

**BAB IV**

**OPTIMALISASI ENERGI PRANA DALAM MENINGKATKAN *EXTRA SENSORY PERCEPTION* (ESP) LEMBAGA PELATIHAN DAN PENGEMBANGAN SUMBER DAYA MANUSIA - RTD**

Pada bab ini diberikan analisis terhadap adanya konsep atau teknik optimalisasi energi prana dalam meningkatkan *extra sensory perception* (ESP) yang ada di Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia – RTD beserta efek atau pengaruhnya. Adapun metode yang digunakan untuk menganalisis data hasil penelitian ini adalah metode analisis data kualitatif. Proses analisa data yang peneliti lakukan menggunakan metode analisis deskriptif kualitatif, dimana peneliti menganalisa seluruh data dari hasil penelitian, tentunya setelah mengalami proses edit data tanpa adanya pengecualian dan untuk lebih memudahkan proses analisa data dan menemukan jawaban dari permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini.

**A. Metode Latihan LP2SDM RTD Untuk Meningkatkan Kemampuan dan Optimalisasi ESP**

Dalam optimisasi kepekaan di LP2SDM RTD dapat beberapa jenis, yaitu sebagai berikut:

➤ **Kepekaan Tangan**

Telapak tangan memiliki psikolobus minor yang berguna untuk mengalirkan energi dari tubuh pada suatu objek secara intensif. Suatu contoh sederhana yaitu pada saat seseorang melakukan pengobatan bioenergi terhadap pasien, tangan sangat berfungsi untuk menyapu, menarik, serta membuang bagian medan biofield yang tercemar, selanjutnya mengalirkan energi yang bersih sesuai dengan kebutuhan biofield pasien tersebut.

Lebih dari itu psikolobus minor tangan memiliki kepekaan yang tinggi dapat dipergunakan untuk “meraba” prana. Medan prana yang berbeda-beda dari beberapa objek dapat dirasakan dengan mudah oleh psikolobus minor tangan tersebut. Tangan dapat merasakan energi

yang dingin atau panas, tingkat kekasaran bioenergi, kerapatan energi, dan lain-lain.

Letak psikolobus minor pada telapak tangan yaitu pada refleksi solar plexus, jika ditinjau dari sudut pandang ilmu refleksi. Jadi aktivitas psikolobus ini saling mempengaruhi dengan psikolobus solar plexus.<sup>1</sup>

➤ Kepekaan Badan

Kepekaan badan terhadap medan energi asing sering dikorelasikan dengan “bulu kuduk berdiri”. Jika ditinjau mengenai area peka terhadap bioenergi yaitu solar plexus. Psikolobus solar plexus ini secara fungsi psikologis merupakan memori, begitu pula secara fungsi mekanisnya. Kepekaan bioenergi menunjukkan tingkat respon spontan dari kerja pikiran terhadap sesuatu. Spontanitas muncul dari kecepatan pikiran mengakses memori. Semakin banyak simpanan memori dari berbagai macam analogi peristiwa, maka semakin baik spontanitasnya.<sup>2</sup>

Perjalanan hidup seseorang secara terus menerus direkam oleh memori seseorang. Memori tidak hanya direkam oleh otak melainkan direkam pula oleh psikolobus solar plexus. Hal ini sesuai dengan penjelasan tentang psikolobus pada bab 2. Ditinjau dari polarisasi energi, letak solar plexus merupakan area dari elemen api, sedangkan polarisasi positifnya pada level ajna.

Metoda yang dilatih untuk meningkatkan kemampuan dan pengoptimalan *extra sensory perception* di LP2SDM RTD adalah sebagai berikut:

### 1. Tahap Satu

---

<sup>1</sup> Modul Dewan Pelatih, Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia RTD (LP2SDM-RTD), Yayasan Rukasa Terpadu, hlm. 18.

<sup>2</sup> Modul Dewan Pelatih, Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia RTD (LP2SDM-RTD), Yayasan Rukasa Terpadu, hlm.18.

**Nafas duduk fase dua** diperlukan sebagai pembebanan awal sebelum melakukan senam seri pernafasan. Agar secara fisik organ-organ dalam tubuh tidak terkagetkan pada saat melakukan senam seri pernafasan. Melatih nafas duduk fase dua ini dengan cara melakukan penahanan nafas pada perut sambil mengkonsentrasikan aliran energi dari solar flexus-jantung belakang dan ajna. Dilakukan sampai hitungan penahanan nafas.

Dalam LP2SDM RTD ada empat macam pola kerja penarikan nafas duduk ini, yaitu: menarik nafas, menahan nafas setelah menaik nafas, mengeluarkan nafas, dan menahan nafas setelah mengeluarkan nafas.<sup>3</sup> Konsep yang digunakan disini adalah latihan pernafasan. Bernafas sendiri merupakan adaptasi terbesar pertama yang dilakukan bayi baru lahir saat pertama kali menghirup udara. Manusia datang ke dunia ini karena nafas dan manusia meninggalkan dunia ini juga karena nafas. Bila mengamati seorang bayi yang sedang tidur, akan terlihat perut yang mengembang dan mengempis, tulang rusuk yang membesar dan berkontraksi secara teratur karena batin bayi memang stabil.<sup>4</sup> Hal ini juga yang dilatih di LP2SDM RTD yang menggunakan pernafasan perut.

Pada tingkat spiritual, bernafas dianggap sangat penting untuk membersihkan sel-sel dan sistem saraf dalam mempersiapkan proses transformasi energi subtil. Nafas membawa sifat Ilahiah dari jantung dan lebih sekedar udara dan organ. Bernafas adalah “aktifitas” Tuhan dalam diri manusia dan tempat utama kekuasaan dan kewenangan manusia.<sup>5</sup>

Bernafas adalah barang Ilahiah dan pengalaman semesta yang paling tinggi. Setiap diri manusia adalah saluran untuk kebaikan yang ingin mewujudkan Tuhan. Melalui pernafasan yang manusia sadari, dapat membawa sistem manusia menuju keseimbangan, keselarasan dan kesatuan.<sup>6</sup>

---

<sup>3</sup> Hasil Observasi pada tanggal 03 September 2016.

<sup>4</sup> Mustamir Pedak, *Qur'anic Super Healing*, Semarang : Pustaka Nuun, 2010, hlm. 81.

<sup>5</sup> Linda O'riordan, *The Art of Sufi Healing*, Alih Bahasa: Mariana Ariestyawati, Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta, 2002, hlm. 175-183.

<sup>6</sup> *Ibid.*

Kuantitas ataupun kualitas nafas memiliki pengaruh penting dan langsung terhadap kesehatan manusia. Ini karena berbagai kejadian fisik mengalirkan karunia Tuhan yang disalurkan melalui nafas.<sup>7</sup> Polutan industri, minuman beralkohol dan berbagai jenis makanan dapat bercampur dengan nafas dan mengganggu kebersihan kerjanya.

Di atas tadi telah disinggung bahwa bayi bernafas dengan teratur. Sebaliknya, kebanyakan orang dewasa bernafas dengan pola yang dangkal dan tidak beraturan. Hal ini terjadi karena akumulasi tekanan emosional dan fisik serta ketegangan yang merasuk ke dalam tubuh kebanyakan orang dewasa bertahun-bertahun. Kebanyakan orang dewasa menyimpan ketegangan ini dalam otot-otot dada, bahu, punggung, dan muka serta semua daerah yang membantu pernafasan. Tekanan ketegangan dan pernafasan yang dangkal membatasi aliran energi dan oksigen secara alami ke dalam semua bagian tubuh.<sup>8</sup>

Pada tingkat mental, latihan pernafasan sangat membantu meningkatkan kemampuan konsentrasi, memperbaiki kejernihan persepsi dan menyeimbangkan kegiatan kedua belahan otak. Kedamaian atau gangguan pada pikiran sangat tergantung pada kondisi sistem pernafasan.<sup>9</sup>

Hiperventilasi kronis atau kelebihan nafas yang berlangsung lama pertama-pertama karena diakibatkan kekacauan emosional atau psikologis seperti gelisah, panik, depresi dan fobia (rasa sakit yang irasional). Segala rangsangan emosional dapat menimbulkan kelebihan nafas yang dangkal. Rangsangan itu berupa kesenangan, rasa takut, marah, kasihan dll. Kebiasaan hiperventilasi ini bisa dimulai sebelum usia lima tahun. Pengaruh ketegangan emosional dan psikologis yang terus berlangsung berubah menjadi kebiasaan kontraksi otot yang mengganggu aliran oksigen dan gerakan diafragma saat bernafas normal. Lalu penurunan oksigen menimbulkan respon “lawan atau lari” dari sistem saraf,

---

<sup>7</sup> Syekh Ghulam Moinuddin, *The Book of Sufi Healing*, Alih Bahasa: Arif Rachmad, Yogyakarta: Banteng Budaya, 2000, hlm. 202-207.

<sup>8</sup> Mustamir Pedak, *op.cit.*, hlm. 82.

<sup>9</sup> Linda O’riordan, *op.cit.*

menciptakan sensasi fisik rangsangan saraf yang mengganggu aktifitas otak. Ketidakseimbangan otak dapat terwujud dalam bentuk agitasi, konsentrasi yang buruk, panik atau gelisah. Ketidakseimbangan ini, ketegangan, emosi yang tersembunyi dan memori seluler dapat dibuka dan dibebaskan dengan olah nafas.<sup>10</sup>

Jadi, bernafas adalah perantara strategis antara pikiran dengan tubuh. Nafas adalah pembawa kesadaran dan energi. Bernafas adalah satu-satunya proses fisiologis yang disadari sekaligus tidak disadari. Seringkali seseorang mengambil nafas kehidupan dari “Pemberi Kehidupan”. Bagaimanapun, belajar bernafas dengan sadar dan sengaja dapat menjadi kunci untuk menguasai emosi dan pikiran.

## **2. Tahap Dua**

### **a. Jurus pompa**

Berguna mensemulasi generatoor di tubuh bagaimana generator aktif sebelum menyebarkan ke psikolobus-psikolobus lain dengan memperbesar elemen tanah.

### **b. Senam seri 1 jurus 1**

Memperbesar elemen tanah untuk mensemulasi generator di tubuh. Beberapa posisi tangan secara analisis banyak menunjukkan perbedaan kualitas elemen yang di tubuh atau diolah.

Dalam hal ini, senam seri pernafasan memberikan stimulus pada psikolobus-psikolobus dan pola interaksi antar psikolobus semakin kompleks semakin baik. Karena nantinya dalam senam seri pernafasan yang selanjutnya juga psikolobus-psikolobus di treatment perkembangan energi aura tidak selalu bergerak ke bawah ke atas melainkan suatu medan energi, jadi tidak satu sudut pandang aliran juga polaritas mirip energi potensial elektromagnetik sehingga tubuh menjadi satu medan yang kualitas daya pancarnya bisa selalu ditingkatkan. Kapasitas yang ada

---

<sup>10</sup> *Ibid.*

ditubuh pun itu berupa medan itu berupa medan bukan merupakan debut yang dilakukan begitu saja.

Dalam senam seri pernafasan di LP2SDM RTD, pola pernafasan diikuti dengan penyatuan gerak. Gerak ini harus seiring, dimana pada saat menarik nafas ada iringan gerakan oleh salah satu beberapa anggota badan, dengan tujuan menciptakan suatu keadaan arus energi yang menyebar ke seluruh tubuh dengan sempurna, serta membuat seluruh anggota tubuh memperoleh oksigen yang cukup, sehingga orang yang melakukan senam seri pernafasan ini terpenuhi oleh prana.

### **3. Tahap Tiga**

#### **a. Kepekaan Tangan**

Kepekaan ini berguna untuk mendeteksi objek atau fenomena bioenergi yang memiliki aktivitas dominan pada dimensi ke-1 dan ke-2 dari urutan dimensi kesadaran. Keterbatasan ruang dan waktu berpengaruh pada psikolobus minor tangan, sehingga jarak untuk merasakan objek oleh telapak tangan agak dekat. Di dalam LP2SDM RTD untuk melatih kepekaan ini antara lain:

- Mengatur kapasitas pernafasan perut yang memadai dengan mengatur posisi kaki yang mendukung.
- Konsentrasikan pikiran pada kedua telapak tangan. Fokus ke titik bagian tengah telapak tangan.
- Dalam keadaan nafas perut terisi penuh, tekan, kejangkan telapak tangan lalu putar sesuai arah pergerakan ulir kanan bagi kedua tangan sambil ditekan lalu tahan.
- Kemudian buang nafas perlahan sambil melemaskan telapak tangan dan putar kedua telapak tangan ke kiri, sambil telapak tangan dijauhkan.
- Sebaiknya posisi tangan pada saat melakukan latihan tersebut ditempatkan di depan psikolobus tiantian dengan mata tertutup.<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> Modul Dewan Pelatih, Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia RTD (LP2SDM-RTD), Yayasan Rukasa Terpadu, hlm. 20.

## **b. Kepekaan Badan**

Kepekaan badan berguna untuk mendeteksi objek atau fenomena bioenergi yang memiliki aktivitas dominan pada dimensi ke-2 dan ke-3. Melatih kepekaan ini dengan cara melakukan panahan nafas pada perut sambil mengkonsentrasikan aliran energi dari solar plexus dengan suatu objek. Dilakukan sampai hitungan penahanan nafas tertentu yang menunjukkan beban nafas paling jenuh, lalu posisi tangan tangan letakkan disamping kepala. Tahan dan keraskan baik perut maupun telapak tangan, lalu buang nafas sambil lemaskan ketegangan otot-otot.<sup>12</sup>

Pengaliran energi yang dipengaruhi aliran serta tekanan nafas lebih cenderung dirasakan, bukan dengan beban pikiran yang berlebihan. Perlu diperhatikan bahwa mulai dari melakukan gerakan hingga pembuangan nafas hingga habis. Ikatan medan energi dari solar plexus terhadap objek sebagai target tetap dijaga.

## **B. Pengaruh Latihan Optimalisasi Energi Prana Untuk Meningkatkan *Extra Sensory Perception* (ESP)**

Setelah melakukan penelitian melalui pendekatan kualitatif, yaitu data yang diperoleh dengan melakukan observasi pola latihan dengan kapasitas waktu latihan 2 jam di setiap pertemuan, serta pendampingan dan wawancara kepada peserta baru yang berjumlah 5 orang yaitu : M. Ainul Rizki, Muizzatun Zulfatus Suroyo, Rama Komara Atmaja, Ahmad Basaid dan Nirmala Fajarsari. Dalam pelaksanaannya peneliti melakukan pendampingan dan wawancara sebanyak 5 kali pada tanggal 01, 08, 15, 22 Oktober 2016 dan 05 November 2016. Wawancara dilakukan untuk menunjang hasil penelitian agar penelitian berjalan sempurna dan dapat melihat realita berdasarkan yang dirasakan responden atau peserta.

### **a) Latihan Pertama (Tanggal 01 Oktober 2016)**

---

<sup>12</sup> Modul Dewan Pelatih, Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia RTD (LP2SDM-RTD), Yayasan Rukasa Terpadu, hlm. 21.

Pada awal latihan keseluruhan peserta sudah cepat memahami aturan nafas duduk fase 2 walaupun dalam pelaksanaannya ada peserta yang masih bocor pada saat menahan nafas dan kurang fokus karena masih menahan rasa sakit di kaki. Dalam segi pemanfaatannya keseluruhan peserta sudah bisa merasakan. Seperti halnya menstimulus kerja psikolobus, menguatnya organ tubuh. Pada tahap senam seri 1 jurus 1 keseluruhan peserta cepat menghafal gerakan senam dapat mengikuti gerakan secara bersamaan dengan pembebanan satu nafas dengan baik. Walaupun belum bisa merasakan efeknya. Pada tahap jurus pompa keseluruhan peserta juga cepat menghafal gerakan, dapat mengikuti gerakan secara bersamaan dengan pembebanan satu nafas dengan baik. Ada sebagian peserta yang sudah merasakan getaran atau dorongan di akhir gerakan jurus. Kemudian tahap kepekaan seluruh peserta sudah merasakan keberadaan energi sekitar, walaupun hanya sebagian kecil yang dirasakan.

Dari hasil latihan pertama ini keseluruhan peserta sudah mulai merasakan getaran energi sekitar, dimana ESP mulai aktif karena didasari dengan adanya polarisasi energi, serta aliran energi melalui meridian tubuh.

**b) Latihan Kedua (Tanggal 08 Oktober 2016)**

Pada nafas duduk fase 2 masih ada peserta yang nafasnya bocor, keseluruhan sudah dapat fokus. Kemudian sebagian peserta sudah bisa merasakan aktifitas psikolobus. Di tahap senam seri jurus 1 kebanyakan peserta masih belum bisa merasakan efeknya, namun ada juga yang sudah merasakan getaran energi yang ada di tangan. Tahap jurus pompa yang dirasakan peserta hampir sama dengan latihan yang pertama. Kemudian di tahap kepekaan semua peserta sudah merasakan keseluruhan energi sekitar akan tetapi belum bisa memilah getaran energi yang satu dengan yang lain.

Dari hasil latihan kedua ini keseluruhan peserta kepekaannya sudah meningkat dari latihan yang pertama. Sensor-sensor kepekaan

sudah mulai terbuka dan polaritas energi keseluruhan semakin meningkat.

**c) Latihan Ketiga (Tanggal 15 Oktober 2016)**

Pada nafas duduk fase 2 semua peserta sudah bisa melakukan dengan baik, dan sudah merasakan aktifitas psikolobus. Pada tahap senam seri 1 jurus 1 keseluruhan peserta sudah merasakan efeknya dan disini peserta merasakan tekanan atau dorongan. Tahap jurus pompa keseluruhan peserta kepekaannya lebih meningkat dari latihan pertama dan kedua dimana peserta merasakan tekanan dan ada juga yang merasakan benda yang jauh dari jangkauan indra biasa atau panca indra.

Dari hasil latihan ketiga ini keseluruhan peserta ESP-nya meningkat dari sebelum-sebelumnya. Merasakan aktifitas setiap psikolobus serta lebih merasakan energi sekitar yang sangat kuat.

**d) Latihan Keempat (Tanggal 22 Oktober 2016)**

Pada latihan keempat ini semua peserta secara sempurna dapat melakukan pola latihan yang optimal sehingga peserta bisa mengetahui kekurangan-kekurangan yang peserta latih. Dan hasil yang diperoleh peserta semakin peka dari hari sebelum-sebelumnya, juga semua peserta merasakan sesuatu yang jauh dari jangkauan indra biasa atau panca indra.

**e) Latihan Kelima (Tanggal 05 Nopember 2016)**

Pada latihan kelima ini semua peserta semua peserta merasakan semakin kuat tekanan energi sekitar. Hal ini terjadi pengaktifan ESP yang didasari polarisasi energi, serta aliran energi melalui meridian tubuh semakin meningkat sehingga medan prana yang berbeda-beda dari beberapa objek dapat dirasakan dengan mudah.

Dari data wawancara dengan peserta, yang dirasakan peserta satu dengan lainnya berbeda-beda. Misalkan peserta Rizki mengatakan : "*tangan saya seperti menyentuh air*". Peserta Muiz mengatakan: "*terasa ada yang*

*kenyal dan padat*". Peserta Rama mengatakan: "Ada gemelitik seperti aliran listrik ditelapak tangan". Peserta Basaid mengatakan: "terasa ada getaran kecil di tangan". Kemudian peserta Nirmala mengatakan: "seperti ada gelombang-gelombang".

Hal yang dirasakan peserta adalah membaca pola holografis yang muncul akibat gelombang yang timbul dari setiap obyek yang memiliki karakteristik tertentu, serta perubahannya saat suatu obyek berinteraksi dengan obyek lain. Yang dimaksud *membaca* adalah telah mengaktifkan sensor-sensor yang sangat peka.

Pengamatan terhadap fenomena ini memperluas pengertian meditasi. Karena bisa saja seseorang mengalami suatu proses meditasi tanpa mengetahui apa sebetulnya terjadi, misalnya saat melakukan aktivitas-aktivitas yang tergolong biasa namun dengan melibatkan penghayatan yang cukup mendalam.<sup>13</sup>

Jika seseorang mengalami suatu proses tranformasi kesadaran ketika sedang melakukan gerakan badan yang dinamik, maka dapat digolongkan sebagai meditasi dinamik, salah satunya yaitu tarian Darwis atau tari sufi, yang sudah dikenal dikalangan sufi. Fenomena lain yaitu ada pula yang tanpa sengaja memasuki pengalaman yang dapat dikategorikan sebagai meditasi pada seorang pemain piano ketika memainkan sebuah komposisi. Fenomena lainnya pada seorang pelatih balet istana ketika mencotohkan gerakannya dengan penuh penghayatan. Dan seperti yang dilakukan peserta saat melakukan senam seri pernafasan yang menggunakan metoda latihan pemusatan pikiran dan penghayatan. Kuncinya terletak pada tingkat mengkonsentrasikan pikiran dan penghayatan.

Kesadaran pada dasarnya terdiri dari dua jenis. Pertama adalah kesadaran jasmani dan kedua kesadaran ruhani. Kesadaran ruhani pada umumnya dikenal sebagai kesadaran batin atau kesadaran jiwa. Suatu kesadaran sangat luas dan sulit dijajagi menurut sifatnya kesadaran batin

---

<sup>13</sup> Rd. Aas Rukasa, *Cosmic Intelligence*, Pituari Inspira Semesta, 2013, hlm. 66.

dapat dibedakan menjadi dua yaitu bawah sadar (*subconscious*) dan atas sadar (*superconscious*).

Sedangkan kesadaran jasmani (fisik) disebut juga dengan kesadaran normal (*conscious*), suatu kesadaran yang akrab dengan kehidupan sehari-hari. Karena merupakan kesadaran fisik, maka tingkat kesadaran ini sifatnya sangat terbatas dan hanya merupakan sebagian kecil saja dari seluruh kesadaran kita.<sup>14</sup>

Kesadaran jiwa (bawah sadar) atau *subconscious* adalah kesadaran yang jauh lebih tinggi daripada kesadaran fisik. Tingkat kesadaran ini juga disebut juga sebagai bawah sadar, karena biasanya bekerja di bawah atau di luar kesadaran sehari-hari. Informasi-informasi bagi kesadaran jiwa pun disimpan secara otomatis di bawah kesadaran.<sup>15</sup>

Meditasi sendiri merupakan aktivitas mental. Dalam meditasi terjadi ragam aktivitas hormonal yang meningkat, terutama serotonin dan dopamine, sehingga terjadi peningkatan rasa ketenangan dan rasa bahagia. Pengalaman mental dalam meditasi sangat terkait dengan aktivitas *neurotransmitter* yang menginterkoneksi *neuron-neuron*. Dengan meningkatnya aktivitas *neurotransmitter* ini maka dinamika aliran energi tentunya juga informasi (arus listrik skala kecil) terpusat di otak. Karenanya tingkat ketegangan saraf meningkat, tetapi aliran darah sangat lambat dan organ-organ tubuh menjadi sangat rileks.<sup>16</sup>

Energi hormonal yang mencapai 10.000 kali lipat hanyalah untuk proses inisiasi aktifnya *God Spot*. Sebuah titik fokus energi neural yang mampu membawa individu pada pengalaman terhubung dengan Tuhan, melalui *transiency*. *God Spot* bukan organ, melainkan hasil sinkronisasi energi neural secara bersamaan pada *hypothalamus*, *thalamus*, dan *hypocampus*. Jika dilihat dari aspek sub sistem kesadaran, maka

---

<sup>14</sup> R. Soegoro, *Meditasi Triloka dalam Suprakesadaran*, Jakarta : PT. Elex Media Komputindo Kelompok Gramedia, 2002, hlm. 17.

<sup>15</sup> Irmansyah Effendi, *Kesadaran Jiwa Teknik Efektif untuk Mencapai Kesadaran Yang lebih Tinggi*, Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama, 2002, hlm. 13.

<sup>16</sup> Rd. Aas Rukasa, *op.cit.*, hlm. 58.

*hypothalamus* yang mewakili aspek *control*, *thalamus* mewakili aspek *sensitivity*, dan *hypocampus* mewakili aspek *power*.

*God Spot* itu adalah media sinkronisasi individu dengan alam, melanjutkan pendapat para ahli bahwa otak manusia merupakan partisipan dalam membangun layar realita.<sup>17</sup>

Tranformasi kesadaran yang terjadi ada hubungan yang signifikan antara realita yang ada di alam dengan kesadaran yang ada di otak. Realita alam dibangun oleh ruang-waktu yang merupakan pertahanan fase, hasil resonansi<sup>18</sup> antar buih kuantum. Sementara itu melalui pendekatan neurologi, kesadaran sebagai penjelajah dan eksekutor dari realita juga merupakan pertahanan fase, hasil dari resonansi antar susunan syaraf kompleks.

Dr. Karl Pribram mengumpulkan bukti lebih dari sepuluh tahun bahwa struktur terdalam otak dasarnya bekerja sebagai hologram. Otak menstrukturkan baik itu pemahaman, mendengar, mencicip, mencium, maupun sentuhan. Informasi terdistribusi melalui sistem, sehingga masing-masing fregmen dapat menghasilkan informasi mengenai keseluruhan.

Otak manusia memiliki cara kerja yang luar biasa. Walaupun beratnya hanya 2% dari berat badan yaitu hanya 1,75 kg, tetapi memerlukan konsumsi oksigen dan nutrisi sebanyak 20% dari kebutuhan keseluruhan tubuh. Jumlah sel otak yang disebut *neuron* sebanyak 100 miliar. Masing-masing *neuron* punya kemampuan hingga puluhan ribu koneksi untuk membangun jalinan informasi. Aliran informasi akan terjadi melalui titik kontak akson dan dendorit yang disebut sinapsis. Hubungan sinapsis ini terjadi melalui pancaran *neurotransmitter* yaitu zat yang memiliki sifat biokimia-elektromagnetik. Pola pikir yang dikenal tidak lain adalah pola interaksi antar sel yang membentuk sirkuit. Melalui latihan-latihan yang terus-menerus seperti

---

<sup>17</sup> *Ibid.*, hlm. 59.

<sup>18</sup> Resonansi ini berarti ikut bergetarnya benda lain karena ada suatu benda bergetar, yang terjadi karena adanya kesamaan getaran harmoni antara dua objek atau lebih. Dalam: Rd. Aas Rukasa, *Cosmic Intelligence*, Pituari Inspira Semesta, 2013, hlm. 135.

senam pernafasan ini suatu ketrampilan dan kekuatan pada area tersebut akan meningkat.<sup>19</sup>

Diantara batang otak dan korteks terdapat sistem limbik, yang berperan dalam mempertahankan kelangsungan hidup. Sistem limbik terdiri dari *hypothalamus*, *hypocampus*, dan *thalamus*. *Hypothalamus* merupakan bagian terpenting dari otak mamalia, sehingga sering disebut sebagai otaknya otak, walaupun dengan berat hanya 4 gram saja. Fungsinya ialah mengatur hormon, hasrat seksual, emosi, makan, minum, suhu tubuh, keseimbangan kimiawi, tidur dan bangun, sekaligus mengatur kelenjar utama dari otak, yaitu *pituitary*.

Sebagian neuron di *hypothalamus* berfungsi juga sebagai kelenjar-kelenjar endoktrin, akson-aksonnya mengeluarkan hormon ke dalam darah yang mengalir ke kelenjar *pituitary* untuk mengontrol keluarnya hormon pada bagian anterior dari *pituitary* khususnya hormon pertumbuhan dan hormon yang mengontrol pengeluaran hormon oleh kelenjar seks, tiroid, dan pusat adrenal korteks.<sup>20</sup>

Jadi, yang dirasakan peserta saat melakukan latihan dengan penuh penghayatan, maka transformasi kesadaran akan terjalin sehingga membuka sensor-sensor yang sangat peka yaitu kelenjar endoktrin mengeluarkan hormon ke dalam darah yang mengalir ke kelenjar *pituitary*.

Fenomena diatas dapat juga dianalisis dan diukur berdasarkan perubahan psikologis yang timbul dari polaritas energi tubuh yang terbentuk. Perubahan psikologis ini tentunya dengan mempertimbangkan tingkat sensitivitas yang berbeda-beda pada tiap orang dalam merasakan proses transformasi kesadaran.

Dengan mengetahui bagian-bagian yang memproyeksikan aktivitas kesadaran tertinggi pada sistem pembangkit bioenergi tubuh seseorang maka seseorang akan lebih mudah mengetahui arah aliran energi pada saat

---

<sup>19</sup> *Ibid.*, hlm. 53-54.

<sup>20</sup> *Ibid.*, hlm. 58.

transformasi kesadaran. Psikolobus merupakan istilah yang digunakan untuk menerangkan pusat-pusat energi psikologis yang ada pada tubuh.

Ditinjau dari perspektif aktivitas psikolobus, transformasi kesadaran merupakan proses loncatan “partikel” energi dari lapisan psikolobus bagian terdalam ke bagian terluar yang memiliki tingkat energi yang lebih tinggi, mirip dengan loncatan elektron dari tingkat energi terendah ke arah yang tertinggi, sesuai dengan urutan dari lapisan terdalam ke arah lapisan terluar.

Pada psikolobus, jika tingkat energi sedang berada pada lapisan 1 maka daun-daun psikolobus lapisan 1 saja yang dominan berputar, jika tingkat energi berada pada lapisan 4 misalnya, maka putaran daun psikolobus yang maksimal berada di lapisan ke-4, sedangkan lapisan daun-daun tetangganya yaitu lapisan 3 dan lapisan 5 akan mengalami keterlambatan putaran. Sedangkan lapisan-lapisan sisanya tidak begitu aktif.

Sehingga wajarlah ketika energi mengalami perpindahan dari suatu lapisan ke lapisan lainnya yang memiliki tingkat energi yang lebih tinggi, dapat menyebabkan munculnya sensasi seperti yang dirasakan peserta diatas.

Hal diatas mendasari dari hasil yang dirasakan peserta dalam lima kali latihan optimalisasi energi prana secara konsisten menunjukkan sedikit demi sedikit semakin meningkat kepekaan atau ESP pada peserta. Karena adanya eksistensi dimensi-dimensi lain yang semakin halus bisa diakui serta dialami lebih jernih secara bertahap melalui pemberdayaan potensi ESP yang tinggi. ESP ini melingkupi kepekaan tubuh, seiring dengan perkembangan bioenergi serta kemampuan dalam kategori berpikir intuitif, karena memang penggunaan persepsi biasa akan memudar kemampuannya untuk memahami dimensi-dimensi yang semakin tinggi.

Energi prana yang dikelola dengan maksimal oleh keeping-keeping psikolobus yang kemudian berpenetrasi memancarkan cahaya disebut dengan medan biofield yang menyelimuti tubuh. Istilah lain dari medan biofield ini adalah medan bio kuantum atau medan holografik atau morfogenetik. Artinya medan tersebut menyimpan rekaman seluruh gen, untuk dijadikan *blueprint* dalam proses penyembuhan. Ada algoritma penyembuhan, sehingga

penyembuhan berakhir setelah mencapai kesamaan informasi antara keadaan aktual dengan *blueprint* yang menyimpan secara kontinum keadaan masa lalu, saat ini dan yang akan datang.<sup>21</sup>

Berangkat dari penjelasan diatas, biofield manusia biasa mengecil dan membesar atau fleksibel tergantung pada pemaksimalan energi prana. Biofield mengecil ketika seseorang merasakan kelelahan atau perasaan terkuras. Biofield mengembang ketika seseorang merasakan energi dari optimisme, harapan baru, kabar baik. Bahkan bisa dilatih sendiri dengan mengembangkan pikiran positif, kreativitas, dan melakukan perencanaan untuk masa depan. Bisa pula dengan cara rajin mengkonsumsi sejenis pencerahan pikiran. Cara lainnya yang lebih terencana yaitu dengan melatih senam pernafasan, yoga dan meditasi. Ketika biofield membesar, pikiran dan perasaan seseorang akan terasa lebih leluasa.<sup>22</sup>

Ketika biofield mengembang jauh, maka kesadaran pun akan terjalin dengan realita yang lebih luas. Saat meluas, pada bersamaan biofield mampu mengakses secara mendalam kualitas makna, filosofi, dan sistem nilai yang lebih tinggi dari ruang lingkup eksistensi yang dijelajahi. Singkatnya terjadi suatu peningkatan keterjalinan dengan realita yang lebih abstrak atau dimensi yang lebih halus. Atau terjalin peningkatan *extra sensory perception* (ESP) yang akurat.<sup>23</sup>

Seperti hasil yang didapat peserta selama mengikuti latihan optimalisasi energi ini merasakan diluar latihan juga merasakan manfaatnya dalam keseharian. Seperti halnya dapat mengendalikan emosi, melihat atau merasakan keadaan rumah walau peserta jauh dari rumah, semakin rajin beribadah, fokus dalam belajar, merasakan apa yang dirasakan orang lain walaupun baru bertemu dan masih banyak hal lainnya.

Jadi, Proses pengoptimalan energi prana untuk pembentukan energi tubuh yang terproyeksikan menjadi biofield diawali dengan proses kerja psikolobus mengakumulasikan energi tersebut. Akumulasi energi pada

---

<sup>21</sup> *Ibid.*, hlm. 102.

<sup>22</sup> *Ibid.*, hlm. 134.

<sup>23</sup> *Ibid.*, hlm. 137.

psikolobus terjadi hingga mencapai level tertentu hingga selanjutnya energi tersebut didistribusikan keseluruh tubuh. Dan tentunya hal ini dilakukan dengan latihan yang konsisten untuk menjaga kompleksitas medan biofield seseorang.<sup>24</sup>

Hal ini didasari oleh proses latihan-latihan gerakan pernafasan, pengendalian pikiran melalui konsentrasi. Sehingga mampu mensuplai kebutuhan energi minimal dari psikolobus untuk perkembangan sesuai dengan fungsi psikolobus tersebut dengan membentuk pola atau struktur pada biofield. Sehingga biofield memiliki konstruksi tertentu yang selain berfungsi sebagai penguat juga mengisyaratkan arah perkembangan biofield yang lebih progresif.

Manfaat dan fungsi biofield bagi tubuh manusia tidak hanya penghasil energi bagi tubuh, biofield bukan pula sekedar pancaran sinar tak bermakna yang memancar dari dalam diri manusia. Memang sejatinya, fungsi utama dari biofield adalah sebagai energi alamiah yang berasal dari dalam diri manusia (energi kosmis). Namun, disamping manfaat utama ini, biofield ternyata juga memiliki beberapa manfaat dan fungsi lain bagi tubuh manusia, yaitu dapat digunakan untuk mendeteksi awal dari suatu kondisi tertentu di sekitar manusia, dimana semakin tebal biofield seseorang maka akan semakin baik pula kemampuan ESP seseorang dalam mendeteksi suatu kondisi yang jauh dari seseorang tersebut.

---

<sup>24</sup> Wawancara dengan pelatih LP2SDM-RTD Shonnief Hidayat pada tanggal 23 September 2016.