

# Painkiller

OBAT SAKIT HATI

JELITA SOPANI

# **PAINKILLER**

Copyright © 2013 Jelita Sopani

Hak cipta dilindungi oleh undang-undang. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin dari penerbit.

ISBN 978-602-225-698-4

Diterbitkan melalui [www.nulisbuku.com](http://www.nulisbuku.com)

# **Penghargaan**

## **bagi Buku *Painkiller***

Meski sudah kenal lama, rasanya penulis tak pernah tahu kalau saya suka kutipan-kutipan seperti yang selalu ada di awal dan pengujung serial *Criminal Minds*. Jadi menjadi kejutan ketika saya membaca *Painkiller* dan mendapati kutipan-kutipan yang bukan sekadar tempelan, namun menjadi pengingat bagaimana Anda bisa bahagia dengan cara sederhana. Dan *Painkiller* menjadi salah satu pengingat yang jitu dengan resep-resep ampuhnya – yang tak perlu ditebus dengan mahal!

*Ati Amanaty, Wartawan Bintang Indonesia.*

Buku ini memberi jawaban semua masalah kegalauan. Mengajak kita lebih bersyukur, bersemangat dan tidak gampang menyerah ketika ada

masalah. Disajikan dengan sangat *simple*, mudah dibaca dan dimengerti, dengan pendekatan yang tidak muluk-muluk.

*Oland Fatah, Presenter & GM Radio Swasta.*

Membaca buku ini *SPEECHLESS!* Kita sering dengar keluhan atau menganggap hidup itu berat, tapi sebenarnya hidup itu penuh anugerah. Dan *to be happy is very simple!* Satu kuncinya: pikiran kita. Semua bisa dikendalikan sesuai keinginan kita. Pertanyaannya: Kita mau apa tidak?! *Very Recommended book to read!*

*Bintang Cahya, Master of Ceremony.*

“Membaca *Painkiller* sampai selesai seperti meluangkan sehari bersama Jelita. Bertukar pikiran tentang pelbagai topik kehidupan, dan mendapatkan sudut pandang berbeda dari yang kebanyakan selama ini tertangkap radar telinga. Mengaplikasikan apa

yang ditulis ke dalam kehidupan pribadi adalah tantangan utama yang dihadapi para penulis buku motivasi, yang banyak menghiasi rak-rak *best-seller* toko buku ternama. Jelita, melakukannya. Ia melakukan apa yang ia sampaikan, dan kini ia menyampaikan apa yang dilakukannya dalam tulisan. Dengan hidupnya, seolah ia ingin menunjukkan bahwa tidak perlu menjadi seseorang yang melakukan sesuatu yang "besar" dan tampak tidak terjangkau oleh orang "biasa", untuk memiliki hidup yang bahagia, dinamis dan penuh cinta. Pun, di ujung hari bersama Jelita, tak terelakkan pula untuk mengakui bahwa ia memang seseorang yang melakukan hal besar dalam hidupnya, dan itu menjadikannya bukan seseorang yang biasa. Selamat, dan terima kasih *for being such a painkiller!*"

*Lia Christie, Penyiar Radio.*



# Ucapan Maaf dan Terima Kasih

**P**uji syukur yang tidak ada akhirnya kepada Allah SWT, Tuhan yang menciptakan dan menggerakkan kehidupan alam semesta. Hanya dengan izinnya, buku ini bisa berada di tangan Anda.

Terima kasih dan banyak cinta untuk kedua orang tua dan saudara-saudara yang selalu ada untuk saya.

Dan terakhir saya ucapkan maaf yang sebesar-besarnya atas ketidaksempurnaan dalam penyampaian pesan.



## Peringatan Penulis

***B**uku ini dibuat khusus untuk Anda, bukan orang lain. Hidup dan kebahagiaan Anda menjadi prioritas utama disini. Ya, Anda. Cuma ANDA!*