

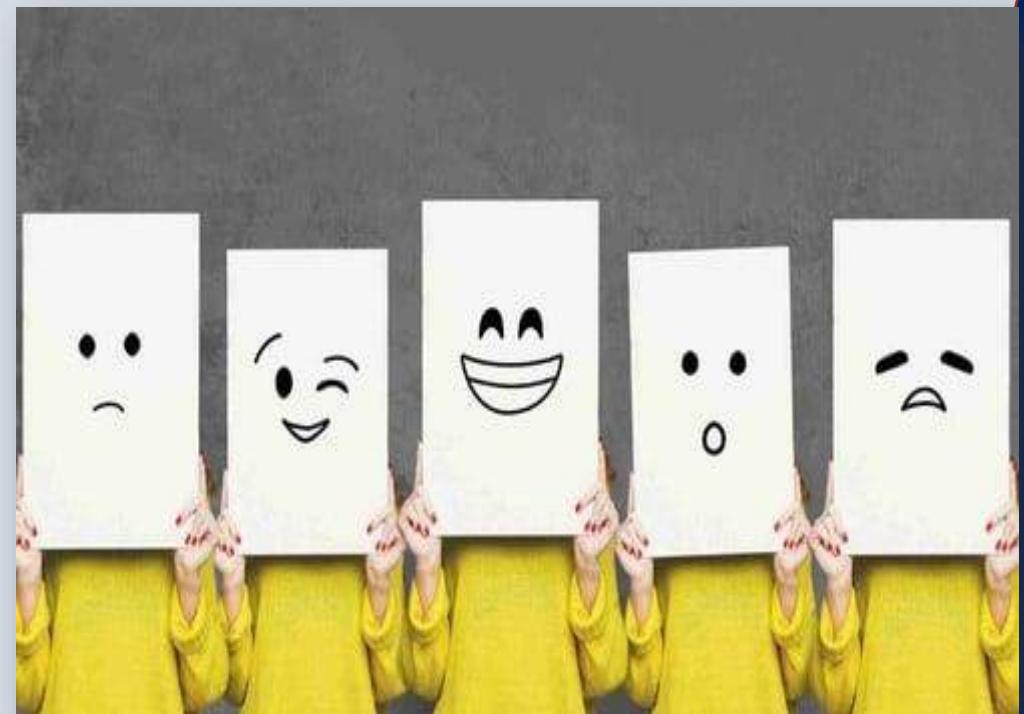
بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

Mengelola

Emosi

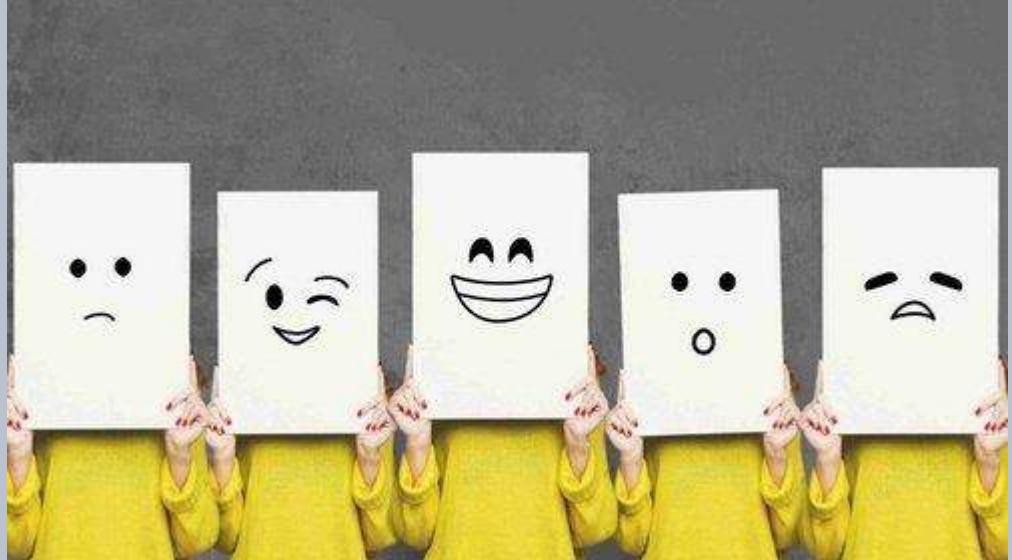
Dengan Efektif

dr. AISAH DAHLAN CH., CMNLP



DEFINISI EMOSSI

Emosi berasal dari
Kata Latin yaitu
EMOVERE (KELUAR)
dan
MOVERE (BERGERAK).
Emosi berarti
“Bergerak Keluar”



Emosi

- ✓ Luapan **perasaan** dan **pikiran** yang berkembang dan surut dalam waktu singkat
- ✓ Keadaan dan reaksi **psikologis** dan **fisiologis** (seperti kegembiraan, kesedihan, keharuan, kecintaan)
- ✓ **Keberanian** yang bersifat **subjektif**





*Emotional
Intelligence*



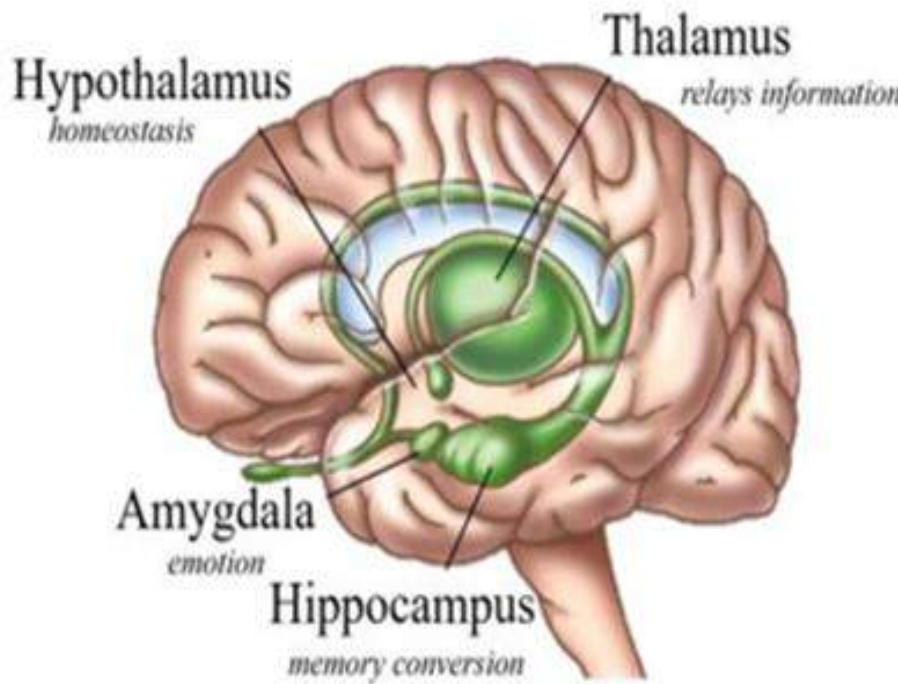
Emotional intelligence adalah kemampuan seseorang dalam *menggunakan dan memahami emosi* (baik emosi orang lain maupun emosi diri sendiri), dengan *tujuan* meningkatkan **kesehatan fisik** dan **mental**, serta **mengharmoniskan hubungan komunikasi**.

A glowing blue silhouette of a human head in profile, facing left. The interior of the head is visible, showing the brain's gyri and sulci, and the ear is clearly defined. The background is a dark blue gradient.

shutterstock

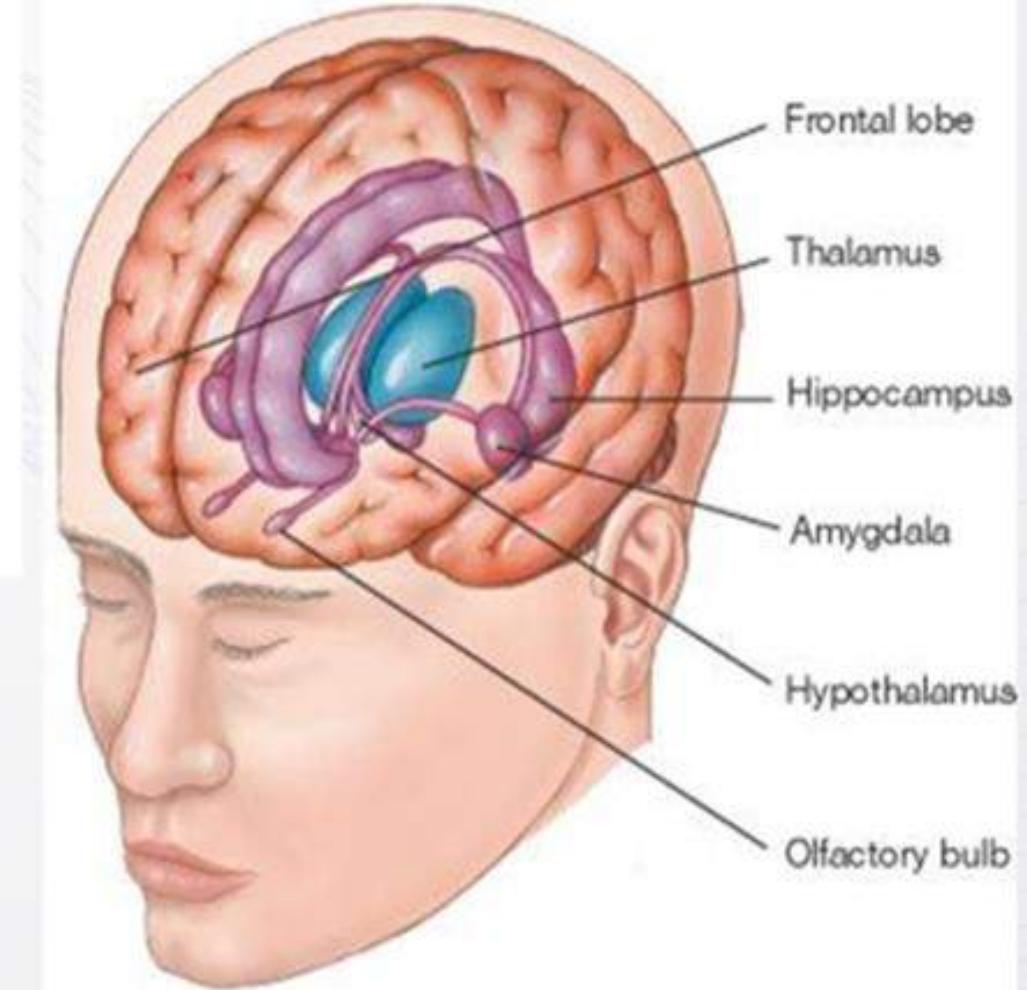
Human Brain

The Limbic System



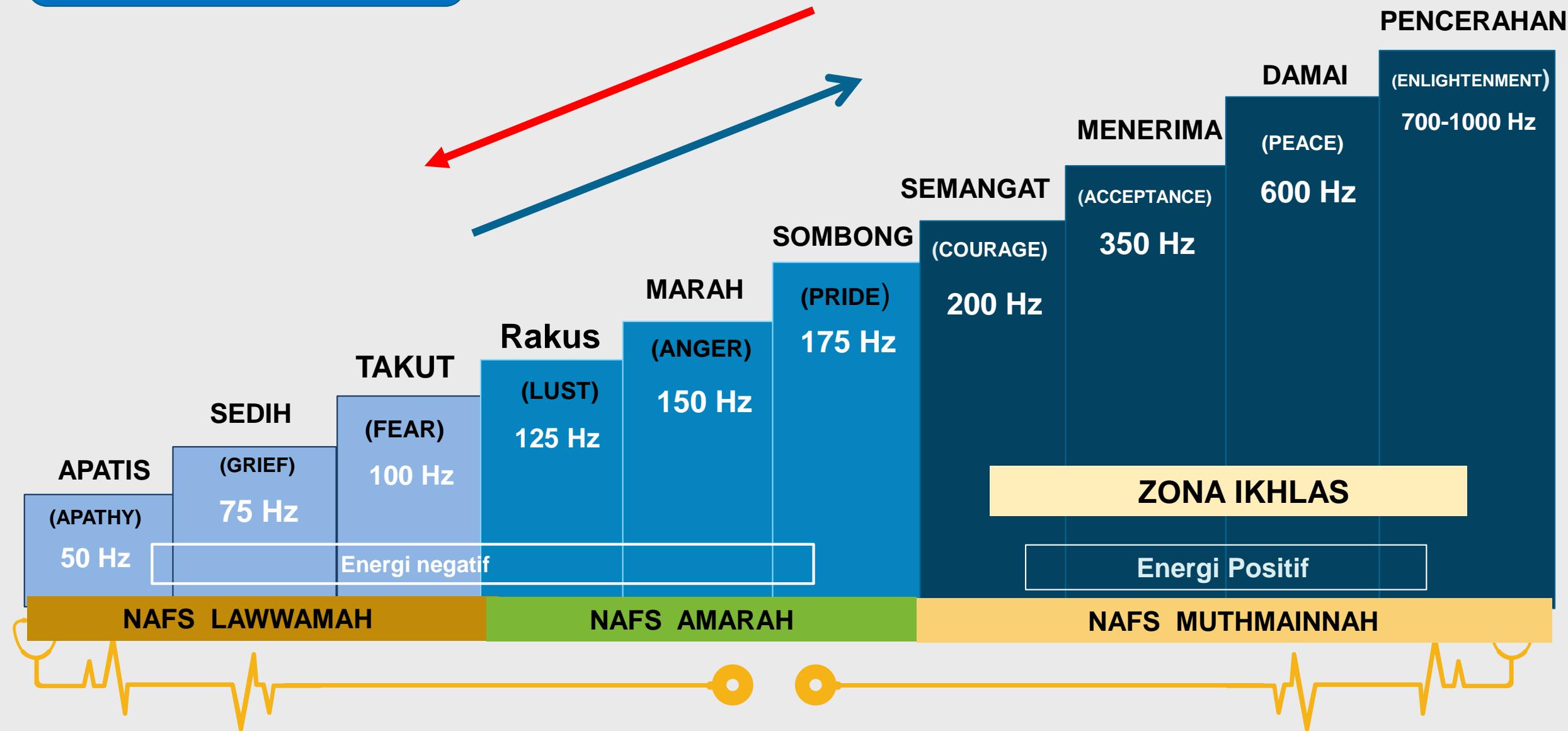
Otak Mammalia

Letak Emosi

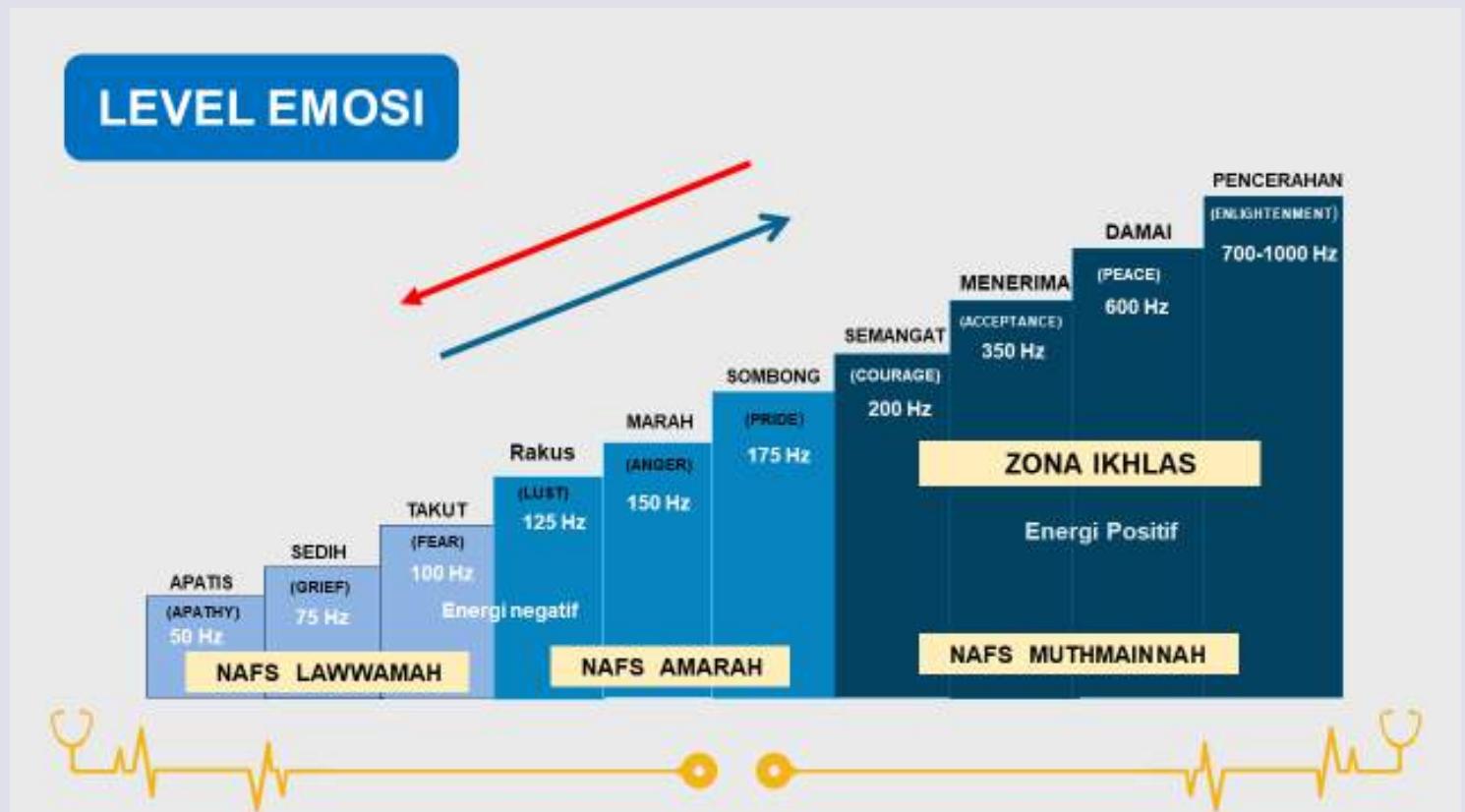




LEVEL EMOSI

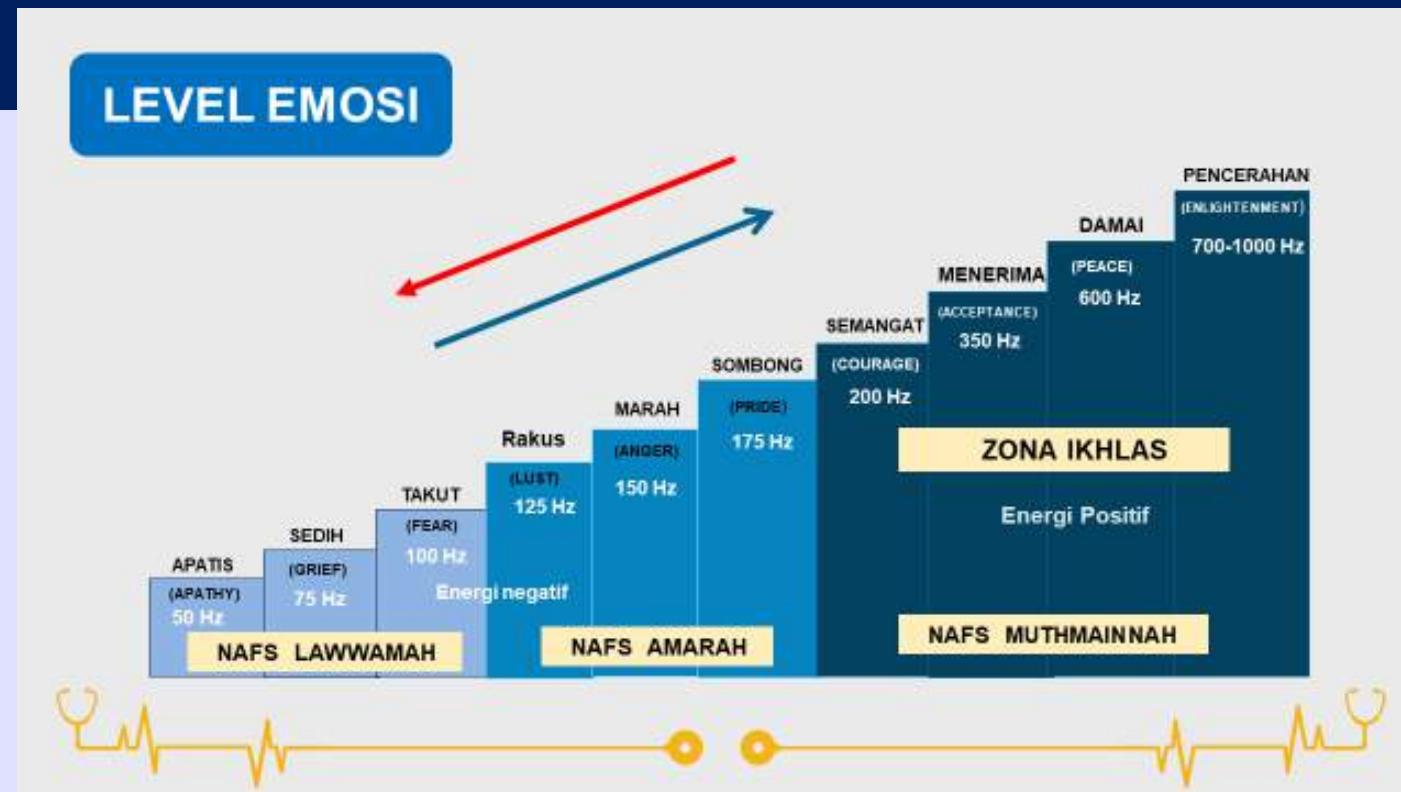


**“Getaran magnet energi dibawah
200 Hertz menyebabkan seseorang mudah terserang penyakit.
Jika frekuensi energi seseorang diatas 200 Hertz,
maka dia senantiasa sehat.”**

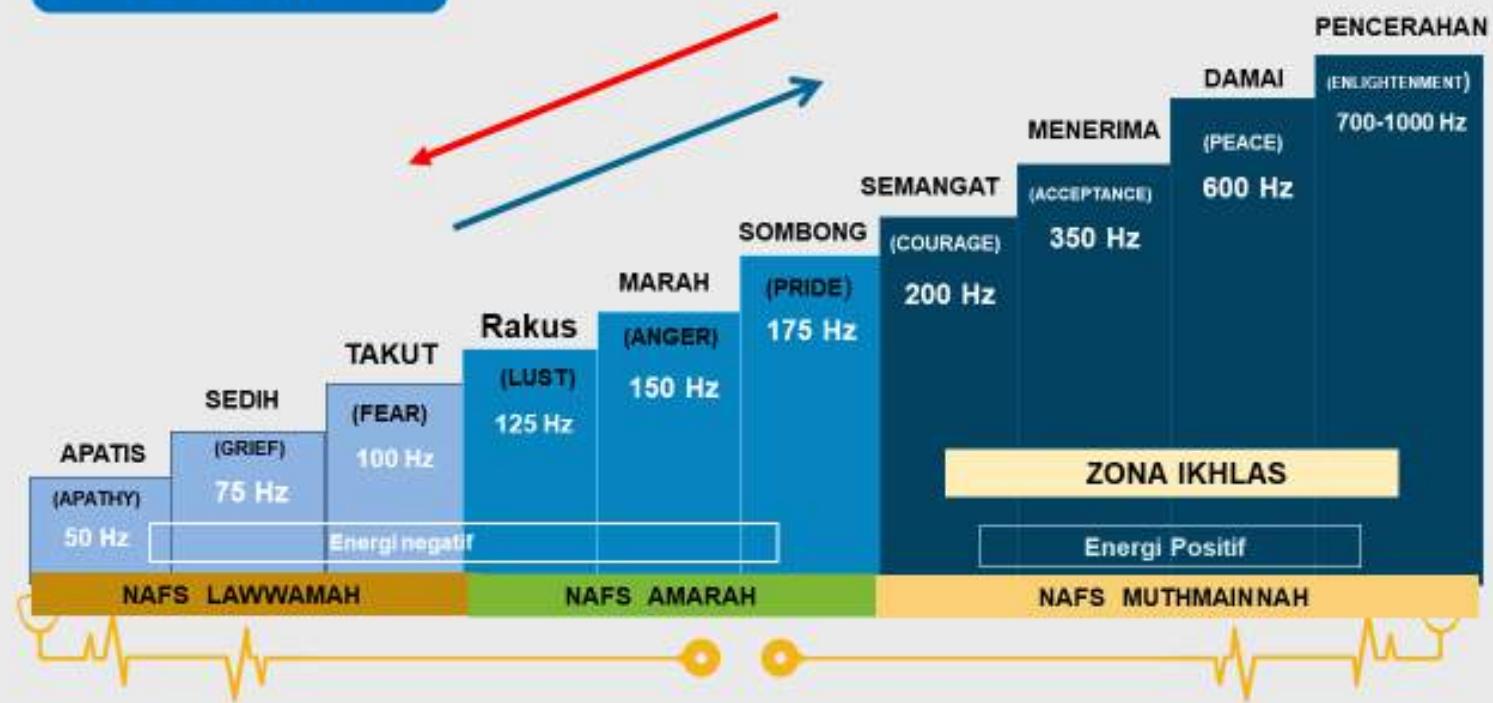


Prof. David R. Hawkins, M.D., Ph.D.
Psikiater dan ilmuan USA

Prof. David Hawkins mengatakan di dunia ini dia telah melihat orang yang mempunyai frekuensi positif **700 Hertz sampai 1000 Herzt**, maka *kekebalan tubuh dan vitalitasnya sangat tinggi.*



LEVEL EMOSI



Teknik Management Emosi selama ini dipengaruhi oleh Watak :

WATAK INTROVERT : **SUPRESSIF** (Rugi untuk Diri Sendiri)

WATAK EXTROVERT : **EXPRESSIF** (Rugi untuk Orang Lain)

Teknik lebih efektif adalah **RELEASE**

SUPRESSIF (MENEKAN)

EXPRESSIF (MENGUMBAR)

RELEASE (MENAHAN)



TARIK NAFAS DALAM

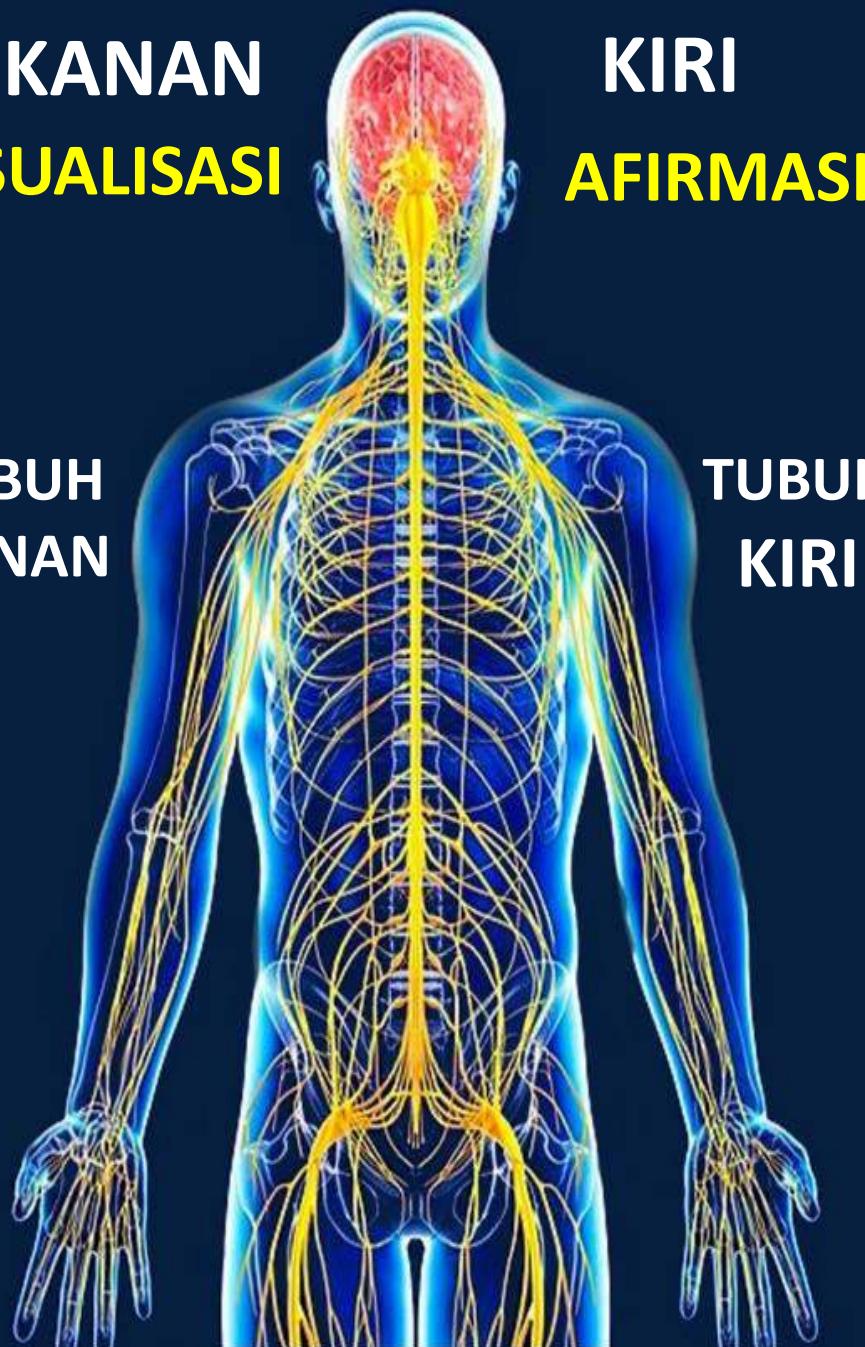


TANAH

KANAN

VISUALISASI

TUBUH
KANAN



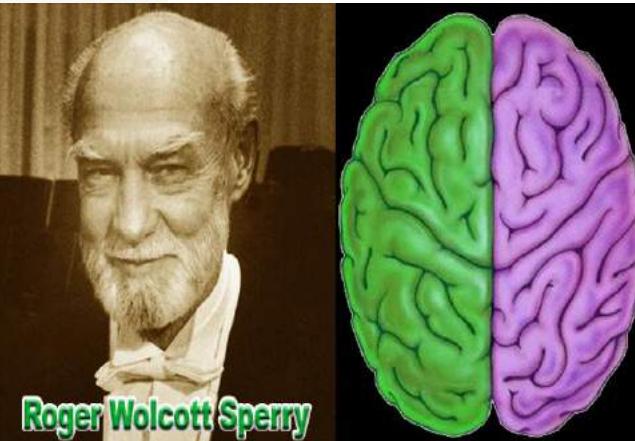
KIRI

AFIRMASI

VISUALISASI
IMAJINASI
INTUISI
IRAMA
SINTESA

BICARA
AFIRMASI
BERHITUNG
DETIL
ANALISA

KANAN KIRI

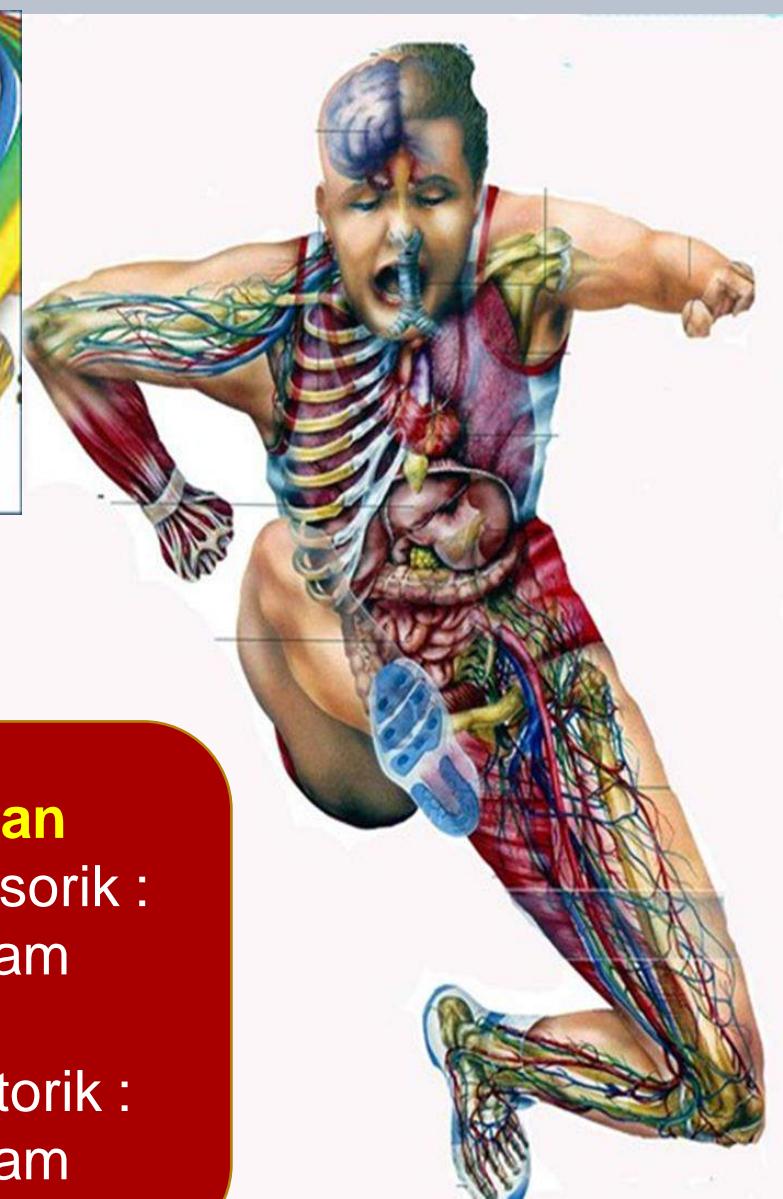
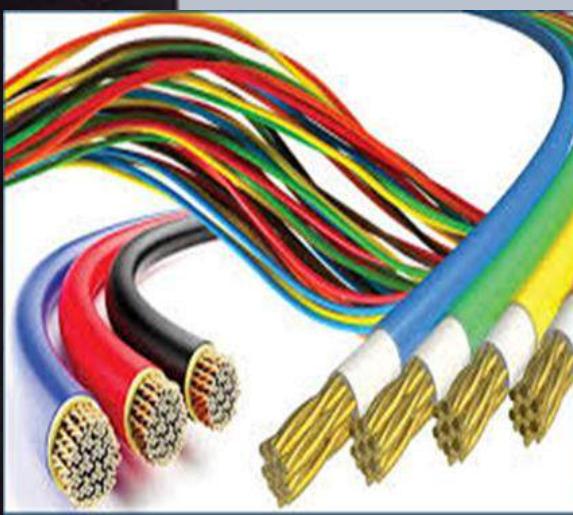
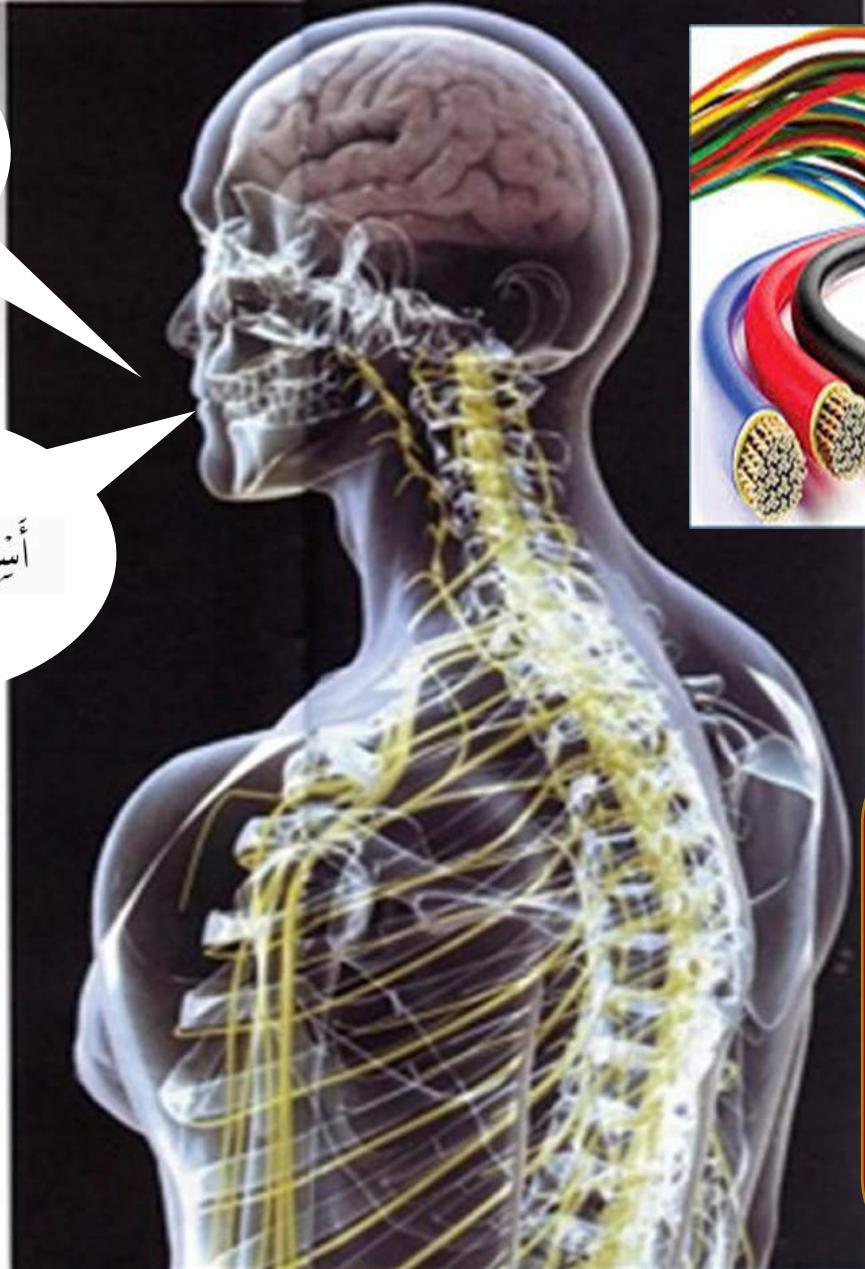


Roger Wolcott Sperry,
Neuropsikolog.

Lahir : Hartford, 20 Agustus 1913

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

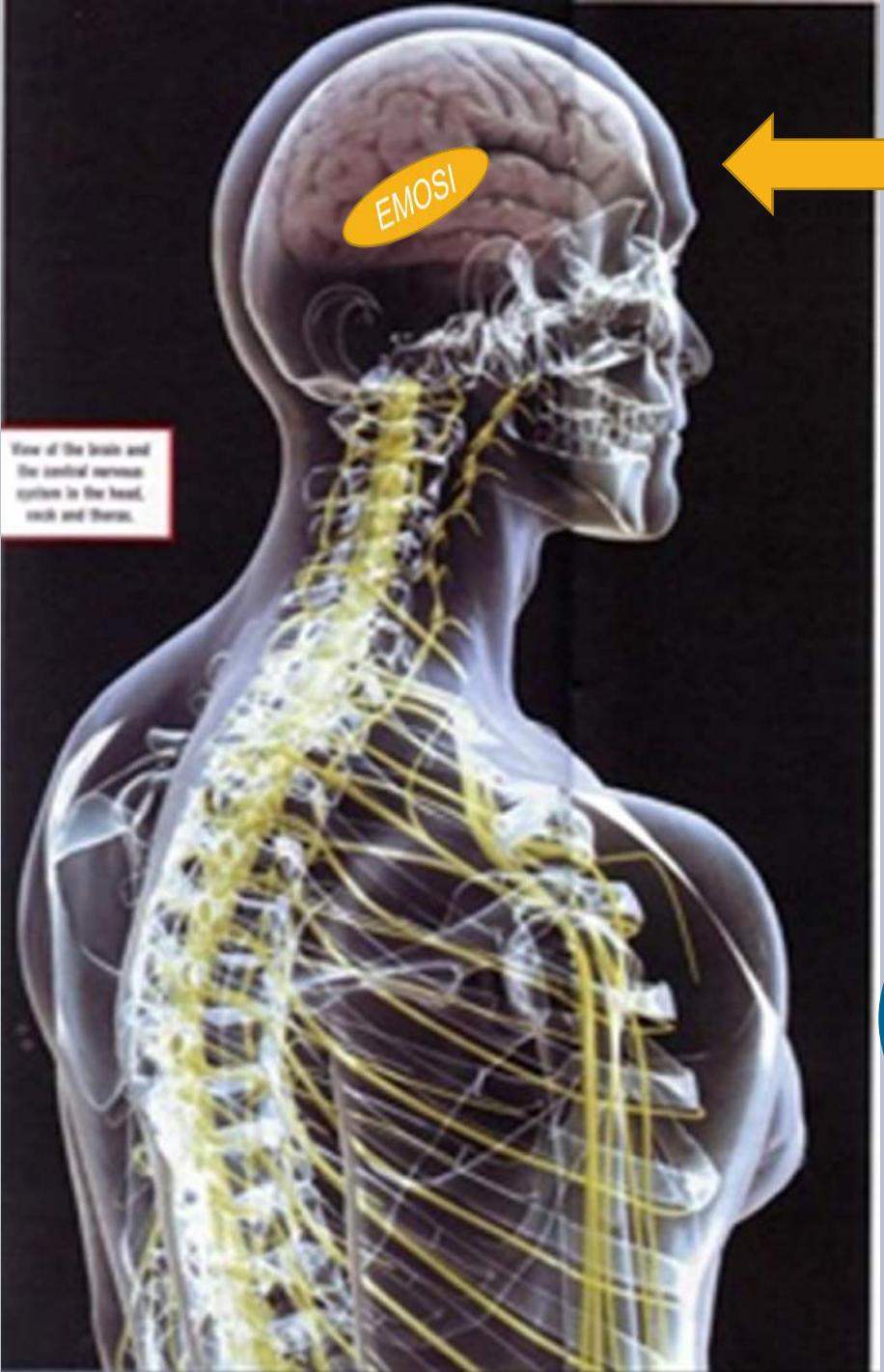
أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ



Kecepatan

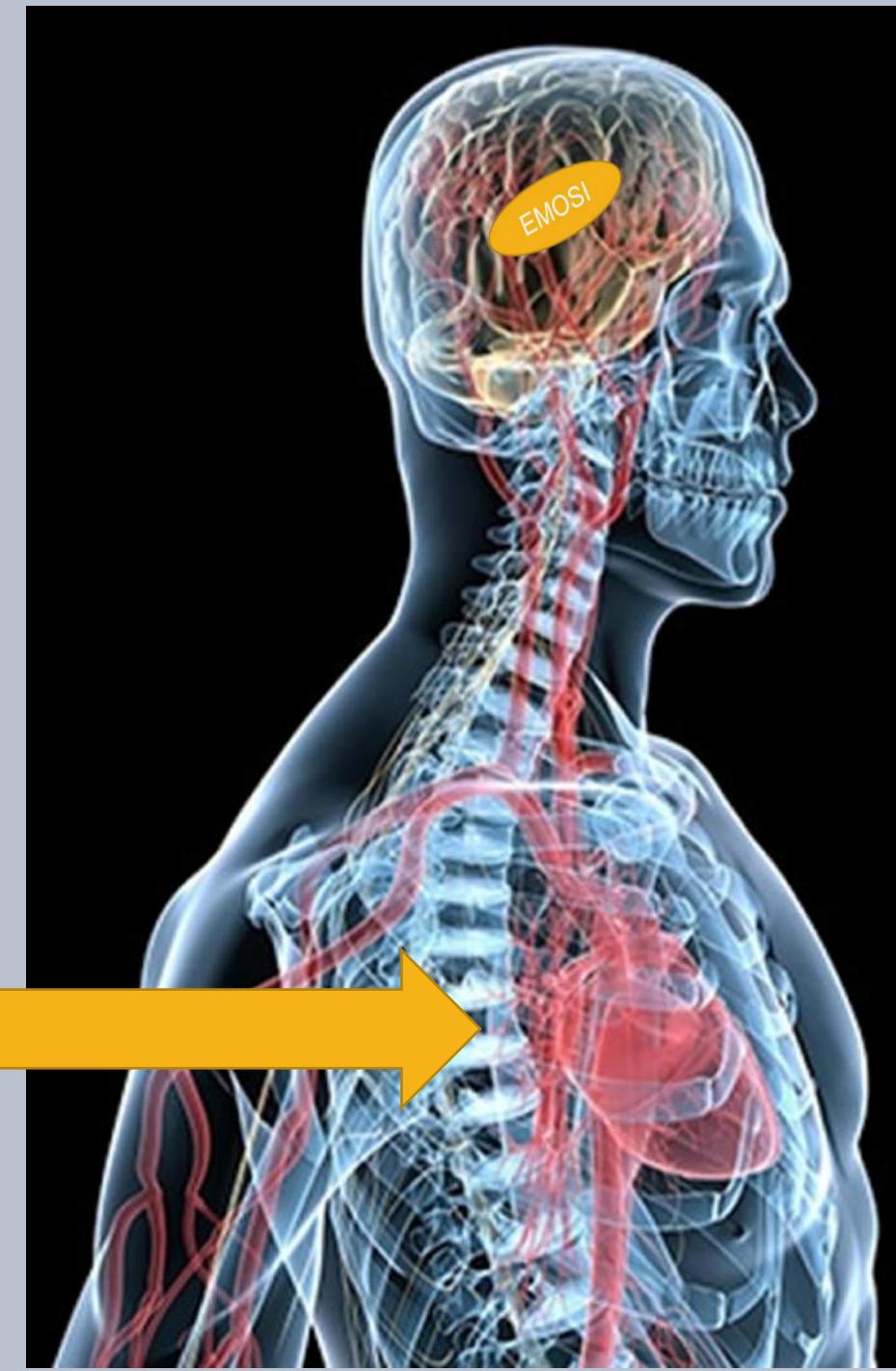
Neuron Sensorik :
240 km/jam

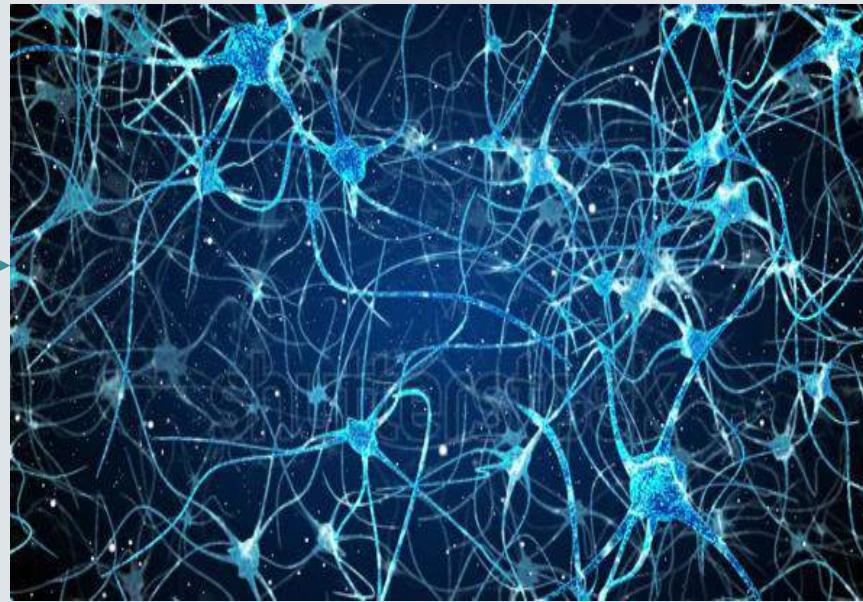
Neuron Motorik :
320 km/jam



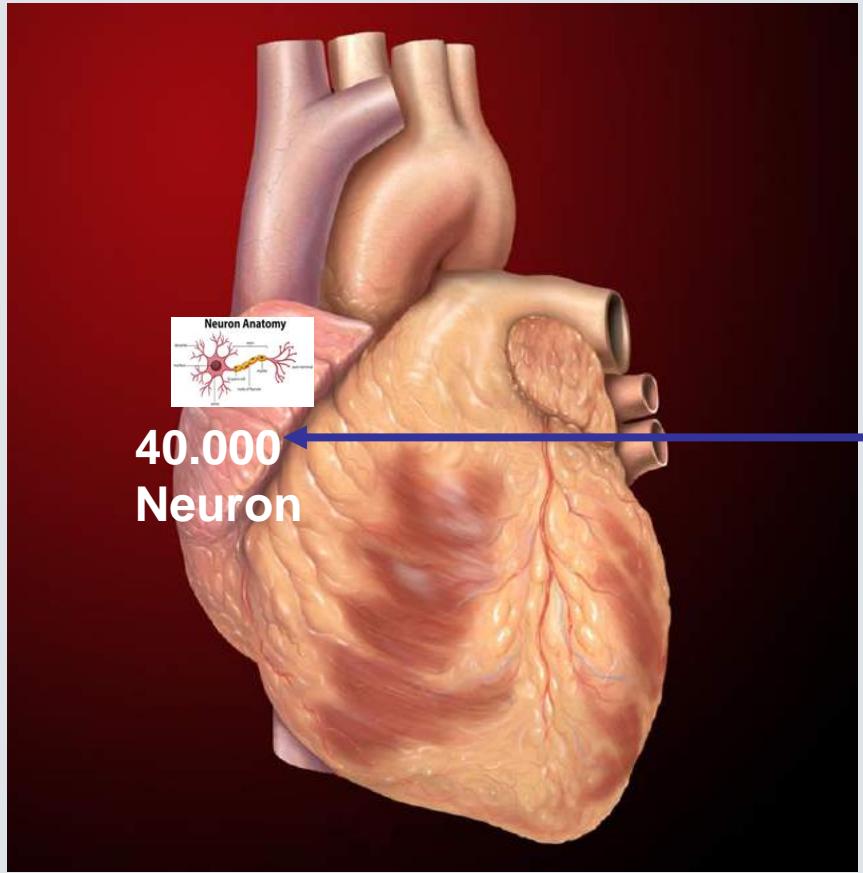
**PIKIRAN
(aqal)
didalam
OTAK**

**PERASAAN
Didalam
Qalbu**

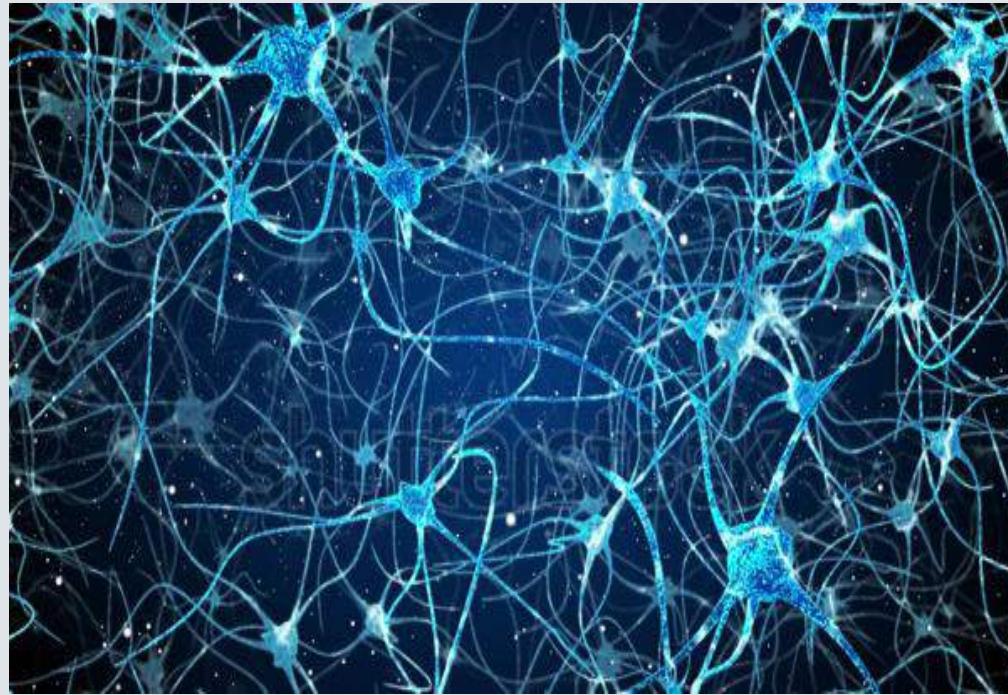




**Isi Pikiran dengan Mengaji dan
Mengkaji tentang apa
yang ALLAH mau.
Agar Neuron terkoneksi di Otak
bagian Prefrontal Cortex membentuk
Memori Prinsip-prinsip.**



Tahun 1991 penelitian
Dr.J Andrew Armour,
dari
Montreal Canada



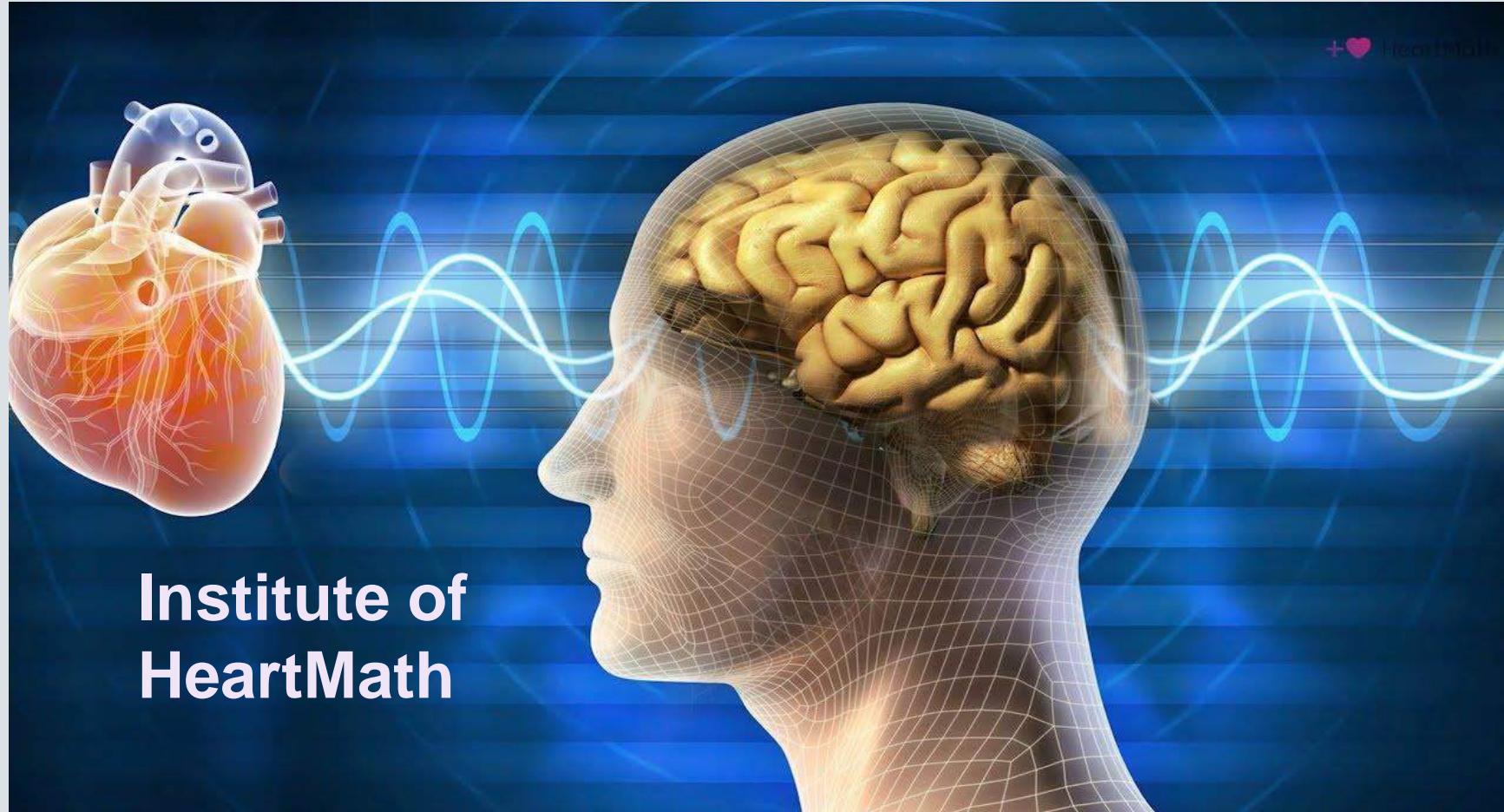
**Neuron di Qalbu juga
terkoneksi membentuk
memori.**



shutterstock



Jantung mempunyai
medan elektromagnetik 5000 kali
lebih besar dari pada Otak.

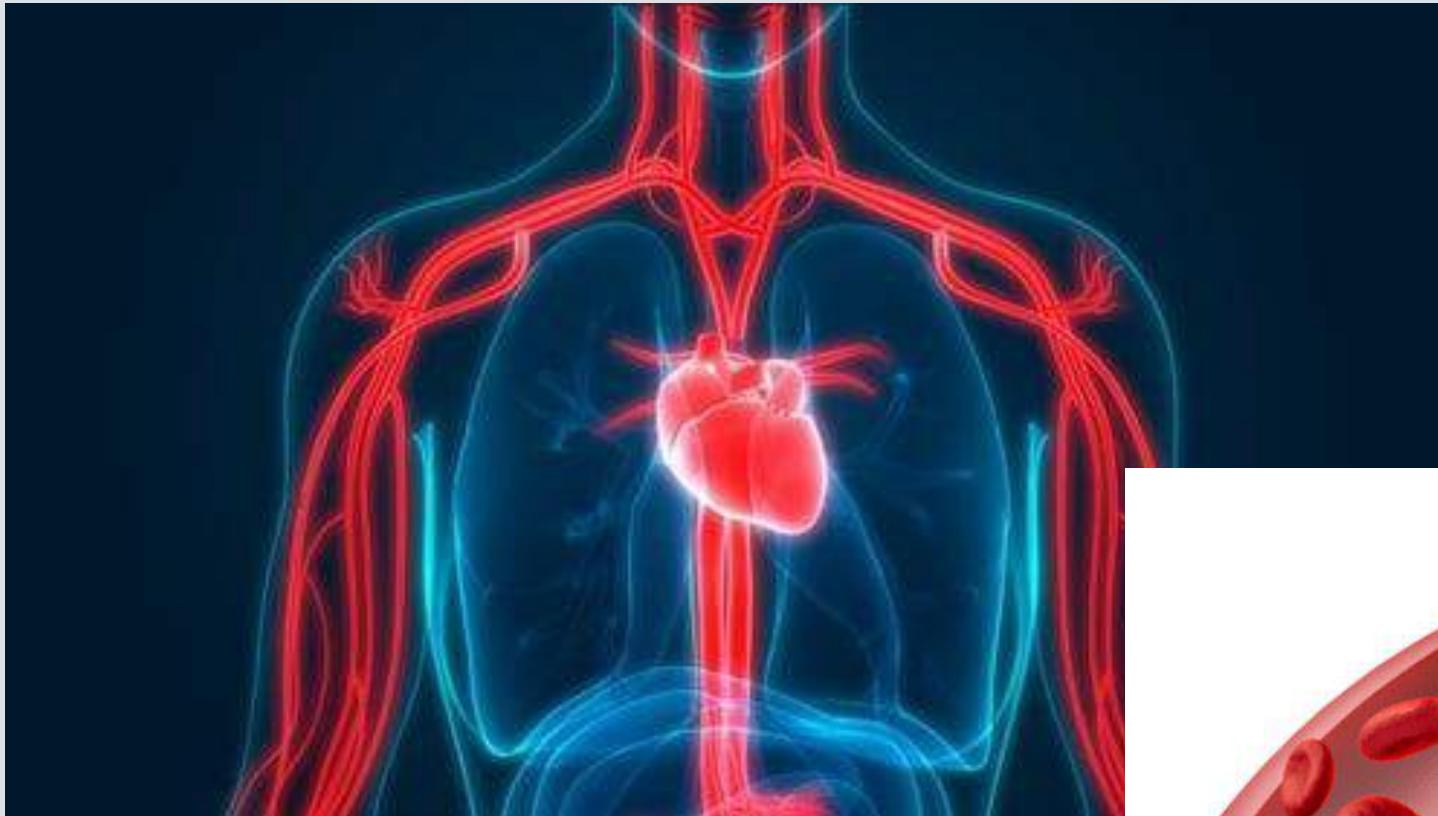




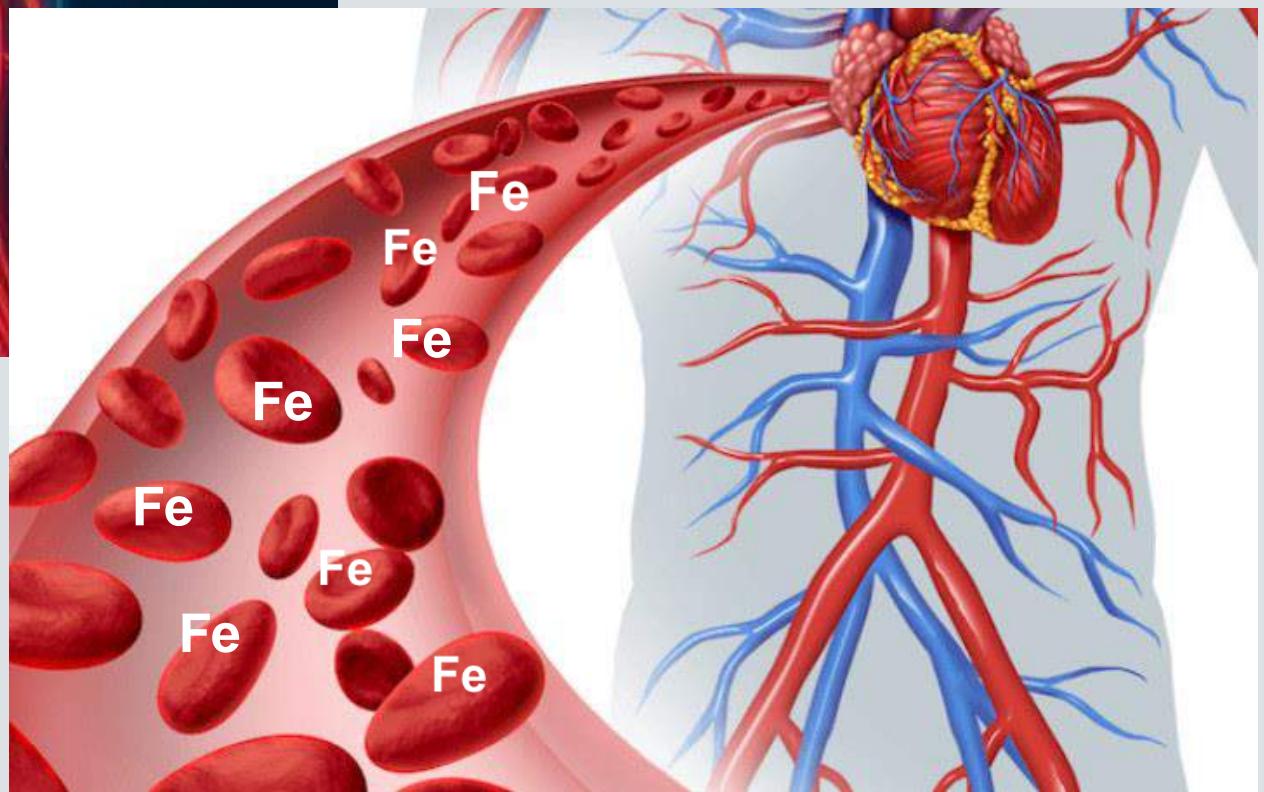
JANTUNG

Sebagai sebuah organ pemompa darah ke seluruh tubuh.

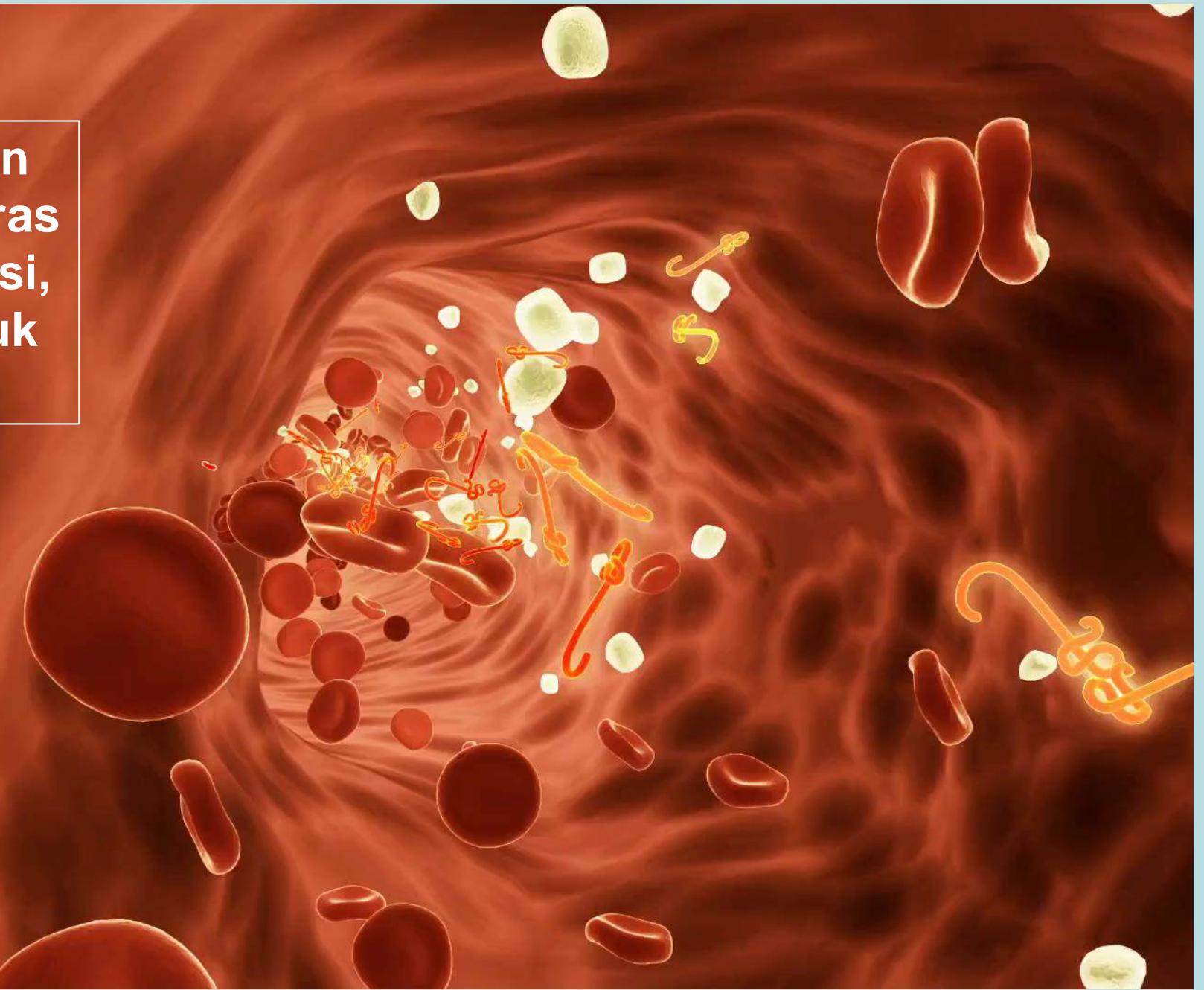
MAGNET TUBUH



Magnet Tubuh bekerja
saat Frekuensi berada
200 Hz ke atas.



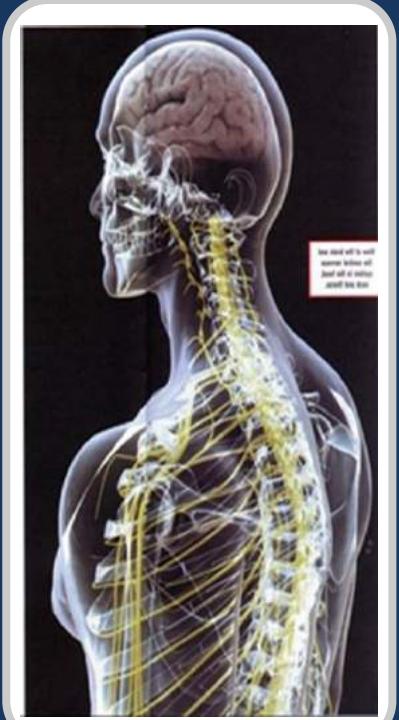
**Zat besi, mineral dan
air yang mengalir deras
membentuk polarisasi,
sehingga membentuk
daya magnet**



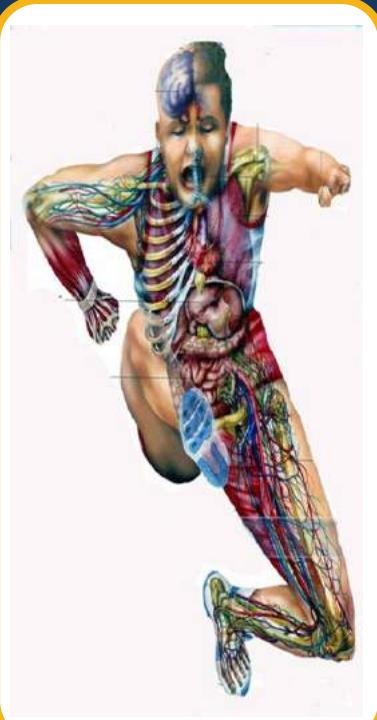


SISTEM HOLISTIK MANUSIA

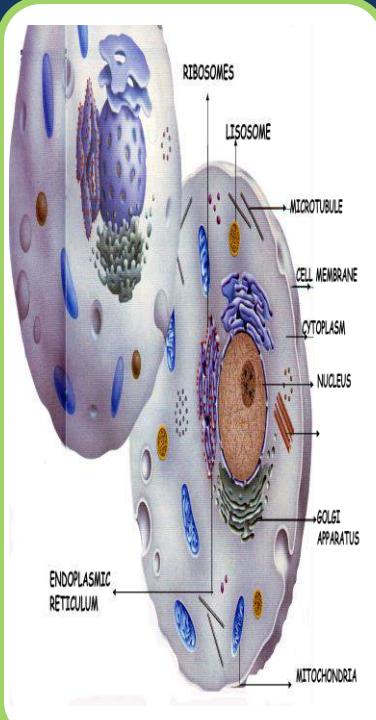
SISTEM SYARAF



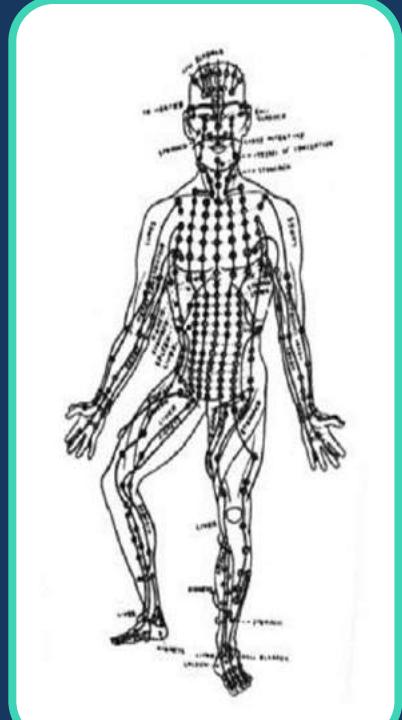
BADAN SELULER



SEL



PEMBULUH
MERIDIAN

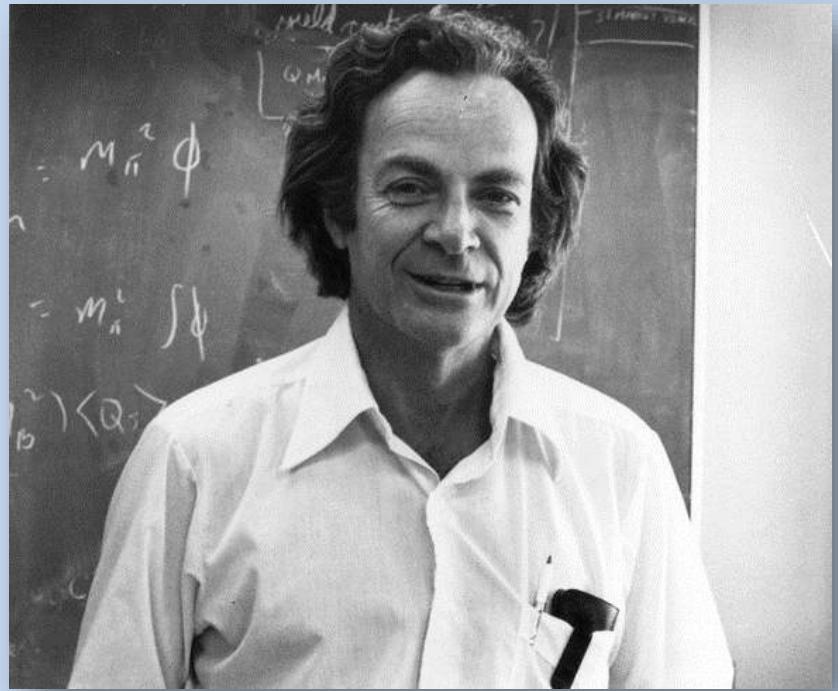


BADAN
BIOPLASMIK





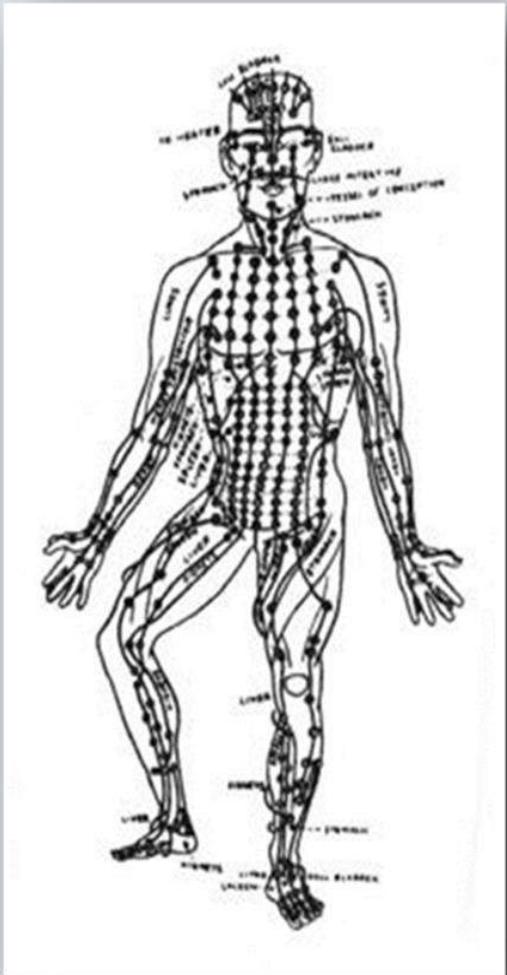
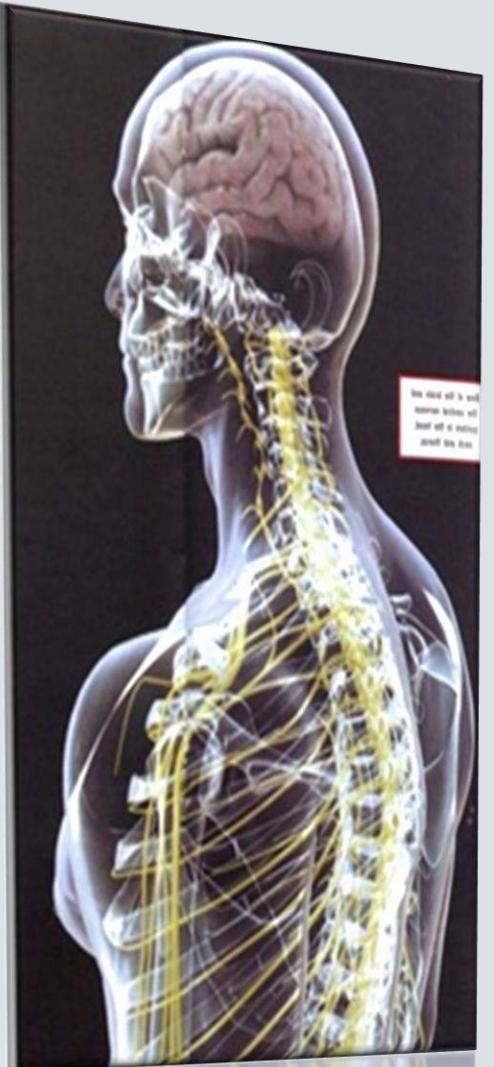
Putaran titik pembuluh Meridian
berlawanan arah jarum jam



Richard .P. Feynman
(11 Mei 1918 – 15 Februari 1988)
Fisikawan Amerika, karyanya perluasan teori
“Elektrodinamika Quantum”

Fenomena alam yang berkaitan dengan energi sangat erat kaitannya dengan *Fisika Quantum.*

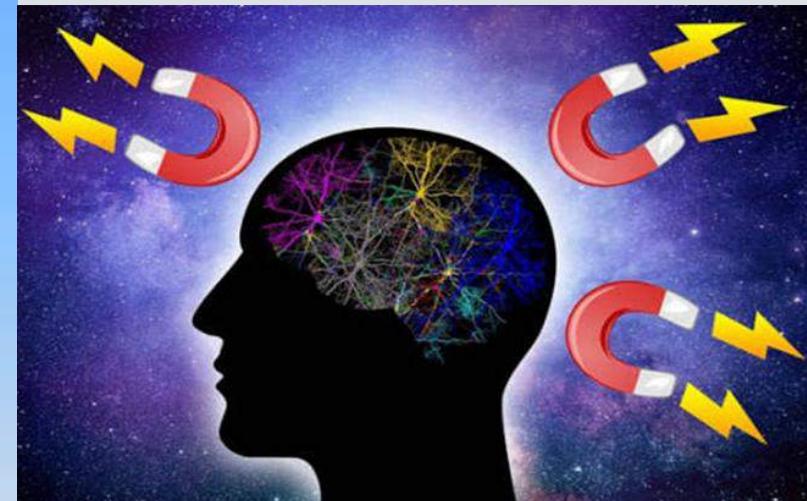
Energi dapat *menembus ruang dan waktu*



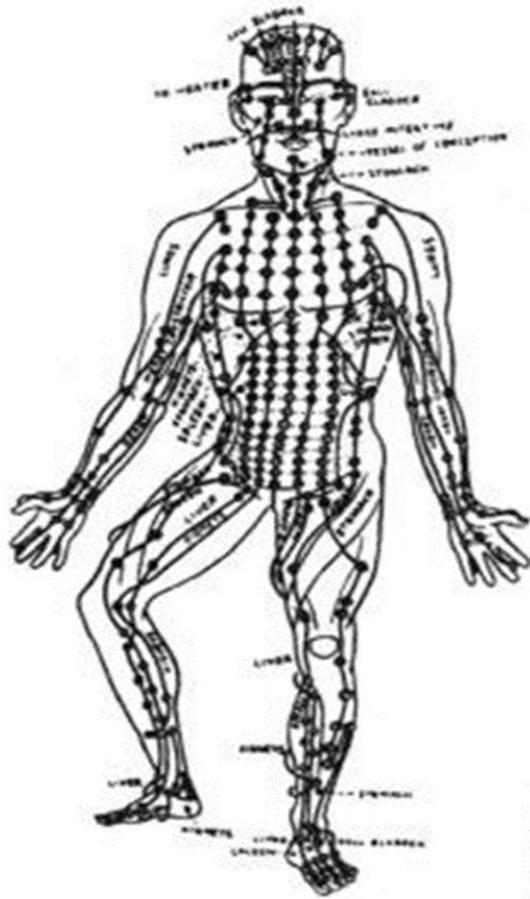
Badan Bioplasmik

***“Manusia adalah magnet,
dan setiap detail peristiwa
yang dialaminya datang
atas daya-tarik (undangan)
nya sendiri.”***

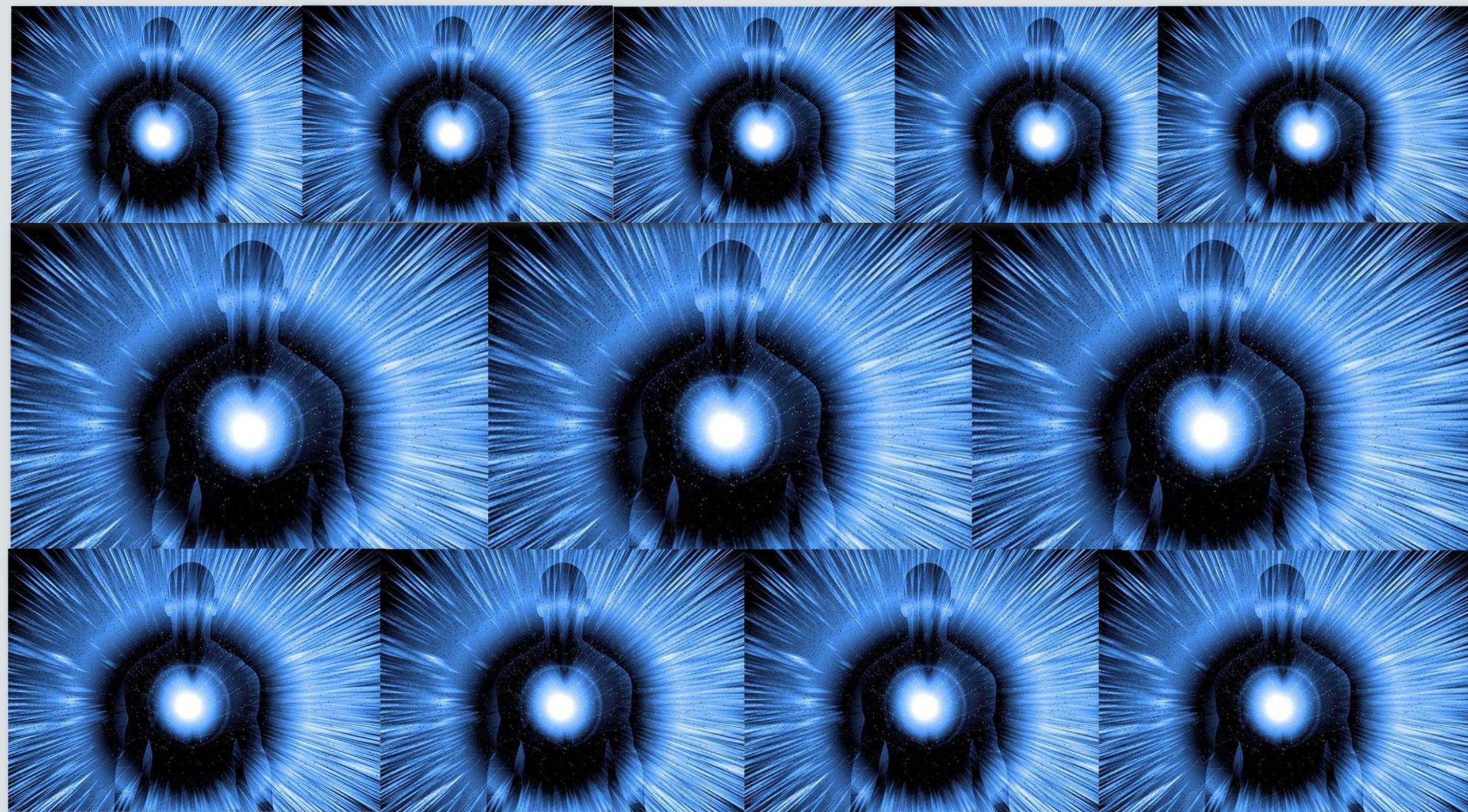
Elizabeth Towne, 1906
(Penulis asal Inggris)



USIA BERTAMBAH



SIGNAL BIOPLASMIK BERTAMBAH PANJANG





**Signal Bioplasmik Manusia
bisa menembus ruang dan
waktu untuk berdoa bersama.**



**“Doa itu senjata orang mukmin,
tiang agama,
serta cahaya langit-langit dan bumi”**

HR. Abu Ya’la dan Imam Al Hakim

QS.ADZ. DZARIYAT(51) :23

فَوْرَبِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ إِنَّهُ لَحُقُّ مِثْلِ مَا أَنْكُمْ تُنْطَفِقُونَ

**“Maka demi TUHAN langit
dan bumi sungguh apa
yang dijanjikan itu pasti
terjadi, seperti apa yang
kamu ucapkan.”**



Terima Kasih
Jazakumullah Khairan Katsiran

