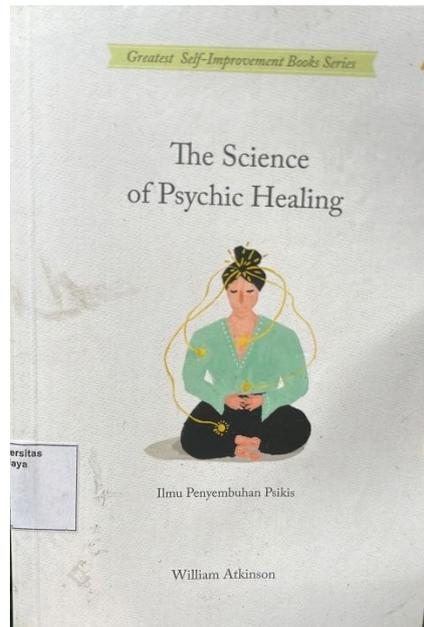


## RESENSI BUKU



**Judul Buku** : The Science of Psychic Healing

**Penulis** : Willian Atkinson

**Penerbit** : Bright Publisher

**Tahun Terbit** : 2020

**ISBN** : 978-623-7778-41-7

**Jumlah Halaman** : 158 Halaman

### **The Science of Psychic Healing**

"The Science of Psychic Healing" merupakan sebuah karya klasik yang sangat berpengaruh dalam dunia metafisika dan juga penyembuhan psikis, Buku ini ditulis oleh William Walker Atkinson, ia merupakan seorang penulis yang sangat produktif, aktif, dan juga dikenal dengan nama pena Yogi Ramacharaka. Didalam buku ini, Atkinson secara mendalam mengeksplorasi berbagai aspek dari kekuatan pikiran dan juga energi psikis yang bisa digunakan untuk proses penyembuhan, buku ini memberikan wawasan yang mendetail, komprehensif, dan terperinci. Buku ini ditulis dengan gaya bahasa yang mudah untuk dipahami, karya ini bertujuan agar para pembaca yang memiliki ketertarikan dan minat pada pengembangan diri serta metode

penyembuhan psikis alternatif. Buku ini tidak hanya membahas teori-teori di balik penyembuhan psikis namun juga memberikan panduan yang praktis dalam penerapan teknik-teknik tersebut dalam kehidupan sehari-hari, sehingga menjadi ilmu yang sangat berharga bagi mereka yang mencari cara-cara baru untuk mencapai kesehatan dan juga kesejahteraan holistik.

Dalam buku ini terbagi menjadi beberapa poin penting yang secara sistematis membahas Teknik dan konsep penyembuhan psikis. Pada awal buku Atkinson memulai dengan memberikan beberapa penjelasan yang detail tentang konsep dasar dari energi psikis dan getaran yang menjadi fondasi utama dari seluruh proses penyembuhan psikis. Dia secara jelas menggambarkan bagaimana energi ini, yang bersifat halus dan tidak kasat mata, bisa dipengaruhi oleh pikiran dan niat individu dalam menggunakannya. Dalam penjelasan ini, Atkinson menjabarkan hubungan erat antara kondisi mental seseorang dengan efeknya terhadap aliran energi psikis, menekankan bahwa pikiran yang terfokus dan niat yang kuat mampu mengarahkan dan memanipulasi getaran energi tersebut dalam mencapai hasil penyembuhan yang diinginkan. Dengan cara ini, dia menunjukkan bahwa penyembuhan psikis tidak hanya bergantung pada prosedur dan teknik tertentu, tetapi juga sangat bergantung dengan kondisi mental dan spiritual dari praktisinya, menjadikan kekuatan pikiran sebagai elemen sentral dalam proses penyembuhannya.

Buku ini juga menyediakan panduan dan arahan yang komprehensif mengenai berbagai macam teknik meditasi dan konsentrasi yang dianggap sangat penting dalam mengembangkan kemampuan penyembuhan psikis. Atkinson menjelaskan dengan rinci bagaimana teknik-teknik ini bisa diterapkan untuk mencapai tingkat fokus mental yang tinggi dan ketenangan batin yang mendalam, yang keduanya merupakan elemen yang krusial dalam proses penyembuhan psikis. Dia menekankan bahwa fokus mental yang tajam dan keadaan batin yang tenang merupakan salah satu prasyarat untuk memanipulasi dan mengarahkan energi psikis secara efektif. Dalam penjelasannya, Atkinson juga menggali berbagai macam metode meditasi yang dapat digunakan oleh praktisi dalam memperkuat kekuatan pikiran mereka, serta tata cara untuk mencapai konsentrasi mendalam yang memungkinkan mereka untuk berhubungan dengan getaran energi psikis pada tingkat yang lebih tinggi. Dengan demikian, Atkinson menunjukkan bahwa penguasaan teknik meditasi dan konsentrasi bukan hanya penting, tetapi juga esensial bagi siapa saja yang ingin berhasil dalam bidang penyembuhan psikis.

Atkinson mengeksplorasi secara detail bagaimana pikiran dapat memiliki kemampuan luar biasa dalam mempengaruhi kondisi fisik tubuh. Dalam bukunya, dia menjelaskan dengan rinci

bahwa pikiran positif dan visualisasi yang terarah bisa digunakan secara efektif untuk mempromosikan kesehatan dan penyembuhan. Atkinson menguraikan bahwa dengan mengembangkan pola pikir positif dan menggunakan teknik visualisasi yang kuat, individu dapat memanipulasi energi psikis mereka untuk menghasilkan efek penyembuhan yang nyata pada tubuh fisik dan psikis mereka. Dia juga menjelaskan bahwa pikiran yang penuh dengan optimisme dan keyakinan memiliki potensi untuk mempercepat proses pemulihan dari berbagai penyakit dan kondisi medis. Selain itu, Atkinson menekankan bahwa visualisasi yang jelas dan konsisten tentang keadaan kesehatan yang diinginkan dapat membantu memfokuskan energi penyembuhan dalam tubuh, sehingga tubuh dapat merespons dengan cara yang lebih positif dan efektif. Dengan demikian, dia menegaskan betapa pentingnya menjaga pikiran yang sehat dan penuh harapan sebagai salah satu kunci utama dalam mencapai dan mempertahankan kesehatan fisik yang optimal.

Buku ini menyediakan berbagai metode praktis yang dapat digunakan untuk tujuan penyembuhan, baik untuk diri sendiri maupun orang lain. Atkinson menjelaskan berbagai teknik yang meliputi visualisasi, afirmasi, dan penggunaan energi mental yang diarahkan untuk memanipulasi kondisi fisik dan emosional dengan cara yang efektif. Teknik visualisasi yang diuraikannya mencakup pembentukan gambar mental yang jelas dan positif mengenai keadaan sehat yang diinginkan, yang kemudian diproyeksikan ke dalam pikiran bawah sadar untuk memfasilitasi proses penyembuhan. Selain itu, Atkinson memberikan panduan tentang penggunaan afirmasi, dengan pernyataan positif yang diulang-ulang dapat memperkuat keyakinan dan memprogram pikiran bawah sadar menuju kesembuhan. Dia juga membahas cara-cara mengarahkan dan memanfaatkan energi mental untuk mempengaruhi kondisi fisik dan emosional secara langsung, baik melalui mediasi langsung maupun dengan cara yang lebih halus. Atkinson menggaris bawahi bahwa dengan mempraktikkan teknik ini secara konsisten, seseorang dapat mencapai hasil yang signifikan dalam meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan, serta membantu orang lain dalam proses penyembuhan mereka. Buku ini dengan demikian menjadi sumber daya yang kaya dan bermanfaat bagi siapa saja yang tertarik untuk menjelajahi dan mempraktikkan penyembuhan psikis secara mendalam.

Atkinson membahas energi mental dengan cara mengarahkan dan menggunakan energi mental untuk penyembuhan. Dia memberikan petunjuk tentang bagaimana mengenali dan memanfaatkan energi ini untuk mencapai hasil yang diinginkan.

Buku "The Science of Psychic Healing" oleh William Walker Atkinson memiliki beberapa kelebihan dan kekurangan. Kelebihan dalam buku ini yaitu dalam bahasa yang mudah dipahami, menyediakan teknik praktis yang dapat diterapkan oleh pembaca, dan menginspirasi untuk eksplorasi potensi pikiran. Namun, kekurangan buku ini terletak pada konteks sejarah di mana beberapa konsep mungkin terasa ketinggalan zaman, serta kurangnya dukungan bukti ilmiah yang kuat untuk banyak klaim yang disajikan dalam buku ini.

"The Science of Psychic Healing" oleh William Walker Atkinson merupakan buku yang menarik bagi mereka yang tertarik pada penyembuhan alternatif dan pengembangan kemampuan psikis. Meskipun beberapa konsep mungkin memerlukan pemahaman yang kritis, buku ini menawarkan pandangan yang unik dan metode praktis yang dapat bermanfaat bagi pembaca yang ingin mengeksplorasi potensi pikiran mereka.

Jika kalian tertarik membaca buku ini, saya menyarankan meminjam buku ini di Perpustakaan Universitas Pembangunan Jaya.

**Oleh:**

**Nama:** Muhammad Alfin Hakim

**Prodi:** Ilmu Komunikasi

**NIM:** 2020041116