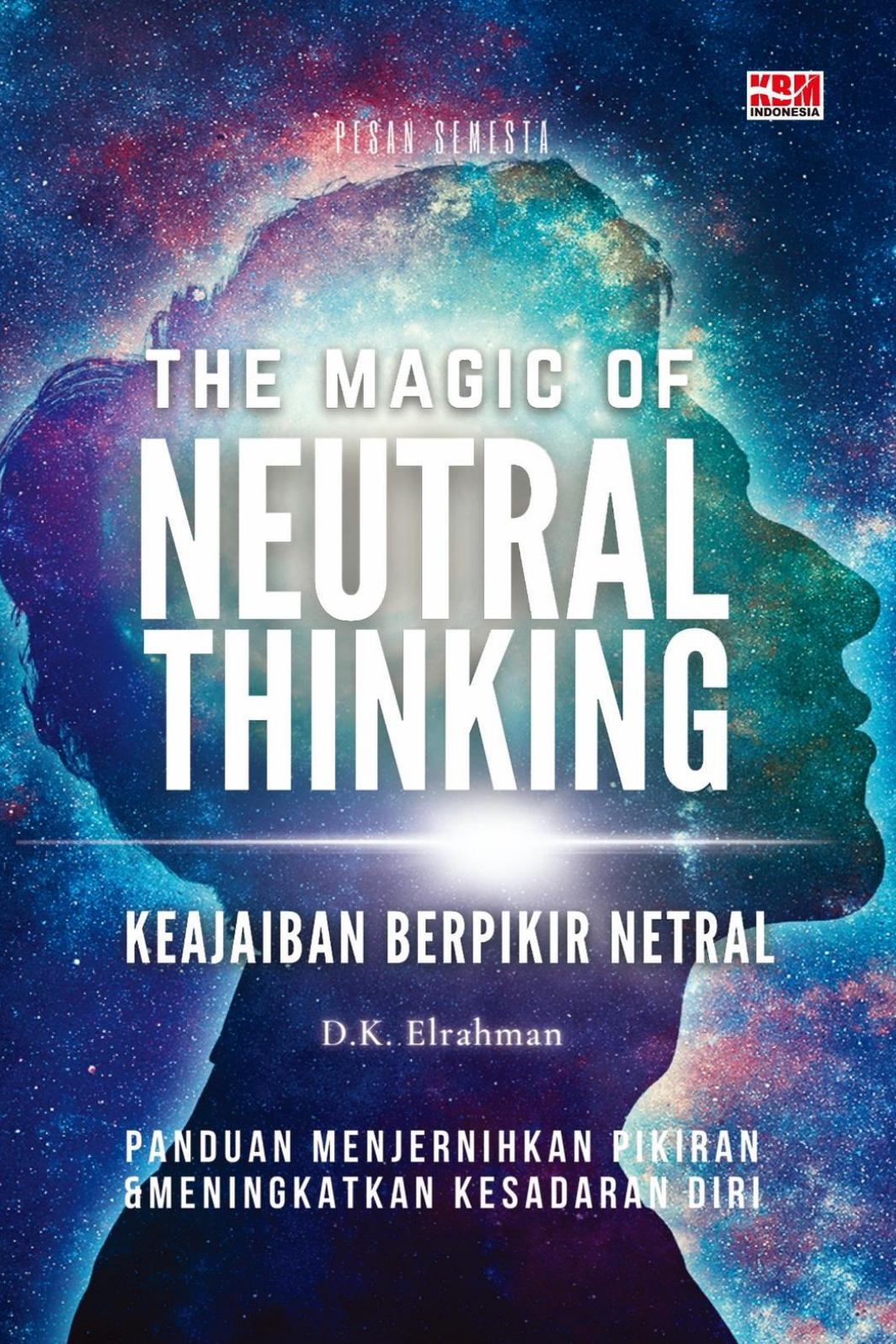


PESAN SEMESTA



THE MAGIC OF
**NEUTRAL
THINKING**

KEAJAIBAN BERPIKIR NETRAL

D.K. Elrahman

**PANDUAN MENJERNIHKAN PIKIRAN
& MENINGKATKAN KESADARAN DIRI**

KEAJAIBAN BERPIKIR NETRAL

D. K. ELRAHMAN

KBM
INDONESIA
www.penerbitbukumurah.com

Penerbit KBM Indonesia

Adalah penerbit dengan misi memudahkan proses penerbitan buku-buku penulis di tanah air Indonesia, serta menjadi media *sharing* proses penerbitan buku

KEAJAIBAN BERPIKIR NETRAL

Copyright @2025 by D. K. Elrahman

All rights reserved

KARYA BAKTI MAKMUR (KBM) INDONESIA

Anggota IKAPI (Ikatan Penerbit Indonesia)

NO. IKAPI 279/JTI/2021

Depok, Sleman-Jogjakarta (Kantor)

081357517526 (Tlpn/WA)

Penulis

D. K. Elrahman

Desain Sampul

Henry Sujatmiko

Tata Letak

Suhayl MB

Editor Naskah

Zainul Arifin, M.Pd

14 x 21 cm, viii + 234 halaman

Cetakan ke-1, Mei 2025

ISBN 978-634-202-375-4

Isi buku diluar tanggungjawab penerbit

Hak cipta merek KBM Indonesia sudah terdaftar di

DJKI-Kemenkumham dan isi buku dilindungi undang-undang

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau

Memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini

Tanpa seizin penerbit karena beresiko sengketa hukum

Website

<https://penerbitkbm.com>

www.penerbitbukumurah.com

Instagram

@penerbit.kbmindonesia

@penerbitbukujogja

Email

naskah@penerbitkbm.com

Distributor

<https://penerbitkbm.com/toko-buku/>

Youtube

Penerbit KBM Sastrabook

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

Undang-Undang No. 28 Tahun 2014 Tentang Hak Cipta

- (i) Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 100.000.000 (seratus juta rupiah).
- (ii) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
- (iii) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
- (iv) Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

DEDIKASI

Buku ini dibentuk dengan ilmuNYA. Sebuah penghormatan kalau ilmuNYA dipelajari hanya agar kita memahami kebesaran diri. Kita tidak akan menggunakan ilmu ini untuk melipat gandakan ketenaran atau keuangan. Kita akan menggunakan ilmu ini untuk sesuatu yang lebih berharga dari apapun yang bisa dipuji atau dihitung. Kita akan menggunakannya untuk membentuk kesadaran semesta yang terbaik. Dimulai dari diri yang belajar kita akan terus meneruskan ilmuNYA demi menyebar rahmatNYA bagi semesta alam.



DAFTAR ISI

DEDIKASI.....	6
DAFTAR ISI	7
PRAKATA	11
PEMIKIR SEMESTA.....	17
Pikiranmu Duniamu.....	24
Pikiran Tidak Bisa Dikosongkan	27
Akibat Pikiran yang Tidak Terkelola	30
Menyadari Pikiran	40
Kekuatan Mind-Body Connection.....	45
Menyadari Pikiran Melalui Tubuh	49
Mengelola Arus Energi Mental	53
MEMILIKI PIKIRAN YANG JERNIH	57
Apa yang Dimaksud dengan Pikiran yang Jernih.....	60
Cara Menyadari Kejernihan Pikiran Kita Sendiri	67
Pikiran Jernih Bukan Pikiran Positif	67
Kuis Reflektif: Seberapa Jernih Pikiranmu Saat Ini?.....	69
Panduan Praktis untuk Meningkatkan Kejernihan Pikiran.....	73

KEAJAIBAN BERPIKIR NETRAL

LEVEL 1 – Pikiran Berkabut (Kabut Tebal).....	73
LEVEL 2 – Pikiran Terpolarisasi (Cermin Retak).....	74
LEVEL 3 – Pikiran Netral (Permukaan Air Tenang) 75	
LEVEL 4 – Pikiran Jernih (Langit Tanpa Awan).....	77
Keajaiban Di Balik Kejernihan.....	79
Keajaiban Pertama: Kemampuan untuk Berpikir Holografis.....	79
Keajaiban Kedua: Kemampuan untuk Berdiri Teguh.....	87
BEBAS DARI MUSUH PIKIRAN	105
Belajar Mengamati Musuh Pikiran.....	108
Mengenali Jenis-Jenis Musuh Pikiran	110
Pikiran Sabotase Diri.....	110
Pikiran Pemanding	113
Pikiran Perfeksionis	114
Pikiran Korban	116
Pikiran Penuh Amarah dan Dendam	118
Pikiran Ketergantungan	120
Bahaya Ketidaksadaran Diri.....	121
Latihan Mengamati Pikiran dengan Pola Netral.	125
Langkah 1: Hadir dengan Penuh Kesadaran.....	126
Langkah 2: Duduk Bersama Pikiran Tanpa Bereaksi	128
Langkah 3: Mengalihkan Fokus dari Isi Pikiran ke Energinya.....	132



SENANTIASA BERPIKIR NETRAL	139
Berpikir Netral Bukan Berarti Berpikir Positif.....	143
Neurosains Pikiran Netral: Zona Aman Psikologis	
Otak	149
Pikiran Netral = Emosi Netral.....	157
Berhentilah Menghakimi dan Mulailah Memaklumi.....	161
Kenetralan Adalah Vibrasi Cinta	169
MELATIH NETRALITAS JIWA	181
Latihan Menyadari Pola Pikir & Bias.....	185
Latihan Menulis Jurnal Netralitas & Dialog Dalam	187
Latihan Netral Dalam Relasi & Konflik.....	189
Latihan Mendengar Tanpa Agenda	191
Latihan Empati Tanpa Kehilangan Batas	194
Latihan Netral Dalam Menghadapi Diri Sendiri	198
Latihan Mengobservasi Inner Critic	201
Latihan Menerima Emosi Tanpa Menjadi Korban.....	205
Latihan Berpikir Netral untuk Jalan Keluar	208
Latihan Latihan Melepaskan Keinginan Membuktikan.....	212
Latihan Mengizinkan Kebenaran Mengalir.....	215
MENERUSKAN CAHAYA.....	225
TENTANG PENULIS	232

KEAJAIBAN BERPIKIR NETRAL



PRAKATA

Sahabatku... Pikiran netral itu lebih kaya dari pada kekayaan. Seorang yang kaya raya tidak akan bisa benar-benar makmur dan tidak bisa benar-benar berbahagia tanpa pikiran netral, ini terjadi meskipun dirinya selalu berusaha memiliki pikiran positif.

Apabila pikiran positif membuat seseorang damai dengan kondisi tertentu. Maka pikiran netral membuat seseorang damai tanpa kondisi apapun. Apabila tujuan Anda mencari kebahagiaan, maka pikiran netral adalah sahabat sejati yang akan memenuhi kantong kebahagiaan Anda. Seperti sapuan yang mampu merubah sahara menjadi taman surgawi. Pikiran netral adalah keajaiban dalam kisaran yang tak terbatas.

Tanpa syarat, itulah sifat yang dibawa oleh kenetralan. Anda mau? Kalau Anda mau, maka bacalah buku ini sampai habis dan hiduplah dengan pikiran netral itu.

“Aku tidak menulis buku ini untuk membuktikan. Aku menulis agar kita semua bisa berhenti membuktikan. Dan mulai menyaksikan.”

Ada masa dalam hidup kami di mana berpikir netral terasa hampir mustahil. Pikiran ini gemar menghakimi, membandingkan, menyimpulkan. Semuanya harus cepat-cepat diberi label: baik atau buruk, benar atau salah, suci atau sesat. Seolah hidup ini panggung pengadilan yang tak pernah berhenti bersidang.

KEAJAIBAN BERPIKIR NETRAL

Kami menyadari bahwa cara berpikir seperti itu bukanlah kekuatan — itu adalah keletihan. Ia menciptakan ketegangan dalam tubuh, kekakuan dalam relasi, bahkan kabut dalam iman. Maka ketika pertama kali kami berkenalan dengan konsep berpikir netral, bukan melalui buku filsafat atau psikologi, tetapi lewat keheningan batin dalam perenungan yang dalam — kami merasa seperti menemukan jalan pulang.

Namun jalan itu tidak mudah. Di tengah masyarakat yang menilai cepat, yang suka kutip sana-sini, yang seringkali alergi pada pertanyaan tanpa jawaban pasti — berpikir netral bisa disalahpahami. Bagi sebagian orang, netral terdengar seperti pasrah, abu-abu, tidak tegas, bahkan mencurigakan.

Sebagai seorang Muslimah, kami pun bergulat dengan ketakutan serupa. Apakah kami menjadi terlalu liberal hanya karena tidak segera menghakimi? Apakah kami mengkhianati iman hanya karena belajar melihat dari sisi yang lain? Tapi kemudian kami sadar: kehendak untuk melihat lebih luas bukanlah bentuk pembangkangan — itu bentuk keberanian. Dan keberanian itu lahir dari cintaNya agar hambaNya mampu melihat keniscayaan semesta.

Dalam semesta sendiri, energi bersifat netral. Contohnya yang ada dalam diri sendiri adalah emosi. Energi emosional bersifat netral. Ini adalah sensasi perasaan dan reaksi fisiologis yang membuat emosi tertentu. Kita sendirilah yang nanti menterjemahkannya menjadi positif atau negatif. Apa yang kita sebut sebagai kemarahan, kesedihan, kegembiraan atau ketakutan semuanya bersifat netral. Interpretasi kesadaran kita tentangnyalah yang memberinya makna. Jadi kalau Anda



TENTANG PENULIS

Sahabatku... Tidak ada yang bisa ditulis disini. Kita semua adalah semesta yang sama. Semesta yang membawa cerita dan menggores sejarah kehidupannya sebagai semesta. Semesta yang membawa tugas dan bekerja keras untuk tugasnya. Semesta yang masih hidup murni karena kasih sayangNYA.

Sebagai semesta tidak bisa kami menempelkan label apapun untuk dikenal, selain terus bergerak sebagai semesta. Label yang Anda kenal tentang kami hanya akan menjadi label sementara yang tidak terlalu penting untuk dikenal. Tidak perlu mengenal kami sebagai penulis. Kami hanyalah penyampai pesan semesta yang kerdil.

Mohon maklumilah segala kekurangan, kami hanya sedang malu tertunduk, untuk merajut sikap seorang murid rendahan yang tidak mau dikenal. Itulah kenapa tidak bisa kami merangkai kata apapun untuk menulis tentang penulis. Inilah kami dengan pesan yang tersampaikan. Cukup pahami kalau ini bukan tentang penulis, ini hanya tentang semesta yang ingin menyampaikan pesannya.

Sudah saatnya kita membaca semesta berbicara. Melampaui batas menjadi satu. Bacalah diri melalui semesta sahabatku... Kita dan semesta adalah satu.

Salam Semesta,

D.K Elrahman



Informasi yang terkandung dalam buku ini hanya dimaksudkan untuk tujuan pendidikan dan pengembangan diri. Pembahasan spiritual dalam buku ini disampaikan netral, dan tidak untuk melambangkan keagamaan ataupun keyakinan tertentu.

All rights reserved

Copyright©2025 Pesan Semesta

www.PesanSemesta.com

Follow @pesansemestaofficial
Subscibe Youtube Pesan Semesta
Facebook PesanSemesta

Info pesansemesta@yahoo.com

Hubungi Penulis :
Instagram @dkelrahman
Youtube DK Elrahman
Facebook DKElrahman

