



AGUS SETIAWAN



BACAKILAT

3.0

Hacks The Way You Read

Mencapai 100% Tujuan Membaca
Mencapai Pemahaman Tinggi
Menguasai Buku Apa Pun yang Anda Ingin

BACAKILAT 3.0

**UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA NOMOR 28 TAHUN 2014
TENTANG HAK CIPTA**

- (1) 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 Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
- (2) 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 Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
- (3) 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 Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
- (4) 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 Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

Agus Setiawan

BACAKILAT 3.0

Hacks The Way You Read

Mencapai 100% Tujuan Membaca

Mencapai Pemahaman Tinggi

Menguasai Buku Apa pun yang Anda Inginkan



BACAKILAT 3.0

Agus Setiawan

copyright© 2016, Penerbit Buku Aquarius, Jakarta

Hak cipta dilindungi undang-undang

Diterbitkan pertama kali oleh

Penerbit Buku Aquarius

ISBN 978-602-74969-1-0

Cetakan Pertama: Februari 2016

Cetakan Kedua: April 2016

Cetakan Ketiga: Desember 2016

Cetakan Keempat: Mei 2017

Cetakan Kelima: September 2017

- Penyunting: Anang YB

- Penata letak: Saeful Anwar

- Desain sampul: Saeful Anwar

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit.

Dicetak oleh Percetakan Pohon Cahaya

Isi di luar tanggung jawab percetakan

Testimoni Bacakilat 3.0

Ini revolusi cara membaca! Bagi seorang penulis, kegiatan membaca adalah bahan bakar untuk dapat produktif. Terkadang, menulis satu buku menuntut bacaan lima buku referensi bahkan lebih. Bacakilat telah mengubah cara penulis untuk memperoleh referensi dalam kecepatan yang benar-benar wow!

**Anang YB – Ghostwriter Indonesia, mentor
menulis di Penulisbuku.com**

Pekerjaan sebagai jurnalis membuat saya mencari-cari cara untuk memaksimalkan kemampuan belajar.

Bacakilat menurut saya salah satu solusi. Hampir setiap hari saya berusaha meluangkan waktu membaca buku dengan sistem Bacakilat. Efek positif yang paling terasa setelah kebiasaan baru itu adalah saya merasa lebih cepat mendapatkan ide ketika menulis maupun menyusun konsep terkait pekerjaan saya.

Fitra, Jurnalis

“Thank you so much Bro Agus for This Awesome Learning :). Saya Belajar membacakilat dengan teknik yang diberikan. Rekor banget dalam waktu 90 MENIT bisa selesai 2 buku sampai selesai, plus pemahaman dengan menggunakan *mindmapping*.

Sekali lagi terima kasih dan sukses dengan menularkan semangat membaca bagi setiap orang.

Buddha Bless you abundantly”

Lie Hoa – Master Sie Fu Pertama di Indonesia

“Biasanya saya menyelesaikan satu buku dalam 1-2 Minggu, begitu menerapkan metode Bacakilat, selesai dalam 1.5 jam. Saya yakin sekali setelah mempraktikkan Bacakilat sampai mahir, Lebih banyak buku yang saya baca, dan PERTUMBUHAN diri saya semakin melejit. ILMU NYATA! Terima kasih Mas Agus”

Prasetya M. Brata – www.provokasi.com

“Bacakilat yang pakai Mind Technology ini memang lebih nyaman dibanding Speed Reading. Hehehe matanya santai karena gak dipaksa baca cepat sambil dingertiin.

Bacakilat MEMANG AMPUH!”

AldianPrakoso – Founder Mantra Uang

Mr. Agus Setiawan

He is amazingly & passionately share and teach you
patiently STEP BY STEP so you will be able to read
FASTER, with BETTER comprehension!

Now I can happily spend time to read more than 5000
books in my library. Most of them, I haven't read it!
SORRY books... But I'm gonna read you Now.

Thank Mr. Agus. YOU ROCK!

**Anthony Dio Martin – Best EQ Trainer in
Indonesia**

“Wah seru juga bisa Bacakilat, sekarang ga ada lagi
alasan untuk tidak sempat baca buku, karena sudah
bisa Bacakilat. Selamat, sudah bisa menimbulkan 1
habit yang baik. Keep on reading guys. 90 menit bisa
menuntaskan 2 buku.”

- Sofie

“Walaupun ini masih sangat awam buat saya, namun
teknik Bacakilat ini benar-benar memberi harapan
buat saya untuk membaca buku-buku saya yang
masih terbungkus. Terima kasih GUS”

- MELLY KIONG - Mindful Parenting

“Terima kasih buat Pak Agus yang telah
menyampaikan teknik Bacakilat. Saya lebih mengerti
bagaimana membaca buku dengan cara cepat dan

Lebih memahami isi buku. Membuat saya lebih semangat untuk mencari ilmu-ilmu yang ada di buku.”

- DEVIE

“WOW!!! Ilmu Bacakilat, metode baca yang edan dan REVOLUTIONER, terbukti membantu saya menjadi

4G

GILA MIMPI

GILA MIKIR

GILA KERJA

GILA KAYA.

Gerakan perubahan membaca!!! Untuk
NUSANTARA.”

- HANPHIE Augusto

“Saya sangat suka membaca. Teknik yang diajarkan pak Agus, Bacakilat, betul-betul bagus dan bermanfaat. Membuat saya pasti bisa menyelesaikan semua buku yang saya beli dan mendapat manfaat darinya. BACAKILAT KEREN!”

- LIM TUNG NING

Penulis Serial 6 LANGKAH 7 KERANJANG

“Sebuah training yang membangkitkan kesadaran untuk mengoptimalkan lagi kemampuan membaca

dan ternyata memang berhasil. Dalam 90 MENIT
selesai 1 buku. HEBAT!”

- **ARIS ANANDA**

“TERNYATA, Bacakilat benar-benar kilat! Luar
biasa, saya belajar bahwa ternyata saya bisa baca
buku-buku berat dengan cara yang cepat, tapi
tetap “DAPAT” ILMUNYA! KEREN!!! Ikut pelatihan
ini budaya baca bisa meningkat! Bahkan saya
memimpikan buku-buku yang saya Bacakilat.

THUMBS UP!!!”

- **AGOENG WIDYATMOKO**

“Bacakilat with Mr. AGUS SETIAWAN:
Metode yang disampaikan sangat mudah dipahami
dan aplikatif.

Langsung dipraktikkan dan Langsung merasakan
hasilnya dalam 1 JAM bisa LANGSUNG
dipresentasikan.

MANTAB dan KEREN!”

- **BENNY NUGRAHAN**

“Dear BACAKILAT & Agus Setiawan
Saya punya buku yang ribet, rumit, dengan bahasa
yang berat dan materi yang berat. Sehingga jarang
sekali ada buku yang berhasil diselesaikan 2 tahun

belakangan ini. Karena udah keburu males untuk
baca.

But now...

Bacakilat Help me so much

+ MUDAH

+ASYIK

+Dan memicu saya untuk lebih asyik membaca.

THANK YOU VERY MUCH. GBU”

- **ANDREW PETERSON**

“Saya FENNA

Saya merasakan sangat Berguna, bermanfaat &
‘KEREN BANGET’. Bantu saya memahami sesuai
pikiran bawah sadar saya dan dapat dipahami dalam
waktu singkat dan dapat diaplikasikan dengan
mudah.

THANK YOU

ATMA NAMASTE - SUKSES untuk kita semua”

- **FENNA - Graphologist**

Saya mendapatkan banyak sekali manfaat dari
workshop ini, pertama saya bisa membaca ratusan
buku yang telah saya beli dengan waktu singkat
dan dengan pendalaman yang sangat tinggi. Kedua,
saat pelatihan diajarkan untuk berada dalam kondisi
genius, namun kondisi genius tersebut teraktivasi

bukan saja untuk membaca cepat namun juga untuk berdagang saham. Intuisi saya pada suatu saham, menjadi lebih baik, terkadang hanya melihat chart kosongan tanpa ada indikator teknikal lainnya, saya sudah bisa melakukan perdagangan saham. Ketiga, diajarkan *mind mapping*, yang ternyata sangat membantu dalam kehidupan sehari-hari. Banyak ide-ide baru yang muncul karena mind map tersebut. Workshop ini sangat saya rekomendasikan untuk Anda yang ingin menjadi lebih baik di bidangnya dan atau di bidang baru yang akan digelutinya.

Hendra Martono CSA® (Hok1)

Director, Head of Brokerage Division

PT. Henan Putihrai

Dahsyat, keren banget, saya jadi lebih semangat dalam membaca buku karena sudah tahu caranya dengan Bacakilat.

- Audy Kadang, Wiraswasta

Luar biasa.... Saya hampir tidak percaya dengan pencapaian saya yang walaupun bagi orang lain biasa saja. Saya bisa menguasai buku teks kuliah (Sudah saya tekadkan untuk baca selama satu semester tapi tidak selesai - selesai (juga) dalam 90 menit.

- Riwayati, PNS

Excited.... Barusan bisa baca buku tuntas dalam 1 hari dengan waktu kurang lebih 1 jam....

Luar biasa.

- Nurshin ABD Kadir

“Alhamdulillah... sangat luar biasa buat saya, sebelumnya buku ini tidak tuntas saya baca, pada hari ini saya bisa menuntaskan kurang dari 90 menit. Hal ini sangat bermanfaat buat saya dalam mengaktifkan waktu yang sedikit.

- Syahida Djasang, PNS

Subhanallah, terasa saat saya memindai dan menjelajahi, saat saya semakin rileks, mata saya dan debar jantung fokus pada kalimat - kalimat penting sesuai tujuan saya.

- Muhijaty Tuanaya, PNS

Saya kagum dengan cara kerja Bacakilat, dapat meningkatkan kemampuan baca saya dan sekarang saya semakin termotivasi untuk segera menghabiskan membaca tumpukkan buku-buku saya di rumah.

- Abd. Halim, Karyawan

Luar biasa! Dengan mengikuti workshop Bacakilat, saya semakin percaya diri karena dengan Bacakilat

motivasi membaca meningkat sehingga wawasan semakin luas, pengetahuan bertambah.

- **Mustakim, PNS**

Rasanya tak percaya kalau bisa baca buku secepat ini. Saya memperoleh pengalaman berharga dan ilmu yang sangat mumpuni untuk menyelesaikan buku.

- **Muhammad Ilham Rauf, Guru**

Baca buku jadi lebih menarik & tidak membosankan lagi, Jadi pengen baca buku lebih banyak, Tuntaskan 1 buku 1 hari..... Harus!

- **Muriany Faisal, PNS**

Saya sangat gembira, karena saya untuk pertama kali bisa membuat mind map 1 buku 300 halaman dalam waktu 70 menit.

- **Markus Halik**

Yang pasti sekarang saya jadi lebih semangat menghadapi buku - buku kuliah yang isinya tulisan membosankan semua. Saya jadi paham bagaimana menarik kesimpulannya dengan cepat dan membuatnya menarik. Saya juga langsung punya bayangan untuk aplikasi ke anak didik saya untuk cara belajar yang lebih kreatif.

- **Melati Pertiwi, Guru**

Dapat ilmu baca baru, logis, terstruktur bahkan non logis yang jadi logis semoga bisa saya latih diri saya untuk menguasai ilmu ini dengan baik.

- Rohadi, Guru

Sesuatu yang baru melengkapi dengan teknik membaca yang lebih efisien bagi saya, Menghilangkan mental *block* dalam membaca, Memberi strategi dan ide untuk *follow up building skills*.

- Irene, Director

Saya mendapatkan konfirmasi potensi kemampuan dan kapasitas otak yang jauh lebih besar dan mempraktikkan/mengujinya dengan pelatihan ini memotivasi lagi untuk membaca yang sempat hilang dalam hidup saya dan membuat saya semakin bersemangat untuk menambah referensi dalam mengajar dan merasa siap untuk melanjutkan pendidikan.

- Vidi G. Syarif, Advokat

Lebih termotivasi dalam membaca buku untuk meningkatkan pengetahuan pribadi dan bermanfaat untuk orang banyak, Teknik membaca dan mendapatkan isi buku secara cepat dan lengkap.

- Darma Setiawan, Konsultan IT & Manajemen

I will never read a book with the old method again.
This is a revolutionary system that has helped to
improve my reading speed and comprehension
significantly.

- Wahyu Wirawan, Delegasi Unit Eropa

Belajar kondisi genius membuat saya tidak mengantuk,
menghilangkan perasaan negatif dan lebih relax.
Metodenya mudah diikuti sehingga memudahkan
saya dalam menyelesaikan 2 buku dalam 90 menit

- Devi Suryani, Swasta

Yang saya rasakan sangat terkesan dengan metode
bacakilat ini karena bagi saya ini adalah hal yang
sangat dibutuhkan untuk meningkatkan kualitas
hidup saya melalui jendela ilmu berupa buku.

- Iwan Kurniawan, Swasta

Sudah mengerti konsep dari Bacakilat, benar-benar
worthed untuk , dipelajari, *but practice makes perfect*.

Harus latihan supaya bisa diterapkan

- Stella Marcius, Pelajar

Metode Bacakilat telah mengubah banyak hal
dalam hidup saya. Mulai dari seorang yang tidak
suka membaca menjadi orang yang sangat gemar
membaca. Dari seorang pelajar tidak berprestasi

menjadi mahasiswa yang bisa meraih IPS 4 selama 4 semester berturut-turut hingga saya lulus. Kalau saya bisa, Anda tentu bisa!

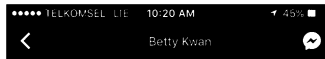
- Juni Anton

**Co-Author of Bacakilat For Students &
Founder of KiduToys.com**

Bacakilat merupakan teknik yang bisa mengubah hasil membaca dari tidak selesai menjadi menguasai buku. Membantu meningkatkan budaya membaca Indonesia.

- Moh. Syarif Bando

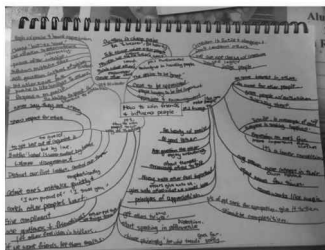
**Kepala pusat pengembangan perpustakaan dan
pengkajian minat baca perpustakaan nasional
RI.-**



POSTS

Betty Kwan feeling proud.
Yesterday at 9:07 PM · Hong Kong ·

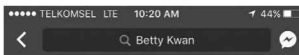
Another book done!
A book that took me few weeks to read now only take me an hour!
Thank you Bacakilat - Flash Reading!
Thank you FFG!



You, Joanne Chan and 15 others

Love

Comment

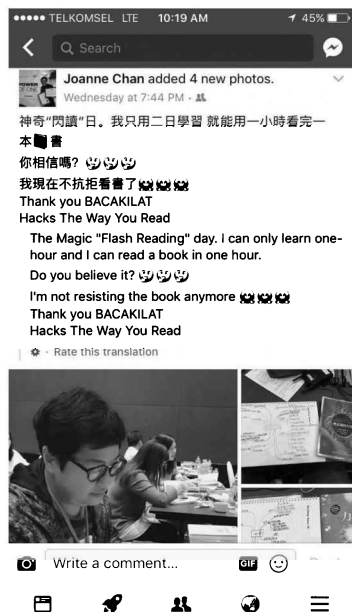


Betty Kwan added 8 new photos —
feeling fantastic at 9 Swiss-Bell Hotel
Mangga Besar, Jl. Kartini Raya No. 57,
DKI Jakarta with Yulianto Gunawan and 2
others.

Wednesday at 6:59 PM · Jakarta ·

Amazing 2 Days "Flash Reading" class! This is one of
a kind!!!! Managed to read 3 books with high level of
understanding in 3 hours!!!!





Testimoni Bacakilat 3.0	v
Prakata Waktu Terbatas dengan Buku Semakin Menumpuk.....	xix
Ucapan Terima Kasih.....	xxiii

Bagian I MENGENAL CARA

MEMBACA BUKU	1
Bab 1 Memperkenalkan Mike dan Linda.....	4
Bab 2 Mengetahui Pikiran Sadar dan Bawah Sadar	9
Bab 3 Pendekatan Membaca Konvensional ...	18
Bab 4 Mengapa Membaca Biasa Cenderung Tidak Konsentrasi	22
Bab 5 Paradigma Umum Tentang Membaca .	26
Bab 6 Tiga Cara Memproses Informasi.....	36

Bagian II MENGUASAI BACAKILAT 47

Bab 7 Konsep Daya Ungkit MED	49
Bab 8 Memperkenalkan Sistem Bacakilat	54
Bab 9 Tahap Pertama: Tinjauan Awal.....	60
Bab 10 Tahap Kedua: Bacakilat.....	70
Bab 11 Tahap Ketiga: Aktivasi Manual.....	94

Bagian III PENGAYAAN 123

Bab 12 Dua puluh Jam Masa Krisis Menguasai Bacakilat.....	125
Bab 13 Intuisi dan Perannya	

dalam Kehidupan.....	131
Bab 14 Aktivasi Otomatis dalam Kehidupan...	143
Bab 15 Aplikasi Bacakilat	
pada Buku Akademis	146
Bab 16 Aplikasi Bacakilat pada Berbagai Hal..	155
Bab 17 Pelatihan Ultimate Reading Gratis.....	160
Bab 18 Workshop Bacakilat di Kota Anda	162
Bab 19 Pelatihan Bacakilat	
Home Study Course	164
 Pelatihan Inhouse Bacakilat di Perusahaan Anda	
- Menghemat Biaya Training yang	
Mahal dengan Menjadikan Setiap Tim	
Pembelajar yang Kompeten	166
 Daftar Pustaka	172
Tentang Penulis.....	179

Prakata

Waktu Terbatas

dengan Buku Semakin

Menumpuk

Mari kita jujur. Berapa banyak buku yang Anda beli dan tidak sempat diselesaikan?

Anda tahu Anda harus terus berkembang untuk menjadikan diri Anda pengusaha yang lebih baik, manajer yang lebih baik, tim yang lebih baik, orangtua yang lebih baik, menjalani profesi Anda dengan lebih baik, dan Anda menyadari buku adalah jalan pintas Anda. Jadi Anda terus membeli buku-buku yang menurut Anda bisa mendukung Anda mendapatkan apa yang Anda inginkan.

Kita hanya memiliki 24 jam. 8 Jam Anda gunakan untuk istirahat. 8 Jam lagi untuk bekerja, dan 8 jam ketiga? Anda gunakan untuk makan, mandi,

macet di jalan, nonton televisi, cek media sosial, main game, belanja Kapan waktu bertumbuh?

Ternyata Anda tidak punya 24 jam untuk mengembangkan diri Anda. Anda hanya punya sebagian kecil dari 8 jam ketiga saja. Karena Anda harus ‘bertarung’ dengan semua kegiatan yang Anda lakukan di 8 jam ketiga. Dan, 8 jam ketiga ini tersebar dari Anda bangun sampai tidur kembali. Jadi tantangannya semakin besar.

Waktu yang sempit dan semakin banyak yang harus dibaca ini membuat Anda membaca semakin sulit konsentrasi. Baru membaca sebentar saja, pikiran Anda sudah melayang entah ke mana. Anda memikirkan pekerjaan yang belum selesai, masalah yang muncul, atau terkadang hanya ada hal yang lebih menarik daripada membaca.

Sejak 2009, saya mulai menyebarkan pelatihan Bacakilat, yang merupakan hasil pembelajaran saya dari berbagai sumber dan saya tuangkan ke buku setelah menjalani 15 pelatihan. Artinya pelatihan ini memberikan banyak manfaat kepada banyak orang. Dan setelah melalui berbagai pembelajaran dan perkembangan, Bacakilat terus dan semakin mudah dikuasai, bahkan sampai dalam dua hari pelatihan, peserta bisa menuntaskan 5 buku dan dengan pemahaman tinggi, serta bisa menjelaskan bukunya kepada rekannya.

Buku “Bacakilat - Kiat Membaca 1 Halaman Per Detik” pertama kali diterbitkan oleh Gramedia Pustaka Utama dan telah dicetak 9 kali. Setelah mempertimbangkan banyak faktor, dan karena apa yang saya sampaikan di pelatihan Bacakilat sudah semakin update, maka saya memutuskan menuliskan buku Bacakilat terbaru.

Sekarang setelah melalui berbagai uji coba, kelas-kelas privat, dan hasil yang semakin menakjubkan dari para alumni, saya meluncurkan Bacakilat 3.0.

Apa bedanya dengan Bacakilat sebelumnya?

Secara praktis, Bacakilat 3.0 lebih mudah dikuasai. Lebih mudah dipahami. Lebih sederhana. Jika Anda sudah menguasai Bacakilat, maka update buku ini tidak banyak memberikan Anda informasi baru. Karena toh Anda sudah bisa, tinggal praktik, dan membaca bab 12 saja.

Jika Anda belum mengenal Bacakilat sebelumnya, buku ini akan membantu Anda menguasai dengan lebih mudah.

Mengapa Anda memerlukan pendekatan baru dalam membaca?

Karena apa yang Anda lakukan dengan proses membaca saat ini tidak membuahkan hasil. Anda membaca, tapi tidak selesai. Membaca sampai akhir halaman, tapi tidak tahu apa yang Anda baca. Anda

membaca bab 2 dan melupakan apa yang Anda baca di bab 1.

Pendekatan membaca Bacakilat 3.0 akan membantu Anda menuntaskan buku yang Anda butuhkan dan mencapai 100% tujuan membaca Anda.

Dalam buku ini saya menjabarkan cara menguasai Bacakilat yang dibagi menjadi tiga bagian.

Bagian pertama, mengenal cara membaca yang akan membantu Anda memahami apa yang Anda alami saat ini dan cara kerja pikiran kaitannya dengan membaca.

Bagian kedua, saya mengenalkan konsep Bacakilat dan menunjukkan langkah demi langkah untuk melakukan sistem Bacakilat.

Bagian ketiga adalah tentang membawa apa yang Anda ketahui menjadi bagian dari diri Anda. Membuat *skill* yang Anda pelajari menjadi bermanfaat sepanjang hidup Anda.

Peringatan:

Apa yang Anda baca di buku ini bisa jadi banyak bertentangan dengan apa yang Anda ketahui selama ini. Anda perlu membuka pikiran Anda untuk mendapatkan manfaat optimal.

Selamat membaca, dan mari kita sama-sama membangun Indonesia dengan membaca.

Ucapan Terima Kasih

Sebuah buku tidak akan pernah bisa hadir dengan usaha sendiri. Selalu ada orang-orang luar biasa yang mendukung sampai buku ini hadir di tangan Anda.

Terima kasih kepada Tuhan Yang Mahaesa, karena semua ini adalah apa yang Ia titipkan kepada saya untuk dibagikan kepada Anda semua. Terima kasih saya diberikan kesempatan untuk mengenal dunia pikiran dan membantu banyak orang melalui apa yang saya pelajari.

Terima kasih kepada orangtua saya yang selalu menjadi inspirasi saya. Papa yang menjadi semangat untuk memberikan yang terbaik dan bekerja keras. Mama yang menginspirasi saya menjadi pembelajar yang cepat.

Terima kasih untuk Dwi, istri tercinta. Dukungannya selalu membuat saya membara. Ewen

dan Eshin yang selalu menginspirasi untuk selalu bahagia dan menikmati proses kehidupan.

Dian yang selalu mendukung dengan semua passion dan kerja kerasnya. Tim di Aquarius Learning Ronald, Aldi, Yusuf, Rina, Mayang, Didit, Puri, Tyur, dan semua tim baru, dukungan teman-teman sangat besar dalam menjalani program Bacakilat dan Bacakilat for Students.

Juni Anton, yang menjadi partner riset Bacakilat dan mengembangkan Bacakilat for Students. *You are amazing.*

Keluarga saya, Kak Nancy dan keluarga, Kak Hindra, Kak Anton, Kak Juni, Kak Yati, dan Kak Juli. Dan semua keluarganya. Kok Kak semua? Yah, namanya anak paling bontot hahaha.

Terima kasih dukungan mertua saya, Kak Yanto dan keluarga.

Terima kasih kepada para alumni yang praktik dan menginspirasi saya untuk terus maju dan mengembangkan Bacakilat. Sekarang Bacakilat sudah melalui berbagai perkembangan dan saya beri nama Bacakilat 3.0.

Terima kasih kepada Mas Anang YB yang telah menyunting buku ini. Kepada Yosia yang memberikan layout yang bagus. Kepada Mayang Lestari yang mendesain sampul buku ini. Terima kasih kepada tim Aquarius Publishing yang menghadirkan buku ini ke

tangan pembaca. Terima kasih kepada pak Felix dari Pohon Cahaya.

Terima kasih sahabat-sahabat, guru-guru kehidupan. Saya percaya tidak ada yang namanya mantan guru, sekali menjadi guru tetap selamanya guru, dan setiap pengetahuan dari bapak ibu telah membangun saya sampai sekarang.

Terima kasih kepada teman-teman yang membaca draft buku ini dan memberikan buku ini kekuatan untuk memberikan manfaat kepada banyak orang lewat endorsemen Anda semua. GBU All.

Terima kasih kepada semua alumni Bacakilat. Karena Anda, Bacakilat terus bisa dibagikan ke semakin banyak orang dan lebih mudah dikuasai. Semoga Bacakilat terus memberi Anda manfaat.

Dan terakhir, dan juga tidak kalah penting, Anda. Ya, Anda yang membaca buku ini. Terima kasih karena telah membeli dan membaca buku ini. Dengan demikian kita bisa menyumbangkan buku ini untuk orang yang juga membutuhkan. Kontribusi Anda pasti memberikan dampak luar biasa dalam kehidupannya.

MENGENAL CARA MEMBACA BUKU

Bagian I

Selamat datang di bagian pertama, “Menenal Cara Membaca Buku”. Mari kita mulai dengan sebuah kutipan:

“Untuk mencapai apa yang diimpikan, seseorang perlu mengetahui di mana ia sekarang dan ke mana ia ingin tuju.”

Membaca buku merupakan kegiatan yang selalu ingin kita lakukan, namun tidak pernah kita tuntaskan.

Bagian pertama ini akan membantu Anda untuk mengenal kondisi membaca kebanyakan orang, mungkin Anda juga mengalaminya, bagaimana membaca menjadi begitu berat bagi mereka, dan bagaimana pendekatan yang akan membantu Anda menuntaskan buku dengan pemahaman yang tinggi bisa dilakukan.

Ini topik kita:

- ☐ Mengenalkan Mike dan Linda
- ☐ Menenal Pikiran Sadar dan Bawah Sadar
- ☐ Pendekatan Membaca Konvensional
- ☐ Mengapa Membaca Biasa Cenderung Tidak Konsentrasi
- ☐ Paradigma Membaca yang Umum
- ☐ 3 Cara Memproses Informasi

Mari kita mulai dengan mengenalkan Mike dan Linda, pria dan wanita yang sangat senang mengembangkan diri dan mungkin Anda sudah sangat mengenal apa yang terjadi dalam kehidupan mereka.

Bab 1

Memperkenalkan Mike dan Linda

Jika Anda adalah pria, silakan membaca kisah Mike dan jika Anda wanita, silakan membaca kisah Linda.

Mike

Suatu hari sepulang kerja dari kantor, Mike mengunjungi toko buku kesayangannya. Ia berjalan-jalan mencari buku-buku bagus. Memasuki bagian favoritnya, dan ia pun melihat buku-buku yang ada di sana. Sebagian buku sudah ia miliki. Dan, melihat judul-judul baru membuat ia sangat semangat.

Ia mulai melihat buku-buku itu dan mempertimbangkan untuk membelinya. Sesampainya ia di kasir, ternyata ia sudah mengantongi 5 buku baru.

Ia berkata dalam hati, saya akan menuntaskan buku-buku ini. Ini akan membantu saya meningkatkan karier saya. Saya bisa melatih tim saya dan mencapai penjualan yang lebih baik.

Pasti seru menuntaskan dan menerapkan isi buku ini. Ia pun berharap buku itu menjawab permasalahan yang sedang ia alami.

Sesampai di rumah, ia meletakkan kantung berisi buku yang baru saja ia beli di atas mejanya. Ia memperhatikan buku yang ia beli minggu lalu masih terbungkus rapih dalam plastik. Ia belum sempat membaca.

Mike pun berkata dalam hati, minggu ini pasti akan saya siapkan waktu untuk membaca buku ini. Ia pun teringat sebuah kalimat dari seorang bijak yang mengatakan bahwa, jika tidak terlihat, maka akan terlupakan. Jadi ia pun memutuskan untuk membawa satu buku yang baru ia beli dan ia akan membawanya ke mana pun sehingga ia selalu ingat untuk membacanya.

Setiap kali membaca buku, pikirannya melayang memikirkan hal lain. Ia terus membaca atau lebih tepatnya seolah membaca, karena pikirannya memikirkan hal lain, dan sampai bagian bawah halaman itu, ia baru menyadari, barusan saya membaca apa ya?

Yang terjadi pada Mike mungkin sangat sering terjadi pada Anda. Terus membeli buku, tapi tidak

pernah selesai membacanya. Membuat Anda lebih hobi beli buku daripada menuntaskan membacanya. Pikiran yang selalu melayang-layang saat membaca membuat Anda menghabiskan waktu tanpa memahami dan meningkatkan diri Anda.

Jika ya, maka Anda tidak sendirian, dan dalam buku ini saya akan menunjukkan kepada Anda, bagaimana Anda bisa mengatasinya dengan teknik yang telah diandalkan ribuan orang sejak 2009 untuk menuntaskan buku-buku yang mereka miliki. Anda bisa melihat hasil *mindmapping* para alumni Bacakilat di bagian akhir buku ini. Rata-rata mereka memerlukan waktu dua jam kurang untuk menuntaskan buku mereka dan membuat *mindmap*-nya. Dan tidak hanya itu, mereka bisa menceritakan pemahaman mereka dalam membaca buku tersebut kepada orang lain.

Terapkan langkah per langkah dalam buku ini, maka Anda akan bisa mencapai apa yang mereka capai sesuai dengan kebutuhan Anda.

Linda

Linda adalah seorang wanita yang senang dan sangat lancar membaca buku, semasa ia muda. Ia dulu bisa konsentrasi dan membaca buku dengan baik. Menikmati buku-bukunya dan berhasil menumbuhkan karirnya.

Berlalu waktu membuat ia mengalami banyak perubahan siklus kehidupan. Tuntutan

perhatian dalam keluarga, pekerjaan dan bisnis juga ia rasakan. Ia ingin sekali seperti dulu, bisa menyiapkan waktu untuk kembali membaca.

Namun, setiap kali membaca buku, pikirannya tidak bisa diajak kompromi, selalu ada hal lain yang lebih menarik dari isi buku yang ia baca. Pikirannya pun melayang-layang, ia sering tidak tahu apa yang barusan ia baca. Setelah selesai membaca bab 1, lanjut ke bab 2 dan ia pun lupa apa yang ada di bab 1.

Dorongan membacanya selalu ada, setiap kali mengunjungi toko buku, ia sering membeli buku dan berujung tidak membaca karena merasa setiap kali ingin membaca, pikirannya melayang, tidak memahami apa yang ia baca, dan tidak jarang bukunya masih tersampul plastik. Ternyata Linda semakin hari lebih hobi membeli buku daripada menghabiskannya.

Jika Anda mengalami seperti yang Linda alami, Anda tidak sendirian. Dalam buku ini Anda akan menemukan mengapa hal ini bisa terjadi pada Anda dan dengan menerapkan apa yang Anda pelajari di buku ini, Anda akan kembali bersemangat dengan buku-buku Anda, bisa menuntaskan buku Anda dengan pemahaman tinggi dan sesuai kebutuhan Anda.

Mike dan Linda

Buku ini akan mengajak Anda melakukan pendekatan baru dalam membaca. Pendekatan yang

mungkin bertentangan dengan logika membaca Anda selama ini. Sebuah pendekatan membaca yang akan membawa Anda menapaki tingkatan baru dalam membaca.

Pendekatan membaca yang saya bagikan akan membuat Anda sekali membaca sama seperti 6 kali membaca. Dimana dengan menerapkan sistem ini secara benar langkah demi langkah, Anda akan bisa menuntaskan sebuah buku dalam waktu 2 jam bahkan kurang, dengan pemahaman tinggi dan mencapai 100% tujuan Anda.

Jadi siapkan diri Anda, bagian pertama ini akan menjadi fondasi pemahaman Anda menuju penguasaan konsep membaca yang baru dan akan melejitkan Anda.

Bab 2

Mengenal Pikiran Sadar dan Bawah Sadar

Manusia memasukkan informasi ke pikirannya dari berbagai indera. Masing-masing memiliki peran penting dalam pertumbuhan *database* dan pemikiran kita.

Mata manusia bisa menyerap 100 juta bit informasi per detik. Baik yang kita lihat secara fokus dan jelas maupun di luar fokus yang umumnya nge-*blur*, atau yang umumnya dikenal dengan nama pandangan peripheral. Artinya sejauh mata memandang, seluas mata memandang, setiap detik mata manusia menyerap 100 juta bit informasi dan menyimpannya ke pikirannya.

Telinga manusia bisa menyerap 30 ribu bit informasi per detik. Baik suara yang Anda

sadari maupun tidak. Contohnya, misalnya Anda mengendarai mobil, sambil mendengarkan lagu. Umumnya pada situasi ini, Anda fokus ke lagunya, Anda mendengarkan musik dan liriknya, Anda sama sekali tidak menyadari ada suara mesin atau suara angin ac. Anda merasa bisa mendengarkan suara lagu dengan jernih.

Tapi apa yang terjadi ketika kita merekam lagu tersebut saat kita dalam mobil? Kita akan mendengarkan rekaman kita sangat jelek, banyak suara lain yang terekam, suara mesin, suara angin ac pun ikut masuk. Sebenarnya itulah suara-suara yang masuk ke dalam pikiran kita melalui indera pendengaran kita. Namun, luar biasanya pikiran kita, ia bisa menyaring suara yang ingin kita proses, dan bisa mengabaikan yang lain. Informasi yang terabaikan itu, tidak serta merta berarti kita tidak memprosesnya, kita tetap memproses dan menyimpannya ke bawah sadar.

Indera peraba manusia bisa menyerap 100 juta bit informasi per detik. Termasuk kulit dan lidah. Jika sebelumnya Anda belum menyadari, maka kaki Anda merasakan alas kaki yang Anda kenakan, kulit tubuh Anda merasakan pakaian yang Anda kenakan, jari Anda sedang memegang buku ini, lidah Anda merasakan rasa apa pun jika Anda sedang mengunyah sesuatu, semuanya itu diserap dan dikirimkan ke pikiran kita. Untuk yang satu ini, lebih banyak yang tidak kita sadari, karena semua yang tersentuh oleh

indera peraba umumnya sudah begitu melekat sampai tidak perlu kita perhatikan.

Hanya kondisi-kondisi tertentu yang membuat kita tidak nyaman yang akan diperhatikan oleh pikiran sadar. Misalnya, ada benda tajam kecil yang tersangkut di pakaian Anda, maka pikiran sadar Anda akan merasakan dan menganalisa, apa yang terjadi dan memutuskan untuk mengambil tindakan tertentu.

Setiap detik pikiran kita menyerap ratusan juta bit informasi, dan yang bisa kita sadari hanya sangat sedikit. Lebih tepatnya sangaaaaat sedikitiiiiit sekaliiii. Jika kita hitung, yang masuk dari 5 indera kita lebih dari 200 juta bit informasi per detik, berapa yang bisa kita sadari? Hanya 40-120 bit per detik.

Angka Ajaib

Empat puluh sampai 120 bit inilah yang setara dengan 5-9 hal per detik yang bisa diproses oleh pikiran sadar. Pertama kali disampaikan oleh George A. Miller, seorang Cognitive Psychologist dari Princeton University di tahun 1956. Pikiran sadar manusia hanya memberikan peran 10% dalam kehidupan kita. Sisanya 90% dikendalikan oleh pikiran bawah sadar.

Pikiran sadar memiliki peran penting dalam proses kehidupan manusia, dan ia menjalankan peran, antara lain membandingkan informasi, mengambil keputusan, menganalisa dan memberikan perintah kepada pikiran bawah sadar untuk melakukan sesuatu.

Pikiran sadar memiliki sifat yang fleksibel. Ia bisa menyesuaikan diri dengan baik. Berorientasi pada masa depan, ia memproyeksikan kehidupan ke depan, jika terjadi perubahan, pikiran sadar akan dengan mudah menganalisa kembali situasi dan mengambil keputusan yang fleksibel. Ia memiliki kemampuan analisa yang baik dan selalu mencari fakta dan data.

Dalam hal memproses informasi, pikiran sadar adalah sistem tunggal, artinya hanya memikirkan sebuah topik dalam satu waktu. Jika ada dua topik yang berbeda dibahas secara bersamaan, ia hanya bisa memproses salah satunya saja.

Kita akan membahas sistem tunggal ini di bab selanjutnya bersama dengan sistem majemuk dari pikiran bawah sadar.

Pikiran bawah sadar memegang peran penting bagaimana seseorang menjalani kehidupannya. Pikiran bawah sadar menyimpan semua memori dengan baik di dalam sistem ini dan juga semua program, apa yang kita yakini sebagai kebenaran, nilai-nilai yang kita junjung tinggi, kepribadian. Semuanya tersimpan di bawah sadar.

Bahkan semua informasi yang masuk tanpa sepengetahuan pikiran sadar, karena di luar dari 5-9 hal yang bisa diproses oleh pikiran sadar pun ia simpan. Kita hanya menyimpan memori di pikiran sadar untuk sementara waktu, pada malam hari, saat kita tidur, pikiran kita mulai bekerja dan memasukkan

informasi yang kita dapatkan pada saat bangun ke pikiran bawah sadar.

Pikiran bawah sadar berorientasi saat ini, ia tidak memiliki konsep masa lalu maupun masa depan, yang ada hanyalah sekarang dan sekarang. Ini tentu memiliki dampak negatif dan positif.

Jika Anda memiliki program negatif dalam diri, katakanlah takut bicara di depan umum, dan katakanlah, ketakutan ini Anda alami sejak Anda masih sangat muda, 2 SD misalnya. Maka kapan pun Anda berdiri di depan umum, usia berapa pun, maka program ini dengan sangat kaku akan bekerja.

Ketika Anda berada di depan umum, langsung bekerjalah program: “Jika ada di depan umum, maka saya takut, takut malu, takut ditertawakan.” Anda pun langsung *blank*, tidak bisa berpikir. melupakan semua persiapan dan skrip yang sudah Anda hapal menguap entah ke mana.

Pikiran bawah sadar hanya mengenal saat ini, sekarang Anda berada di depan umum, maka program ini langsung berjalan. Ia tidak tahu apakah program ini terbentuk saat Anda masih kecil, ketika kebijaksanaan Anda saat itu tidak bisa memaknai dengan baik saat itu terjadi. Tidak ada konsep masa lalu.

Sebagai tambahan, pikiran bawah sadar juga kaku, selalu menjalani program itu sampai Anda melepaskannya. Contoh lain, Anda memiliki program: Membaca buku membuat Anda mengantuk. Maka,

setiap kali Anda memegang buku hendak membaca, program ini langsung berjalan. “Nah, kamu sedang pegang buku, ayo mengantuk!” Dan Anda pun menguap dan tidak bisa melanjutkan membaca.

Konsep bahwa pikiran bawah sadar tidak mengenal masa lalu jika Anda memiliki program yang mendukung, maka akan sangat memajukan diri Anda. Jadi kuncinya di sini adalah untuk melepaskan program yang tidak mendukung kesuksesan Anda dan menambahkan program yang mendukung kesuksesan Anda.

Pikiran bawah sadar juga tidak ada konsep masa depan. Ini akan memberikan dua kemungkinan, tergantung apa yang Anda pikirkan terus-menerus. Jika seseorang memikirkan suatu hal yang belum terjadi terus-menerus, minimal 16 detik tanpa ada gangguan apa pun, maka akan terjadi ketidakseimbangan sambungan sel neuron yang terjadi di kedua belah otak.

Otak kanan yang menerima imajinasi apa yang Anda pikirkan itu membentuk sambungan sel neuron, dan sebelah kirinya tidak. Ketidakseimbangan ini mendorong otak secara biologis agar kita bisa melakukan apa yang bisa mewujudkan yang kita pikirkan.

Masalah di sini adalah pikiran bawah sadar tidak bisa membedakan mana yang positif dan mana yang negatif. Selama Anda terus-menerus

memikirkan suatu hal, maka ia akan bekerja untuk mewujudkannya. Jika Anda memikirkan yang negatif, ia akan mewujudkannya. Begitu juga dengan positif. So, hati-hati dengan pikiran Anda.

Sifat selanjutnya adalah pikiran bawah sadar cenderung mudah menumbuhkan pemikiran negatif. Mari kita analogikan seperti kebun. Jika kebun tidak diapa-apakan, tidak dirawat, tidak ditanami tanaman yang Anda inginkan, maka apa yang tumbuh? Tepat sekali, rumput liar.

Jika pikiran bawah sadar tidak dengan sengaja Anda masukkan pemikiran positif, pemikiran yang membangun, pikiran untuk mencapai hal besar yang menjadi impian Anda, maka pemikiran negatiflah yang akan merajalela. Mempengaruhi Anda dengan ketidaktahuannya, kecurigaan, ketakutan karena Anda memasuki sebuah zona yang sama sekali baru.

Untuk mengatasi ini kita perlu memupuk pengetahuan, memperluas wawasan, terus-menerus dengan sengaja menanamkan pemikiran positif. Pemikiran bertumbuh yang akan membawa Anda mencapai kesuksesan. Bukan mewujudkan apa yang Anda khawatirkan.

Pikiran bawah sadar selalu menyimpan pola, dan ini adalah sifat selanjutnya dari pikiran yang selalu mendominasi kehidupan kita. Ia terus-menerus menyimpan pola, yang sangat besar perannya dalam proses belajar. Pikiran yang satu ini merekam pola

agar Anda tidak perlu belajar hal baru untuk sebuah proses yang lebih kurang sama. Pikiran bawah sadar akan membantu Anda menggeneralisasi sesuatu, sehingga Anda bisa menghemat usaha dan pemikiran. Contohnya, pintu apa pun yang Anda lihat, Anda akan tahu cara membukanya. Walaupun bentuknya berbeda. Ini adalah hal penting dalam menghemat proses kerja.

Dan terakhir, pikiran bawah sadar menjalankan multi sistem. Ia bisa memproses banyak informasi sekaligus dan mengirimkannya ke pikiran sadar. Walaupun pikiran sadar hanya bisa memproses 5-9 hal, dan bersifat sistem tunggal.

Mari kita simpulkan, secara sederhana, dengan menggunakan analogi komputer. Anda memiliki sebuah komputer, dan semua yang ada di dalam komputer Anda, antara lain, *operating system*, data (ingatan), program (Words, Photoshop, Evernote dll), kumpulan program yang Anda butuhkan, semua ada di pikiran bawah sadar Anda. Dan saat Anda sedang menjalankan sebuah program, misalkan Words, maka yang terlihat di layar monitor Anda adalah pikiran sadar Anda. Dan semua yang ada di belakang layar, baik yang sudah Anda buka atau belum Anda buka, tersimpan di pikiran bawah sadar Anda.

Sekarang coba Anda pikirkan Monas. Muncul? Apakah yang muncul adalah tulisan MONAS? Atau gambar Tugu Monas yang muncul? Gambar bukan? Sebelum saya meminta Anda memikirkan Monas, di

dalam pikiran Anda, Monas itu ada di pikiran sadar atau pikiran bawah sadar? Pikiran bawah sadar bukan? Karena ia tidak muncul di layar pikiran Anda sebelum saya memintanya.

Baik, sekarang Anda memiliki gambaran bagaimana pikiran sadar dan bawah sadar yang ada dalam setiap orang. Anda akan perlu kembali membaca bab ini jika dibutuhkan, karena bab ini akan menjadi referensi beberapa bab ke depan.

Sekarang, kita lanjut dulu ke bab selanjutnya, Pendekatan Membaca Konvensional.

Bab 3

Pendekatan Membaca Konvensional

Mari kita sepakati satu hal. Membaca buku di sini, seperti pada tujuan awalnya, adalah membaca buku yang menumbuhkan Anda, umumnya seperti buku pengembangan diri, manajemen, filsafat dan buku keahlian tertentu atau dikenal dengan buku *how to*. Kita bisa mendapatkan pelajaran dan inspirasi dari novel, tapi sepertinya kita tidak perlu banyak bantuan untuk buku novel. Karena otak manusia sudah begitu siap memproses cerita. Bahkan sebenarnya, otak manusia sangat cepat dalam memproses cerita.

Namun tidak semua buku menggunakan pendekatan cerita bukan? Salah satunya buku ini.

Baik, bagaimana kita menggunakan pendekatan konvensional dalam membaca? Dengan istilah pendekatan konvensional, yang saya maksudkan adalah karena kita selama ini belum memberdayakan

pikiran kita secara keseluruhan, pikiran sadar dan bawah sadar.

Selama ini kita membaca hanya menggunakan pikiran sadar. Memproses informasi kata demi kata. Membaca dari awal sampai akhir.

Mari kita lihat pendekatan membaca pada umumnya.

Anda mengunjungi toko buku, melihat ada buku yang menarik judulnya dan Anda pikir itu adalah buku yang bagus buat Anda. Apakah itu karier, *parenting*, bisnis, penjualan, atau kepemimpinan atau buku apa pun yang Anda rasa bagus untuk Anda. Dan Anda membelinya.

Sayangnya, Anda membeli buku itu bukan atas kejelasan apa yang bisa diberikan buku itu untuk Anda, tapi karena buku itu bagus, dan umumnya Anda berpikir, buku yang bagus ini sayang jika saya belum sempat punya dan sudah tidak dicetak lagi. Beli sekarang saja. Tentu, ada alasan lain, bisa jadi juga Anda membeli buku dengan alasan yang benar, karena Anda benar-benar membutuhkan isi buku itu saat ini.

Anda memiliki buku itu dan Anda mulai membacanya. Dari awal niatnya, Anda ingin membaca buku itu dari halaman pertama sampai akhir, memahami buku itu dengan pemahaman tinggi dan menerapkannya untuk meningkatkan kualitas aspek tertentu dalam hidup Anda.

Anda membaca prakata, dan banyak orang yang bahkan prakata pun tidak selesai dibaca. Belum lama ini saya bertemu dengan sahabat saya sejak SMP dan ia mengatakan pada saya, buku pertama saya, Bacakilat, sampai saat ini belum selesai ia baca, sebenarnya ia hanya membaca sampai halaman 3 saja.

Kita mengandalkan pikiran sadar kita saja dalam membaca. Membaca kata demi kata, dan apa yang terjadi? Pikiran kita melayang memikirkan hal lain. Tapi mata Anda terus membaca, atau lebih tepatnya seolah membaca, tapi sampai akhir halaman, Anda sama sekali tidak tahu apa yang Anda baca. Ini akan kita bahas di bab 4. Mengapa membaca biasa cenderung tidak konsentrasi.

Jika pun Anda berhasil membaca cukup banyak, dalam arti Anda berhasil melewati beberapa bab, apa yang terjadi? Umumnya, saat Anda masuk ke bab II, Anda melupakan apa yang sudah Anda baca di bab I. Ketika Anda masuk ke bab III Anda tidak ingat lagi apa yang Anda baca di bab II.

Karena pikiran sadar hanya bisa memproses 5-9 hal per detik, maka sering kali, setelah membaca cukup banyak dan Anda tidak bisa menarik benang merah yang Anda butuhkan, karena Anda tidak mempraktikkan tahapan pertama dalam sistem Bacakilat. Anda seolah memasukkan informasi dari buku secara acak ke pikiran Anda. Bukan acak dalam arti buku itu berantakan, tapi Anda tidak jelas apa yang Anda inginkan dari membaca buku, maka

ujung-ujungnya seseorang akan berkata, "Saya tidak bisa membaca lagi, pikiran saya sudah penuh."

Di sini kita perlu memahami bahwa yang penuh, tentu saja bukan pikiran kita, tapi hanya sebagian kecil dari pikiran kita, tepatnya pikiran sadar. Ya, karena lebih dari 9 hal yang diproses pikiran ini, ia akan hilang.

Mari bayangkan sebuah corong. Umumnya cara menggunakan corong adalah dengan menuangkan cairan ke ujung yang besar dan keluar dari ujung yang kecil, agar bisa muat ke tempat lain yang kita inginkan.

Dalam hal membaca, kita menggunakan corong pikiran kita secara terbalik. Kita memasukkan cairan (baca: informasi) dari ujung yang kecil (pikiran sadar). Apa yang umumnya terjadi? Tumpah bukan? Terutama jika ujung corong ini ada yang menyangkut, artinya pikiran sadar juga sedang memikirkan hal lain di luar buku yang Anda baca, semakin sedikitlah yang bisa masuk. Bahkan terkadang, pikiran sadar Anda sepenuhnya memikirkan apa yang diberikan pikiran bawah sadar. Jadi cairan (informasi) itu tumpah semua.

Nah, sekarang kita akan lebih memahami mengapa sulit berkonsentrasi, atau mengapa pikiran kita melayang memikirkan hal lain, sementara kita seolah terus membaca, mari lanjut ke Bab IV.

Bab 4

Mengapa Membaca Biasa Cenderung Tidak Konsentrasi

Saya yakin Anda tidak asing dengan perasaan ini. Anda terus membaca dan membaca, tapi tidak ada satu hal pun yang Anda pahami, yang ‘masuk’ ke pikiran Anda. Karena pada saat yang bersamaan dengan Anda membaca, memasukkan informasi dari buku ke pikiran sadar, pikiran bawah sadar Anda mengirimkan informasi dan referensi ke pikiran sadar Anda.

Sebenarnya, pikiran bawah sadar Anda terus-menerus mengirimkan informasi ke pikiran sadar, baik saat Anda sedang membaca atau melakukan hal lain, atau bahkan tidak melakukan apa pun tetap ia bekerja demikian.

Untuk mempermudah pemahaman, kita sepakati dua istilah penting di sini. Informasi yang masuk dari buku ke pikiran sadar, kita sebut dengan *top down*. Dan informasi yang terus-menerus dikirimkan oleh bawah sadar ke pikiran sadar kita sebut dengan *bottom up*.

Sekarang kita lanjutkan. Tujuan kita membaca adalah untuk mempelajari hal baru, mendapatkan strategi baru, tips baru, apapun itu semua merupakan hal yang baru. Hal yang baru ini berarti belum ada di *database* Anda, belum ada di pikiran bawah sadar.

Jadi ini seperti Anda melakukan *top down* informasi A, tapi bawah sadar tidak bisa melakukan *bottom up* informasi A. Tentu saja demikian. Lalu di mana letak masalahnya? Masalahnya, kita tidak bisa menghentikan pikiran bawah sadar untuk melakukan *bottom up*. Jadi jika bawah sadar tidak bisa memberikan referensi informasi A kepada pikiran sadar, apa yang ia lakukan? Ia tetap akan memberikan *bottom up*, bukan A, tetapi B, C, D, dan seterusnya.

Celakanya, pikiran sadar lebih cenderung memproses informasi dari *bottom up* daripada dari *top down*. Jadinya pikiran sadar Anda melayang memikirkan B, C, D, dan seterusnya. Istilah melayang ini kita gunakan karena seharusnya pikiran sadar kita memikirkan apa yang kita baca, tapi kenyataannya tidak. Hasilnya? Mata kita terus seolah membaca, tapi sampai akhir halaman, tidak ada yang Anda pahami.

Tentu saja, solusi terbaiknya adalah membuat pikiran bawah sadar juga memiliki informasi A. Sehingga *bottom up* yang terjadi adalah mengirimkan informasi A dari pikiran bawah sadar ke pikiran sadar. Untuk itu kita perlu membuat bawah sadar kita belajar, memiliki informasi A.

Menurut pandangan umum, untuk membuat pikiran bawah sadar belajar dengan pendekatan biasa, perlu melakukan sebanyak 6 kali. Artinya 6 kali membaca sebuah buku. Setelah itu, ketika Anda membaca selanjutnya, Anda akan mendapatkan referensi yang sama dari *bottom up* Anda.

Masalah di sini? Sekali membaca selesai saja sudah syukur banget, harus melakukan 6 kali? Ughhh. Mana sempat!

Kesimpulannya, pikiran tidak konsentrasi karena *bottom up* dan *top down* tidak selaras. Dan cara mengatasinya adalah membuatnya selaras. *Bottom up* dan *Top down* memproses informasi yang sama. Dan untuk inilah buku ini hadir. Untuk meretas cara membaca konvensional Anda sehingga sekali menerapkan sistem ini, Anda bisa memproses buku Anda seolah sudah 6 kali membacanya.

Selama kita terus mempertahankan pendekatan ini, maka pikiran bawah sadar akan terus mengirimkan referensi yang tidak selaras. Jika pun selaras karena kebetulan ada yang pernah dipelajari sebelumnya. Untuk memastikan hasil yang lebih baik dalam mem-

baca, kita perlu memastikan pikiran bawah sadar memiliki referensi *bottom up* yang sama dengan isi buku yang Anda baca dalam waktu sesingkat mungkin. Anda tidak perlu membaca dengan pendekatan konvensional selama 6 kali untuk mendapatkan hal ini.

Saya harap Anda sudah cukup memahami masalah konsentrasi membaca ini. Memahami konsep ini akan membantu Anda menerapkan Bacakilat dengan sangat baik.

Lalu yang mendasari semua masalah membaca ini terjadi apa? Ada beberapa paradigma umum membaca yang saya temui di lapangan saat mengajarkan Bacakilat. Paradigma inilah yang membuat kita tidak membaca buku dengan pendekatan yang tepat.

Bab 5

Paradigma Umum Tentang Membaca

Sejak 2009 saya mengajarkan Bacakilat. Saya terus mengumpulkan pemikiran-pemikiran umum yang cenderung tidak mendukung seseorang bisa membaca dengan efektif. Mari kita lihat apa saja itu.

- Membaca harus memahami semua yang penulis sampaikan.
- Ingin sekali membaca langsung paham semua.
- Membaca itu harus kata per kata.
- Membaca harus mengulang-ngulang agar paham.
- Membaca harus lebih lambat agar bisa memahami.

- Membaca itu kegiatan yang berat.
- Membaca harus dari awal sampai akhir.

Ternyata paradigma umum ini tidak mendukung dalam membaca efektif. Mari kita bahas satu per satu.

Membaca harus memahami semua yang penulis sampaikan

Paradigma ini mungkin paradigma yang sangat kuat yang tertanam sejak kita belajar di sekolah. Jika ingin membaca buku, kita berpikir haruslah memahami semua yang penulis sampaikan. Dengan memiliki pandangan ini, kita mengunci pemikiran kita dan akhirnya belum membaca saja, kita langsung merasa berat dan kewalahan.

Tentu penulis ingin membuat pembacanya memahami apa yang disampaikannya. Oleh karena itu ia menulis naskah se jelas mungkin, menambahkan penjelasan dari beberapa sudut pandang, menuliskan sesederhana mungkin, dan menyampaikan berbagai contoh kasus.

Tujuan akhir Anda membaca adalah mendapatkan 100% apa yang Anda butuhkan. Bukan 100% apa yang penulis sampaikan.

Jadi yang menjadi pusat adalah diri Anda. Dan buku menjadi pelayan yang akan melayani tujuan

membaca Anda, menjawab kebutuhan Anda sesuai dengan konten yang dimiliki buku tersebut.

Jika ternyata Anda hanya membutuhkan 20% dari buku itu, dalam arti isi buku itu hanya 20% yang bisa membantu Anda mencapai tujuan membaca Anda, maka sah saja jika Anda mengambil 20% tersebut. Tujuan Anda tercapai dan bisa membaca buku lain untuk memenuhi kebutuhan dan tujuan Anda.

Untuk itu sangat penting membuat tujuan membaca. Tujuan yang personal, yang menjawab kebutuhan Anda. Karena membaca adalah '*personal business*', bukan untuk orang lain. Kelebihan memiliki tujuan yang personal ini adalah Anda menjadi jelas dan semangat dalam menjalani proses membaca.

Membaca tanpa menentukan tujuan yang jelas sama seperti Anda masuk hutan tanpa membawa kompas. Itu tidak membawa Anda ke mana-mana. Jika pun sampai, Anda tidak bisa membawa informasi bermakna yang signifikan untuk Anda, atau Anda lupa apa yang baru saja Anda baca.

Paradigma yang lebih mendukung Anda adalah kegiatan membaca untuk mencapai tujuan tertentu. Apa yang bisa diberikan buku untuk mencapai tujuan Anda. Bisa jadi apa yang bisa diberikan buku itu 10%, 20%, atau 30% atau bahkan memang 100%. Tapi kuncinya ada di Anda, Andalah pusat dari proses membaca. Penulis dan buku mendukung Anda dengan

semua yang ia miliki dan sesuai dengan tujuan Anda. Hal yang tidak sesuai tidak perlu Anda dalami.

Mari kita lihat analoginya dalam percakapan Anda dengan seseorang. Bayangkan Anda duduk bersama seorang pakar. Anda ingin mendengarkan ia memaparkan ide, pandangan, dan pemikirannya. Bayangkan karena Anda tidak bisa memiliki kendali atas apa yang ia sampaikan kepada Anda. Lalu di situasi tertentu ia menyampaikan hal yang tidak menarik untuk Anda, mungkin karena Anda sudah mengetahui. Mungkin Anda tidak membutuhkannya saat ini. Mungkin Anda sudah tahu dan tidak lagi ingin memikirkannya.

Apa yang terjadi dalam pikiran Anda saat situasi itu muncul? Umumnya kita tidak lagi mendengarkan dengan saksama. Pikiran kita melayang memikirkan hal lain. Mata Anda tidak lagi memandang mata orang yang di depan Anda. Anda tidak memproses informasi itu dengan baik.

Membaca buku juga sama. Dan di sini Anda memiliki kendali. Untuk itu Anda perlu memiliki tujuan yang jelas. Memastikan proses membaca ini untuk mencapai 100% apa yang Anda butuhkan. Bukan untuk memahami semua yang penulis sampaikan.

Ingin sekali membaca langsung paham semua

Tentu kita semua menginginkan hal itu, karena waktu yang terbatas. Dan itu tidak sepenuhnya salah. Hanya saja, paradigma ini tidak mungkin tercapai jika kita menggunakan pendekatan konvensional.

Pemahaman kita juga perlu dibangun selapis demi selapis. Terutama buku yang dikategorikan sebagai buku yang perlu Anda kunyah cerna. Buku yang perlu analisa untuk memahaminya. Jadi Anda perlu memiliki tujuan yang berbeda setiap kali membaca buku itu, agar bisa mendalami dan menguasai dengan baik.

Agar bisa mencapai tujuan Anda dengan baik, maka Anda perlu menentukan tujuan yang spesifik, untuk apa Anda membaca buku tersebut.

Membaca harus kata per kata

Persepsi ini cukup umum, tidak ada salahnya membaca kata per kata. Namun bukan berarti hanya harus itu untuk memahami sebuah buku. Dengan pendekatan yang Anda dapatkan dari buku ini, Anda bisa menghemat waktu dengan membaca apa yang sesuai dengan kebutuhan Anda untuk mencapai tujuan Anda.

Kondisi ini mirip dengan paradigma yang pertama. Inti dari buku hanya 4%-11% sisanya penjelasan, begitu yang dipaparkan oleh Prof. Russel G.

Stauffer dalam bukunya yang berjudul *Teaching Reading as A Thinking Process*.

Dengan tujuan yang jelas, maka Anda bisa mendapatkan 4%-11% itu plus berapa persen tambahan untuk mencapai tujuan Anda.

Membaca harus berulang-ulang untuk bisa memahami

Ini adalah cara belajar yang terbentuk dalam diri kita, karena selama kita di sekolah tidak diajarkan cara belajar sehingga kita bisa menguasai sesuatu dengan mudah. Jadi kita hanya punya satu pendekatan, mengulang dan mengulang dan mengulang. Atau istilahnya *Rote Memory*. Memori yang dibangun karena mengulang terus-menerus. Namun, biasanya memori ini bukan untuk menguasai, atau belajar, tapi hanya untuk melewati masa ujian saja. Setelah masa ujian, apa yang Anda baca lewat begitu saja.

Dan ini juga menjadi andalan ketika menemukan paragraf yang tidak Anda pahami, umumnya Anda terus mengulangi paragraf itu sampai Anda akhirnya mengatakan, “Aduh susah nih pahamnya, sudahlah.” Dan Anda pun berhenti membaca buku itu.

Mari kita bayangkan Anda memasang mozaik atau *puzzle*. Anda menemukan sekeping *puzzle*, Anda tidak tahu posisi yang tepat untuk kepingan itu, dan Anda melihat dan merenungkan sekeping *puzzle* itu sampai satu jam, apakah itu membantu

Anda menemukan posisinya? Tidak. Anda perlu mencari pasangannya. Anda perlu mencari puzzle lain yang bisa Anda kaitkan dengan kepingan tadi dan membuatnya menjadi pemahaman yang lebih baik.

Sama seperti paragraf yang belum Anda pahami ini. Jika Anda membaca dan belum memahami, silakan ulangi sampai paling banyak tiga kali, jika masih belum paham, berikan tanda tanya dan lanjutkan membaca. Anda perlu menjaga momentum membaca. Temukan kepingan informasi lain. Terkadang kepingan informasi yang Anda butuhkan itu ada di halaman selanjutnya, atau lebih parah ada di paragraf selanjutnya.

Membaca harus lebih lambat agar bisa memahami

Persepsi bahwa memperlambat membaca akan membangun pemahaman tidak sepenuhnya benar. Kita perlu memahami betapa cepatnya arus pikiran kita. Saat Anda memperlambat proses membaca, justru semakin membuka pintu pikiran Anda untuk memikirkan hal lain. Karena Anda lambat dalam memasukkan informasi dari luar.

Dan Anda pun memikirkan hal lain. Bukan apa yang Anda baca.

Benar, Anda perlu mempercepat proses membaca, tapi jika hanya mengandalkan pikiran sadar Anda, tanpa memanfaatkan kekuatan bawah

sadar Anda untuk memberikan *bottom up*, Anda pun tidak bisa mendapatkan pemahaman. Selain membaca lebih cepat, Anda perlu memastikan *bottom up* yang terjadi juga selaras dengan informasi yang masuk.

Membaca itu kegiatan yang berat

Kita perlu setuju dengan paradigma ini. Membaca membutuhkan keaktifan. Bukan pasif membaca kata demi kata dan akhirnya pikiran melayang ke mana-mana plus membuat Anda ke-tiduran.

Berat di sini berarti membutuhkan keterlibatan aktif. Butuh konsentrasi yang tinggi. Butuh analisa. Butuh menghubungkan informasi satu dengan yang lain. Jika tidak aktif, maka kita tidak bisa mendapatkan manfaat maksimal.

Dan kegiatan ini menjadi lebih berat karena pendekatan membaca konvensional hanya mengandalkan pikiran sadar. Yang mana hanya bisa memproses 5-9 hal per detik. Dan perlu menangani buah pikir yang dikirimkan dari pikiran bawah sadar menjadikan proses membaca semakin membutuhkan konsentrasi tinggi.

Untuk membuat proses ini menjadi ringan dan mudah dicerna, kita perlu memberdayakan pikiran bawah sadar untuk memberikan referensi yang selaras dengan cara membuat pikiran bawah sadar belajar

duluan. Akan kita bahas dalam bab-bab di bagian dua buku ini.

Dan terakhir, Membaca harus dari awal sampai akhir

Jika kita jelas apa tujuan yang hendak kita capai, apa hasil akhir yang kita inginkan, kita tidak akan membuat batasan seperti ini lagi. Jika memang sampai titik tertentu, tujuan Anda sudah tercapai, Anda bisa menganggap selesai membaca buku itu, kecuali Anda memiliki tujuan yang berbeda. Atau memang jenis buku tertentu yang perlu dibaca dari awal sampai akhir. Tidak mesti kata per kata, tapi dari awal sampai akhir. Sekali lagi, patokannya adalah tujuan Anda. Bukan penulis.

Ada juga orang tertentu yang kirim email ke saya, misalnya Pak Imron. Pak Imron bertanya apakah boleh membaca buku itu langsung melompat ke bab tertentu. Karena dari meninjau daftar isi, beliau ingin membaca bab-bab tertentu saja. Karena selama ini, cara ini selalu ia gunakan. Dan beliau sebenarnya merasa cukup efektif. Tapi sekaligus diselubungi rasa bersalah, karena paradigma yang mengatakan membaca itu haruslah dari sampul depan sampai sampul belakang.

Saya menjawab, tentu saja boleh. Dan tentu secara insting ini bisa dilakukan jika bukunya adalah buku yang perlu ditelan, yang artinya tanpa

perlu analisa yang mendalam, kita bisa memahami buku dengan baik. Atau buku yang dicicip. Tapi jika bukunya perlu dicerna dan dianalisa, kita memerlukan pendekatan yang juga berbeda. Anda boleh melakukan apa yang Pak Imron lakukan. Karena itu berarti Anda memiliki kejelasan, apa yang ingin Anda capai.

Mengetahui paradigma membaca di atas, kita bisa simpulkan bahwa, membaca adalah kegiatan yang personal. Apa yang Anda dapatkan dan orang lain dapatkan bisa berbeda. Walaupun Anda sedang membaca buku yang sama. Karena latar belakang yang berbeda, referensi dan tujuan yang berbeda, kita berhak memperlakukan buku sebagai pelayan dari tujuan kita.

Agar bisa mengatasi itu semua, tahap pertama dalam melakukan Bacakilat menjadi sangat penting dalam membaca. Yaitu membangun kejelasan untuk apa dan mengapa Anda ingin membaca buku tertentu.

Bab selanjutnya akan membahas bagaimana otak kita memproses informasi, dan bagaimana kita memanfaatkannya untuk memperingan proses membaca.

Bab 6

3 Cara Memproses Informasi

Langsung saja kita mulai dengan melakukan simulasi. Ayo munculkan Menara Eiffel. Sudah muncul? Mestinya muncul hehehe.

Sekarang munculkan wajah orangtua Anda. Muncul? Tentu.

Yang paling penting dari simulasi ini adalah apa yang terjadi di belakang layar. Mari kita jelajahi.

Ketika Anda membaca permintaan saya untuk memunculkan Menara Eiffel, Anda mengetikkan “Menara Eiffel” di Google kepala Anda. Dan Gambar Menara Eiffel pun muncul di layar mental Anda. Seperti simulasi Monas dalam bab II, di manakah Menara Eiffel di pikiran Anda? Sadar atau bawah sadar? Bawah sadar. Dan ketika Anda meminta ia

muncul, ia pun naik ke pikiran sadar dan muncul di layar mental.

Begitu juga orangtua. Ketika Anda “mengetikkan” orangtua saya di Google kepala Anda, hasil pencarian pun memunculkan wajah orangtua Anda, yang tadinya juga berada di pikiran bawah sadar Anda.

Data ini disimpan di pikiran bawah sadar, dan jika ada pemicu, ia akan naik ke pikiran sadar sebagai referensi yang sesuai dengan pemicu yang didapat. Semakin spesifik pemicu yang diberikan akan semakin akurat data yang direferensikan pikiran bawah sadar.

Kita perlu menyesuaikan diri untuk memberikan pemicu yang spesifik, sehingga kita bisa mendapatkan informasi yang kita inginkan. Mari kita lihat contoh umum yang merupakan pemicu yang tidak spesifik. Seorang anak baru pulang dari sekolah dan orangtuanya dengan sedikit nada ingin tahu setengah formal bertanya, “Bagaimana sekolah hari ini, Nak?”

Saya ingin Anda membayangkan Anda sebagai anak yang diberikan pemicu atau pertanyaan itu. Apa yang akan Anda jawab? Biasanya si anak akan menjawab, “Ya gitu deh. Biasa aja.”

Menurut Anda, pertanyaan itu apakah merupakan pertanyaan yang spesifik dalam memicu informasi dari bawah sadar? Benar sekali, pemicu

itu sangat ambigu, tidak jelas, dan tidak tahu harus menjawab bagaimana. Jadi jawaban umumnya adalah biasa saja. Jika Anda ditanya demikian pun Anda pasti bingung menjawabnya bukan?

Sekarang mari kita simpan informasi ini dalam ingatan kita. Jika pemicunya spesifik maka pikiran bawah sadar akan memberikan referensi yang akurat.

Kembali ke simulasi awal bab ini. Sekarang, saya ingin Anda memunculkan buah Putili.

Nah, saya tahu apa yang terjadi dengan Anda sekarang. Kemungkinan Anda mengerutkan dahi dan mengatakan apa itu???

Inilah yang terjadi di belakang layar, Anda “mengetikkan” Buah Putili di Google kepala Anda, dan mendapatkan respons: “*File not found*.”

Mengapa demikian? Karena, tentunya tidak ada hal yang disebut dengan buah putili di dunia ini. Itu hanya iseng saya tuliskan saja. Tapi, hal yang kita pelajari di sini adalah, mengapa respons Anda demikian? Karena di pikiran bawah sadar belum ada *database* itu. Jadi bawah sadar tidak bisa memberikan referensi apa pun.

Mari kita perjelas di sini, kita tidak bisa memunculkan ke layar mental jika kita tidak memiliki *database* sebelumnya. Ia tidak bisa memberikan referensi informasi atau pola tertentu pada pikiran sadar.

Kondisi yang bertolak belakang di sini adalah pernahkah Anda memimpikan seseorang yang tidak Anda kenal sebelumnya? Seharusnya kita pernah bisa memimpikan seseorang yang tidak kenal, atau bahkan cukup sering.

Barusan kita belajar bahwa kita tidak bisa memunculkan apa yang tidak ada di *database* kita, lalu orang yang tidak kenal ini masuk dari mana ke dalam *database* kita?

Ternyata otak kita memasukkan informasi dari tiga cara. Melalui pikiran sadar disebut dengan *conscious processing*, tidak melalui pikiran sadar, ada dua, *subliminal processing* dan *preconscious processing*. Mari kita bahas satu per satu.

Conscious Processing

Ini adalah proses memasukkan informasi yang paling umum kita gunakan, sampai-sampai kita menganggap jika informasi belum masuk dengan *conscious processing* maka informasi itu belum masuk. Dan ini telah menjadi andalan kita dalam proses belajar. Inilah yang kita gunakan untuk membaca.

Kelebihan dari melakukan *conscious processing* adalah semua informasi yang masuk kita sadari. Itu saja.

Kelemahannya, pikiran sadar kita yang hanya bisa memproses informasi 5-9 hal per detik. Sedikitnya

informasi yang bisa diproses dan dengan terus-menerus memasukkan informasi ke pikiran sadar, di satu titik (dan terjadi sangat cepat), pikiran sadar akan penuh dan kita tidak bisa lagi memasukkan informasi. Sering kita mengatakan: "Saya tidak bisa belajar lagi, kepala sudah penuh."

Siapa yang penuh di sini? Pikiran sadar. Seperti yang kita bahas di bab sebelumnya, pikiran sadar dan bawah sadar itu seperti corong yang digunakan secara terbalik. Ujung yang kecil adalah pikiran sadar, dan ujung yang besar adalah pikiran bawah sadar. Dan kita memasukkan informasi dari ujung yang kecil ini. Baca kembali bab Mengapa Membaca Biasa Cenderung Tidak Konsentrasi.

Subliminal Processing

Ini adalah informasi yang masuk di luar dari kemampuan pikiran sadar memproses informasi. Atau yang disaring pikiran sadar karena ada hal yang lebih penting untuk difokuskan. Bagaimanapun pikiran sadar hanya bisa memproses 5-9 hal per detik bukan? Lebih dari itu tidak diprosesnya.

Seperti apa *subliminal processing*? Di bab II saya sedikit menjelaskannya juga, semua informasi yang tidak diproses oleh pikiran sadar, seperti suara mesin mobil saat kita fokus ke suara musik. Atau pakaian yang menyentuh semua kulit kita, pikiran kita mengabaikannya.

Sekarang kita fokus ke mata. Mari lihat sebuah objek di ruangan Anda. Fokuslah pada objek itu. Silakan temukan objek itu sekarang, dan kembali membaca setelah Anda memperhatikan apa yang bisa Anda lihat tanpa memindahkan fokus Anda.

Baik, apa yang menjadi fokus Anda adalah apa yang masuk ke pikiran sadar Anda. Sedangkan benda yang lebih jauh, dan benda yang lebih dekat, atau benda di sekelilingnya dalam radius satu meter dan lebih jauh adalah daerah yang kabur, tidak jelas. Semua yang masuk ke dalam rentang pandang Anda selain yang Anda lihat secara fokus masuk secara *subliminal*.

Betapa banyaknya informasi yang masuk secara *subliminal* ini. Dan tentu Anda juga setuju bahwa kita memasukkan informasi jauh lebih banyak dari *subliminal* dibanding *conscious processing*. Bahkan Carl Jung sendiri mengatakan bahwa, semua akar dari pemikiran, keputusan dan tindakan yang kita ambil, merupakan referensi dari *subliminal*, bukan dari *conscious*.

Kelebihan *subliminal processing* adalah semua informasi masuk, suka atau tidak, mau atau tidak, semua informasi masuk ke bawah sadar Anda. Kelemahan dari *subliminal* adalah ia hanya memberikan referensi jika dalam kondisi kepepet, semua informasi yang bisa melindungi Anda dari kondisi bahaya akan keluar dalam kondisi kepepet. Atau muncul dalam mimpi. Itulah mengapa Anda bisa memimpikan orang yang belum Anda kenal sebelumnya. Ini dikarenakan dalam kondisi

tertentu, di suatu tempat, di suatu masa dalam kehidupan Anda, orang ini pernah masuk dalam rentang pandang Anda.

Tentang *Priming*

Priming adalah memberikan stimulus atau rangsangan, bisa berupa gambar, konsep, makna yang mana akan mempengaruhi bagaimana pikiran berpikir dan bertindak dalam jangka waktu tertentu.

Priming berarti memberikan informasi duluan ke pikiran kita, umumnya tanpa disadari oleh pikiran sadar. Ini akan mempengaruhi bagaimana pikiran bawah sadar memberikan referensi kepada pikiran sadar. Memberikan *priming* ke bawah sadar akan membantu Anda memahami buku yang ingin Anda baca dengan lebih mudah. Anda akan merasa familiar dengan isi dan pemahaman akan buku itu. Ini merupakan sebuah potensi dan cara kerja pikiran manusia yang bisa kita gunakan untuk mempermudah kita memproses informasi.

Preconscious Processing

Preconscious processing menurut Sigmund Freud adalah sebuah kondisi di mana informasi bisa diproses secara kognitif atau pikiran sadar, tapi saat ini tidak ada di pikiran sadar. *Preconscious* bisa kita maknai dengan membuat pikiran bawah sadar kita belajar duluan dan kemudian pikiran bawah sadar akan memiliki referensi

yang bisa diberikan kepada pikiran sadar dalam sebuah konteks yang sama.

Kaitannya dengan *priming* dan *subliminal processing* adalah, kita menggunakan *subliminal processing* dengan sengaja untuk memberikan *priming* kepada pikiran bawah sadar, sehingga ia menangkap pola dan makna yang ada di buku yang ingin kita pahami, dan membuatnya tersedia untuk kita proses secara sadar (*preconscious processing*).

Inilah yang bisa kita lakukan untuk meretas fungsi dari pikiran bawah sadar, yang selalu memberikan referensi kepada pikiran sadar. Melakukan hal ini, kita meningkatkan kemungkinan pikiran bawah sadar mengirimkan informasi dan pemahaman yang relevan dengan buku yang ingin kita baca sesuai dengan tujuan membaca. Dan menurunkan kemungkinan pikiran bawah sadar mengirimkan informasi yang tidak relevan dan membawa pikiran kita melayang memikirkan hal lain.

Tujuan Akhir Membaca

Jika kita menarik lebih jauh, sebenarnya apa yang diharapkan dari membaca atau belajar? Kita semua berharap kapan pun kita membutuhkan informasi itu, ia akan naik ke pikiran sadar dan membantu kita. Kita memahami bahwa pikiran sadar bukan tempat menampung informasi, tetapi merupakan sebuah tempat untuk dilewati informasi, inspirasi, ide dan pemahaman

dari bawah sadar sehingga pikiran sadar bisa mengambil keputusan, menganalisa dan memberikan perintah ke bawah sadar untuk informasi lanjutan atau melakukan tindakan tertentu.

Jadi pada akhirnya, kita ingin membuat pikiran bawah sadar belajar.

Jika kita menggunakan pendekatan konvensional, menurut pakar pembelajaran, Tony Buzan, kita membutuhkan pengulangan sampai 6 kali, dan kita akan merasa sangat familiar dengan buku, kita merasa memahami dengan cepat saat kita membaca buku itu lagi.

Masalahnya adalah menghabiskan buku sekali saja sudah syukur sekali, sampai harus mengulang 6 kali? Nggak terbayang deh, bener bukan?

Sekarang dengan pemahaman ini, kita bisa melakukan proses membaca dengan pendekatan yang berbeda. Yaitu dengan membuat pikiran bawah sadar belajar duluan, dengan menggunakan *priming*, kemudian membuat pikiran sadar belajar. Dengan demikian, *preconscious processing* akan terjadi. Anda akan merasa seperti Anda sudah membaca buku tersebut beberapa kali, Anda merasa familiar, merasa mudah memahami, dan pada akhirnya, buku Anda tuntas dan dengan pemahaman tinggi serta mencapai 100% tujuan membaca Anda.

Saya akan memperjelas di bab IX dan bab selanjutnya sehingga Anda bisa memahami dan

mempraktikkannya untuk meningkatkan keefektifan Anda dalam membaca dan menuntaskan buku-buku Anda dengan pendekatan ini.

MENGUASAI BACAKILAT

Selamat Anda sudah memasuki bagian kedua dari buku Bacakilat 3.0.

Jika Anda melompati bagian pertama dan langsung masuk ke bagian II, maka Anda perlu mencari referensi jika diperlukan untuk membantu Anda memahami apa yang Anda perlukan untuk menguasai Bacakilat.

Di bagian pertama saya telah memaparkan konsep dan pemikiran dasar agar di bagian II ini akan menjadi mudah untuk Anda pahami.

Bagian kedua ini akan membahas tentang:

- ☐ Konsep Daya Ungkit MED
- ☐ Memperkenalkan Sistem Bacakilat
- ☐ Tahap Pertama: Tinjauan Awal
- ☐ Tahap Kedua: Bacakilat
- ☐ Tahap Ketiga: Aktivasi Manual

Jadi ini adalah tempat Anda belajar teknis cara melakukan Bacakilat. Sangat mungkin Anda membutuhkan referensi dari bagian I, jadi jangan sungkan untuk mencari referensi ke bab-bab tertentu terutama jika Anda langsung memasuki bagian II ini karena tidak sabar ingin mempelajari tekniknya.

Mari mulai.

Bab 7

Konsep Daya Ungkit MED

Dalam melakukan kegiatan apa pun, kita seringkali kewalahan dengan banyaknya hal yang harus dilakukan, atau kita merasa kita harus melakukan semuanya dengan baik 100%.

Pemikiran seperti ini saja sudah membuat otak enggan untuk memulai. Apapun kegiatan yang kita lakukan. Mari kita bahas dari sisi membaca. Ketika membaca sebuah buku, tidak jarang orang berpikir untuk mendapatkan 100% dari apa yang ada di buku. Jelas kita tidak ingin usaha yang kita lakukan sia-sia.

Membaca buku dengan tujuan untuk mendapatkan 100% dan memahami 100% adalah sebuah konsep yang tidak akan bisa dicapai dengan pendekatan membaca mana pun di dunia. Kita maunya efektif dan efisien, sekali jalan langsung bisa

mendapatkan semua isi buku. Hmm saya merasa ada tekanan dalam dada sekarang, Anda juga?

Apa yang terjadi jika kita mulai membaca dengan perasaan itu? Kita akan merasa sangat berat, pikiran mulai kacau karena tidak memprioritaskan apa yang kita ingin dapatkan dari buku. Menganggap semua isi buku sama penting adalah pendekatan yang sangat menjebak. Saya tidak mengatakan isi buku tidak semua penting. Tapi mari lihat dari sudut pandang Anda. Apakah semua isi buku itu penting untuk Anda?

Tentu tidak. Ada informasi yang lebih penting dibandingkan informasi lainnya. Untuk itu, kita perlu kejelasan apa yang benar-benar penting yang kita ingin dapatkan.

MED atau *Minimum Effective Dose* adalah sebuah konsep yang harus kita pegang dalam melakukan apapun dalam kehidupan kita. Karena kita tidak bisa melakukan semuanya. Tapi kita bisa melakukan hal terpenting yang harus kita lakukan.

Konsep MED diperkenalkan oleh Tim Ferris dalam bukunya “The 4-Hour Workweek.” Konsep inilah yang membuatnya bisa membangun bisnis jutaan dollar dengan hanya bekerja empat jam seminggu, sepuluh persen dari apa yang dilakukan kebanyakan orang.

Anda hanya perlu melakukan dan mencapai cukup bagus, dan meneruskan, semua informasi yang

Anda dapatkan akan terakumulasi, terjalin dengan informasi sebelumnya yang ada dalam *database* Anda dan membuat Anda mencapai tujuan Anda.

Sekarang kita lihat konsep yang ada di Bacakilat.

Setiap tahapan dalam Bacakilat merupakan MED dalam membaca. Pertama saat kita melakukan tinjauan awal, pada tahap ini kita menentukan tujuan yang jelas. Tanpa tujuan yang jelas dan terfokus, manfaat spesifik apa yang kita ingin dapatkan dari proses membaca kita, hanya akan mengambang dan tidak mendalam mencari informasi yang kita inginkan.

Tujuan yang spesifik, yang tajam, yang sempit, dan yang fokus akan membawa kita pada informasi yang benar-benar tepat dan penting. Tapi juga bukan berarti kita hanya mendapatkan informasi itu saja. Semua hal yang mendukung pemahaman dan pendalaman untuk memahami hal yang benar-benar penting dan sesuai tujuan akan tertarik kepada Anda.

“Untuk mendapatkan informasi yang mendalam dalam proses membaca, bukan berarti harus mendapatkan semua informasi. Tapi mendapatkan informasi yang benar-benar tepat. Perlu ada prioritas dalam melakukan semua hal, termasuk membaca.”

Bayangkan, ketika Anda membaca sebuah buku, dengan tujuan yang terfokus, dan sempit, seberapa baik energi Anda, dibandingkan Anda harus mendapatkan semua yang ada dalam buku? Jangan

membuat pikiran kita kewalahan di awal. Buatlah ia merasa mampu untuk mengatasinya.

Lalu, bagaimana dengan langkah Bacakilat -Memproses Satu Halaman Per Detik. MED-nya ada di mana? Tujuan kita melakukan Bacakilat adalah membuat pikiran bawah sadar kita familiar. Kita melakukan apa yang sudah pikiran bawah sadar kita lakukan selama ini tanpa sadar secara sistematis dan secara sengaja, yaitu dengan melakukan *priming subliminal*.

Sehingga MED di langkah memindai jelajah dapat dilakukan dengan baik. MED dalam langkah Bacakilat adalah membaca satu halaman per detik itu. Karena inilah langkah minimal yang harus dilakukan untuk memasukkan informasi ke pikiran bawah sadar kita. Dengan PMR dan kondisi genius, kita dengan sengaja membuat pikiran bawah sadar kita memprosesnya.

MED di aktivasi manual. Melakukan *review* adalah langkah minimum untuk memancing rasa ingin tahu, memancing jawaban yang kita inginkan dari pikiran bawah sadar. Pada saat kita melakukan *review* dan bertanya kepada pikiran bawah sadar kita, pikiran bawah sadar kita mulai mencari jawabannya. Kemungkinan besar ia tahu jawabannya, atau paling tidak, dia tahu harus mencarinya ke mana, ke halaman berapa saat melakukan memindai menjelajahi.

Memindai menjelajahi adalah untuk menemukan mana informasi dengan prioritas paling tinggi yang harus kita gali dan kuasai. Pikiran kita bisa membimbing kita untuk mendapatkan informasi yang penting jika tujuan kita jelas, sempit, dan terfokus.

Mindmapping adalah MED yang sangat *powerful*. MED yang perlu melibatkan proses berpikir yang membuat *mindmapping* terkonsep dan terkompres dengan baik, dan bisa memicu ingatan.

MED membuat kita melakukan hal terpenting, untuk mendapatkan hasil yang kita prioritaskan. Namun, perlu diingat, juga memerlukan proses berpikir yang tinggi juga. Dan proses berpikir, tidak banyak orang yang ingin melakukannya. Saat mereka melakukannya, hasilnya akan sepadan.

Bab 8

Memperkenalkan Sistem Bacakilat

Anda telah memahami bagaimana pendekatan membaca konvensional membuat Anda cenderung tidak konsentrasi dan pikiran melayang-layang. Alhasil membaca pun menjadi berat.

Tentu kita perlu pendekatan yang berbeda, dan inilah pendekatan yang berbeda dan bisa membantu Anda mendapatkan manfaat yang lebih optimal dari investasi waktu dan usaha Anda dalam membaca.

Sistem Bacakilat dibagi ke dalam tiga tahapan yang semuanya, sesuai urutan akan membantu Anda untuk menuntaskan buku dalam waktu singkat, dan bisa mendapatkan pemahaman tinggi.

Tahapan pertama adalah Tinjauan Awal

Seberapa sering Anda membaca buku, setelah beberapa halaman Anda merasa bahwa ternyata Anda tidak membutuhkan buku itu? Buku itu tidak sesuai dengan harapan dan keinginan Anda, walaupun harapan Anda juga belum terlalu jelas.

Seberapa sering setelah Anda selesai membaca sebuah bab dan lanjut ke bab selanjutnya, Anda tidak lagi ingat apa yang Anda baca di bab sebelumnya?

Seberapa sering Anda merasa “tersesat” sehingga Anda tidak lagi bisa mengikuti pemikiran penulis dan tidak memahami apa yang Anda baca? Atau Anda merasa sebenarnya untuk apa Anda membaca buku yang sedang Anda baca?

Semua ini adalah akibat dari kita tidak memberikan kejelasan kepada diri, apa yang bisa diberikan buku, apa yang kita inginkan dari proses membaca. Melakukan tinjauan awal akan memastikan Anda untuk benar-benar membeli buku yang Anda butuhkan, bukan hanya karena judulnya bagus dan jangan sampai Anda tidak membelinya.

Tinjauan awal akan memberikan kejelasan pada pikiran Anda, apa yang ingin Anda dapatkan dari proses membaca, dan mengapa apa yang Anda ingin dapatkan itu penting.

Dengan melakukan ini, Anda bisa menjawab pertanyaan yang selalu berseliweran di kepala Anda, yaitu: apa manfaatnya bagiku? Atau dalam istilah

umum WIIFM (*What's In It For Me*). Jika Anda tidak bisa menjawab ini, maka pikiran kita yang selalu mencari nikmat dan menghindari sengsara ini akan mengatakan: “Daripada repot, mendingan tidur aja yuk.” Dan apa yang terjadi? Anda tertidur dan tidak pernah menyelesaikan buku Anda.

Patokan waktu untuk melakukan tinjauan awal ini adalah lima menit. Ingat kembali konsep MED di bab 7.

Tahapan Kedua: Bacakilat

Pernahkah Anda merasa membaca sebuah buku itu berat dan sulit memahami?

Anda merasa membaca itu harus sangat repot mengulang-ngulang agar pemahaman bisa Anda dapatkan?

Ini semua terjadi karena kita tidak memberdayakan pikiran kita yang satu lagi. Pikiran bawah sadar. Kita hanya mengandalkan pikiran sadar, memasukkan informasi dari ujung corong yang kecil dan akhirnya pikiran kita pun “penuh”.

Ini adalah tahapan penting yang tidak kita dapatkan dalam pendekatan konvensional dalam membaca. Pada tahap inilah Anda memberikan *priming* ke pikiran bawah sadar Anda, sehingga pikiran bawah sadar belajar duluan. Mengelompokkan informasi duluan. Merajut pemahaman duluan **SEHINGGA** pada saat Anda membaca dengan pikiran sadar, Anda

akan merasakan *sense of familiarity* dan menuntaskan buku pun menjadi ringan.

Priming ke bawah sadar ini kita lakukan dengan pandangan yang berbeda dari biasanya. Kita tidak menggunakan pandangan mata fokus. Kita menggunakan pandangan mata peripheral. Kita akan memotret satu halaman per detik. Dan tentu dengan pemahaman yang kita dapatkan di bagian pertama buku ini, pikiran sadar tidak bisa melakukan hal ini. Tetapi pikiran bawah sadar kita terus-menerus memasukkan informasi secara *subliminal*.

Kita memanfaatkan kekuatan *subliminal* ini dengan sengaja melakukan *priming*, dan membuat bawah sadar bekerja duluan untuk memberikan pemahaman kepada pikiran sadar pada saat kita membaca dengan aktivasi manual.

Perlu Anda catat di sini, Pada saat melakukan Bacakilat atau *Priming* ke pikiran bawah sadar, berarti pikiran bawah sadarlah yang menjadi fokus utama. Artinya pikiran sadar Anda belum mengetahui informasi apa yang masuk. Bukan TIDAK tapi BELUM. Dan memang demikian adanya.

Anda memerlukan beberapa kondisi yang umumnya tidak kita lakukan di pendekatan konvensional. Pertama, Anda perlu kondisi genius, sehingga Anda bisa memasukkan informasi dengan lebih lancar. Anda juga memerlukan pandangan yang

berbeda dari pandangan mata membaca secara fokus atau biasa.

Tahapan ini membutuhkan waktu lebih kurang 10 menit untuk melakukan dua kali Bacakilat, ukuran buku setebal 200-300 halaman.

Tahapan Ketiga: Aktivasi Manual

Tahapan ini adalah tentang membangun pemahaman yang kita butuhkan untuk mencapai tujuan membaca. Setelah memberikan kejelasan untuk apa dan mengapa membaca buku yang ingin Anda baca. Anda membuat bawah sadar Anda memiliki informasi dari buku itu duluan, kita melakukan *priming*.

Tahap ini dimulai dengan membangun rasa ingin tahu yang tak terbendung dalam membaca. Rasa penasaran menentukan apakah Anda menyelesaikan buku atau tidak. Jika penasaran seseorang sampai bab 5, sangat sulit untuk membaca buku di atas bab 5.

Langkah selanjutnya adalah mulai menemukan informasi yang Anda butuhkan, informasi yang membuat Anda mencapai 100% tujuan Anda. Tanpa harus membaca seluruh isi buku kata demi kata. Anda akan dibimbing pikiran bawah sadar Anda untuk menemukan di mana Anda perlu mendalami, di mana Anda perlu memahami.

Di bagian ini Anda akan merasa familiar, Anda akan tahu di mana harus berhenti membaca, dan di

mana Anda tidak perlu membaca, apakah itu karena tidak mencapai tujuan atau Anda sudah memahami bagian tertentu.

Dan terakhir Anda mengintegrasikannya ke dalam *mindmapping*. *Mindmapping* merupakan sebuah pendekatan mencatat yang memberdayakan otak kanan.

Umumnya untuk buku setebal 200-300 halaman bisa diselesaikan dalam waktu 30-90 menit, bergantung pada tujuan dan kelompok buku (penjelasan 3 kelompok buku ada di bab tinjauan awal) yang dibacanya.

Dengan menjalani ketiga tahapan ini, Anda bisa menuntaskan buku yang selama ini mungkin masih terbungkus plastik dengan ringan, dalam waktu singkat, dan mencapai 100% tujuan membaca Anda.

Mari kita dalami satu per satu.

Bab 9

Tahap Pertama: Tinjauan Awal

Mulai bab ini kita akan masuk ke sistem Bacakilat. Di mana kita akan melatih tahapan Bacakilat selangkah demi selangkah.

Sistem Bacakilat terdiri dari tinjauan awal, Bacakilat dan aktivasi manual.

Dalam bab ini kita membahas langkah pertama dalam sistem Bacakilat yaitu tinjauan awal. Langkah ini memiliki dampak besar dalam proses membaca. Setelah melewati dan menguasai bab ini, jangan pernah membaca buku tanpa melakukan tinjauan awal.

Tinjauan awal memberikan kejelasan untuk apa Anda membaca buku yang Anda baca dan mengapa Anda ingin membacanya. Langkah sederhana ini

menjawab pertanyaan dalam pikiran Anda, pertanyaan yang selalu dan otomatis ditanyakan: apa manfaatnya bagiku? Atau dalam bahasa yang mungkin sering Anda dengar, *what's in it for me?*

Dengan menjawab pertanyaan ini, pikiran menjadi jelas dan termotivasi dalam membaca. Anda mendapatkan alasan yang jelas dalam membaca. Kejelasan memiliki kekuatan yang tidak bisa digantikan apa pun. Bayangkan, bisakah Anda melakukan sesuatu tanpa mengetahui dengan jelas mengapa Anda harus melakukannya? Tentu tidak.

Contoh, jika saya meminta Anda untuk jangan tidur malam ini. Apa yang muncul dalam pikiran Anda? Untuk apa? Mengapa? Begitu kira-kira, betul?

Pertanyaan yang sama selalu pikiran Anda tanyakan kepada diri Anda saat melakukan apa pun. Termasuk membaca. Gagal memberikan kejelasan ini akan berdampak tidak menyelesaikan buku yang ingin Anda baca.

Salah satu cara yang paling ampuh untuk memberikan kejelasan pada pikiran Anda adalah menjawab pertanyaan : “Apa yang bisa diberikan buku ini?” “Apa yang bisa saya ambil dari buku ini untuk mencapai tujuan saya?”

Apapun yang kita lakukan kita perlu menjawab pertanyaan-pertanyaan ini.

Tinjauan awal ini bisa dilakukan pada buku dan artikel.

Sistem kerja tinjauan awal dari sisi MED adalah mendapatkan informasi seminim mungkin atau sesingkat mungkin untuk mendapatkan gambaran yang jelas apa yang bisa didapat dari buku dan manfaat membaca buku tersebut.

Inilah cara melakukan tinjauan awal ke buku:

1. Baca kaver depan,
2. Baca kaver belakang,
3. Baca daftar isi,
4. Membuat kesimpulan buku tersebut membahas apa,
5. Mengelompokkan buku ke dalam 3 kelompok: dicicip, ditelan, dan dikunyah cerna.
6. Menimbang apakah buku/artikel tersebut layak dibaca lebih lanjut sekarang, dan
7. Membuat tujuan yang jelas dan mengandung apa dan mengapa kita ingin membaca buku itu.

Tujuh langkah sederhana itu akan membantu Anda mendapatkan gambaran dan memutuskan apakah lanjut membaca atau tidak, dengan prinsip MED, mendapatkan informasi sesedikit mungkin untuk mendapatkan informasi yang kita inginkan.

Tony Buzan berkata, tujuan akhir dari membaca adalah mendapatkan 100% dari apa yang Anda

butuhkan, bukan apa yang penulis sampaikan. Kita memposisikan buku sebagai pelayan kita, yang akan memberikan jawaban apapun yang kita butuhkan.

Sekarang kita analisa satu per satu langkah tinjauan awal, sehingga Anda akan lebih mudah memahami dan mengingatnya.

Membaca kaver depan, belakang dan daftar isi adalah untuk mendapatkan gambaran pembahasan yang diberikan buku tertentu, sehingga kita bisa menarik kesimpulan konteks apa yang diusung buku tersebut. Kesimpulan di sini bukanlah sebuah kesimpulan yang harus tepat sesuai isi buku, kesimpulan di sini adalah untuk memberikan kita pegangan, dari MED itu, apa yang bisa kita tarik.

Sekali lagi, membuat kesimpulan di sini bukan berarti harus akurat, Anda hanya ingin tahu ke mana buku ini bisa membawa Anda. Kesimpulan berisikan satu atau dua kalimat yang mewakili apa yang bisa diberikan buku yang akan Anda baca.

Mengelompokkan buku ke dalam salah satu dari tiga kelompok ini, dicicip yang artinya ringan sekali, baca sekilas-sekilas saja sudah memahami, ditelan berarti kita tidak perlu analisa yang mendalam untuk memahami buku itu, seperti seorang akuntan baca buku akuntansi, kemudian yang ketiga adalah buku yang harus kita kunyah dan cerna, ini berarti buku yang dibutuhkan analisa yang mendalam agar bisa memahami buku tersebut.

Dengan mengelompokkan ini, maka kita akan bisa menyesuaikan strategi apa yang akan kita gunakan untuk mencerna buku itu. Misalnya buku yang dicicip, mungkin Anda hanya ingin melakukan tinjauan awal, Bacakilat dan *review* saja, karena Anda dengan mudah menarik kesimpulan apa yang disampaikan buku itu.

Buku yang ditelan, mungkin Anda ingin melakukan tinjauan awal, Bacakilat, *review* dan memindai menjelajahi.

Buku yang dikunyah dan cerna, perlu Anda tambahkan membuat *mindmapping* setelah Anda memindai menjelajahi.

Setelah mengelompokkan buku, Anda sekarang menimbang apakah buku ini perlu Anda baca dalam waktu dekat? Apakah penting bagi Anda? Apakah menjadi prioritas Anda? Jika bukan dan belum, maka tundalah niat Anda untuk membeli. Tunggu sampai Anda merasa penting, karena jika tidak, Anda akan sulit menyediakan waktu untuk hal yang tidak terlalu Anda prioritaskan. Ini juga akan menghemat uang, energi, dan juga beban psikologis Anda dari buku yang menumpuk.

Jika hasil pertimbangan Anda ternyata itu adalah buku yang tepat dan penting saat ini, maka beli dan sebelum mulai membaca, buatlah tujuan yang jelas sehingga pikiran Anda bisa membantu Anda mencapainya dengan lebih mudah.

Sebuah tujuan yang baik memiliki unsur pertanyaan *what* dan *why*. *What* - apa yang ingin Anda dapatkan dan lakukan dari buku yang Anda baca.

Why - mengapa Anda ingin atau harus membaca buku itu.

What terkait dengan isi buku, misalnya Anda ingin memahami atau mencerna, atau menerapkan isi buku itu. *Why* terkait dengan tujuan personal Anda dalam kehidupan. Misalnya seseorang sedang membangun sebuah usaha, mungkin saja, tujuannya menjadi: saya ingin memahami dan menerapkan prinsip dari buku X untuk memajukan bisnis saya. Sedangkan orang lain yang sedang bekerja, mungkin saja tujuannya: "Saya ingin memahami bagaimana menjalankan bisnis, agar saya bisa mempersiapkan diri untuk menjadi pengusaha suatu hari."

Anda lihat, satu buku yang sama bisa memberikan tujuan yang berbeda. Inilah yang menunjukkan membaca buku adalah sesuatu yang personal.

Ya tentu sedikit berbeda untuk buku wajib, seperti buku sekolah atau buku yang diwajibkan atasan Anda untuk Anda habiskan. Anda perlu membuat alasan-alasan yang lebih kuat, alasan personal Anda. Jangan membuat alasan atau jawaban dari pertanyaan *why* yang tidak memotivasi Anda karena Anda membuatnya secara umum dan tidak

memberikan Anda kejelasan dan motivasi dalam diri Anda. Mungkin karena Anda membuat tujuan yang ikut-ikut orang lain.

Buku pelajaran, kita tidak bisa menimbang dan mengatakan itu tidak layak kita baca sekarang, dan tujuan juga tidak bisa terlalu personal. Anda bisa menyusun tujuan seperti “Saya ingin memahami, menghafal dan menguasai hal penting agar saya bisa meraih nilai 100 dan menerapkannya dalam kehidupan saya, supaya saya bisa dibelikan iPad :p.”

Untuk alasan atau jawaban dari mengapa bisa sesuatu yang tidak berkaitan dengan buku bacaan, tapi sesuatu yang memotivasi Anda untuk harus membacanya, bisa juga sesuatu yang bersifat menyakitkan, *pain*, sesuatu yang ingin Anda jauhi. Jika Anda menggunakan *pain* sebagai alasan, pastikan Anda juga menyertakan kesenangan, apa yang Anda dapatkan, *gain* yang Anda dapatkan.

Ini sangat penting untuk membantu Anda menyelesaikan buku yang wajib, tapi Anda tidak sukai.

What tentang buku yang Anda baca, *why* adalah tentang tujuan pribadi Anda.

Tujuan perlu dituliskan, lebih baik dituliskan dengan tangan. Mengapa demikian? Karena dalam 24 jam, kita memiliki lebih dari 600 ribu buah pikir yang mengisi pikiran kita. Atau sekitar 7 hal yang kita pikirkan dalam 1 detik. Dengan menuliskannya,

kita bisa memastikan ketika kita me-review kembali, maka kita tetap memegang tujuan yang sama dan konsisten. Ini akan sangat membantu pikiran kita dalam mencapai tujuannya.

Kondisi spesial dalam tinjauan awal

Jika kaver belakang hanya berisikan testimoni, maka bisa Anda baca untuk menguatkan dan memberikan Anda ide, atau tidak apa-apa jika Anda memutuskan untuk tidak membacanya.

Jika kaver belakang berisikan tentang penulis. Sama seperti kondisi sebelumnya.

Jika kaver belakang tidak ada, bisa dilewatkan saja.

Jika setelah membaca daftar isi masih kebingungan apa kesimpulannya, pertama, pastikan Anda memahami konsep MED. Silakan baca kembali konsep MED. Jika Anda sudah memahami dan memang bukunya sulit untuk ditarik kesimpulan dari tiga langkah awal itu, maka tambahkan prakata dari penulis. Jika setelah membaca prakata ini Anda masih bingung dan kesulitan, jangan dibeli, atau dibaca, cari saja buku lain dengan topik yang serupa. Jika itu adalah buku wajib, saya pikir sangat kecil kemungkinan buku yang diwajibkan baca memiliki struktur buku yang sulit dipahami. Jikapun ada, Anda bisa meninjau kembali langkah 1, 2, dan 3.

Jika tidak ada daftar isi, andalkan kaver depan, kaver belakang dan hanya jika diperlukan, prakata.

Tinjauan awal artikel

Dengan prinsip yang sama, kita bisa melakukan dengan tinjauan awal ke artikel, namun dengan lebih sederhana. Artikel yang perlu kita lakukan tinjauan awal adalah artikel seperti jurnal atau paling tidak lebih dari 4 atau 5 halaman. Artikel pendek mungkin dengan membaca judulnya pun Anda sudah bisa menentukan kesimpulan dan menyatakan tujuan Anda.

Dalam artikel, saya hanya melakukan dengan menyatakan, bukan menuliskan. Mungkin Anda ingin mengikuti apa yang saya lakukan. Namun, tentu lebih baik jika Anda menuliskannya.

Langkah-langkah untuk melakukan tinjauan awal artikel:

1. Baca judul,
2. Baca paragraf awal,
3. Baca subjudul,
4. Baca paragraf terakhir dari artikel,
5. Menarik kesimpulan, dan
6. Membuat tujuan jika melanjutkan membaca.

Praktik tinjauan awal

Oke, sekarang saatnya Anda praktik tinjauan awal. Ambil buku yang ingin Anda baca, kemudian

lakukan. Anda bisa menuliskannya atau langsung melakukannya ke buku yang Anda baca. Tentu jika bukan buku milik Anda, misalnya buku perpustakaan, maka Anda bisa menuliskannya di sebuah kertas.

Selamat praktik, jika sudah selesai, saya menunggu Anda di tahap selanjutnya. Melatih langkah Bacakilat.

Bab 10

Tahap Kedua: Bacakilat

Langkah Bacakilat

Sekarang kita masuk ke langkah terpenting dalam sistem Bacakilat. yaitu langkah Bacakilat. Tujuan dari sistem Bacakilat adalah memberdayakan pikiran bawah sadar dan pikiran sadar dalam proses membaca, sehingga proses membaca menjadi efektif dan memiliki dampak besar.

Bacakilat adalah sebuah sistem. Tanpa tinjauan awal yang baik yang menghasilkan tujuan yang jelas dan tepat Bacakilat juga tidak akan optimal dan hanya akan menjadi *subliminal processing* saja. Tanpa melatih Bacakilat dan melakukan aktivasi manual, intuisi Anda pun tidak akan terlatih dengan baik, efek dari Bacakilat pun tidak akan terlalu terasa. Karena sebagian besar dari kita tidak memberdayakan pikiran bawah sadar kita dengan baik.

Pengalaman saya sebagai seorang hipnoterapis, sangat sedikit sekali orang yang memiliki relasi yang cukup baik dengan pikiran bawah sadar. Dan kabar baiknya adalah semua orang bisa membangun relasi itu dengan baik. Semua yang ada dalam sistem Bacakilat akan membantu Anda membangkitkan potensi itu. Dengan demikian, Anda akan semakin besar kemajuannya, tentunya dengan melatih. Anda tidak bisa mengharapkan membaca buku ini maka Anda langsung bisa mendapatkan kemampuan itu. Anda perlu berlatih.

Bacakilat adalah sebuah langkah yang membuat kita memasukkan informasi yang ingin kita baca ke dalam pikiran bawah sadar, kita melakukan *priming subliminal* ke pikiran bawah sadar. Membuat pikiran bawah sadar kita memproses terlebih dahulu sehingga kita bisa membuat proses membaca lebih efektif. Anda sudah membaca bab 6. Tiga cara memproses informasi, itu semua menunjukkan bahwa pikiran bawah sadar kita sangat membantu proses belajar, jika kita bisa membuat pikiran bawah sadar memiliki duluan informasi yang ingin kita proses secara sadar.

Dengan pikiran bawah sadar yang telah memiliki informasi yang ingin kita dalami, maka pikiran bawah sadar akan membantu mengalirkan informasi secara *bottom up*. Dari bawah sadar ke pikiran sadar. Saat Anda melakukan aktivasi manual, Anda akan merasa informasi dalam buku yang Anda baca sangat mudah dicerna dan familiar.

Pikiran bawah sadar menyimpan semua informasi dan memproses informasi 100 ribu kali lipat lebih cepat dari pikiran sadar. Anda sudah membaca topik tentang pikiran dan bisa membaca tentang intuisi di bab 13. Sekarang inilah cara kita menggunakannya.

Mungkin dalam pikiran Anda bertanya, bisakah saya melakukannya? Setiap orang bisa melakukan Bacakilat. Dengan pemahaman tentang tiga cara memproses informasi di mana Anda sudah sangat ahli dalam melakukan *subliminal* dan efeknya dalam kehidupan Anda, sekarang kita akan dengan sengaja melakukan *priming subliminal*, memberikan pikiran bawah sadar informasi dan *preconscious processing* akan bekerja, ia akan membuat informasi itu tersedia untuk Anda proses secara sadar saat Anda membutuhkannya, sementara itu, ia menyimpan di pikiran bawah sadar.

Bagian akhir dari bab Bacakilat ini saya akan menjawab beberapa pertanyaan yang mungkin muncul dalam diri Anda. Sekarang kita bahas dulu langkah-langkah Bacakilat.

Setiap langkah dalam Bacakilat adalah langkah yang sederhana. Setiap orang bisa melakukannya. Bagaimana melakukannya-lah yang lebih penting. Bagaimana sikap Anda melakukannya. Apa yang ada dalam pikiran Anda saat melakukannya akan membawakan hasil yang berbeda.

Saya yakin Anda setuju bahwa sikap kita saat melakukan kegiatan apa pun tentu akan membawakan hasil yang berbeda. Saat Anda belajar dengan setengah hati, maka hasilnya semakin tidak memuaskan. Saat kita bermain bola misalnya, jika kita melakukannya dengan ogah-ogahan, tentu hasilnya tidak bagus. Demikian juga langkah-langkah dalam Bacakilat. Semua kegiatan perlu dilakukan dengan sepenuh hati. *I believe in you.*

Bacakilat terdiri dari:

- Kondisi genius,
- Afirmasi pembuka,
- Bacakilat (di dalamnya ada PMR dan cara membalik buku yang baik),
- Tutup buku dengan penuh keyakinan,
- Afirmasi penutup, dan
- Visualisasi.

Kondisi genius adalah sebuah kondisi rileks dan waspada yang membuat pikiran kita tenang dan bisa belajar dengan optimal. Kita perlu memperlambat gelombang otak untuk mempercepat pembelajaran, dan kondisi ini merupakan kondisi yang meningkatkan kemampuan kognitif sampai meningkatkan IQ.

Afirmasi pembuka dan penutup merupakan pernyataan dan permintaan dari pikiran sadar kepada

pikiran bawah sadar agar melakukan apa yang kita inginkan terjadi. Pikiran bawah sadar selalu menuruti apa yang kita inginkan, baik kata-kata, perasaan, maupun sikap kita secara keseluruhan.

Bacakilat adalah langkah di mana kita membaca dan memotret satu halaman per detik.

Tutup buku dengan keyakinan adalah menunjukkan sikap kita yang tepat dan yakin bahwa informasi itu masuk ke dalam pikiran kita. Secara alami informasi itu sudah masuk. Dengan dukungan sikap yang tepat, merupakan afirmasi sikap yang tepat kepada pikiran bawah sadar kita.

Visualisasi adalah imajinasi yang menyatakan informasi yang kita Bacakilat tersedia dan siap untuk dipicu ke pikiran sadar saat kita membutuhkannya.

Nah, sekarang kita akan membahas satu per satu secara detail dan praktiknya langsung.

Kondisi Genius

Kondisi ini sangat penting dalam belajar. Kondisi ini adalah kondisi alami pembelajaran dan kondisi yang selalu Anda alami setiap hari. Kondisi optimal untuk menyerap informasi apapun dari indera kita.

Mari kita lihat, kapan Anda masuk kondisi genius. Pernahkah Anda menonton sebuah film sampai membuat Anda menangis? Itu artinya Anda larut ke

dalam film tersebut dan ini dinamakan kondisi genius. Bagaimana jika Anda menonton film yang sama tapi tanpa suara, akan sangat berbeda bukan? Anda tidak lagi terlalu "masuk" terlibat dalam film tersebut.

Saat Anda pertama kali mendapatkan *gadget*, dan Anda sibuk memainkan *gadget* sampai lupa keadaan sekitar. Anda merasa larut dalam permainan atau percakapan yang Anda lakukan melalui *gadget* Anda. Ini adalah kondisi genius.

Anda pernah menonton sepakbola, biasanya bapak-bapak, ketika bolanya ada di depan gawang, Anda menggerakkan kaki Anda seolah Anda sedang ingin menendang bola itu? Itu adalah kondisi genius.

Anda pernah mengerjakan suatu pekerjaan sampai Anda lupa waktu, dan merasa waktu berjalan sangat cepat? itu adalah kondisi genius.

Kondisi genius yang paling sering kita alami adalah saat kita bangun tidur dan sebelum tidur. Di mana saat itu pola gelombang otak kita berada di alfa dan teta.

Kondisi genius bisa Anda dapatkan sebagai salah satu bagian dari buku ini, yang bisa Anda akses bersama lima video pelatihan lainnya di <http://onlinecourse.id/ultimate-reading>.

Anda sudah melaluinya, dan Anda bisa masuk ke kondisi optimal ini kapan pun dan di mana pun Anda membutuhkannya. Dalam *Bacakilat Home Study*

Course, saya menyiapkan sebuah audio khusus yang bisa membawa Anda kembali ke dalam kondisi genius hanya dalam waktu lima detik atau kurang. Silakan cek ke <http://onlinecourse.id> untuk menemukan kursus Bacakilat online.

Kondisi genius ini merupakan kondisi alamiah yang menjadi pengalaman Anda sehari-hari, dengan melatihnya Anda bisa meningkatkan IQ, berdasarkan penelitian yang dilakukan di Southwest State University.

Kondisi genius dalam buku *How God Change Your Brain*, oleh Andrew Newberg, disebutkan bisa meningkatkan kemampuan kognitif seseorang dari berbagai penelitian yang ia lakukan, terutama pada orang yang mengalami retardasi mental. Newberg mengajarkan kliennya untuk bermeditasi dan diuji peningkatan kemampuan kognitifnya setelah satu bulan.

Kondisi genius juga bisa meningkatkan memori, seorang alumni Bacakilat melakukan percobaan kepada siswa bimbingan belajarnya dengan membagi dua kelompok, di mana kelompok pertama diperdengarkan CD audio meningkatkan IQ, dan kelompok kedua tidak. Kemudian kedua kelompok diberi materi 100 kartu dan diminta untuk menghafal dengan cara yang sama. Kelompok kedua berhasil menghafal rata-rata 30 kartu dan kelompok pertama berhasil menghafal 70 kartu. Hasilnya dua kali lipat lebih.

Dengan kondisi genius, kita bisa meningkatkan kemampuan belajar dan membaca kita sampai maksimal.

Anda belajar lebih cepat jika Anda lebih tenang. Menurunkan gelombang otak akan mempercepat proses informasi dan belajar lebih cepat. Dengan berada dalam kondisi genius Anda membuat neokorteks bekerja dengan optimal.

Secara saintifik, manfaat kondisi genius antara lain:

- Menyeimbangkan *neurotransmitter*, *dopamin*, *serotonine*, *norepinephrine*, menghasilkan kondisi santai, namun waspada;
- Lebih bisa konsentrasi dan fokus;
- Bereaksi penuh akal (prefrontal), bukan emosi;
- Berpikir jernih;
- Memecahkan masalah dengan efektif;
- Lebih peka dan empati.

Syarat masuk ke kondisi genius:

- Membiarkannya terjadi,
- Tidak menganalisa,
- Pasrah, dan
- Tidak memiliki persepsi yang salah atau rasa takut terhadap kondisi genius.

Afirmasi pembuka

Dalam melakukan langkah Bacakilat, setelah Anda berada dalam kondisi genius, kondisi yang rileks dan tenang, kondisi di mana pola gelombang otak Anda melambat. Kita akan memulai langkah membaca satu halaman per detik dengan afirmasi. Afirmasi pembuka ini dinyatakan untuk membuat, mengondisikan, dan meminta pikiran bawah sadar untuk melakukan apa yang kita inginkan.

Kita menginginkan pikiran bawah sadar melakukan apa yang ia lakukan dengan baik selama ini, yaitu menyerap semua informasi tanpa melalui pikiran sadar. Namun karena kita melakukannya secara sadar, maka akan ada kemungkinan pikiran sadar mulai menghalangi. Karena dengan sengaja melakukan sesuatu yang sebenarnya selama ini dilakukan secara tidak sadar, akan banyak pertanyaan dari pikiran sadar. Dan ini adalah sesuatu yang wajar sekali.

Untuk mengatasi hal ini, kita perlu melakukan sesuatu yang ekstra. Untuk memastikan pikiran sadar juga bekerja dengan baik, tidak menghalangi kerja bawah sadar dan menegaskan apa yang kita inginkan ke pikiran bawah sadar. Inilah mengapa kita membaca afirmasi pembuka.

Bagaimana pikiran sadar bisa menghalangi kerja pikiran bawah sadar? Kita tentu jelas sekali bahwa apa yang kita pikirkan secara terus-menerus

akan dilakukan dan diwujudkan oleh pikiran bawah sadar. Seperti yang kita pelajari di bagian mengenal pikiran. Pikiran sadar sangat menentukan ingatan apa yang akan tumbuh di pikiran bawah sadar.

Jika kita melakukan langkah Bacakilat dengan penuh keraguan dan mempertanyakan, secara sikap, walaupun kata-kata kita menegaskan yang positif, tetap saja pikiran bawah sadar menangkap semua itu dan akan mewujudkan apa yang dicerminkan dari sikap dan vibrasi kita. Dengan afirmasi yang positif dan sikap yang tepat, kirimkan keyakinan kepada pikiran bawah sadar bahwa pikiran bawah sadar kita memang sudah melakukannya dengan baik tanpa disadari pikiran sadar, sekarang dengan sengaja kita ingin memasukkan informasi tertentu yang kita lakukan dengan Bacakilat.

Untuk memastikan ini, kita membuka langkah Bacakilat dengan afirmasi dan perlu dilakukan dengan sikap positif.

Afirmasi pembuka ini adalah:

1. Selama saya melakukan Bacakilat, konsentrasi saya semakin tinggi.
2. Saya semakin rileks
3. Semua yang saya Bacakilat masuk sempurna ke pikiran bawah sadar saya dan diproses.
4. Kapan pun dan dimana pun saya membutuhkan informasi dari buku ini, intuisi saya akan berkomunikasi kepada

saya baik secara sadar maupun tidak untuk mencapai tujuan saya.

Bacakan ini ketika Anda berada dalam kondisi genius dan siap untuk melakukan Bacakilat. Sekarang kita akan membahas bagaimana melakukan PMR. Langkah agar Anda bisa memasukkan informasi secara sengaja ke bawah sadar Anda.

Melatih PMR

Selamat, senang sekali Anda sudah semakin dalam memasuki materi pembelajaran ini. Saya ingin Anda menepuk dada Anda dan mengucapkan selamat kepada diri Anda sendiri, karena Anda telah melampaui orang pada umumnya, yang mungkin hanya membuka atau membaca beberapa bab awal saja.

Setelah Anda bisa kembali ke kondisi genius kapan pun Anda inginkan, selanjutnya adalah membaca afirmasi pembuka. Ini untuk menegaskan apa yang Anda harapkan dari pikiran bawah sadar Anda.

Sekarang kita akan membahas PMR atau Pandangan Mata Reseptif. Jika Anda sudah sampai di sini, saya berasumsi Anda memahami tentang tiga cara memproses informasi.

Dalam bola mata kita, pada bagian retinanya, terdapat 260 juta sel yang menghantarkan informasi yang ditangkap oleh mata kita. Dua puluh persennya adalah sel kerucut, di mana sel kerucut ini membantu kita untuk menangkap objek dalam bentuk yang fokus. Dan mengirimkannya kepada pikiran sadar, pikiran sadar kita hanya menangkap apa yang kita fokuskan. Delapan puluh persennya berisikan sel batang. Sel yang sangat peka. Sel yang bisa menangkap nyala 1 lilin di kejauhan 30 mil, jarak yang diukur secara matematis dalam buku *Discovering Biological Psychology* oleh Laura Freeberg.

Sekarang coba Anda pilih sebuah objek di sekitar Anda dan lihatlah secara fokus. Maka yang terjadi adalah objek itu ditangkap oleh sel kerucut mata Anda dan dikirimkan ke pikiran Anda. Dan dalam pikiran Anda, Anda melihat benda itu secara fokus.

Lalu jika Anda tetap mempertahankan fokus Anda dan menyadari apa yang bisa Anda tangkap dengan mata Anda, apakah Anda hanya melihat benda itu saja? Ya, Anda hanya melihat objek itu secara fokus, bagaimana dengan objek lain yang juga "terlihat" oleh mata Anda, tapi tidak fokus? Itu semua ditangkap oleh sel batang Anda.

Sekarang bayangkan, pada malam hari Anda mencoba untuk melihat bintang di langit. Saat Anda memperhatikan sebuah bintang, kemungkinan besar,

Anda akan menyadari bintang yang berkelip di kanan atau kiri yang agak jauh, dan ketika Anda mengalihkan pandangan Anda ke arah bintang tersebut untuk berusaha melihatnya secara fokus, Anda tidak dapat melihatnya. Bintang itu ada di sana, namun sel kerucut kita tidak mampu untuk melihatnya karena terlalu jauh dan kecil. Sementara sel batang bisa melihatnya.

Dengan demikian, bisa kita simpulkan bahwa sel batang melihat jauh lebih banyak dari apa yang bisa ditangkap oleh sel kerucut kita. Memang kita tidak menyadari apa yang sel batang tangkap karena itu tidak diproses oleh pikiran sadar kita. Pikiran sadar kita hanya memproses apa yang ditangkap oleh sel kerucut mata kita.

Sel batang menyerap semua informasi yang tidak ditangkap oleh sel kerucut. Dan menyimpannya langsung ke gudang memori atau pikiran bawah sadar.

PMR bisa dilihat pada gambar di bawah ini. Kita bisa mendefinisikan bahwa PMR adalah tentang menjauhkan titik fokus, sehingga objek utama ditangkap oleh sel batang mata Anda.

Far
Near **Far**
Near

Jika kita melihat sesuatu yang dekat, maka yang jauh akan terlihat kabur. Jika kita melihat sesuatu yang jauh, maka yang dekat akan terlihat kabur. Tulisan *Near* yang jelas adalah kondisi membaca normal, di mana objek yang dekat kita lihat secara fokus.

Ini merupakan kondisi umum kita membaca, dan sudah otomatis terjadi, kita selalu melihat sebuah objek secara fokus.

Sedangkan bagian kanan, di mana tulisan *Far* yang terlihat jelas adalah apa yang saya sebut dengan PMR. Pandangan Mata Reseptif. Di mana Anda sengaja menjauhkan titik fokus, sehingga objek yang dekat, terlihat kabur. Di sini Anda melihat objek dekat itu dengan pandangan peripheral. Di sini sel batang mata Anda yang menangkap objek yang lebih dekat. Dan inilah kondisi yang kita inginkan.

Ini akan membuat pikiran kita tidak membaca. Dan kita dengan sengaja dan berniat, informasi yang terlihat kabur ini masuk ke pikiran bawah sadar, atau kita sudah mengenal dengan istilah *Priming Subliminal*.

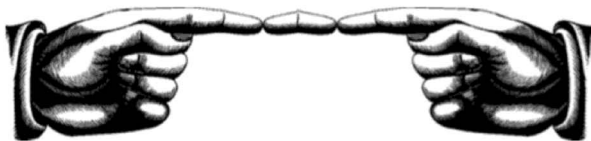
Melatih PMR dengan bermain-main

Melatih melihat jari imajiner.

Sekarang, saya ingin mengajak Anda melatih PMR dengan dua permainan. Pertama, melihat jari imajiner. Dengan PMR, menjauhkan titik pandang,

dan memperhatikan jari dengan sel batang, Anda akan melihat ada jari ketiga yang muncul di antara dua jari Anda.

Mari kita mulai, posisikan kedua telunjuk Anda saling menunjuk satu sama lain dan terpisah sekitar setengah sentimeter. Hampir bersentuhan. Angkat sehingga sejajar dengan mata, dalam jarak baca normal. Kemudian jauhkan fokus Anda ke dinding atau objek di kejauhan. Fokus bukan di jari. Fokus ada di dinding. Atau sebuah objek yang telah Anda pilih.



Anda akan melihat jari imajiner yang muncul karena Anda menjauhkan titik fokus Anda. Sebuah jari yang berbentuk lonjong seperti sosis, melayang di antara kedua jari yang saling menunjuk satu sama lain. Ia muncul bukan karena Anda menjerengkan mata, namun, menjauhkan titik pandang Anda.

Rilekskan mata Anda, jangan memaksa dan menegangkan mata Anda. Anda bisa melihat jari imajiner ini terkadang lebih lebar dan kadang hanya kecil saja. Ini dipengaruhi oleh jauh dekatnya titik fokus Anda. Semakin jauh titik fokus, semakin lebar jari imajinernya. Semakin dekat, semakin sempit.

Misalnya titik fokus Anda di kejauhan lima meter, maka jari imajiner Anda lebih panjang daripada ketika memunculkan jari imajiner dengan fokus di dua meter di kejauhan. Dan ketika fokus Anda ke jari Anda, maka jari imajiner akan tidak kelihatan lagi.

Silakan praktikkan, angkat tangan Anda dengan kedua telunjuk saling menunjuk terpisah sekitar setengah sentimeter dan setinggi mata pada jarak baca normal, dan jauhkan pandangan Anda. Jauhkan titik fokus Anda. Anda bisa melihat jari imajiner. Jika sudah dapat, putar tubuh Anda ke kanan lalu bergerak memutar setengah lingkaran ke kiri dengan kepala dan tangan Anda mengikuti gerakan, sehingga Anda mempertahankan posisi jari dan mata Anda. Dengan demikian, Anda akan mendapatkan titik fokus yang berubah-ubah, tugas Anda adalah menjaga jari imajinernya tidak hilang karena fokus Anda berubah titiknya.

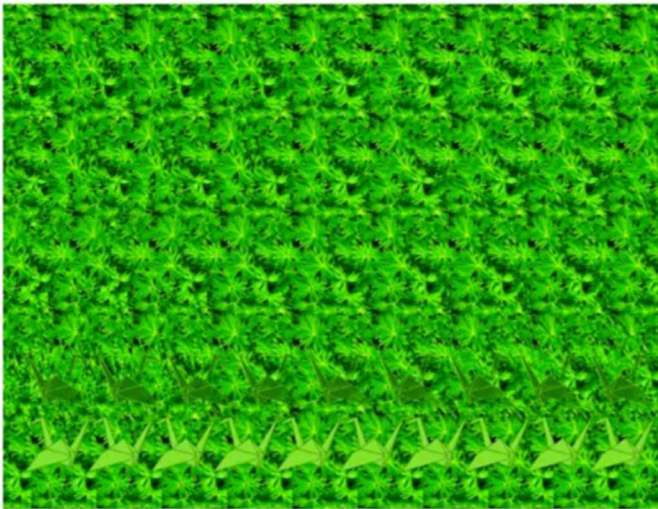
Jadi, menjauhkan titik fokus akan mempengaruhi bagaimana Anda mendapatkan PMR Anda. Semakin jauh titik fokus Anda, semakin panjang jari imajiner Anda. Semakin dekat fokus Anda, semakin pendek jari imajiner Anda. Dan saat Anda kembali fokus ke jari, jari imajiner pun hilang.

Melatih gambar 3D

Selanjutnya, gambar 3D. Gambar 3D adalah stereogram titik yang disusun sehingga bisa

memunculkan gambar jika kita melihat dengan pandangan yang unik.

Dalam hal ini, PMR juga bisa membantu Anda melihat gambar yang ada dalam buku ini. Silakan mencoba dan bersenang-senang. Anda bisa melakukannya dengan dua cara.



Pertama, Anda langsung menjauhkan titik pandang, seolah-olah memiliki pandangan mata Superman yang bisa menembus buku Anda, melihat sesuatu di balik gambar tersebut. Dan Anda bisa melihat gambar yang ada di balik tiga dimensi ini.

Cara kedua adalah dengan menggunakan titik bantuan. Anda bisa melihat ada dua bintang di atas gambar tiga dimensi di atas. Kita dapat memanfaatkan titik itu untuk melihat gambar tiga dimensi.

Caranya, pegang buku Anda sejauh jangkauan tangan Anda. Kemudian kunci jarak fokus Anda pada kedua titik itu. Kunci fokus di sini maksudnya adalah jika jarak fokus Anda adalah 1 meter, kemudian Anda mendekatkan buku ke mata Anda, jarak fokus Anda tetap di jarak 1 meter. Tidak mengikuti titik yang semakin mendekat itu. Dengan tetap mempertahankan jarak fokus Anda, kemudian mendekatkan wajah Anda ke gambar tersebut, Anda akan mendapati titik itu menjadi 4 atau 3. Jika sudah, berhenti mendekat, pertahankan jarak fokus, pertahankan titiknya menjadi 3 atau 4 dan biarkan diri Anda memperhatikan tanpa mengubah fokus Anda, gambar yang mulai muncul.

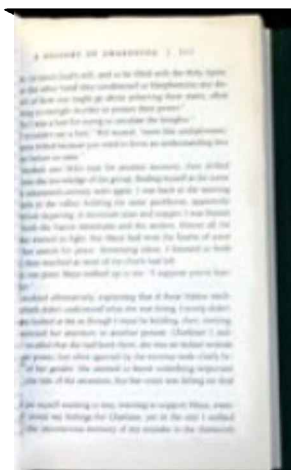
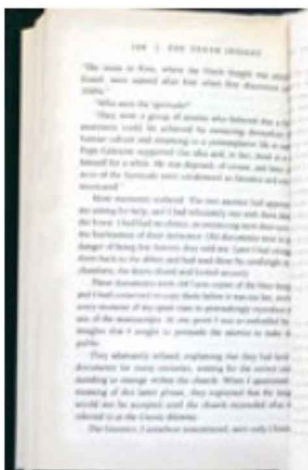
Dengan dua pendekatan ini, Anda akan melihat layar bening dan seolah gambar tiga dimensinya berada dalam sebuah akuarium.

Ada sebuah paradoks di sini, Jika Anda ngotot untuk ingin melihatnya, maka semakin sulit untuk melihat, karena timbul kecenderungan Anda malah menarik fokus Anda kembali ke gambar. Saat fokus kembali ke gambar, maka gambar 3D tidak akan muncul. Begitu juga dengan PMR ke buku. Mari kita bahas PMR ke buku.

Melatih PMR ke buku

Untuk aplikasi ke buku definisinya menjadi: menjauhkan titik pandang (sebuah objek yang mengalihkan perhatian sel kerucut) sehingga objek utama (buku yang ingin kita baca) ditangkap oleh sel batang.

Anda bisa mengambil buku latihan Anda, buka halaman yang kedua sisinya ada tulisan yang penuh untuk mendapatkan efek maksimal. Kemudian pilih satu titik fokus di kejauhan sebagai titik fiksasi agar memudahkan Anda mengunci fokus di kejauhan. Pegang buku pada jarak baca normal dan angkat buku sejajar mata, namun sisakan sedikit agar mata Anda tetap melihat ke objek yang Anda pilih di kejauhan tadi. Intiplah objek itu dari bagian tengah atas tulang buku.



Fokus ada di objek kejauhan. Dengan demikian Anda bisa memperhatikan, tulisan di halaman buku menjadi kabur, tidak terbaca. Blur. Ini adalah patokan pertama dan terpenting. Jika Anda sudah berhasil mendapatkan pandangan seperti ini, blur karena Anda menetapkan fokus mata Anda di kejauhan, bukan karena Anda menjerengkan mata Anda.

Saya ulangi, patokan terpenting adalah tulisan pada halaman menjadi *blur* karena Anda menjauhkan pandangan Anda ke sebuah objek.

Patokan kedua yang sangat unik adalah Anda mungkin bisa melihat halaman imajiner. Semacam gulungan atau halaman tambahan yang muncul di tengah buku. Seperti garis tengah atau tulang buku menjadi dua. Jadikan ini sebagai patokan tambahan. Jika Anda bisa melihat halaman imajiner, bagus sekali. Jika tidak, pegang patokan utama.

Untuk Anda yang hanya bisa melihat dengan sebelah mata, dalam arti salah satunya buta total, maka efek kedua tidak akan muncul. Jadi peganglah patokan pertama atau tulisan yang blur.

Melakukan Bacakilat buku

Sekarang Anda sudah bisa melakukan PMR. Dalam bagian ini, Anda akan belajar bagaimana melakukan Bacakilat. Yang perlu dipertahankan dalam Bacakilat adalah kondisi genius dan PMR. Untuk mempertahankan ini kita hanya perlu tidak

menganalisa apa yang kita lakukan. Karena bukan saja tidak memberikan manfaat kepada proses bawah sadar, tapi juga membuat PMR dan kondisi genius kacau.

Dengan kondisi genius, kemudian mempertahankan PMR, Anda mulai membalik-balik halaman dengan santai dan nyaman, jangan berusaha untuk membaca tulisan yang ada di buku, biarkan tetap *blur* dan baliklah halaman dengan tenang dan cepat.

Langkah setelah melakukan Bacakilat

Setelah Anda bisa mempertahankan PMR dan membalikkan halaman dengan kecepatan yang konsisten, artinya Anda sudah melakukan Bacakilat. Anda melakukan *priming subliminal*. Dan tentu setelah melakukan langkah ini, pikiran sadar Anda sama sekali belum mengetahui informasi apa yang Anda “baca”.

Setelah melakukan langkah Bacakilat, Anda perlu menutup buku dengan penuh keyakinan, yakin bahwa informasi itu telah masuk dan diproses oleh pikiran bawah sadar Anda. Ingat, di langkah ini sebenarnya Anda melakukan hal yang sudah sangat ahli Anda lakukan, *subliminal processing*. Hanya saja, kali ini sengaja dilakukan, kita sebut dengan *priming subliminal*.

Mengapa perlu menutup buku dengan penuh keyakinan? Ini adalah bentuk pernyataan dari sikap kita. Karena afirmasi tidak hanya kata-kata, tapi semua yang menjadi bagian pemikiran, perasaan dan sikap tubuh kita pun menjadi afirmasi bagi pikiran bawah sadar.

Menutup buku dengan penuh keyakinan ini sangat penting. Cukup menunjukkan sikap yang tegas bahwa informasi itu sudah masuk.

Kemudian kita lanjutkan dengan afirmasi penutup. Menegaskan kembali apa yang telah kita lakukan dengan kata-kata positif:

“Pikiran bawah sadar saya telah menyerap dan memproses semua informasi yang telah saya Bacakilat dengan sempurna.”

“Kapan pun dan di mana pun saya membutuhkan informasi dari buku ini, intuisi saya akan berkomunikasi kepada saya untuk mencapai tujuan saya.”

Dan lanjutkan dengan visualisasi. Visualisasi adalah bahasa dari pikiran bawah sadar kita, yaitu imajinasi. Anda perlu melakukan visualisasi sekitar 5 detik dengan mengimajinasikan dua buah zona, dengan rincian, satu zona kecil yang mewakili pikiran sadar Anda, dan sebuah zona besar yang mewakili pikiran bawah sadar. Kemudian mengalir informasi dengan sangat lancar dari zona besar ke zona kecil. Dari pikiran bawah sadar ke pikiran sadar Anda.

Melakukan Bacakilat pertama kali

Bagus sekali, sekarang, Anda akan melakukan Bacakilat.

Ambil buku yang Anda ingin praktikkan, buku Bacakilat misalnya. Siap?

Posisikan buku di tangan Anda dengan nyaman, tangan kiri memegang buku, jari kiri ada di tengah tulang buku, dan baliklah halaman dengan jari tangan kanan dari kanan atas kertas. Ini adalah posisi membalikkan buku dengan sangat mudah, namun kembali lagi ke kebiasaan Anda.

Membalik-balikkan halaman dengan kecepatan yang sama, dan biarkan pikiran bawah sadar Anda yang bekerja. Anda bisa mengucapkan kata-kata yang terdiri dari dua suku kata, seperti, rileks ... rileks ... tetap ... fokus ... Ini akan membangun ritme membalik halaman buku. Ini juga berfungsi untuk menyibukkan pikiran sadar agar tidak terlalu memikirkan apa yang terjadi. Kemudian Anda akan Bacakilat mundur dalam posisi buku terbalik, atas menjadi bawah, bawah buku ada di posisi atas, kemudian tetap membalikkan buku dari kanan ke kiri seperti membalikkan buku pada umumnya.

Anda mulai dengan masuk ke kondisi genius, lanjutkan dengan afirmasi, Anda bisa membuka mata dan membacanya jika Anda belum menghafal.

“Selama saya melakukan Bacakilat, konsentrasi saya semakin tinggi. Saya semakin rileks.”

“Semua yang saya Bacakilat masuk sempurna ke pikiran bawah sadar saya dan diproses.”

“Kapanpun dan dimanapun saya membutuhkan informasi dari buku ini, intuisi saya akan berkomunikasi kepada saya baik secara sadar maupun tidak untuk mencapai tujuan saya.”

Dan Anda mulai Bacakilat.

Setelah selesai, tutup buku dengan penuh keyakinan, dan lanjutkan dengan membaca afirmasi penutup di bawah ini.

“Pikiran bawah sadar saya telah menyerap dan memproses semua informasi yang telah saya Bacakilat dengan sempurna.”

“Kapan pun dan di mana pun saya membutuhkan informasi dari buku ini intuisi saya akan berkomunikasi kepada saya untuk mencapai tujuan saya.”

Lalu bayangkan ada dua buah zona satu yang kecil dan satu yang besar yang masing-masing mewakili pikiran sadar dan bawah sadar Anda. Dan mengalir informasi dengan lancar dari pikiran bawah sadar ke pikiran sadar. Selama lima detik.

Selesai, Anda bisa membuka mata Anda, satu siklus Bacakilat selesai.

Praktikkan ke buku Anda dan setelah selesai, kita lanjutkan ke tahap berikutnya, Aktivasi.

Bab 11

Tahap Ketiga: Aktivasi Manual

Oke, Anda sudah membuat tujuan yang jelas di tinjauan awal. Anda sudah melakukan langkah Bacakilat. Dua langkah ini akan menentukan hasil yang luar biasa yang akan Anda dapatkan sebentar lagi dengan tahap aktivasi.

Dalam tahap awal kita membuat pikiran bawah sadar kita belajar. Sehingga saat tahap aktivasi, pikiran bawah sadar akan mendukung pikiran sadar untuk memahami dengan melakukan *bottom up* ketika ada *top down* dari buku ke pikiran sadar.

Perlu kita ingat, aktivasi adalah *bottom up* yang terjadi saat *top down* dari luar ke pikiran sadar memicu (dan secara alami selalu memicu) pikiran bawah sadar untuk mencari informasi referensi yang ia miliki.

Ada dua jenis aktivasi dilihat dari sisi bagaimana *top down* terjadi. Yang pertama adalah

aktivasi otomatis. Aktivasi otomatis berarti *top down* yang terjadi pada diri kita adalah *top down* acak yang terjadi dalam kehidupan kita sehari-hari. Tidak dengan sengaja. Namun, sewaktu-waktu *top down* yang terjadi kemudian memicu pikiran bawah sadar melakukan *bottom up* dengan referensi yang kita Bacakilat, kita menyebutnya aktivasi otomatis.

Sedangkan aktivasi manual adalah *top down* yang disengaja dan secara sistematis dilakukan pada buku yang kita Bacakilat. Di mana saat kita melakukan aktivasi ini, kita akan dengan mudah memahami, merasa familiar dengan apa yang tertera dalam buku seolah kita sudah memahami dan pernah membaca sebelumnya.

Aktivasi otomatis adalah bonus Anda menerapkan Bacakilat. Di mana Anda bisa mendapatkan kebetulan yang menarik, seperti ada alumni yang bisa menjelaskan isi buku kepada rekannya ketika ditanyakan pertanyaan yang spesifik. Tanpa direncanakan dan secara otomatis.

Pemicu yang bisa membuat *bottom up* terjadi adalah pemicu yang spesifik. Pemicu yang benar-benar bisa menarik referensi yang tepat dari pikiran bawah sadar. Bukan pemicu yang bersifat umum. Contoh: mungkin Anda pernah menghadapi situasi ini, ketika Anda atau anak Anda pulang sekolah, sebagai orangtua, akan bertanya, bagaimana hari ini? Anak yang ditanya pertanyaan tersebut akan merespons

seperti apa? Dia akan bingung dan menjawab, baik-baik saja.

Sebagai orangtua, atau yang sudah bekerja, ketika pulang kerja ditanya, bagaimana hari ini? Tentu kita juga akan menjawab baik-baik saja. Kita otomatis menjawab seperti itu karena pertanyaan yang memicunya tidak jelas.

Berbeda jika kita bertanya: hari ini belajar apa saja? Tentu akan dijawab dengan baik. Lalu mana pelajaran yang paling gampang? Semakin spesifik semakin bagus dalam mencari referensi di bawah sadar.

Dalam melakukan Bacakilat, Anda sudah mendengar berkali-kali dalam program ini pentingnya tujuan. Semakin spesifik tujuan, semakin bagus hasilnya.

Karena aktivasi otomatis bersifat otomatis dan merupakan bonus, ia muncul ketika kita mengalami kejadian yang memicu *database* bawah sadar kita, maka kebanyakan itu di luar kendali kita. Biarkan saja ia sebagai bonus.

Dalam program ini kita akan membahas aktivasi manual dan melatihnya.

Berikut adalah langkah-langkahnya:

1. Lewati masa inkubasi,
2. *Review*,
3. Memindai menjelajahi, dan
4. *Mindmapping*.

Seperti yang Anda bisa pelajari dalam bab intuisi, inkubasi hanya memerlukan sikap pasif yang membiarkan informasi mengendap dan dikelompokkan sesuai dengan kerja pikiran bawah sadar. Anda tidak perlu melakukan intervensi pikiran sadar.

Inkubasi merupakan masa yang penting dalam proses perkembangan dan pembelajaran. Secara eksklusif, inkubasi yang baik adalah satu siklus tidur. Namun jika Anda membutuhkan informasi secara cepat, tinggalkan selama 10 sampai 20 menit, Anda bisa menyatakan dengan jelas apa yang Anda harapkan dari pikiran bawah sadar Anda. Lalu masuk ke kondisi genius selama lima menit. Atau Anda bisa juga melakukan aktivitas lain tanpa berusaha memikirkan informasi yang Anda harapkan.

Saat inkubasi pikiran kita mengulang semua kejadian, semua informasi yang kita serap baik sadar maupun tidak, menyusunnya sesuai dengan tujuan dan pola yang kita inginkan.

Setelah masa inkubasi kita mulai memicu pikiran kita untuk menyiapkan apa yang kita dibutuhkan dengan melakukan langkah *review*. Langkah *review* memiliki tujuan untuk menyiapkan pikiran kita bisa melakukan langkah selanjutnya, memindai-menjelajahi dengan baik. Dan juga membuat kita penasaran dengan isi buku.

Rasa penasaran sangat penting, jika kita hanya penasaran sampai bab 3 maka buku itu selesai di bab 3. Kita tidak akan melanjutkannya lagi. Sama seperti jika seseorang membaca novel bisa sampai pagi, tapi kalau baca buku manajemen, pelajaran, atau pengembangan diri, hanya bertahan 15 menit terus tertidur.

Setelah *review*, kita mulai membuat pikiran sadar kita belajar. Di sini terjadi *top down* dari buku ke pikiran sadar dan juga *bottom up* dari bawah sadar ke pikiran sadar ketika tujuan dan kejelasan apa yang Anda harapkan dari kegiatan membaca Anda sangat baik.

Memindai artinya kita mencari, secara aktif membuka peluang kepada pikiran bawah sadar berkomunikasi kepada pikiran sadar, di mana Anda perlu membaca dan mendalami dan bagian mana yang boleh dilewatkan karena tidak melayani tujuan atau sudah Anda ketahui, atau belum Anda butuhkan.

Menjelajahi adalah membaca dan mendalami bagian yang telah dikomunikasikan oleh pikiran bawah sadar Anda. Anda baca dan pahami kemudian dilanjutkan dengan memindai kembali. Untuk mencari mana bagian lain yang perlu anda dalami.

Langkah selanjutnya adalah melakukan *mindmapping*. Ada baiknya langkah *mindmapping* langsung dilakukan bersamaan dengan memindai dan menjelajahi. Jadi setelah Anda mendapatkan tempat Anda harus dalami, kemudian dalami dan

pahami, langsung masukkan ke dalam *mindmapping*. Dengan pendekatan langsung ini, Anda akan hanya membutuhkan sedikit waktu ekstra untuk menyelesaikan buku Anda.

Atau Anda memilih untuk membuat *mindmapping* setelah Anda selesai memindai menjelajahi, ini adalah preferensi masing-masing. Saya memiliki preferensi untuk melakukan langsung *mindmapping* bersamaan dengan proses memindai menjelajahi.

Setelah Anda selesai melakukan *mindmapping*, sebenarnya Anda sudah selesai memahami buku yang Anda Bacakilat.

Sekarang mari kita dalami satu per satu untuk memahami dan mempraktikkannya. Siapkan buku yang sudah Anda Bacakilat dan mari mulai.

Melakukan *Review*

Sebagai langkah pertama dalam aktivasi manual, *review* akan menentukan seberapa mudah kita melakukan memindai menjelajahi. Dalam langkah *review* ini, kita menyiapkan pikiran kita bisa melakukan memindai menjelajahi dan meningkatkan rasa ingin menghabiskan buku dengan cara membuat diri kita penasaran pada buku yang kita baca.

Melakukan *review* akan menarik dan mengaktifkan pikiran bawah sadar agar mulai mencari

referensi dan mengaitkan dengan pola pemahaman yang telah di-Bacakilat sebelumnya.

Langkah melakukan *review* adalah sebagai berikut:

- Membaca sekilas prakata, dan
- Mengajukan pertanyaan dari membaca judul dan subjudul tanpa langsung mencaritahu jawabannya.

Mari kita dalami satu per satu. Membaca sekilas prakata memberikan Anda manfaat dalam mengetahui kerangka berpikir dari penulis. Sehingga kita lebih mudah menarik benang merah dan pikiran sadar memiliki petunjuk dan lebih mudah mengikuti arahan dari pikiran bawah sadar untuk mendalami atau melewati bagian tertentu.

Yang perlu kita dapatkan dari sekilas prakata adalah: latar belakang penulisan buku, atau latar belakang masalahnya. Apa yang mendorong penulis untuk menuliskan bukunya. Kemudian solusi apa yang diberikan dari buku ini? Apa pemecahan yang disampaikan penulis.

Sesegera mungkin dapatkan jawaban dari dua pertanyaan tersebut. Tidak perlu mendalam, yang penting Anda tahu. Tidak perlu detail, karena itu bisa dilakukan di bagian lain. Saat ini Anda hanya ingin memetakan kerangka berpikir penulis.

Selanjutnya adalah mengajukan pertanyaan dari judul dan subjudul. Bertanya memiliki kemampuan yang luar biasa. Bertanya akan selalu memicu pikiran untuk mencari jawaban atau referensi. Sebagai contoh, kemarin malam Anda makan apa? Boom! Otomatis pikiran Anda langsung mencari *database* kemarin malam, Anda “mengarungi” waktu ke hari kemaren dengan jelas karena terpicu pertanyaan.

Lewati judul demi judul, subjudul demi subjudul agar Anda bisa mengajukan pertanyaan yang spontan. Bertanya apa yang ingin Anda ketahui. Bertanya apa yang ingin Anda alami. Bertanya untuk membuka diri Anda pada berbagai jawaban yang muncul dan jangan mencari jawabannya langsung. Dengan demikian, pikiran Anda akan mencari jawaban dan itu akan sangat membantu Anda menemukan jawaban saat Anda melakukan memindai menjelajahi.

Jangan bertanya hanya dengan berpatokan pada daftar isi karena daftar isi belum tentu lengkap dan yang lebih penting adalah kita ingin menelusuri buku sampai halaman terakhir yang mana secara psikologis Anda akan merasa menguasai buku tersebut.

Sekarang Anda bisa mempraktikkan *review* ke buku yang sudah Anda Bacakilat.

Memindai Menjelajahi

Sudah melakukan *review*? Jika Anda tidak berusaha mencari jawabannya, saat ini mestinya

Anda sangat penasaran dengan isi buku itu bukan?
Bagus sekali.

Anda sudah mempersiapkan pikiran Anda untuk bisa melakukan memindai menjelajahi dengan baik.

Anda perlu memahami konsep dari memindai menjelajahi dengan baik, sehingga Anda bisa melakukan dengan baik. Karena ini adalah langkah yang sangat penting. Di sini Anda akan melibatkan logika dan intuisi dalam memahami buku yang Anda baca.

Di sini Anda akan memicu apa yang sudah Anda Bacakilat dari bawah sadar naik ke pikiran sadar. Saat Anda memindai, pikiran bawah sadar Anda akan aktif untuk mencari referensi, di mana Anda harus berhenti untuk mendalami dan mana yang bisa Anda lewatkan. Ini akan menjadi proses yang sangat menarik jika Anda membiarkan pikiran bawah sadar Anda bekerja tanpa banyak melakukan intervensi. Di bagian ini, kita benar-benar perlu mengingat bahwa semakin besar usaha pikiran sadar, semakin kecil respon bawah sadar.

Pikiran bawah sadar tidak berkomunikasi dengan kata-kata, pikiran sadarlah yang mengkonversi apa yang disampaikan pikiran bawah sadar menjadi ungkapan kata-kata. Saat ini pikiran bawah sadar tahu ke mana, ke halaman mana Anda perlu mencari

informasi, namun ia tidak bisa mengungkapkan dengan kata-kata.

"Hey informasi yang kamu inginkan ada di sini, paragraf 3 halaman 30." Ia tidak melakukan itu untuk kita.

Yang bisa kita lakukan adalah membuka kesempatan kepada pikiran bawah sadar untuk bisa berkomunikasi kepada pikiran sadar. Kita akan memindai, melakukan *scanning* halaman demi halaman agar ketika melewati halaman yang berisikan informasi yang penting buat kita ketahui, sesuai dengan tujuan atau jawaban yang kita cari, pikiran bawah sadar akan memberikan sinyal, memberikan tanda untuk mendalami bagian itu.

Untuk melakukan memindai, kita mulai melakukan *scanning*, bisa fokus di tengah halaman dan menarik mata ke bawah, atau bergerak secara acak dalam waktu yang cepat, maksimal 10 detik untuk memindai satu halaman tanpa berhenti. Jika sudah ada dorongan berhenti, silakan berhenti dan dalami bagian tersebut. Dorongan berhenti untuk membaca ini bisa jadi karena Anda melihat ada kata tertentu, ada tanda tertentu yang mengkomunikasikan bahwa bagian tertentu adalah bagian yang penting, atau gerakan mata Anda mengarah ke bagian tertentu, atau ada suara dalam hati Anda yang menyampaikan di mana Anda harus berhenti, atau gambaran yang muncul dalam pikiran Anda.

Anda melakukan *scanning* ke setiap halaman, untuk memberikan kesempatan pikiran bawah sadar mengirimkan sinyal kepada pikiran sadar jika melewati bagian yang perlu Anda alami. Agar kita bisa mendengarkan intuisi, kita perlu tenang, dan jangan banyak melakukan analisa. Karena semakin tinggi analisa, pikiran kita akan sibuk, apa yang disampaikan pikiran bawah sadar pun tidak terdengar, karena pikiran sadar Anda dipenuhi dengan kesibukan maupun kepanikan. Semakin cepat Anda melakukan memindai, semakin kita menjaga pikiran sadar tidak melakukan intervensi.

Begitu Anda mendapatkan tanda untuk mendalami bagian tertentu, baca satu sampai tiga kalimat, ini disebut dengan menjelajahi dan jika Anda sudah mendapatkan apa yang Anda inginkan lanjutkan memindai lagi.

Kunci dari melakukan memindai menjelajahi dengan baik adalah kemampuan untuk menyadari komunikasi pikiran bawah yang sangat halus. Anda perlu melatih dan memunculkan kepekaan Anda, dengan masuk ke kondisi genius, dan membiarkan pikiran Anda bekerja dengan tenang.

Memindai menjelajahi hanya bisa dilakukan setelah Anda melakukan Bacakilat, karena dengan melakukan Bacakilat Anda memiliki referensi dari pikiran bawah sadar di mana Anda perlu mendalami dan mana yang boleh dilewatkan karena tidak terlalu penting bagi Anda.

Dalam bukunya *Teaching Reading as a thinking process*, Prof. Russel Strauss mengatakan bahwa inti dari buku yang bermakna hanyalah 4%-11%. Sisanya adalah penyusun konteks dari buku. Dengan memindai menjelajahi, kita akan mendapatkan 4%-11% ini dengan mudah.

Pandangan mata yang luas. Semakin luas pandangan mata Anda, maka Anda akan dengan mudah menangkap kata yang akan memicu pikiran bawah sadar Anda untuk memunculkan referensi yang dibutuhkan. Untuk meluaskan pandangan mata, mari kita lakukan teknik visualisasi.

Bayangkan tangan Anda sedang memegang sebuah apel. Rasakan dengan semua indera Anda, apel ini baru Anda ambil dari kulkas, apa yang Anda rasakan di tangan Anda? Dingin, bagus sekali. Cium aroma apel yang segar ini dan bawalah apel ini ke atas belakang kepala Anda. Di bagian pusaran rambut Anda. Kunci apel itu di sana dan lepaskan tangan Anda. Karena apelnya sudah terkunci di atas kepala Anda, maka apel itu menetap di sana. Sadari ada sesuatu di atas kepala Anda dan tarik perspektif mata Anda seolah ingin melihat ke arah apel tersebut. Dengan demikian Anda sudah meluaskan pandangan mata Anda.

Fokus yang positif sangat diperlukan dalam proses memindai, karena dalam tahap ini Anda bukan membaca kata demi kata, tapi Anda membiarkan

mata Anda melakukan *scanning* ke halaman buku dan melihat, mencari petunjuk dan pemicu yang akan memancing referensi dari pikiran bawah sadar Anda. Fokus yang positif artinya Anda memikirkan apa yang Anda inginkan. Bukan apa yang tidak Anda inginkan. Contoh fokus yang negatif adalah saya kelewatan informasi kayaknya nih, kan saya tidak baca semuanya. Karena kelewatan informasi yang menjadi fokus Anda, Anda akan mendapatkannya, Anda akan kelewatan informasi semakin banyak. Jika Anda fokus untuk mendapatkan informasi yang Anda inginkan, maka itu juga yang akan Anda dapatkan.

Anda mungkin ingat saat Anda belajar naik sepeda, saat awal Anda bisa dan Anda melihat ada lubang di depan Anda, Anda mengatakan jangan kena lubang ... jangan kena lubang, dan boom Anda masuk lubang. Karena Anda fokus apa yang tidak Anda inginkan. Lubang. Dan pikiran membawa kita kepada apapun yang kita pikirkan terus-menerus. Dalam memindai, pikirkanlah hasil akhir yang Anda inginkan. Pemahaman yang tinggi dengan usaha yang minimal. Setiap orang bisa melakukannya. Hanya berbeda fokus saja.

Melakukan memindai juga perlu sikap aktif, dengan sengaja dan terbuka untuk bisa menerima jawaban dari pikiran bawah sadar di mana Anda harus berhenti dan menjelajahi. Ketahuilah Anda sedang memindai bagian apa, judul babnya apa dan

apa judul subbabnya. Dengan demikian Anda bukan pasif melewati setiap halaman, tapi dengan sikap aktif dan waspada untuk siap menerima informasi yang Anda butuhkan.

Melatih memindai jelajahi

Sudah mempraktikkan memindai?

Apakah Anda merasakan di mana Anda harus menjelajahi? Mungkin Anda bisa menemukan bagian yang bisa Anda lewati, dan bagian yang harus Anda dalami. Bagus sekali.

Kecenderungan di awal adalah Anda mungkin akan menjelajahi lebih banyak. Tidak apa-apa, karena memang program itu sudah lama ada dalam diri kita. Sekarang kita hanya perlu melepaskannya dan membiarkan pikiran bawah sadar kita menuntun kita mendapatkan apa yang kita inginkan.

Untuk awal, cukup sadari itu dan kembalilah memindai kembali. Mungkin Anda menjelajahi bagian tertentu dan Anda merasa bahwa Anda sudah membaca terlalu banyak informasi yang tidak mendukung tujuan Anda di depan. Sadari dan lanjutkan memindai.

Sekarang, Anda perlu menyiapkan waktu 60 menit sendiri untuk melatih memindai menjelajahi ke buku pertama Anda. Siapkan *timer* Anda. Lakukan memindai menjelajahi. Ingat untuk tidak menjelajahi

terlalu dalam. Memindai dan dapatkan pengalaman memindai menjelajahi buku Anda.

Pastikan ini adalah buku yang sudah Anda lakukan tinjauan awal dan Bacakilat serta *review*. sebagai buku pertama saya mendorong Anda untuk melakukan kesalahan. Jangan berpikir untuk melakukannya dengan benar dan sempurna pertama kali. Karena akan sangat mengganggu proses Anda.

Anda mengetahui tujuan Anda membaca buku yang telah Anda pilih, kemudian masuk ke kondisi genius dan mulailah memindai menjelajahi dari bab 1. Anda mungkin akan menemukan banyak sekali bagian awal buku yang hanya dipindai tanpa ada dorongan untuk melakukan menjelajahi. Tidak masalah. Lakukan saja. Belum tentu Anda salah. Santailah tidak perlu memberikan tekanan. Toh Anda boleh melakukan kesalahan.

Mindmapping

Agar proses membaca bisa menjadi sangat tahan lama hal perlu kita lakukan adalah *mindmapping*. *Mindmapping* adalah sebuah sistem mencatat yang melibatkan otak kanan dan kiri. Menggunakan cara belajar alami yang akan mengunci memori lebih lama.

Yang paling membedakan cara mencatat biasa dengan *mindmapping* adalah *mindmapping* memerlukan proses berpikir. Ini adalah sebuah proses yang meningkatkan nilai dari hasil *mindmapping*

Anda. Dengan proses berpikirlah Anda bisa membuat sebuah *mindmap* yang baik. Sedangkan mencatat *linear* yang selama ini kita lakukan tidak memerlukan proses berpikir sama sekali, tinggal merasa penting, kita catat.

Dalam *mindmapping*, kita perlu berpikir, kata kunci apa yang akan saya keluarkan sehingga saya mudah mengingat, mengaitkan dengan informasi yang ada. Gambar apa yang perlu saya masukkan, simbol apa yang perlu saya masukkan, perlu dibuat seperti apa supaya informasi yang saya inginkan ini menonjol?

Ini adalah contoh beberapa kemungkinan proses berpikir yang perlu kita masukkan ke dalam *mindmapping*. Jika kita membuat *mindmap* tanpa proses berpikir, maka *mindmap* itu tidak akan bertahan lama, mungkin seminggu kita sudah lupa dan tidak mengingat apa yang kita *mindmapping*.

Tidak ada aturan pasti untuk sebuah *mindmap* yang bagus harus bagaimana. Karena *mindmapping* bersifat personal. Semakin personal *mindmapping* tersebut, semakin kuat ingatan dan semakin tinggi nilainya bagi Anda.

Namun, tentu ada aturan sederhana yang akan membantu Anda untuk membuat sebuah *mindmap* yang baik. Pertama kita membutuhkan kertas polos yang tidak bergaris dan diposisikan horisontal atau lanskap.

Menggunakan spidol warna dan membuat judul utama di tengah-tengah kertas, akan jauh lebih baik jika dibuat dalam bentuk simbol atau gambar. Dalam membuat *mindmapping* kita perlu memasukkan gambar, namun jangan sampai hal ini juga membatasi Anda, maksudnya jika Anda tidak bisa menggambar dengan baik, gambar apapun yang sifatnya simbol atau sesuatu yang sederhana, seperti membuat orang dengan *stickman*, Anda bisa lihat di video saya menjelaskan *mindmapping*. Tetaplah menggambarkan hal itu, karena itu juga merupakan kerja otak kanan.

Kata kunci adalah hal yang harus kita masukkan ke dalam *mindmapping*. Kata kunci adalah kata yang bisa memicu kita mengingat apa yang ada dalam bagian yang sedang kita *mindmap* itu.

Menurut tingkat kepentingan dan yang bisa mengarahkan pikiran Anda dengan baik, maka kata benda adalah kata dengan urutan kepentingan pertama, dahulukan kata benda dibanding yang lain. Kemudian diikuti kata kerja dan kata sifat.

Jika ada sebuah kalimat “Budi bermain bola”, maka kata kunci utama yang merupakan kata benda adalah bola. Karena bola memiliki kemungkinan cabang lanjutan yang lebih sempit kemungkinannya dibanding yang lain.

Penggunaan warna perlu dicermati, pertama jika cabang utamanya dimulai dengan warna merah, maka sisa cabang kecil yang keluar dari cabang utama

berwarna merah itu, perlu memiliki warna yang sama, yaitu merah. Jika cabang utama biru, semua anak cabang dari cabang itu juga berwarna biru yang sama. Ini agar otak kanan bisa mengelompokkan dengan mudah.

Dari topik utama di tengah, mulai tarik cabang menyebar secara radial, dan posisikan tulisan selalu di atas garis, bebaskan imajinasi Anda. Tidak ada yang benar atau salah dalam membuat *mindmapping*. Yang penting memberikan manfaat baik buat Anda, berarti *mindmap* itu sudah benar.

Sekarang Anda sudah memahami bagaimana melakukan *mindmapping*. Saatnya membuat *mindmap* dari buku yang sudah Anda Bacakilat. Untuk saat ini Anda melakukan *mindmap* setelah selesai memindai menjelajahi. Selanjutnya Anda bisa mencoba untuk melakukan *mindmap* bersamaan dengan langkah memindai menjelajahi.

Dalam membuat *mindmap* untuk buku umum, manajemen, dan pengembangan diri, kemungkinan besar Anda bisa membuat satu *mindmap* untuk satu buku. Namun untuk buku pelajaran, satu bab perlu satu *mindmap*.

Mindmap bukan untuk meringkas buku, bukan untuk mencatat bab demi bab yang ada di buku. Tapi untuk menarik intisari yang Anda butuhkan dari buku. Jadi Anda bisa membuat *mindmap* bab yang Anda pilih saja, tidak semua bab harus di-*mindmap*.

Personalisasi *mindmap* Anda, masukkan unsur berpikir di dalamnya, gunakan kata kunci yang membantu Anda menemukan mana inti dan mana yang bisa menarik referensi bagi Anda. Tidak menggunakan kalimat kunci, karena tidak ada proses berpikir yang cukup dalam memasukkan kalimat. Gunakan simbol, gunakan gambar. Tonjolkan hal penting dalam *mindmap* Anda.

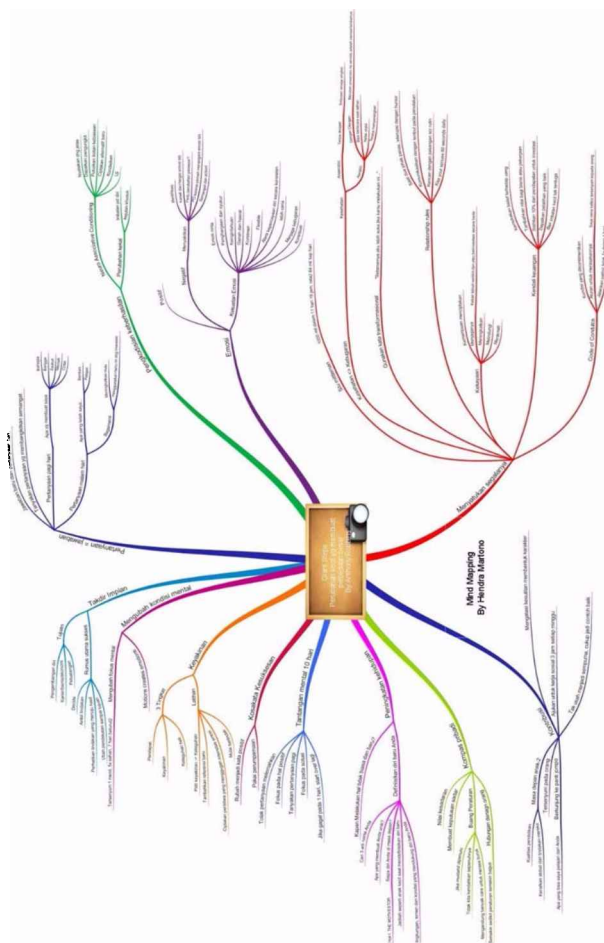
Oh ya, tidak perlu menggunakan warna kuning karena warna kuning tidak jelas terbaca di atas kertas putih.

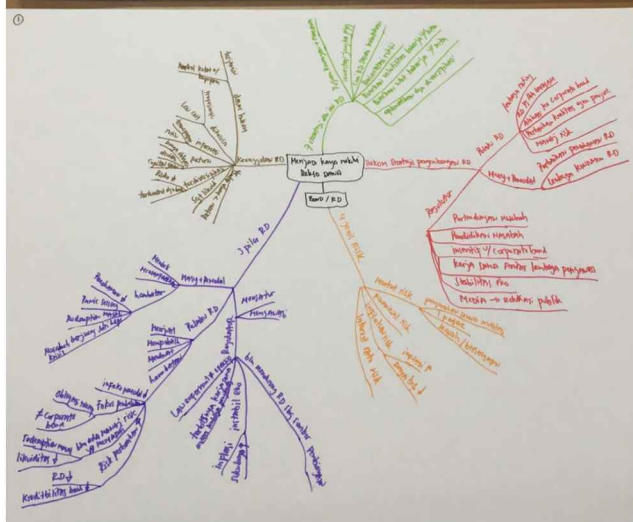
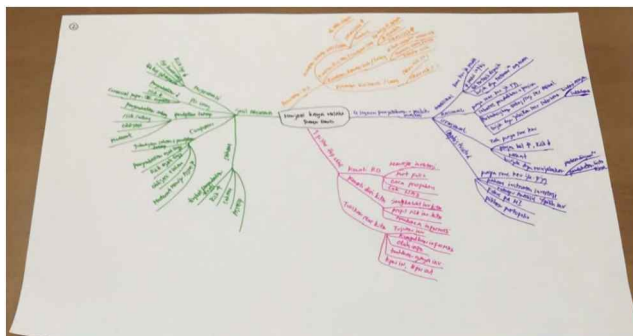
Saat ini Anda juga bisa menemukan banyak sekali *software mindmap* atau sejenisnya. Boleh saja menggunakan software, akan menghemat kertas dan waktu. Namun membuat dengan tangan pun memiliki keunggulan sendiri, di mana semuanya Anda alami jadi memori fisik pun terbentuk dengan baik, ini akan membantu Anda mengingat lebih baik.

Siapkan waktu Anda 30 menit untuk melakukan *mindmap* ke buku pertama Anda. Anda sudah mengetahui patokan untuk melakukan *mindmap*, sekarang bebaskan diri Anda untuk berkreasi membuat *mindmap* personal Anda. catatan personal yang memicu kerja otak kiri dan kanan Anda.

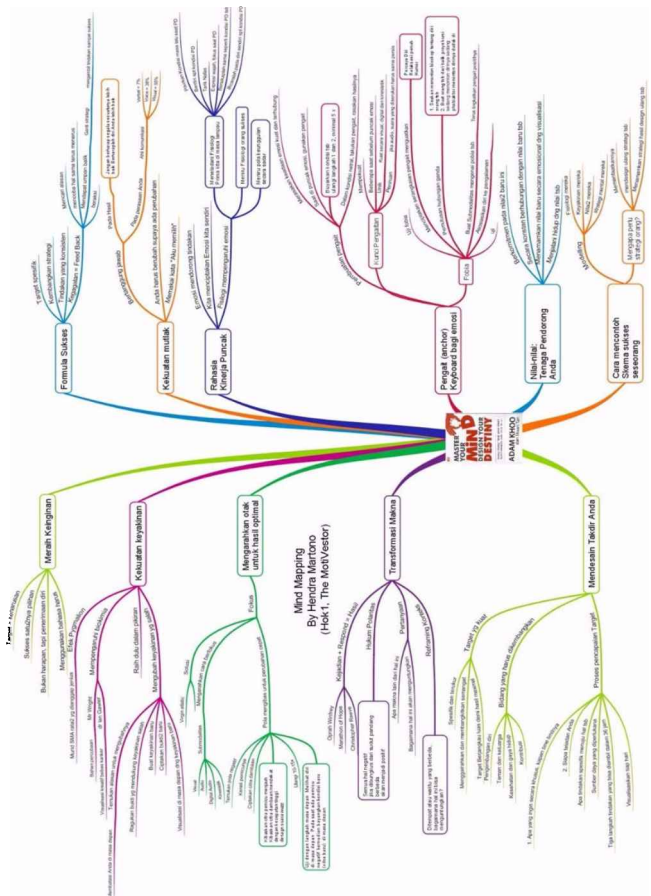
Berikut adalah beberapa contoh *mindmap* dari alumni Bacakilat, semuanya diselesaikan dalam waktu kurang dari dua jam.



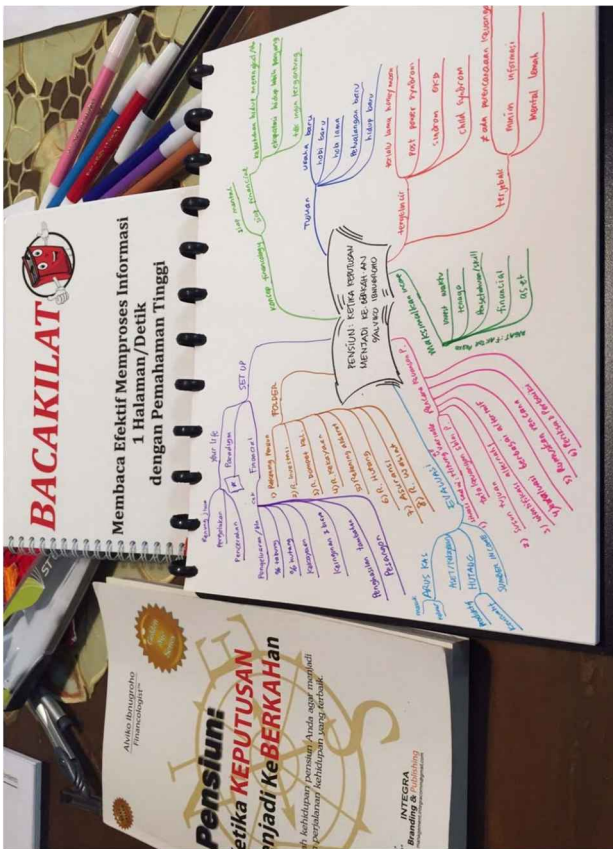












PENGAYAAN

Wow. Selamat. Anda sudah sampai bagian akhir dari buku Bacakilat 3.0.

Anda layak mendapatkan selamat dan tepukan di dada Anda. Anda perlu bangga dengan usaha Anda, karena 90% buku yang dibeli hanya dibaca lewat bab 1. Tapi Anda sampai di bagian akhir ini dengan selamat, hehehe.

Bagian III ini bukan sekadar pengayaan yang tidak penting, tapi ini adalah bagian yang jika Anda memahaminya akan sangat membantu Anda menerapkan Bacakilat dalam kehidupan Anda, dan menjadikan ini salah satu keahlian Anda.

Selama ini buku yang Anda miliki adalah buku seputar *what to learn*. Belum ada buku yang bersifat *how to learn*. Dan saat ini buku yang bersifat *how to learn* sudah hampir Anda tuntaskan. Ini sangat penting, karena buku *how to learn* lah yang akan membuat Anda menguasai *what to learn* apa pun yang Anda butuhkan dalam waktu yang jauh lebih singkat.

Bagian ketiga ini akan membahas tentang:

- ☐ Dua Puluh Jam Masa Kritis Penguasaan Bacakilat
- ☐ Intuisi dan Perannya dalam Kehidupan
- ☐ Aktivasi Otomatis dalam Kehidupan
- ☐ Aplikasi Bacakilat pada Buku Akademis
- ☐ Aplikasi Bacakilat pada berbagai Hal
- ☐ Mari kita dalami.

Bab 12

20 Jam Masa Krisis Menguasai Bacakilat

Setiap tahap penguasaan keahlian membutuhkan waktu praktik. Waktu untuk membiasakan diri. Waktu untuk melewati masa kritis. Waktu di mana Anda bergulat dengan semua tantangan, baik tantangan yang Anda hadapi dalam kehidupan, maupun tantangan yang Anda hadapi dalam proses belajar dan menguasai *skill* tersebut. Semua *skill*, termasuk Bacakilat.

Ada empat tahapan dalam belajar, tahap pertama adalah Anda tidak mengetahui apa yang tidak Anda ketahui. Dalam hal Bacakilat, Anda belum tahu ada Bacakilat, dan tentu saja Anda belum bisa melakukannya.

Tahap kedua adalah ketika Anda menerima promosi dari Bacakilat, membaca informasi bahwa ada sebuah pendekatan membaca yang berbeda yang akan membantu Anda menuntaskan buku dengan pemahaman tinggi dan dalam waktu yang jauh lebih singkat. Dan Anda memutuskan untuk membeli buku atau menghadiri seminar dan pelatihan Bacakilat. Di sini Anda berada di tahap mengetahui dan belum menguasai.

Tahap ketiga adalah setelah Anda mempraktikkan Bacakilat setelah Anda membaca buku ini atau mengikuti pelatihannya. Anda berada di tahap mengetahui, dan bisa melakukannya. Namun, Anda masih harus berpikir, apakah apa yang Anda lakukan sudah benar. Apakah prosesnya sudah bisa memberikan hasil, dan banyak pertanyaan serta keraguan yang muncul dalam diri Anda.

Di sinilah *critical mass* terjadi, apakah Anda berhasil melewati *critical mass* ini, atau Anda berada di bawah *critical mass*. Jika Anda berada di bawah *critical mass*, berarti Anda tidak melakukan praktik yang cukup, maka Anda masih terus-menerus di bawah bayang-bayang keraguan Anda.

Jika Anda memilih terus-menerus berada dalam tahapan ini, maka Anda mengizinkan diri Anda berada dalam bayang-bayang keraguan, keraguan diri Anda tidak bisa menguasai, atau keraguan Anda pada teknik yang Anda pelajari, apapun itu.

Motivasi Anda tidaklah hilang karena Anda kehilangan mimpi, Anda tidak kehilangan mimpi. Anda masih memimpikan untuk meningkatkan kualitas diri Anda, mencapai impian Anda, menjadikan diri Anda pemimpin yang lebih baik, tim yang lebih baik, orang yang lebih kreatif, orangtua yang lebih baik. Dan Anda terus membeli buku dan berharap Anda bisa menuntaskan buku Anda. Impian Anda tidak hilang.

“Motivasi Anda menipis dan semakin menipis setiap hari hanya dikarenakan satu hal. Anda tidak melakukan apa yang perlu Anda lakukan. Anda tidak praktik. Anda tidak menyiapkan waktu khusus untuk melatih diri Anda agar Anda menguasai *skill* yang sedang Anda pelajari. Motivasi semakin menurun hanya karena tindakan Anda tidak cukup banyak.”

Baca paragraf di atas sekali lagi ya.

Sebenarnya, yang membuat seseorang tidak menguasai *skill* apapun hanyalah kurang praktik. Tapi kebanyakan orang merasa bahwa mereka masih kurang mendapatkan informasi. Mereka masih belum bisa. Makanya tidak praktik. Dan mereka cenderung mencari informasi lebih banyak, merasa kurang informasi. Jika ditanya, kok belum melakukan, jawaban yang bersembunyi di balik jawaban sibuk adalah, saya belum bisa.

Hmmm, mari tinjau kembali kalimat terakhir. Sebenarnya seseorang bisaharusnyakarenamelakukan praktik bukan? Dan apa yang menyebabkan tidak

melakukan praktik supaya bisa? Satu alasan yang paling kuat tapi jarang disadari adalah, "Saya mau praktik dan langsung bisa dan sempurna, dan benar, dan tidak malu-maluin karena tidak bisa."

Kebanyakan orang ingin bisa langsung sempurna, tidak ada salah. Dan jika dalam proses praktik ada kebingungan, mereka lebih memilih mundur, daripada melakukan kesalahan. Karena kalau melakukan kesalahan akan kelihatan bahwa ia tidak bisa, lebih baik pura-pura sibuk sampai tidak sempat praktik.

Saya tidak menyalahkan Anda sibuk, kehidupan yang kita jalani bisa sangat sibuk memang. Tapi semuanya ada prioritasnya. Anda bisa melakukannya di pagi hari dan menjadikan ini kemenangan kecil dan membantu Anda menjalani hari dengan lebih semangat.

Jangan takut salah, atau kelihatan tidak keren, atau apa pun yang Anda pikirkan. Semua orang mengalami kurva belajar saat menjalani proses menguasai *skill* baru. Kurva belajar ini akan turun dulu baru naik ke atas. Jangan khawatir melewati proses turun tersebut.

Setelah melewati masa krisis ini, Anda akan sampai tahap Anda sudah lancar tanpa harus melewati proses analisa yang terlalu banyak, Anda langsung menjalaninya dengan lancar dan mencapai hasil yang

optimal. Tahap ini, disebut keahlian yang berjalan di pikiran bawah sadar Anda.

Berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk melewati masa krisis ini? Dalam bukunya yang fenomenal, *The First 20 Hours*, Josh Kaufman menjelaskan bahwa setelah Anda memahami bagaimana melakukan sebuah *skill*, Anda perlu mempraktikkannya selama 20 jam minimal. Dengan melewati masa 20 jam ini, Anda berhasil mengatasi kondisi-kondisi krisis yang setiap orang alami dalam proses menguasai *skill*.

Dalam 20 jam ini Anda harus menyiapkan mental Anda, karena proses tersebut tidak terlalu menyenangkan dan godaan untuk lebih baik melakukan hal lain menjadi lebih besar. Apa lagi jika tidak ada komitmen waktu, lebih tepatnya, tidak mengkomitmenkan pada jam berapa Anda akan mempraktikkan *skill* baru Anda.

Dengan menentukan Anda mempraktikkan *skill* baru Anda berapa lama, dan jam berapa sampai jam berapa, maka Anda jauh lebih berkomitmen dibandingkan Anda mengatakan saya ingin mem-Bacakilat setengah jam sehari.

Jadi Anda perlu menyiapkan waktu khusus, dalam hal ini, kami di alumni Bacakilat menyebutnya dengan waktu *dating* (pacaran) dengan buku. Jadi alumni menyiapkan waktu 30 menit sehari, dan menentukan 30 menit itu di jam berapa. Setelah

menyiapkan 4 kali 30 menit, alumni Bacakilat berhasil menuntaskan satu buku sampai menghasilkan *mindmap* buku yang dibaca.

Jika Anda merasa tidak ada waktu, maka Anda bisa mengurangi jam nonton tv, atau jam berada di depan media sosial Anda.

Bab 13

Intuisi dan Perannya dalam Kehidupan

Bayangkan bagaimana percaya diri, antusias dan pastinya perasaan Anda jika Anda bisa bekerjasama dengan seorang *partner* yang selalu menyediakan semua yang Anda butuhkan dalam hidup Anda. *Partner* yang selalu memberikan solusi bagi semua permasalahan, memberikan petunjuk untuk peluang baru yang Anda butuhkan, dan bagaimana cara memanfaatkannya, dan selalu siap memberikan Anda nasihat yang bijak dan selalu dapat diandalkan setiap saat. Tentu itu adalah hal yang luar biasa bukan?

Kabar baiknya, Anda sudah memilikinya dalam diri Anda. *Partner* itu adalah intuisi Anda. Kemampuan untuk memunculkan ide cemerlang adalah salah satu

rahasia utama kesuksesan dan tanda dari seorang yang telah mengembangkan batinnya.

Henry Mintzberg, dalam *Harvard Business Review*, mendeskripsikan penelitian yang ia lakukan pada para eksekutif perusahaan tingkat tinggi. Ia menemukan bahwa mereka senantiasa mengandalkan firasat untuk menyelesaikan masalah yang terlalu kompleks untuk pemikiran sadar, atau rasional. Kesuksesan tidak terletak dalam konsep sempit yang disebut rasionalitas, melainkan dalam perpaduan logika berpikir jernih dan intuisi yang kuat.

Para ilmuwan kognitif yang mempelajari bagaimana informasi mengalir melalui otak menyatakan bahwa hanya sebagian kecil saja dari apa yang diserap pikiran, kurang dari satu persen, yang mencapai pikiran sadar kita. Kita memasukkan informasi ratusan juta bit per detik dari semua indera kita. Mengejutkan sekali betapa banyaknya yang dilewatkan oleh pikiran sadar kita. Namun, informasi ini ada untuk Anda.

Pikiran sadar Anda sehari-hari mungkin hanya mengetahui dan memahami pengalaman pribadi yang Anda sadari, akan tetapi pikiran bawah sadar Anda menyerap dan mengaitkan semua informasi yang Anda serap secara keseluruhan karena pikiran bawah sadar memiliki akses terhadap semua informasi yang terkandung dalam sistem tersebut. Intuisi Anda adalah cara bagaimana Anda mengaksesnya.

Bagaimana cara mendapatkan jawabannya? Ada dua hal yang perlu Anda lakukan yaitu persiapan dan inkubasi. Pada saat persiapan, benamkan diri Anda dengan semua data dan fakta dan informasi yang ada. Berikan sebanyak mungkin kepada pikiran bawah sadar Anda bahan untuk ia proses. Carilah semua informasi yang relevan. Bukalah diri Anda pada apa saja, bahkan pada yang belum tentu relevan dengan apa yang sedang Anda cari. Identy adalah mengumpulkan sebanyak mungkin data dan informasi ke dalam pikiran bawah sadar Anda. Benamkan diri Anda pada informasi tanpa harus mencoba membuatnya masuk akal; biarkan pikiran bawah sadar Anda yang bekerja.

Ini adalah apa yang kita lakukan di Bacakilat. Anda membanjiri semua informasi dari buku yang ingin Anda pahami ke dalam bawah sadar Anda, dan pikiran bawah sadar Anda akan memproses, mengelompokkan dan mencari jawaban yang Anda inginkan sesuai dengan tujuan Anda.

Setelah Anda mengumpulkan dan memasukkan semua informasi yang Anda butuhkan, dalam konteks Bacakilat, berarti Anda selesai melakukan Bacakilat semua buku yang Anda butuhkan, Anda bisa membiarkan semuanya mengendap dalam pikiran Anda. Fase persiapan mengharuskan Anda aktif memasukkan informasi ke pikiran bawah sadar

Anda, pada fase inkubasi Anda pasif dan membiarkan pikiran bawah sadar mengambil alih pekerjaan.

Ia akan terus-menerus mencari solusi, terlepas dari Anda memikirkannya atau tidak. Dan penelitian menunjukkan, ketika pikiran bawah sadar bekerja, pikiran sadar jangan melakukan intervensi, biarkan ia bekerja sendiri. Kita akan lebih terbuka pada ide dari pikiran bawah sadar ketika kita tidak memikirkan apapun secara khusus.

Kapan pun saat Anda bisa rileks, menerbangkan imajinasi Anda, itu akan berguna untuk membantu proses kreatif dari pikiran bawah sadar Anda, mungkin itu mandi, nongkrong di kamar mandi, berkendara jarak jauh, jalan-jalan sendiri, merenung atau kegiatan lainnya.

Terlalu sibuk memikirkan tentang mendapatkan jawaban yang benar dan yang Anda inginkan malah akan menghalangi prosesnya. Hukum pikiran mengatakan, semakin besar usaha pikiran sadar, semakin kecil respons bawah sadar. Ibarat seorang atlet profesional yang terlalu mengkhawatirkan apakah dirinya akan menjuarai kompetisi. Para atlet memahami bahwa untuk tampil secara optimal mereka harus fokus dan rileks. Begitu mereka memberikan tekanan terlalu banyak kepada diri sendiri, saat itulah mereka membuat kesalahan. Agar intuisi bekerja untuk Anda, Anda harus rileks dan membiarkannya bekerja.

Ada tiga langkah bagaimana membangkitkan intuisi secara alami dan mudah sehingga ia bisa terus memberikan Anda jawaban yang Anda butuhkan, mengirimkan Anda aktivasi otomatis dan mempermudah kehidupan Anda.

Langkah I:

Luangkan waktu beberapa menit untuk memikirkan fakta bahwa Anda memang benar-benar memiliki pikiran bawah sadar yang sangat dahsyat, bahwa selalu ada jawaban dan solusi yang sempurna, dan pikiran bawah sadar Anda bisa dan akan mengakses informasi ini untuk Anda. Pikiran sadar Anda harus terus-menerus diingatkan tentang keberadaan dan potensi dari *partner* tersembunyi ini. Anda ingin merasakan kehadiran intuisi dengan penuh keyakinan. Biarkan pikiran Anda merenungkan kekuatan besar yang Anda miliki di dalam diri ini.

Langkah II:

Nyatakanlah dengan jelas apa yang Anda ingin diberikan oleh pikiran bawah sadar Anda, jawaban, solusi, dan wawasan apa. Ulangi berkali-kali kepada diri Anda bahwa pikiran bawah sadar saat ini juga bekerja untuk Anda. Jangan merasa tertekan atau bingung atau berusaha untuk mencari jawabannya. Bicaralah kepada pikiran bawah sadar Anda dengan penuh keyakinan, berulang-ulang apa yang Anda

inginkan dari pikiran bawah sadar Anda. "Pikiran bawah sadar saya sedang membawakan padaku ... (ide, jawaban, dan solusi yang Anda butuhkan)"

Langkah III:

Rileks dan isilah pikiran Anda dengan keyakinan dan pengharapan bahwa jawaban yang benar akan datang kepada Anda. Dan ingat keimanan dan kepercayaan diri bukan hanya sikap, tapi juga vibrasi energi. Vibrasi ini akan menarik solusi dan jawaban yang tepat, persis seperti magnet yang menarik jawaban-jawaban tersebut. Jika Anda memiliki solusi yang tepat dan sempurna, bayangkan bagaimana perasaan Anda: tentunya senang sekali bukan? Gembira sekali, lega dan membuat diri Anda merasa wow. Rasakan sensasi itu sekarang. Biarkan pikiran Anda bermain dengan suasana hati ini dengan cara yang rileks. Larutlah dalam keyakinan bahwa jawaban-jawaban itu akan segera menjadi milik Anda.

Menyatakan dengan jelas ini tidak hanya secara kata-kata, namun juga sikap dan *self talk* kita. Dalam pelatihan Bacakilat, saat para peserta diberikan kesempatan untuk menceritakan kepada rekannya pemahamannya dalam buku saya melihat ada pola yang menentukan seseorang sukses atau gagal dan merasa biasa saja, atau malah frustrasi. Pola itu adalah bagaimana sikapnya saat memulai dan selama ia *sharing* buku.

Peserta yang sukses berpikir dan bersikap bahwa ia percaya, atau minimal ia ingin tahu apa yang bisa diberikan pikiran bawah sadar dan Bacakilat dengan langkah-langkah yang telah ia lakukan. Dan ia melakukan dengan sepenuh hati, dengan sikap yang terbuka terhadap informasi yang bisa diberikan pikiran bawah sadarnya dan punya tujuan dan niat untuk membantu rekannya memahami buku yang telah ia Bacakilat dan aktivasi. Dan apa yang mereka dapatkan membuat mereka merasa wow! Mereka bisa menjelaskan dengan baik, bahkan banyak sekali penjelasan yang mereka perjelas sendiri, dan lucunya, tidak mereka *mindmapping*-kan. Mereka bisa menjawab pertanyaan rekannya walaupun mereka tidak menjelajahnya, hanya memindai (Anda akan memahami istilah yang saya sampaikan ketika Anda mengikuti semua program Bacakilat ini), dan tentu saja tidak mereka *mindmap*-kan. Bahkan ada yang setelah selesai mencoba untuk mencari di halaman berapa penjelasan yang telah ia berikan kepada rekannya, ketika ia membuka buku, langsung terbuka halaman yang menjelaskan hal tersebut.

Sedangkan pola kegagalan terlihat dari sikap mereka yang meragukannya, "Saya belum baca semua, bagaimana saya bisa menjelaskan kepada rekan saya?" "Bagaimana jika saya tidak bisa menjelaskannya, bagaimana jika saya tidak bisa menjawabnya?" Semua ini berputar dan ditunjukkan dengan sikap tidak memberikan yang terbaik, dan hanya sekadar

menjelaskan apa yang ada di dalam *mindmap* mereka. Dengan pola seperti ini, pikiran bawah sadar tidak bisa membantu Anda, karena secara bahasa tubuh dan sikap pikiran Anda, Anda menunjukkan bahwa Anda tidak ingin diberikan jawaban dan petunjuknya.

Anda tidak perlu percaya pada Bacakilat ataupun semua program ini, namun Anda perlu percaya pada pikiran bawah sadar Anda dan intuisi Anda.

Terkadang jawaban dari intuisi Anda datang sebagai firasat atau wangsit yang terbesit dalam pikiran Anda dengan cara yang paling tak terharapkan. Kemampuan ini bisa diibaratkan seperti otot yang akan menjadi semakin kuat ketika Anda melatihnya, menggunakannya. Anda menguatkan intuisi dengan cara memperhatikannya, mencarinya, mempercayainya dan bertindak sesuai dengannya ketika Anda merasa Anda mendengarkannya. Pertama dan terpenting adalah Anda menyadari keberadaannya, dan mulailah tenangkan diri Anda dan dengarkan, sadari komunikasi dari intuisi Anda.

Seringnya, gagasan intuisi datang kepada Anda dalam bentuk mimpi. Dr. Frederic Banting, dokter Kanada yang brilian, menemukan materi dasar insulin dalam sebuah mimpi yang memberitahunya dengan tepat langkah-langkah untuk menemukan formula yang sulit itu. Elias Howe, yang menemukan mesin jahit, bekerja selama sepuluh tahun untuk

menemukan desainnya, tetapi selalu tertinggal satu detail kecil dari tujuannya. Suatu malam ia bermimpi dirinya ditangkap penjahat kejam yang menodongkan tombak aneh ke arahnya, dan dia memperhatikan bahwa ujung tombak itu ada lubang. Dan ia terbangun dengan sebuah solusi: buat lubang pada ujung setiap jarum! Satu hal ini membuatnya berhasil menemukan mesin jahit.

Anda tidak bisa mengharapkan pikiran bawah sadar Anda membawakan informasi kepada Anda dengan cara yang sama. Ia memiliki caranya sendiri untuk menghadirkan jawabannya, yang perlu Anda lakukan adalah rileks, percaya, dan membiarkan pikiran bawah sadar Anda bekerja. Anda akan selalu tahu bahwa Anda sedang menerima informasi dari kualitas gagasan itu, dan dari perasaan yang timbul dalam diri Anda. Kegembiraan, kepastian dan perasaan yang tak terbantahkan bahwa "ini dia!" adalah yang membedakan gagasan intuitif dengan semua pemikiran lain yang terjadi dalam benak Anda.

Beberapa sikap dan perilaku tertentu akan mendorong munculnya intuisi, dan tentu saja ini layak dibiasakan. Dalam banyak cara kita memberitahukan kepada pikiran bawah sadar apa yang kita harapkan darinya, dan kita pun mendapatkan apa yang kita harapkan. Penerimaan dan kepercayaan diri menciptakan kesediaan dalam menerima atau reseptivitas. Jika Anda bisa belajar memikirkan intuisi

Anda sebagai bagian yang normal dan bernilai dari kehidupan sehari-hari, dan mengirimkan undangan terbuka untuk datang kapan saja, intuisi akan datang dan membawakan Anda hadiah.

Akan tetapi pemikiran seperti "Aku tidak bisa memecahkan masalah itu", "Aku tidak akan pernah menemukan jawabannya", mengisyaratkan intuisi untuk tidak usah repot-repot membantu.

Pemikiran yang penuh percaya diri dan keyakinan bahwa Anda layak mendapatkan dan mengharapkan tidak hanya jawaban, melainkan jawaban terbaik, menggerakkan intuisi menuju tindakan positif.

Jangan malu-malu. Katakan dengan berani kepada pikiran bawah sadar Anda bahwa kebijaksanaan, pengetahuan, dan kekuatannya membimbing dan memberikan Anda petunjuk. Ini afirmasi yang perlu Anda bacakan: Pikiran bawah sadar saya adalah *partner* saya dalam kesuksesan. Atau Anda ingin mengubahnya menjadi pertanyaan: "Mengapa pikiran bawah sadar saya selalu menemani saya dan memberikan petunjuk menuju jawaban terbaik untuk saya setiap saat?"

Terkadang, ada saatnya Anda harus membuat keputusan segera, maka inilah yang perlu Anda lakukan. Rilekskan tubuh Anda, masuk ke kondisi genius, rasakan diri Anda semakin rileks dan nyaman. Katakan dalam diri Anda: "Saya selalu membuat

keputusan yang benar. Mengapa setiap keputusan saya selalu benar dan memajukan diri saya?” Ucapkan dengan penuh keyakinan, tanyakan dengan harapan positif dan biarkan pikiran bawah sadar Anda menjawab dan memprogram diri Anda dari dalam. Dengan cara ini Anda bisa mengabaikan logika dan membiarkan intuisi yang memberikan jawabannya. Hal pertama yang muncul dalam benak Anda, itulah jawabannya.

Memang sekolah kita tidak mengajarkan kita untuk mempercayai intuisi. Sebaliknya malah mengajarkan kita untuk memisah-misahkan dan menguraikan pengetahuan yang pasti. Padahal dalam kehidupan nyata, Anda mendapati bahwa setelah Anda mengumpulkan semua informasi yang terkait sekalipun, tetap masih ada *gap*, bagian yang tidak bisa Anda kalkulasikan dengan akurat. Di situlah Anda bisa menambahkan intuisi untuk membuat keputusan akhir, lalu bertindak.

Kualitas kehidupan Anda bergantung pada kualitas pemikiran dan gagasan Anda. Berapa sering di masa lalu Anda di mana Anda mencari solusi dengan pikiran sadar, dan tetap tidak menemukan jawaban yang Anda harapkan? Karena jawaban itu tidak ada di sana, ketika Anda hanya mencari jawaban di pikiran sadar Anda, berarti Anda membatasi kemungkinan solusi yang bisa Anda gunakan.

Pikiran bawah sadar Anda mengandung semua gagasan, jawaban dan solusi secara berlimpah. Jangan

batasi diri Anda. Kunjungi rumah penyimpanan harta karun di dalam diri Anda dan bawa kembali sesuatu yang baru dan dinamis yang penuh kehidupan dan semangat dan orisinalitas. Gagasan dan solusi ini ada dalam diri Anda. Semua ada di dalam.

Bab 14

Aktivasi Otomatis dalam Kehidupan

Salah satu bonus yang bisa kita dapatkan dari proses melakukan Bacakilat adalah kita bisa mendapatkan aktivasi otomatis. Aktivasi ini terjadi karena *database* di bawah sadar terpicu oleh kegiatan atau pertanyaan yang spontan terjadi dalam kehidupan kita. Artinya kita tidak bisa mengendalikan pemicunya.

Sedikit berbeda dengan aktivasi manual yang menggunakan buku yang sudah kita Bacakilat sebagai pemicu untuk membangun pemahaman di tingkat pikiran sadar, dan bisa kita kendalikan sepenuhnya. Aktivasi otomatis terjadi karena kita memiliki banyak *database* yang bisa terpicu, jika kita melakukan atau mengalami hal yang berkaitan dengan buku yang kita Bacakilat.

Semakin baik relasi pikiran sadar dan bawah sadar, semakin tinggi pula kemungkinan Anda bisa mendapatkan aktivasi otomatis. Nah bagaimana kita meningkatkan kemungkinan itu? Berikut ada beberapa hal yang bisa kita lakukan.

- Lakukan aktivasi manual lebih sering, minimal seminggu 2 buku. Koneksi antara pikiran sadar dan bawah sadar akan semakin baik.
- Bacakilat 5 sampai 10 buku per hari selama 2 sampai 3 bulan berturutan.
- Sadari aktivasi otomatis yang terjadi dalam kehidupan Anda dan hargai dengan menyadari dan bertindak mengikuti aktivasi otomatis Anda (intuisi).
- Kesuksesan akan menghasilkan kesuksesan yang lebih besar.

Apa yang kita lakukan di atas adalah hal yang membanjiri *database* pikiran bawah sadar dengan melakukan Bacakilat. Dengan memiliki *database* yang besar, maka ketika Anda melakukan kegiatan yang berhubungan dengan *database* yang Anda masukkan, Aktivasi otomatis kemungkinan akan muncul.

Seperti di bab sebelumnya, saya menjelaskan bahwa aktivasi otomatis adalah bonus. Bonus karena Anda memasukkan *database* yang banyak. Aktivasi otomatis pemicunya tidak bisa kita kendalikan, kita

membutuhkan pemicu ini. Namun bisa kita kondisikan. Dengan cara melakukan hal yang berhubungan, terjun dalam percakapan yang berhubungan dengan topik-topik yang Anda sudah Bacakilat, inilah cara kita mengkondisikan.

Kita meningkatkan kemungkinan terpicunya *database* bawah sadar kita.

Ada seorang ibu yang sedang mau pindah pekerjaan. Jadi dia sudah melakukan Bacakilat materi pekerjaan yang akan datang. Dan saat itu, ia masih ada di pekerjaan lama. Apakah bisa terjadi aktivasi otomatis? Kemungkinannya kecil. Karena pemicunya berbeda, pekerjaan yang ia lakukan saat itu belum selaras dengan *database* yang ia masukkan, yaitu *database* pekerjaan baru.

Jangan fokus dan mengarahkan energi pikiran sadar Anda untuk mendapatkan aktivasi otomatis. Fokuslah pada mempraktikkan sistem Bacakilat yang banyak. Maka aktivasi otomatis pun akan menyusul.

Bab 15

Aplikasi Bacakilat pada Buku Akademis

Sekarang, Anda sudah mengetahui bagaimana Bacakilat bekerja dan mempraktikkannya, dalam bab ini saya ingin memaparkan bagaimana Anda menerapkan Bacakilat untuk buku akademis. Lebih lengkapnya, Anda bisa baca dalam buku Bacakilat for Students yang saya tulis bersama Juni Anton.

Karena saya menuliskannya untuk akademisi, sedikit berasumsi yang baca adalah anak remaja, maka saya mengubah kata Anda menjadi kata kamu.

Tujuan Membaca

Apakah kamu selalu menetapkan tujuan saat belajar atau membaca? Apakah kamu menetapkan

target yang ingin kamu capai? Jika ya, maka kamu sudah memiliki kebiasaan belajar yang bagus.

Jika tidak, kamu harus mulai menetapkan tujuan membaca. Tujuan sangatlah penting karena memberikan gambaran hasil akhir yang ingin kita capai. Jika kita tidak tahu mau jalan-jalan ke mal apa, apakah kita bisa tiba di tujuan kita? Tentu saja tidak. Jadi kita harus tahu tujuan kita lebih dulu.

Sering kali kita sulit mendapatkan nilai bagus karena kita tidak serius dengan tujuan atau bahkan tidak memiliki tujuan. Dalam Sistem Bacakilat, kita harus membuat tujuan di awal dan terus mengingat tujuan kita setiap langkah Sistem Bacakilat.

Semua yang kita lakukan setiap hari memiliki tujuan. Namun, sering kali kita tidak menyadari akan tujuan itu atau tidak memiliki tujuan yang jelas. Membaca pun tidak lepas dari menentukan tujuan. Mengapa? Coba bayangkan, ketika kamu ke luar rumah, tetapi kamu tidak tahu mau pergi ke mana. Bingung, tidak? Nah, begitu juga dengan membaca buku, saat kita membuka buku dan tidak tahu untuk apa kita membaca buku itu, tidak tahu informasi apa yang kita inginkan, kita akan menjadi bingung.

Otak manusia adalah bagian yang menjalankan perintah. Tujuan adalah perintah yang diberikan kepada otak dan pikiran kita. Contohnya, jika gurumu memberikan tugas atau PR, tetapi menyampaikan perintah yang tidak jelas, apakah kamu bisa

mengerjakan tugas atau PR itu dengan baik? Tentu saja tidak.

Begitu juga dengan otak, kita memberikan perintah dan pikiran menjalankan perintah itu. Otak akan mengerahkan segala cara untuk menyelesaikan perintah itu. Jadi, dengan menentukan tujuan, pikiran kita akan berusaha untuk meraih tujuan itu.

Bagaimana jika kita tidak menentukan tujuan yang jelas? Otak kita akan menjalankan perintah “*default*” atau perintah yang paling dasar dalam diri kita, yaitu “mencari kenikmatan” atau “menghindari kesengsaraan”. Maksudnya? Silakan baca contoh berikut ini.

Saat membaca buku tanpa tujuan, otak akan menjalankan perintah *default*. Oleh karena itu, umumnya kita menjadi tidak memahami apa yang telah kita baca, dan akhirnya kita ingin tidur, malas, atau kurang konsentrasi. Itulah yang disebut sebagai “mencari kenikmatan” atau “menghindari kesengsaraan”.

Secara singkat tujuan adalah apa yang ingin kita dapatkan dari buku. Misalnya, tujuan melakukan Bacakilat buku matematika Bab Lingkaran adalah “memahami pelajaran lingkaran dan dapat menjawab ujian matematika dengan lancar”. Dari contoh ini kamu bisa lihat bahwa apa yang kamu inginkan dari sebuah buku itulah tujuanmu. Gampangkan?

Tetapi, kamu juga perlu berhati-hati dalam menentukan tujuan karena tujuan perlu dibuat secara

jas dan spesifik. Contohnya, tujuanmu baca buku matematika: “sukses dalam ujian”. Jika tujuan kamu hanya seperti itu, tujuan itu kurang spesifik. Akan menjadi lebih baik jika kamu membuat tujuan yang lebih spesifik.

Kamu perlu tuliskan tujuan buku dengan pulpen atau pensil pada buku kamu (kecuali buku pinjaman, tulis pada kertas catatan kamu), bebas saja di halaman depan atau belakang buku juga boleh. Ini penting! Karena tujuan perlu kamu tulis di buku kamu, supaya kamu tetap ingat dengan tujuan kamu itu.

Ada tiga langkah dalam membuat tujuan membaca, yaitu:

1. Apa yang ingin kamu capai? (*What?*);
2. Mengapa kamu ingin mencapai hal itu? (*Why?*);
3. Tujuan yang ditentukan harus jelas, tepat, dan spesifik.

Bacakilat

Ini adalah cara memasukkan informasi ke dalam pikiran bawah sadar. Pada langkah ini, kita melakukan proses penyerapan informasi 1 halaman per detik langsung ke dalam pikiran bawah sadar. Langkah itu dilakukan setelah kita menentukan tujuan membaca dan berada dalam kondisi genius. Penjelasannya secara detail ada dalam bab Bacakilat.

Setelah kamu membuat tujuan membaca yang TEPAT, JELAS, dan SPESIFIK, kamu bisa masuk ke langkah Bacakilat. Ada beberapa langkah yang harus kamu lakukan agar proses Bacakilat yang kamu lakukan dapat memberikan hasil yang bagus:

1. Masuk dalam kondisi genius,
2. Baca afirmasi pembuka,
3. Aktifkan pandangan mata reseptif (PMR) dan mulai Bacakilat,
4. Tutup buku dengan penuh keyakinan,
5. Baca afirmasi penutup, dan
6. Visualisasi.

Aktivasi Manual

Kalau Bacakilat adalah proses membuat pikiran bawah sadar familiar, aktivasi manual adalah langkah membuat pikiran sadar familiar. Pada tahap ini, kamu menggunakan serangkaian cara membaca efektif yang terdiri atas memindai-menjelajahi, *main mapping*.

Ketiga langkah ini merupakan serangkaian proses sistem Bacakilat. Jadi, agar kamu bisa mendapatkan hasil yang efektif, kamu harus melalui ketiga langkah itu, bukan salah satu saja.

Aktivasi manual adalah serangkaian teknik membaca yang membuatmu memahami secara sadar dengan tingkat pemahaman yang tinggi dalam waktu

yang relatif lebih singkat dibandingkan membaca dengan cara biasa. Aktivasi manual merupakan cara untuk memancing informasi yang ada dalam memori jangka panjang ke dalam pikiran sadar kita dengan media buku yang sudah kita Bacakilat sebelumnya.

Dengan melakukan aktivasi manual, kamu akan mendapatkan semua informasi yang kamu butuhkan dan sesuai dengan tujuan yang kamu buat sebelumnya. Dalam tahap aktivasi manual, tujuan membaca banyak berperan.

Tujuan membaca yang berbeda akan memberikan hasil yang berbeda. Kamu perlu memiliki tujuan yang jelas untuk mendapatkan informasi yang tepat. Jika kamu tidak memiliki tujuan yang jelas, kamu akan melewatkan banyak sekali informasi.

Dalam Bacakilat for Students ada beberapa langkah yang berbeda karena buku ini sudah dirancang untuk membaca buku akademis. Langkah-langkah aktivasi manual yang perlu kamu lalui adalah seperti ini.

1. Review

Review mempersiapkan pikiran sadar kita agar bisa melakukan memindai dan menjelajahi dengan sangat mudah. Selain itu tujuan lain dari *review* adalah membuat diri kita penasaran dengan buku yang ingin dibaca. Rasa penasaran adalah bagian yang penting

dalam belajar karena penasaran membuat kita ingin mencari tahu. Dengan mencari tahu kita menjadi paham.

Baca bab, sub bab sambil aktif bertanya

Review dimulai dengan membaca bab lalu buat pertanyaan, baca sub bab lalu buat pertanyaan. Setiap bab dan sub bab yang kamu baca, kamu buat pertanyaannya. Buatlah pertanyaan yang simpel dan berkaitan dengan bab atau sub bab.

Membaca rangkuman

Ketika kamu menemukan rangkuman pada bagian akhir suatu bab, baca rangkuman itu untuk mendapatkan ringkasan isi bab. Jadi, dengan cepat kamu bisa mengetahui gambaran global pembahasan bab yang sedang kamu baca itu. Jika dalam bukumu tidak ada rangkuman, lanjutkan ke langkah yang di bawah.

Membuat kesimpulan

Selanjutnya, kamu membuat kesimpulan dari bab yang sudah kamu *review*. Kamu cukup memahami dan menuliskan kira-kira apa yang dibahas pada bab yang sudah kamu *review* tadi.

2. Memindai-menjelajahi

MEMINDAI-MENJELAJAHI adalah dua hal yang berbeda, namun dilakukan secara bersamaan. Ini merupakan sebuah strategi untuk menemukan informasi penting dari sebuah buku. Jika kamu ingin melakukan memindai-menjelajahi, pastikan kamu sudah melakukan Bacakilat.

Memindai-menjelajahi dapat dianalogikan seperti radar. Sebuah radar dalam kondisi normal akan *men-scan* situasi di sekitar dan yang terlihat pada radar adalah ada cahaya kecil yang berputar-putar. Ketika ada suatu kejadian penting, radar itu akan *STOP* pada titik tertentu dan membunyikan alarm atau sirine sebagai tanda bahwa ada bahaya yang terdeteksi.

Begitu juga memindai-menjelajahi, saat memindai kita *men-scan* halaman buku untuk menemukan informasi penting, ketika kita menemukan informasi penting, kita *stop* dan menjelajahi.

Menjelajahi adalah menelusuri isi buku dengan membaca guna mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam. Dalam buku akademis bisa jadi kamu akan lebih banyak menjelajahi daripada memindai karena dalam buku akademis banyak sekali informasi yang perlu kamu ketahui.

3. Main-mapping

MENCATAT hal penting dari sebuah buku akan membantumu menjelaskan isi buku yang kamu baca

secara lebih menyeluruh. Teknik yang bisa digunakan adalah *main-map*.

Seperti yang sudah saya sampaikan sebelumnya, kamu perlu memadukan memindai-menjelajahi dengan *main-mapping*, dalam hal ini, ada dua cara *main-mapping* yang bisa kamu lakukan:

1. Kamu bisa melakukan memindai-menjelajahi dan langsung melakukan *mainmap* terhadap hasil memindai-menjelajahi yang kamu lakukan.
2. Kamu bisa melakukan memindai-menjelajahi dan menandai bagian penting dulu, setelah selesai satu buku, buka kembali bukunya dan membuat *main-map*.

Kedua cara di atas membutuhkan waktu yang berbeda-beda. Untuk yang pertama, tentu waktu yang kamu gunakan lebih sedikit karena kamu bisa melakukannya sekaligus, artinya ketika *main-map*mu sudah selesai, selesai juga aktivasi manualmu.

Bab 16

Aplikasi Bacakilat pada Berbagai Hal

Selamat, saat ini Anda telah mengerti menggunakan Bacakilat dengan baik, Anda telah mengetahui sistem Bacakilat secara lengkap. Selanjutnya, Anda tinggal bermain-main dengan Bacakilat dan menggunakan sistem ini sesuai kebutuhan.

Anda bisa menggunakan Bacakilat sesuai tujuan Anda seperti:

- Tinjauan awal - Bacakilat - *review* - memindai menjelajahi
- Tinjauan awal - Bacakilat - *review* - memindai menjelajahi - *mindmapping*
- Tinjauan awal - Bacakilat - *review*

Bagaimana pun Anda ingin menggunakannya sesuai kebutuhan Anda, dua langkah awal tidak boleh tidak dilakukan. Karena dua hal itulah yang akan mempercepat proses pembelajaran Anda. Berikut ini adalah beberapa penerapan Bacakilat untuk berbagai keperluan. Terlepas dari semua variasi ini, yang terpenting yang selalu dilakukan dengan baik adalah TUJUAN.

Buatlah sebuah tujuan yang tepat dan benar.

Kamus

Kamus berisikan kata dan makna. Untuk melakukan Bacakilat kamus, tentukan tujuan yang jelas, misalnya: Membaca kamus ini saya ingin meningkatkan kosa kata dan memperlancar komunikasi bahasa Inggris saya.

Lalu Bacakilat beberapa kali, disarankan untuk melakukan Bacakilat tiap hari selama satu minggu. Dan dibantu dengan melakukan Bacakilat buku-buku yang mendukung, contohnya *grammar* dan buku *conversation*.

Kemudian memindailah, dan biarkan Anda berhenti di kata-kata yang menarik perhatian Anda, lalu kembali lanjutkan untuk memindai lagi. Tujuannya adalah untuk membuat pikiran sadar terpicu dan familiar dengan kata-kata di kamus.

Kitab Suci

Tentukan tujuan yang jelas, apa yang Anda inginkan dari melakukan Bacakilat kitab suci ini. Misalnya: “Saya ingin memahami dan selalu diingatkan untuk meningkatkan kesadaran saya dalam kehidupan sehari-hari.”

Bacakilat berkali-kali, bisa lakukan seperti kamus. Lalu memindai dan biarkan diri Anda berhenti di ayat-ayat tertentu, lalu jelajahilah. Anda mungkin merasakan pengalaman yang unik dengan membaca Kitab Suci seperti ini.

Laporan Keuangan

Bacakilatlah dengan tujuan yang jelas. Misalnya: Anda ingin memeriksa laporan keuangan dengan tepat, dan menemukan area yang perlu dikoreksi.

Lalu tinggalkan beberapa saat, dan mulailah memindai dengan tujuan menemukan informasi yang Anda inginkan. Ketika ada perasaan aneh, *stop* dan pelajari bagian tersebut.

Power Point

Untuk power point, bisa menggunakan PMR space putih untuk Bacakilat. Tentukan tujuan yang jelas. Inkubasikan. Gunakan memindai menjelajahi, yang kemungkinan besar akan lebih banyak berhenti.

Buku Teknis

Lakukan Bacakilat secara umum dengan tujuan jelas dan lengkap dan akhiri dengan Baca ekspres. Atau bisa juga setelah Bacakilat, *review* dan memindai menjelajahi, yang pasti *mind mapping* akan sangat membuat menguasai materi.

Buku Novel

Untuk Novel, setelah melakukan Bacakilat bisa langsung lanjut dengan menikmatinya. Biarkan imajinasi Anda bekerja dan menikmati buku.

Sejarah

Dalam mempelajari sejarah, poin pentingnya adalah pada bagian kejadian, tahun dan orang yang terlibat di dalamnya. Lakukan Bacakilat seperti biasa, dengan fokus kepada kata kunci di atas.

Matematika

Mirip seperti buku akademis, ditambah dengan latihan soal yang banyak. Libatkan cara menghapus rumus dengan cara membuat rumus menjadi sebuah cerita lucu.

Non Fiksi

Buku nonfiksi dibaca dengan sistem Bacakilat standar.

Jurnal

Lakukan Bacakilat seperti buku teknis.

Bab 17

Pelatihan

Ultimate Reading Gratis

Selamat,

Anda telah menuntaskan buku ini dengan baik. Sekarang saya ingin memberikan Anda bonus ekstra.

Saya telah merekam video-video pelatihan yang akan meningkatkan keefektifan Anda dalam membaca. Anda tinggal mendaftarkan diri Anda ke link berikut ini, *plus* saya juga memberikan Anda akses Audio Kondisi Genius, sehingga Anda bisa melatih kondisi genius.

Daftarkan diri Anda di link berikut:

[*http://onlinecourse.id/ultimate-reading*](http://onlinecourse.id/ultimate-reading)

Anda akan mendapatkan Bonus antara lain:

- 1 Buah Modul "Bagaimana 1x Membaca = 6x Membaca"
- Hari 1: Cara Membaca Salah vs Cara Benar
- Memahami cara membaca konvensional yang membentuk kita tidak pernah menuntaskan buku dan cara mengatasinya.
- Hari 2: Menghilangkan Hambatan Mental Membaca - Malas, tidak konsentrasi, mengantuk, tuntaskan di sini.
- Hari 3: Melejitkan Konsentrasi Membaca
- Menjaga pikiran Anda hanya memproses informasi yang Anda baca.
- Hari 4: *Accelerated Speed Reading* - Meningkatkan Kecepatan Membaca Anda 3x bahkan lebih.
- Hari 5: Bagaimana 1x Membaca = 6x Membaca (video) Sehingga Anda bisa menuntaskan buku dengan pemahaman tinggi, mencapai 100% Tujuan hanya dalam 90 Menit bahkan kurang.
- BONUS EKSTRA: Audio Meningkatkan IQ Agar Anda bisa melatih Kondisi Genius

Silakan kunjungi link di atas untuk mendaftarkan diri Anda.

Bab 18

Workshop Bacakilat di Kota Anda

Pecahkan Rekor Membaca Anda.

Bagaimana jika dalam sehari, Anda bisa menuntaskan 2 buku bahkan lebih dengan sistem Bacakilat?

Hadiri pelatihan Intensif Bacakilat 3.0 Bersama Master Trainer Bacakilat maupun Certified Licensed Trainer Bacakilat di Kota Anda.

Selama pelatihan sehari ini Anda dibimbing selangkah demi selangkah untuk bisa mempraktikkan bacakilat 3.0 dan menuntaskan 2 buku pilihan Anda.

Anda dibimbing untuk:

- Memahami sistem Bacakilat

- Mempraktikkan Tahap tinjauan Awal dengan tepat ke dua buku pilihan Anda.
- Mempraktikkan Bacakilat ke 2 buku pilihan Anda
- Mempraktikkan Tahap Aktivasi Manual sampai mempresentasikan buku yang Anda selesaikan dengan sistem Bacakilat.

Ini adalah pendekatan termudah dan tercepat untuk menguasai Bacakilat 3.0.

Cek jadwal pelatihan Bacakilat 3.0 Di kota Anda, atau kota terdekat Anda di <http://aquariuslearning.co.id>

Atau hubungi 08176820000

Aquarius Learning Event Organizer

Jl. Perjuangan no 88 Komplek Graha Kencana

Blok GK Unit 6 B

Kebon Jeruk Jakarta Barat 11520

021 535 9082

Bab 19

Pelatihan Bacakilat Home Study Course

Jika Anda ingin menguasai Bacakilat, namun kesulitan dalam waktu dan lokasi pelatihan, mengapa tidak menghadirkan pelatihan Bacakilat ke rumah Anda.

Pelatihan *Bacakilat Home Study Course*, sekarang bisa Anda akses secara *online* maupun *offline*.

Dengan mendaftarkan diri Anda di Bacakilat Home Study Course, Anda bisa mengakses bimbingan komprehensif, langkah demi langkah untuk menguasai bacakilat. Anda mendapatkan akses online untuk mengunduh materi BKHSC plus Anda mendapatkan Materi yang sama dalam bentuk USB dan dikirimkan ke Alamat rumah Anda.

Daftar dan kuasai Bacakilat di:

<http://onlinecourse.id/course/bacakilat-home-study-course/>

Pelatihan Inhouse Bacakilat di Perusahaan Anda - Menghemat Biaya Training yang Mahal dengan Menjadikan Setiap Tim Pembelajar yang Kompeten

Kunci pertumbuhan dan kesuksesan perusahaan adalah sebanding dengan pertumbuhan tim yang menggerakkan perusahaan.

Menguasai bacakilat akan menjadikan tim Anda pembelajar yang cepat.

Para manajer bisa menuntaskan buku-buku bisnis penting dan mengimplementasikannya ke dalam perusahaan untuk kemajuan bisnis. Meningkatkan kemampuan kepemimpinan. Meningkatkan kemampuan menjual. Meningkatkan kreativitas dan kemampuan *problem solving*.

Sumber terbaik dalam pertumbuhan adalah buku. Bayangkan jika setiap tim bisa mengembangkan dirinya dengan cepat, tanpa harus mengikuti berbagai pelatihan spesifik. Anda hanya perlu menyediakan buku yang berkualitas dan tim Anda bisa memahami isi buku dan mengimplementasikannya dalam pekerjaan. Berapa besar biaya training yang bisa Anda hemat.

Dan yang terpenting, perusahaan membekali dengan kail, dengan *skill how to learn*. Yang membuat setiap tim Anda mampu belajar apapun dengan cepat dan mudah.

Untuk menyelenggarakan pelatihan inhouse di perusahaan Anda, silakan hubungi tim Bacakilat di 08176820000.

Aquarius Learning Event Organizer

Jl. Perjuangan no 88 Komplek Graha Kencana

Blok GK Unit 6 B

Kebon Jeruk Jakarta Barat 11520

021 535 9082









Daftar Pustaka

- Anthony, D. R. (1979). *The Ultimate Secrets of Total Self Confidence*. New York: Penguin Group.
- Baubata, L. (2009). *The Power of Less - The Fine Art of Limiting Yourself to The Essential... in Business and Life*. New York Hyperion.
- Beatrice S. Mikulecky & Linda Jeffries. (1964). *Power Reading*. USA: World Language Division.
- Begley, S. (2007). *Train Your Mind Change Your Brain - How a Science Reveals Our Extraordinary Potential to Transform Ourselves*. New York : Ballantine Books.
- Bennette, J. *A Course in Light Speed Reading - A Return to Natural Intuitive Reading*.
- Bobbi Deporter, Mark Reardon, Sarah Singer-Nourie. (2010). *Quantum Teaching - Mempraktikkan Quantum Learning di Ruang-Ruang Kelas*. Bandung: Kaifa Publishing.

- Buzan, T. (2005). *Brain Child - Cara Pintar Membuat Anak Jadi Pintar*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Buzan, T. (2010). *Speed Reading Book - Read More, Learn More, Achieve More*. Edinburgh Gate: BBC.
- Buzsaky, G. (2006). *Rhythms of the Brain*. New York: OXFORD UNIVERSITY PRESS.
- David Gamon, Ph.D. & Allen D. Bragdon. *Learn Faster & Remember More - The Developing Brain, The Maturing Years and The Experience Mind*. Scotland: David Dale House.
- Dehaene, S. (2009). *Reading in The Brain, The Science and Evolution of a Human Invention*. New York: Viking.
- DePorter, B. (2009). *Quantum Reader - Membaca Lebih Efektif, Lebih Bermakna, dan Lebih Cerdas*. Bandung: Kaifa Publishing.
- Doren, C. V. (2008). *The Joy of Reading - A Passionate Guide to 189 of the World's Best Authors and Their Works*. USA: Crown Publishing, Inc.
- Edelman, G. M. (2006). *Second Nature - BRAIN SCIENCE AND HUMAN KNOWLEDGE*. New Heaven and London: YALE UNIVERSITY PRESS.
- Fodor, J. (2001). *The Mind Doesn't Work That Way*. The MIT Press.
- Frith, Chris. (2007). *Making Up The Mind - How The Brain Creates Our Mental World*. Blackwell Publishing USA.

- Gary Linch & Richard Granger. (2008). *BIG BRAIN - THE ORIGINS AND FUTURE OF HUMAN INTELLIGENCE*. New York: PALGRAVE MACMILLANT.
- Geary, D. C. (2005). *The Origin of Mind - Evolution of Brain, Cognition and General Intelligence*. Washington: American Psychological Association.
- Gladwell, M. (2009). *Blink - Kemampuan Berpikir Tanpa Berpikir*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Gordon Dryden 7 Dr. Jeannette Vos. (1999). *Revolusi Cara Belajar (Vol.1)*. Bandung: PT Mizan Pustaka.
- Gunawan, A. W. (2003). *Genius Learning Strategy - Petunjuk Praktis untuk Menerapkan Accelerated Learning*. Jakarta Gramedia Pustaka Utama.
- Gunawan, A. W. (2005). *Hypnosis - The Art of Subconscious Communication*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Gunawan, A. W. (2009). *Quantum Life Transformation*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Gunawan, A. W. (2007). *The Secret of Mindset*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hart, L.A. (1999). *Human Brain & Human Learning Updated*. Washington: Books For Educators, Inc.

- Jensen, E. (1995). *The Learning Brain*. San Diego: The Brain Store.
- Joel Kramer & Diana Alstad. (1937). *The Passionate Mind Revisited - Expanding Personal and Social Awareness*. California: North Atlantic Books.
- Joyner, M. (2008). *Simple.ology - Cara Sederhana Untuk Mendapatkan Semua Keinginan Anda*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Karges, C. (1999). *Ignite Your Intuition - Improve Your Memory, Make Better Decisions, Be More Creative and Achieve Your Full Potential*. Florida: Health Communication, Inc.
- Konstant, T. (2003). *Speed Reading*. London: Hodder Headline Ltd.
- Kump, P. (1998). *Breakthrough Rapid Reading*. New York: Prentice Hall Press.
- Kurnia, P. R. (2010). *Trust Your Intuition Develop Your Creativity - Belajar dari Tokoh Dunia dan Entrepreneur*. Jakarta: Penerbit PPM.
- Lorayne, H. (2004). *Rahasia dari Kekuatan Pikiran - Panduan Lengkap, Intisari dari semua yang ingin Anda*. Penerbit Interaksara.
- Lozanov, G. (2003). *Suggestology and Outlines of Suggestopedy*. London: Routledge.
- Lucas, B. (2001). *Power Up Your Mind - Learn Faster, Work Smarter*. London: Nicholas Brealey Publishing.

- Makoto Shichida, E. D. (2009). *The Mystery of Right Brain - Mengungkap Misteri Otak Kanan untuk Membuat Anak Menjadi Genius*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Meier, D. (2000). *The Accelerated Learning HandBook*. New York: McGraw-Hill.
- Mortimer J. Adler & Charles Van Doren. (1972). *How to Read a Book - The Classic Guide to Intelligent Reading*. New York: Simon & Schuster, Inc.
- Mlodinow, Leonard. (2012). *Subliminal – How Your Unconscious Mind Rules Your Behaviour*. Pantheon Books. United States.
- Norman Doidge, M. (2007). *The Brain that Changes Itself- Stories of Personal Triumph From the Brin Science*. USA: Penguin Books.
- ORGANISATION FOR ECONOMIC CO-OPERATION AND DEVELOPMENT. (2007). *Understanding the Brain: The Birth of a Learning Science*. OECD.
- Paul R. Scheele & Dr. Win Wenger. *Genius Code Training System*.
- Pink, D. H. (2006). *A Whole New Mind - Why Right - Brainers Will Rule The Future*. New York: Penguin Group.
- Psychology Press Ltd. (2004). *Eye Movements and Information Processing During Reading*. HOVE AND NEWYORK: Psychology Press Ltd.

- Ray, J. A. (2009). *Harmonic Wealth - Rahasia Menciptakan Kehidupan yang Anda Inginkan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Richard Welch, P. *Zox Pro Training System*.
- Sadler-Smith, E. (2010). *The Intuitive Mind*. Chichester: Wiley & Sons Ltd.
- Saunders, M. D. (2001). *The Brain Course (Master Manual)*. Palmdale: Creative Alternatives Center.
- Scheele, P.R. (2000). *Natural Briliance - Overcome any Challenge... at Will*. Minnesota: Learning Strategies Corporation.
- Scheele, P.R. (2007). *Photoreading*. Minnesota: Learning Strategies Corporation.
- Sheila Ostrander & Lynn Schroeder. (1991). *Super Memory The Revolution - Discover the Creative Alchemy of Memory. New Solution for Health and Learning, Success and Remembering*. New York: Carroll & Graf Publisher, Inc.
- Smith, F. (2004). *Understanding Reading - A Psycholinguistic Analysis of Reading and Learning to Read*. London: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Stanley D. Frank, E. *The Evelyn Wood Seven -Day Speed Reading and Learning Program*.
- Strachar, E. *Reading Genius 2.0*

- Taggart, L.M.(2007). *The Intention Experiment - Using Your Thought to Change Your Life and The World*. New York: Free Press.
- Tony Buzan and Barry Buzan. (2010). *The Mind Map Book - Unlock Your Creativity, Boost Your Memory, Change Your Life*. Edinburgh Gate: BBC.
- Tracy, B. (2009). *Maximum Achievement - Kumpulan Rahasia Kesuksesan yang Tak Lekang Zaman*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Vitale, J. (2008). *The Attractor Factor Second Edition - 5 Steps for Creating Wealth (or Anything Else) From The Inside Out*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Wainwright, G. (2007). *How to Read Faster and Recall More...* Oxford: How To Books.
- Webster, R. (2005). *Visualisasi Kreatif - Panduan Praktis untuk Mewujudkan Impian Terbesar Anda*. Jakarta: Bhuana Ilmu Populer.
- Wilson, T.A. (2003). *The Mind Accelerator*. London: Volition Thought House.
- Win Wenger, Ph.D. and Richard Poe. (1996). *The Einstein Factor - A Proven New Method for Increasing You Intelligence*. California: Prima Publishing.
- Youngey Mingyur Rinpoche & Eric Swanson. *The Joy of Living - Mengungkap Rahasia dan Kunci Ilmiah Kebahagiaan*. Pustaka Karaniya.

Tentang Penulis



Agus Setiawan, seorang pembelajar yang tertarik pada dunia pikiran dan pengembangan diri. Mendedikasikan diri pada dunia *training* untuk membantu banyak orang bisa membaca dengan efektif. Ia mendalami dunia pikiran bawah sadar dari berbagai pelatihan dan buku.

Pria kelahiran 25 Agustus 1982 ini memiliki kesenangan sendiri dalam mengajar, ia telah mengajar sejak SMP, mengajar mata pelajaran Agama sampai Matematika, Fisika dan Kimia di Sinotif. Mengejar *Passionnya*, ia pun meninggalkan dunia kedokteran,

dan mendalami dunia marketing dan bisnis secara otodidak.

Agus mendirikan Aquarius Learning sebagai *event organizer* pelatihan pengembangan diri bersama istri dan partner bisnisnya. Untuk mendukung semua orang bisa mempelajari materi luar biasa dari mana saja dan kapan saja, ia juga mendirikan *onlinecourse.id* sebuah *platform* pembelajaran secara online.

Mendukung dalam membangun kebiasaan membaca, ia menciptakan Aquarius Note, ringkasan buku dari berbagai buku International Best seller ke dalam 7 halaman pdf dan audio mp3, yang membantu setiap membernya belajar lebih banyak dalam waktu singkat. Membangun kebiasaan membaca dan melejitkan perkembangan diri.

Agus tinggal di Jakarta Barat bersama istri dan dua anaknya.

BACAKILAT

3.0



Hacks The Way You Read

Founder and Trainer
Bacakilat

Apakah anda selalu membeli buku tanpa tuntas membaca?

Pikiran melayang terus saat membaca?

Tuntaskan masalah membaca dan tumpukkan buku anda
dengan skill Bacakilat.

Dengan waktu yang sangat terbatas, Anda perlu pendekatan
baru dan komprehensif untuk memahami buku-buku yang
Anda baca.

Bacakilat 3.0 akan membantu Anda menguasai buku dengan
pemahaman tinggi dan mencapai 100% tujuan membaca dalam
2 jam. Baca dan praktikkan.

“Bacakilat merupakan teknik yang bisa mengubah hasil
membaca dari tidak selesai menjadi menguasai buku.
Membantu meningkatkan budaya membaca Indonesia.”

- **Moh. Syarif Bando** -

Kepala Perpustakaan Nasional Indonesia



ISBN 978-602-74969-1-0



Komp. Graha Kencana blok GK Unit 6B
Jl. Perjuangan No. 88, Kebon Jeruk
Jakarta 11530