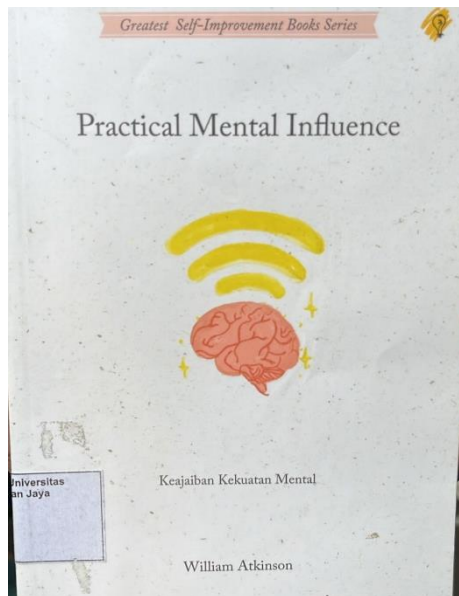


RESENSI BUKU



Judul Buku : Practical Mental Influence

Penulis : Willian Atkinson

Penerbit : Bright Publisher

Tahun Terbit : 2019

ISBN : 978-602-5868-67-2

Jumlah Halaman : 119 Halaman

Practical Mental Influence

"Practical Mental Influence," atau dalam bahasa Indonesia dikenal dengan judul "Keajaiban Kekuatan Mental," merupakan salah satu karya yang ditulis oleh William Walker Atkinson, seorang penulis yang sangat produktif dan terkenal oleh kontribusinya yang signifikan dalam gerakan New Thought. Buku ini tidak hanya memberikan panduan yang praktis secara terperinci tentang cara menggunakan kekuatan pikiran untuk mempengaruhi orang lain, namun juga membahas bagaimana penerapan teknik-teknik ini dapat membantu seseorang mencapai berbagai tujuan pribadi dengan lebih efektif. Atkinson menguraikan prinsip-prinsip dasar serta

strategi-strategi praktis yang dapat diikuti oleh pembaca untuk memaksimalkan potensi mental mereka, sehingga memungkinkan mereka untuk mencapai tingkat keberhasilan yang lebih tinggi dalam berbagai aspek kehidupan.

Buku ini dimulai dengan sebuah pengantar yang menguraikan dasar-dasar pengaruh mental, memberikan penjelasan mendetail tentang bagaimana pikiran dan niat seseorang memiliki kemampuan untuk memancarkan getaran atau vibrasi yang mempengaruhi lingkungan sekitarnya. William Walker Atkinson memperkenalkan konsep penting yang disebut hukum vibrasi, yang menjelaskan bahwa pikiran berfungsi seperti gelombang yang dapat dirasakan oleh orang lain. Melalui pemahaman ini, Atkinson menekankan bahwa setiap individu dapat memiliki kekuatan untuk memengaruhi orang lain secara mental, serta bagaimana kekuatan ini dapat digunakan secara efektif untuk mencapai berbagai tujuan pribadi. Pada bagian ini menetapkan dasar bagi pembahasan lebih lanjut dalam buku, yang akan mengupas berbagai teknik dan strategi praktis untuk memanfaatkan kekuatan pikiran dalam kehidupan sehari-hari.

Salah satu tujuan utama yang dibahas dalam buku ini merupakan Hukum Daya Tarik atau hukum Tarik menarik (Law of Attraction), yang menyatakan bahwa pikiran memiliki kecenderungan untuk menarik pikiran pikiran serupa. Pikiran pikiran positif cenderung menarik hasil realitas yang positif, sementara pikiran pikiran negatif akan membawa hasil realitas yang negatif. Konsep ini memberikan dasar yang kuat bagi berbagai teknik yang diajarkan dalam buku ini, termasuk cara-cara untuk meningkatkan konsentrasi mental, memfokuskan gelombang pikiran, dan menggunakan pengaruh mental secara efektif dalam kehidupannya sehari-hari. Atkinson menjelaskan bahwa dengan memahami dan menerapkan Hukum Daya Tarik, seseorang dapat mengembangkan kemampuan dalam menciptakan realitas yang diinginkan melalui pengendalian pikiran dan niat mereka, sehingga mencapai tujuan pribadi dengan lebih efektif dan efisien. Buku ini tidak hanya memberikan teori, tetapi juga menawarkan panduan praktis untuk membantu pembaca memanfaatkan kekuatan pikiran mereka dalam berbagai aspek kehidupan.

Atkinson tidak hanya mengajarkan cara mempengaruhi orang lain secara mental, tetapi juga mengajarkan panduan rinci tentang cara melindungi diri dari pengaruh mental negatif. Dia menekankan pentingnya menjaga pikiran untuk tetap positif dan memperkuat pertahanan konsentrasi mental. Menurut Atkinson, perlindungan diri dari pengaruh negatif sama pentingnya dengan kemampuan untuk mempengaruhi orang lain. Atkinson menjelaskan berbagai teknik untuk memperkuat pertahanan mental, seperti membangun kebiasaan berpikir

positif, meningkatkan kesadaran diri, dan menggunakan visualisasi serta afirmasi untuk menjaga stabilitas mental. Dengan menjaga pikiran tetap positif dan kuat, seseorang dapat menghindari dampak buruk dari pikiran negatif orang lain dan menjaga keseimbangan mental mereka sendiri. Buku ini menekankan bahwa pengembangan kekuatan mental yang sehat dan kuat merupakan kunci dalam mencapai kesejahteraan dan keberhasilan dalam kehidupan sehari-hari.

Buku ini juga menawarkan berbagai macam latihan yang dirancang untuk membantu para pembaca mengembangkan kekuatan mental mereka. Latihan-latihan ini memiliki tujuan untuk meningkatkan kemampuan konsentrasi, mengasah keterampilan visualisasi, dan memperkuat kemampuan mempengaruhi orang lain secara positif. Atkinson menyusun latihan-latihan ini dengan cermat untuk memastikan bahwa pembaca dapat mempraktikkannya secara efektif didalam kehidupan sehari-hari. Melalui latihan konsentrasi, pembaca diajarkan untuk memfokuskan pikiran mereka dengan lebih tajam, sementara latihan visualisasi membantu mereka membentuk gambaran mental yang jelas dan kuat tentang tujuan yang ingin dicapai.

Selain itu, teknik-teknik pengaruh mental yang diajarkan bertujuan untuk meningkatkan kemampuan para pembaca dalam berinteraksi dan memengaruhi orang lain dengan cara yang konstruktif dan positif. Dengan menerapkan latihan-latihan ini secara konsisten, pembaca dapat mengembangkan potensi mental mereka secara penuh dan menggunakan kekuatan pikiran untuk mencapai berbagai tujuan pribadi dan profesional.

Buku ini memiliki kelebihan serta kekuarangan. Kelebihan buku ini yaitu memberikan panduan yang terperinci dan mudah untuk diikuti serta menjadi bermanfaat bagi siapa saja yang ingin mempelajari dan menerapkannya, buki ini juga mencangkup berbagai macam pengaruh mental mulai dari teori dasar hinga latihanya sehingga para pembaca mendapatkan pemahaman yang mudah dimengerti. Sementara itu untuk kekurangan buku ini yaitu beberapa klaim tentang kekuatan mental terdengar terlalu fantatis bagi bebrapa pembaca yang memiliki pola pikir skeptic dan ilmiah, dan beberapa bagian Atkinson cenderung mengulang materi yang telah dibahas sebelumnya sehingga membuat pembacamerasa bahwa buku ini terlalu bertele-tele dan mengurangi keefektifan dalam penyampaian pesan.

"Practical Mental Influence" merupakan buku yang menarik dan bermanfaat bagi mereka yang tertarik pada kekuatan pikiran serta pengaruh mental. William Walker Atkinson berhasil menggabungkan teori dengan praktik, memberikan pembaca wadah yang diperlukan untuk memahami dan mengembangkan kekuatan mental mereka. Meskipun ada beberapa kelemahan,

kelebihan buku ini jauh lebih menonjol, menjadikannya bacaan yang berharga dalam bidang pengembangan diri dan metafisika. Secara keseluruhan, "Practical Mental Influence" memberikan wawasan yang dalam tentang potensi kekuatan mental dan bagaimana mengembangkannya, meskipun pembaca disarankan untuk mendekati beberapa klaim dengan pikiran terbuka dan juga kritis.

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