

Afirmasi Positif

Halo teman-teman.....

Kali ini kita akan membahas satu buah buku yang berjudul AFIRMASI POSITIF karya Ririn Anjar dan Dewi Indra p. Ririn Anjar adalah seorang content writer salah satu pengusaha digital di Yogyakarta sedangkan Dewi Indra adalah mantan wartawan kelahiran Surabaya.

Buku ini terdiri dari 260 halaman dengan isi yang sangat menarik. Terdiri dari 9 chapter dengan berbagai hal didalamnya. Buku ini melatih pikiran dengan akhir masih polisi aktif untuk meraih kebahagiaan dan kesuksesan yang hakiki.

Awal kita digambarkan tentang bagaimana pentingnya emosi bagi manusia. Perbedaan manusia dengan robot adalah terletak pada emosinya jika manusia tidak memiliki emosi maka dia akan terlihat seperti robot penggambarannya adalah emosi diibaratkan seperti bumbu di dalam masakan kalau lupa memasukkan garam, makanan akan terasa hambar dan tidak enak. Sepenting itu emosi bagi manusia, marah, sedih, murung, bahagia, haru dan segala bentuk emosi itu sangat penting bagi manusia.

Chapter 1

Chapter 1 juga membahas tentang sifat dasar manusia ada sanguin. Sanguin adalah orang-orang yang menonjol dan menjadi pusat perhatian serta dikenal dengan populer. Selain itu ada melankolis melankolis dikenal dengan perfeksionisnya sosok yang serba sempurna alias perfeksionis. Kesukaan orang melankolis adalah terlibat dengan hal-hal yang bersifat analitis sebab dia suka melakukan hal-hal yang dapat menimbulkan dirinya. Koleris atau si pemimpin koleris disebut juga orang yang kuat, karena kegemarannya untuk memimpin membuat keputusan Dan unggul dalam setiap kondisi selain itu

koleris juga cenderung dinamis dan berkemauan kuat untuk mencapai target bebas mandiri dan berani menghadapi tantangan. Yang terakhir adalah pragmatis yaitu sosok yang menyukai keramaian ciri khas plegmatis pembawaannya tenang damai santai teguh dan mudah diajak berdamai.

Salah satu sub bab di dalam buku ini membahas tentang rasa syukur. Ada sebuah cerita yang penulis gambarkan di buku ini, penulis menceritakan sebuah kisah tentang seekor Monyet. Di sana ada seekor monyet yang meminta makanan kepada sekelompok kura-kura yang tinggal di seberang tempat tinggalnya untuk mencapai rumah keluarga kura-kura monyet harus menyeberangi sungai sekilas sungai itu tanpa aman damai dan tenang namun jika diamati lebih sesama sebenarnya ada beberapa kepala buaya yang tampak di permukaan sungai tersebut monyet yang diutus untuk meminta makanan ke rumah kura-kura pun sudah diperingatkan untuk membawa makanan secukupnya saja.

“Ambillah makanan yang cukup untuk kita makan hari ini dan sampai besok pagi” begitu kata ibu monyet. “bagaimana aku menyeberangi sungai tersebut tanpa membangunkan tidur siang para buaya” tanya monyet. Ibu monyet kemudian menunjukkan sebuah tanaman rambat dan tumbuh tak jauh dari permukaan sungai tersebut, sang ibu menyuruh anaknya itu untuk menyeberangi sungai dengan batang tanaman rambat tersebut.

Sesampai di rumah kura-kura monyet tampak tergiur untuk membawa banyak makanan sebanyak yang dia bisa, akhirnya dia memutuskan untuk memenuhi kedua tangannya dengan bekal makanan. sesampai di sungai tempat tinggal para buaya pun memindahkan makanan tersebut pada tangan satunya tujuannya agar ia menyeberangi sungai menggunakan batang tanaman rambat seperti sebelumnya. Dengan percaya diri ia pun berayun dengan senangnya namun sayangnya sebuah pisang jatuh tepat di atas kepala buaya yang tertidur pulas alhasil ini membuat para buaya bangun dan menatap ke atas kepala mereka tentunya pun terkejut. Ternyata buaya itu berniat menyerang sang monyet yang sedang menyeberangi sungai tersebut dengan takut dan

cemas sang monyet pun mempercepat upayanya untuk menyeberangi sungai.

Menurut penulis inilah sifat dasar manusia yaitu rasa ingin memiliki yang kadang tidak mudah untuk dibendung tidak salah jika rasa ambisius di dalam diri itu memiliki banyak hal di dalam hidup kita namun terkadang ada juga perlu mengingat bahwa anda tidak selalu mampu untuk membawa banyak hal di dalam hidup kenapa sangat disarankan untuk bersyukur dan bersyukur akan menyelamatkan kita di dalam kehidupan ini.



Salah satu bab dalam buku ini berjudul hancurkan ketakutan di sana ada beberapa hal yang perlu anda perhatikan tentang ketakutan:

1. Hadapi ketakutan anda
2. Cintai diri Anda sendiri
3. Belajar merangkul dan mencintai kehidupan

4. Percaya diri

5. Masa lalu

6. Berhentilah mengkhawatirkan dan mulai hidup

Banyak hal menarik yang bisa dipelajari dalam buku ini. Kita Ajarkan bagaimana diberikan afirmasi positif kepada diri sendiri untuk meningkatkan kebahagiaan dan kesuksesan. Penger tau lebih banyak cerita menarik lainnya. Mau tau lebih banyak isi buku ini, ingat untuk baca yaaaa.