. Yogyakarta: Med Press.
- Savodka, Pavel. 2010. *Secret of Hypnotherapy*. Yogyakarta: Flash Books.
- Sean. R. & David. H. 2010. *Law of Attraction*. Yogyakarta: Rumpun Penerbit.
- Seiabudi. J. 2010. *Buktikan Anda Pasti Kaya Raya*. Yogyakarta: Media Nusantara.
- \_\_\_\_\_. 2009. *The Power of Kepepet*. Jakarta: Gramedia.
- Setiawan, Agus. 2010. *Baca Kilat*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Setiawan, Andrie. 2010. *Komunikasi Dahsyat Dengan Hipnosis*. Jakarta: Visi Media.
- Setiawan, Toni. 2009. *Hipnotis dan Hipnoterapi*. Yogyakarta: Garasi Publishing.

- Sisca, H. 2010. *Otak Tengah*. Yogyakarta: Second Hope.
- Slamet, S. 2010. *Ajaibnya Otak Tengah*. Yogyakarta: Kata Hati.
- Smith, Andy. 2009. *Mencapai Tujuan Anda*. [t.k]: Penerbit Erlangga
- Soidiarta, K. 2008. *Belajar dan Pola Pikir Berbasis Mekanisme Otak*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Subiyono. 2010. *Radat Indra 6 berfungsi dalam Waktu 10 menit*. Yogyakarta: Loro Blonyo.
- Sugeng, D. T. *Quantum Syukur*. Yogyakarta: Cakrawala.
- Sulaiman, Agus Surya. 2010. *The Quantum Success*. Jakarta: Elek Media Komputindo
- Sunaidi, Nathalia. 2011. *Teknik Hipno-NLP*. Jakarta: Bhuana Ilmu Populer.
- Susanto, Dedy. 2012. *The Power of Money Magnet*. Jakarta: Trans Media Pustaka.
- Suseno, Muchlas. 2012. *Power of Word*. Depok: Komodo Books.
- Susilo, Adhi dan Endah Kemals. 2010. *Hipnotis (Hypnoterapy)*. Jakarta: Gudang Ilmu.
- Susilo, Taufik Adi. 2003. *Tiga Hari Mahir Hipnotis*. Yogyakarta: Star Books.
- Sutiyono, Agus. 2011. *Dahsyatnya Hypno Parenting*. Jakarta: Penebar Plus.

- Suwandi, Awie. 2010. *Turbo Hipnotis*. Jakarta: Gramedia.
- Suyanto, M. 2004. *Smart Entrepreneur*. Yogyakarta: Andi.
- \_\_\_\_\_. 2005. *11 Rahasia Memulai Bisnis Tanpa Uang*. Yogyakarta: Andi.
- \_\_\_\_\_. 2006. *15 Rahasia Mengubah Kegagalan Menjadi Kesuksesan, Smart Entrepreneur*. Yogyakarta: Andi.
- Syafarudin, U. 2010. *Trik Dagang Orang Tionghoa*. Yogyakarta: Cakrawala.
- Syafi'ie, M. 2010. *Kekuatan Berpikir Positif*. Jakarta: Wahyu Media.
- Syaifullah, Af. 2010. *Kekuatan Berpikir*. Jakarta: Milestone.
- Tanjung, Jenu Wijaya. 2008. *Spiritual Selling*. Jakarta: Gramedia.
- Tanuwijaya, William. 2010. *Mind Set Para Miliarder*. Yogyakarta: Med Press.
- Therono, Q. D. 2012. *The Power of Concentration*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Thobroni, M. 2008. *Mukjizat Sedekah*. Yogyakarta: Pustaka Marwa.
- Triharto, Juli. 2010. *Hypno Langsing*. Jakarta: Gramedia.
- Vijay, E. 2010, *Dalam Dunia Keheningan*. Jakarta: BIP Kelompok Gramedia.
- Waldi. 2012. *Neuro Preneurship*. Yogyakarta: Jenius Publisher.

- Wallace, D. W. 2007. *Menjadi Kaya Dengan Berpikir Positif*. Jakarta: Gramedia.
- Wanadi, Reed. 2012. *Fundamental Hypnoterapy dan Advance Hypnoterapi*. Yogyakarta: PPHI.
- Ward, Ken J. 2002. *Mind Changing*. Yogyakarta: Atma.
- \_\_\_\_\_. 2009. *Menguasai Pikiran*. Yogyakarta: Rumpun.
- Wattles, Vallas. D. 2007. *The Science of Getting Rich*. Jakarta: Gramedia.
- Widarto. 2011. *Pengembangan Soft Skills*. Yogyakarta: Paramitra Publishing.
- Wiratama, Mahardika. 2012. *Magnet Rezeki*. Jakarta: Sinar Kejora.
- Wise, Anna. 2011. *Kekuatan Gelombang Otak*. Jakarta: Gramedia.
- Wisnawan. P. 2010. *Super Dahsyat Indra ke 6*. Yogyakarta: Pinang merah.
- Wong, Effendi. 2010. *Dahsyatnya Neo Hypno Magics*. Jakarta: Plus.
- Wong, Willy. 2010. *Hypnosis for selling*. Jakarta: Visi Media.
- Wongsorejo, Imam Subekti. *Rahasia Kekuatan Pikiran*. Yogyakarta: Siasat Pustaka.
- Wuryanano. 2009. *Mengapa Doa Saya Selalu Dikabulkan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

- Ya, R. Wandu. 2011. *Kaya dan Sukses dengan Kehebatan Pikiran Bawah Sadar*. Yogyakarta: Sinar Kejora pres.
- \_\_\_\_\_. 2012. *Hipno Sensual*. Yogyakarta: Sinar Kejora.
- Yosodipuro, Arif. 2011. *The Miracle Ways of Success*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Zalukhu, Eloy. 2012. *Life Success Triangle*. Jakarta: Kompas Gramedia

RINGKASAN METODE  
MENGAJAR DAN PELATIHAN



### BEBERAPA TEKNIK INDUKSI

Teknik-teknik induksi yang bisa digunakan antara lain :

1. Hitung Mundur  
Hitung mundur dalam hati dari 100 sampai 1, dan rasakan dalam hati bahwa pada setiap angka menurun anda semakin tenang dan rileks.
2. Pura-pura Tidur.  
Bayangkan Anda pura-pura tidur...  
Rasakan setiap tarikan napas Anda semakin rileks  
Rasakan kelopak mata Anda semakin tertutup rapat (semakin Anda berusaha membuka mata, kelopak mata Anda makin menutup rapat)  
Rasakan kelopak mata Anda semakin lemas  
Rasakan kelopak mata Anda semakin berat dan semakin berat  
Rasakan Anda menjadi semakin mengantuk... semakin mengantuk.  
Biarkan alam pikiran sadar Anda tidur...
3. Pernapasan sambil Tutup Mata.  
Ambil napas pelan (rasakan rileks)...tahan sebentar ...  
Keluarkan napas...  
Setiap tarikan napas rasakan semakin rileks.  
Ulangi berkali-kali.

4. Buka Tutup Mata.  
Hitung angka dari 49 mundur sampai 1.  
Setiap angka ganjil tutup mata, setiap angka genap buka mata.  
Durasi waktu tutup mata agak lebih lama sedikit dibanding durasi waktu buka mata, rasakan kelopak mata semakin berat saat tutup mata.  
Rasakan semakin rileks, rasakan semakin mengantuk, jangan ditahan silakan tidur.
5. Bayangkan Angka (Pemandu mengucapkan angka)  
Bayangkan angka yang saya ucapkan.  
10, 9, 8,... (Ucapkan angka pada saat akhir mengeluarkan napas).
6. Hitung Angka 100 sampai dengan 1 (dipandu)  
Mulai: 100... 99 makin rileks... 98 sangat rileks... 97 mata menjadi berat... 96 mengantuk... 95 sangat mengantuk... silakan tidur.

## METODE BIMBINGAN DAN KONSELING

Pilih salah satu atau kombinasi teknik yang tepat dan cocok.

1. Pola bahasa.
2. Sistem Referensi Manusia (VAK)
3. Pola Gerak Mata.
4. Pola Suara.
5. *Looping*.
6. Potensi Kata (*Electrical, Emosional, Focus, Positive*)
7. Cerita/Methapora.
8. *Pacing Leading Matching*.
9. Afirmasi.
10. Visualisasi
11. Idola
12. *Part* terapi
13. Asosiasi dan Disosiasi.
14. Potensi Masa Lalu.
15. *Gestalt* Terapi
16. *Parenting*.
17. Kekuatan Pikiran.
18. Penyembuhan
19. Penjelajahan Kelemahan Kekurangan.
20. Pengembangan diri.
21. *Interview* pada kondisi Theta.
22. *Phobia*.
23. *Anchoring*.
24. *Interview* antar bagian diri.
25. Masa lalu.