



Fransiska Lintang

Agensi Naskah Pena Nusantara
www.salehajuliandi.com

Keep moving, because you're

AWESOME

A(WE)SOME

"Keep moving, because you're awesome"

pustaka-indo.blogspot.com



Sanksi Pelanggaran Pasal 113

Undang-Undang 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).



A(WE)SOME

"Keep moving, because you're awesome"

Fransiska Lintang

Agensi Naskah Pena Nusantara
www.salehajuliandi.com

Penerbit PT Elex Media Komputindo



KOMPAS GRAMEDIA

A(WE)SOME

Ditulis oleh Fransiska Lintang

©2015 Fransiska Lintang

Hak Cipta Dilindungi oleh Undang-Undang

Diterbitkan pertama kali di Indonesia oleh

Penerbit PT Elex Media Komputindo

Kelompok Gramedia—Jakarta

Anggota IKAPI, Jakarta

715062040

ISBN: 978-602-02-7506-2

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

Dicetak oleh Percetakan PT Gramedia, Jakarta

Isi di luar tanggung jawab percetakan



DAFTAR ISI


PROLOG	1
START A DAY WITH SMILE	5
TODAY I'M THANKFULL.....	13
MY DREAMS	27
SET THE GOALS!	41
TIME IS RUNNING	49
BELIEVE BECOME MIRACLE.....	59
BRAVE	73
I'M PROUD TO BE MY SELF	83
CHOOSE THE BEST SUPPORTER.....	91
NEGATIVE AND POSITIVE	101
COMMUNICATION SKILL	109
SILENT, LISTENING, SEEING, SPEAKING, AND FEEL IT	117
EVERYTHING ABOUT LOVE	123
EPILOG	143
TENTANG PENULIS	147





PROLOG

"I have my own life that it's very awesome.
And you have too."



Setiap manusia yang lahir di dunia ini datang dengan kesempurnaan dan ketidaksempurnaan yang masing-masing. Tuhan memberikan setiap orang talenta berbeda-beda yang menjadikan kita khas, istimewa, dan *limited*. Tuhan Yang Maha Agung pun juga memiliki tujuan mengapa Dia menghadirkan manusia ke dunia ini. Tidak mungkin Dia menghadirkan kita, para umat manusia di dunia ini hanya untuk mati sia-sia.

Tuhan menciptakan alam semesta beserta isinya begitu indah dan Dia menciptakan alam semesta ini untuk kita, umat manusia. Banyak hal yang telah Tuhan siapkan bagi kita, yang sangat disayangkan adalah kita jarang menyadari akan hal itu. Kita terlalu sibuk dengan hal-hal yang kadang membuat kita menjadi jauh dari-Nya. Hal inilah yang membuat kita menjadi kurang menikmati hidup dan melihat hidup sebagai hal yang sangat merumitkan kita.

"Setiap orang adalah pemahat,
yang terus-menerus membuang
bagian-bagian hidup yang
tidak diinginkan dan berusaha
menciptakan sebuah karya
agung."

~Eddie Murphy~

Tidak ada sesuatu yang tidak mungkin dalam hidup ini selama kita mau memperjuangkan dan bekerja keras. Percaya kepada kuasa-Nya yang tidak pernah ada habisnya membuat kita semakin kuat dan tangguh. Tuhan telah menyediakan banyak jalan untuk kita dan masa depan kita. Saya percaya, jika semua orang dilahirkan untuk menjadi orang yang mengagumkan. Tuhan telah merancang sedemikian rupa, agar kita dapat menjadi pribadi yang mengagumkan, tetapi semua itu bergantung dari bagaimana seseorang menyikapi kehadiran Tuhan dalam kehidupannya.

Tuhan yang hadir melalui jalan yang terkadang kita sulit untuk melihatnya membuat kita juga sukar mengenali dan menyadari akan

hadirnya Tuhan dalam kehidupan kita. Jalan tak kasatmata yang mampu membuat kita melihat indahnya Tuhan seperti kita melihat indahnya dunia. *Ora Et Labora* yang berarti berdoa sambil bekerja. Satu hal yang mampu membuat kita semakin menikmati kehidupan di dunia ini. Hidup ini singkat dan Tuhan memberi kita rencana hidup yang indah. Apakah kita akan menyia-nyiakan rencana Tuhan ini?

pustaka-indo.blogspot.com






BAGIAN 1

START A DAY WITH SMILE

"Everyday i'm smile. Everywhere i'm smile. SMILE is a little MAGIC."



Mengawali hari dengan sebuah senyuman patut kita jadikan ritual pertama ketika kita bangun tidur. Mengapa? Karena dengan tersenyum kita akan merasa lebih baik secara jasmani dan rohani. Selain itu dengan tersenyum kita dapat menghilangkan rasa stres yang ada dalam diri kita. Bukankah lebih mudah memulai hari dengan senyuman daripada dengan amarah? Amarah tidak mampu mematahkan senyuman, tetapi senyuman mampu mematahkan amarah. Contohnya, saat Anda sedang marah, Anda pasti pernah mencoba untuk menahan amarah dengan tersenyum, bukan? Setelah tersenyum, perasaan akan menjadi lebih tenang. Kita akan lebih bisa berpikir dengan jernih.

"Banyak hal yang bisa dicapai
atau diubah melalui senyuman."

~Anonim~

Tersenyum setiap saat akan lebih membuat kita merasa ringan dalam menjalani hidup yang pasang surut dengan berbagai masalah dan konflik. Cobalah bangun lebih awal setiap pagi dan sempatkan diri kita untuk tersenyum sejenak. Hanya sejenak saja, tersenyumlah, ucapkanlah terima kasih kepada Tuhan atas segala karunia yang telah Dia berikan pada kita. Walaupun hanya dengan senyuman, lakukanlah dengan ketulusan hati, maka itu semua bisa menggambarkan betapa kita bahagia menerima kehidupan ini dan kita siap untuk menjalani kehidupan kita hari ini. Meskipun kita hanya menyampaikannya lewat senyuman, Tuhan pasti tahu dan mengerti. Kekuatan dari sebuah senyuman dapat membuat kita bergerak. Apakah Anda percaya akan hal itu?

Saya punya cerita, dulu, ketika saya masih duduk di bangku SMA, saya sering merasa sangat malas untuk bangun dan bergegas bersiap untuk sekolah. Mengapa? Karena bagi saya pada saat itu, hidup itu melelahkan. Tiada hari tanpa tugas, PR, dan masih banyak lagi kegiatan yang menuntut

saya untuk bekerja lebih keras lagi. Saat pagi datang, saya lebih sering menghabiskan waktu saya untuk membayangkan bagaimana beratnya hidup yang harus saya jalani setiap hari. Saya merasa hari-hari saya begitu berat, di lain sisi saya kadang juga mengeluh pada Tuhan.

Untuk menghabiskan waktu pagi saya saat itu, yang saya lakukan hanya berbaring di atas tempat tidur dan menunggu hingga waktu mulai mengimpit saya, sehingga seolah-olah waktulah yang memaksa saya untuk bergegas bersiap diri untuk ke sekolah. Ketika tiba di sekolah pun saya juga masih merasa malas, saya sering tertidur di kelas. Segala kegiatan saya lalui dengan sangat monoton dan saya tidak bersemangat untuk melakukannya.

Tuhan merupakan penolong yang ulung. Saya menyadari akan hal itu. Dia tidak pernah membiarkan saya jatuh dalam kehidupan yang lebih buruk. Tuhan tidak menginginkan saya larut dalam kehidupan yang tidak bersemangat seperti ini. Hingga suatu saat, Tuhan mengetuk kehidupan saya dan saya pun mengizinkan-Nya untuk masuk. Tuhan tidak akan mampu mengubah kehidupan kita, jika kita selalu menutup pintu dari kehadiran-Nya. Akhirnya, saya menemukan kehidupan baru saya. Saya memulai kehidupan baru saya dengan membuat pola hidup yang tepat dalam menikmati kehidupan yang singkat ini. Saya selalu berusaha untuk bangun lebih awal dari biasanya, saya menyediakan sedikit waktu saya untuk menyapa Tuhan. Saya juga meluangkan waktu untuk melihat jadwal kegiatan saya sebelum melakukan aktivitas, meskipun dulu saya juga meluangkan waktu untuk melihat jadwal harian, tetapi kali ini berbeda dengan sebelumnya. Saya melihat semua kegiatan saya dengan tersenyum. Dengan sebuah senyuman yang tulus, sangat mampu untuk membuat saya berubah. Dari yang pemalas menjadi bersemangat. Dan apa yang terjadi? Hari saya berlalu dengan banyak hal yang saya dapatkan, saya menjadi lebih menikmati hidup saya dalam satu hari itu. Satu senyuman yang tulus terkadang juga dapat mengubah isi dunia.

Pernah ada sebuah penelitian yang dilakukan oleh ilmuwan Psikologi dari University of Kansas mengenai potensi kelebihan tersenyum dengan

melihat macam jenis dari senyum dan kepedulian senyum. Dari penemuan ini menunjukkan bahwa tersenyum ketika stres dapat membantu mengurangi intensitas dari respons tubuh terhadap stres, terlepas dari seseorang merasa bahagia atau tidak.

"Bagaimanapun keadaannya,
berusahalah untuk tetap
tersenyum. Senyuman
membuat kita merasa
tenang. Orang bahagia pun
membutuhkan ketenangan."

Tersenyum bukan saja milik orang yang bahagia dan tidak hanya berkhasiat untuk orang yang sedang bahagia juga. Jadi tersenyumlah dalam kondisi apa pun, baik dalam kondisi paling buruk sekalipun. Ketika kita tersenyum, tubuh akan merasa lebih rileks dan selanjutnya kita akan merasa sedikit demi sedikit terlepas dari segala beban stres yang mengimpit kita.

Smile When You Was Down

Setiap orang pastilah menjalani kehidupan ini dengan segala suka dan duka yang ada. Hidup seseorang tidak akan hanya memiliki salah satu dari kedua hal tersebut. Tetapi, kenapa masih banyak orang yang merasa bahwa hidupnya selalu menderita? Seakan-akan tidak ada celah kebahagiaan sedikit pun.

Banyak orang yang merasa bahagia karena dia memiliki semua kekayaan materi. Tetapi, itu bukanlah kebahagiaan yang sesungguhnya. Saya pikir, semua orang tahu jika materi bukanlah kekayaan yang membawa kebahagiaan sampai akhirat. Dan sebenarnya kebahagiaan yang berasal dari hal tersebut hanyalah semu.

Sekarang, mengapa orang selalu merasa bahwa kehidupan ini hanya berisi dengan penderitaan? Menurut saya, salah satu penyebabnya adalah karena frekuensi senyuman yang dia goreskan dalam kehidupannya sangat sedikit. Saya sering melihat orang atau mungkin kebanyakan orang, ketika dirinya mengalami suatu masalah, dirinya akan merasa lemah dan seakan-akan kehidupannya akan hancur. Saya pernah memiliki seorang teman, dia adalah teman sekelas saya saat saya duduk di bangku SMA. Suatu ketika, teman saya mendapatkan suatu masalah dengan teman sekelas kami, yang akhirnya membawa mereka hingga ruangan wakil kepala sekolah. Karena teman saya mulai gelisah, saya mulai berkata padanya dan mencoba untuk menenangkannya. Tak lupa saya memberi tahu kepada teman saya, jika dirinya perlu menjaga bibirnya agar tetap tersenyum. Memang tersenyum tidak menghasilkan sebuah hasil, tetapi dengan tersenyum kita dapat mengubah hasil. Berusaha untuk tetap tersenyum di saat terpuruk, mampu membuat kita lebih kuat dan siap untuk menghadapi kesulitan tersebut.

Smile When Happy

Saat kita sedang bergembira atau senang, kita pasti tersenyum. Bahkan terkadang kita lebih dari sekadar tersenyum, kita tertawa gembira. Saya yakin semua orang seperti itu. Tidak ada orang yang menangis sedih karena sebuah kabar gembira atau marah karena mendengar kabar bahagia. Semua orang mendambakan hal yang membawa kebahagiaan dalam hidupnya dan orang akan bersukacita dengan kehadiran hal tersebut.

Namun, banyak orang yang berkata kepada saya bahwa kita tidak diperkenankan untuk terlalu larut dalam kegembiraan atau lebih tepatnya kita tidak boleh untuk tertawa terlalu lama, nanti bisa mendapatkan hal buruk. Benarkah demikian? Saya menyimpulkan pernyataan tersebut bahwa kita boleh untuk meluapkan kebahagiaan tersebut, tetapi kebahagiaan harus tetap mengingatkan kita dengan dunia. Banyak orang yang terlalu larut dalam kebahagiaan dan akhirnya lupa dengan segala

tugasnya. Bagi saya, kebahagiaan dapat diwujudkan dengan sebuah senyuman tulus dan itu pun sudah cukup.

Smile for Your Enemy

Bagi saya kata “enemy” bukan berarti “musuh”, namun bagi saya kata itu berarti “pesaing”. Dalam kehidupan di dunia ini kita pasti mempunyai saingan. Baik saat kita bersekolah, bekerja, atau bersaing untuk mendapatkan perempuan/laki-laki idaman. Kita bersaing untuk mendapatkan semua hal yang terbaik. Kita berlomba-lomba mengatur strategi agar kita yang menjadi pemenangnya. Tetapi terkadang yang kita dapat bukan seperti apa yang kita bayangkan. Kita kalah dan saingan kita menang. Saat berada di situasi seperti itu, kebanyakan orang akan merasa kesal atau mungkin malah ada yang mencari kesalahan orang lain. Hal seperti inilah yang menjadi kita lemah.

Saat mengalami hal demikian, saya mencoba untuk tersenyum kepada saingan saya dan mengucapkan selamat karena dia adalah pemenangnya. Saya kecewa, kesal, itu sudah pasti. Tetapi saya berusaha untuk selalu tersenyum. Ingatkah Anda, bahwa dengan tersenyum dapat menenangkan kita? Ya, saya membuat diri saya tenang dan memulai yang baru. Saya belajar dari dia, apa yang menyebabkan dia berhasil dan saya mencobanya.

Satu Senyuman

Percayakah Anda, akan adanya keajaiban yang disebabkan oleh sebuah senyuman? Banyak orang yang belum menyadari mengenai hal ini dan mengabaikannya. Padahal ketika kita tersenyum bukan hanya diri kita yang merasakan hal positif melainkan orang lain pun turut merasakannya. Saat kita tersenyum diri kita akan menjadi lebih tenang dan bagi orang lain yang melihatnya, senyuman itu dapat menjadi kekuatan. Saat dalam menghadapi masalah yang semakin genting, orang akan menjadi

gelisah tak karuan. Namun, cobalah untuk memberi satu saja senyuman dengan tulus. Setiap orang yang melihatnya akan merasa tenang pula dan semakin dikuatkan. Dimulai dari hal kecil dapat menjadi hal besar. Jika suatu senyuman itu diumpamakan sebagai sebuah mesin yang bekerja, maka dapat saya katakan bahwa mesin ini lebih dari sekadar efisien. Mengapa? Karena kita hanya perlu mengeluarkan sedikit gaya, tetapi menghasilkan banyak energi di dalamnya. Berjuta-juta kilo joule terkandung di dalamnya. Begitu pula jika kita tersenyum. Dengan memberikan gaya berupa satu senyuman yang tulus, kita dapat menghasilkan banyak energi yang dapat membuat kita bahkan orang lain untuk berbuat bukan untuk menghentikannya.

"Senyum adalah pembangkit semangat, pengusir kecemasan, tanpa senyuman duniamu akan terasa hampa.

Tersenyumlah, ringankan bebanmu."

~Anonim~

How to Smile?

Semakin bertambahnya umur, tidak kita sadari, kita semakin jarang untuk tersenyum. Benarkah? Mari kita coba untuk melihat kembali masa lalu kita masing-masing. Kapan hari terakhir kita tersenyum? Apakah kemarin? Lusa? Minggu lalu? Atau kita malah sudah lupa kapan kita terakhir tersenyum. Mungkin, waktu kita cukup singkat untuk mengingat kapan kita terakhir tersenyum. Menginjak usia remaja, masalah-masalah kecil mulai bermunculan. Terlebih menginjak usia dewasa, masalah akan silih berganti mengisi kehidupan ini. Jika kita mengingat masa kecil kita, apakah kita pernah menghabiskan malam kita untuk memikirkan suatu hal yang terkadang malah membuat kita tidak tidur semalaman?

Kadang ketika sebuah masalah besar datang dan kita tidak dapat mengatasinya, wajar apabila kita marah, kita kecewa, kita putus asa.


Namun, apakah di balik semua kekesalan kita dapat menyelesaikan masalah tersebut? Tidak. Di dalam situasi yang rumit seperti ini, kita membutuhkan senyuman. Tidak sulit untuk membuat diri kita tersenyum. Tidak perlu hal yang istimewa atau lainnya. Hal pertama yang perlu dilakukan adalah bersikap tenang. Tutup mata kita dan ambillah napas dalam-dalam lalu lepaskan perlahan. Selanjutnya, tariklah ujung bibir kita sambil membuka mata dan sekarang kita telah tersenyum. Cara yang cukup mudah, bukan? Kita hanya memerlukan diri yang kuat dan niat dalam membuat sebuah senyuman.



BAGIAN 2

TODAY I'M THANKFULL

"In our daily lives, is not happiness that make us grateful
But, the gratefulness that make us happy."



Bersyukur? Pada saat seperti apakah kita bersyukur? Saat mendapat kabar bahagia kita pasti bersyukur, namun saat kabar buruk datang? Terkadang kita melupakan apa itu bersyukur. Bersyukur dalam segala kondisi, bagi saya merupakan cara yang ampuh agar kita dapat lebih menikmati hidup. Banyak sekali pakar filsafat atau buku bahasa yang menuliskan arti bersyukur. Tetapi, saya memiliki pengertian sendiri untuk mengartikan apa yang dimaksud dari “bersyukur”. Bersyukur adalah suatu cara di mana saya berterima kasih pada Tuhan atas segala kasih karunia-Nya terlebih untuk karya agung-Nya dalam hidup saya. Saya bersyukur karena kegembiraan yang telah Tuhan berikan dan saya selalu berusaha untuk tetap bersyukur atas segala cobaan dan rintangan yang Tuhan ujikan kepada saya. Tetapi, masih banyak orang yang salah mengartikan kata bersyukur ini. Kebanyakan orang berkata,

“Saya bersyukur dengan keadaan saya. Toh, lebih baik kita kayak gini, daripada kayak mereka yang sukses, berhasil, banyak uang tapi pake cara yang ngga halal... blablaablaa...”

"Saat kita mengungkapkan rasa syukur, kita tidak boleh lupa bahwa penghargaan tertinggi bukanlah pada kata-kata, tetapi bagaimana menerapkannya dalam hidup.

~John F. Kennedy~

Mereka pun menyebut hal semacam itu sebagai rasa syukur. Sebenarnya apakah yang mereka syukuri jika mereka berkata demikian? Mereka berkata bahwa mereka bersyukur namun mereka berprasangka buruk kepada orang lain yang mereka masih belum tahu kebenarannya. Bagi saya, itu hanyalah sikap berdalih diri dari seseorang yang merasa iri dengan keadaan orang lain atau orang yang kurang mampu untuk menerima

kenyataan. Bersyukurlah jika memang sedang bersyukur. Bersyukur bukan berprasangka. Bersyukur adalah terima kasih.

Rasa bersyukur yang sebenarnya adalah rasa menerima diri beserta kehidupan dengan lapang dada dan berterima kasih atas segala pemberian-Nya. Kita menerima segala kenyataan yang ada. Sekalipun itu buruk. Karena hal terjadi dengan sebuah tujuan. Tetapi, tak sedikit pula orang yang masih belum bersyukur ketika dalam keadaan berlimpah rezeki. Ya, memang bukan hanya hal buruk saja yang membuat kita lupa untuk bersyukur, hal baik pun dapat membuat kita lupa tentang bersyukur jika kita tidak pernah benar-benar memahami makna dari bersyukur.

Saya mempunyai sebuah kisah tentang bersyukur yang menginspirasi saya, kisah ini sudah berkali-kali saya baca apalagi ketika saya sedang lupa untuk bersyukur.

Begini kisahnya, seorang raja bersama pengiringnya keluar dari istananya untuk menikmati udara pagi. Di keramaian, ia berpapasan dengan seorang pengemis. Sang raja menyapa pengemis ini, “Apa yang engkau inginkan dariku?”

Si pengemis itu tersenyum dan berkata, “Tuanku bertanya, seakan-akan tuanku dapat memenuhi permintaan hamba.”

Sang raja terkejut, ia merasa tertantang, “Tentu saja aku dapat memenuhi permintaanmu. Apa yang engkau minta, katakanlah!”

Sang pengemis menjawab, “Berpikirlah dua kali, wahai tuanku, sebelum tuanku menjanjikan apa-apa.”

Rupanya sang pengemis bukanlah sembarang pengemis. Namun raja tidak merasakan hal itu. Timbul rasa angkuh dan tak senang pada diri raja, karena mendapat nasihat dari seorang pengemis. “Sudah aku katakan, aku dapat memenuhi permintaanmu. Apa pun juga! Aku adalah raja yang paling berkuasa dan kaya raya.”

Dengan penuh kepolosan dan kesederhanaan si pengemis itu mengulurkan mangkuk penadah sedekah, “Tuanku dapat mengisi penuh mangkuk ini dengan apa yang tuanku inginkan.”

Bukan main! Raja menjadi geram mendengar “tantangan” pengemis di hadapannya. Segera ia memerintahkan bendahara kerajaan yang ikut dengannya untuk mengisi penuh mangkuk pengemis kurang ajar itu dengan emas! Kemudian bendahara menuangkan emas dari pundi-pundi besar yang dibawanya ke dalam mangkuk sedekah sang pengemis. Anehnya, emas dalam pundi-pundi besar itu tidak dapat mengisi penuh mangkuk sedekah. Tak mau kehilangan muka di hadapan rakyatnya, sang raja terus memerintahkan bendahara mengisi mangkuk itu. Tetapi mangkuk itu tetap kosong. Bahkan seluruh perbendaharaan kerajaan: emas, intan berlian, ratna mutumanikam telah habis dilahap mangkuk sedekah itu. Mangkuk itu seolah tanpa dasar, berlubang.

Dengan perasaan tak menentu, sang raja jatuh bersimpuh di kaki si pengemis, ternyata dia bukan pengemis biasa, terbata-bata ia bertanya, “Sebelum berlalu dari tempat ini, dapatkah tuan menjelaskan terbuat dari apakah mangkuk sedekah ini?”

"Temukan kebahagiaan hari ini dengan bersyukur dari hal-hal kecil yang akan menuntun kamu esok dalam meraih hal-hal besar."

~Mario Teguh~

"Orang yang berbahagia bukanlah orang yang hebat dalam segala hal, tetapi orang yang bisa menemukan hal sederhana dalam hidupnya dan mengucapkan syukur."

~Warren Buffet~

Pengemis itu menjawab sambil tersenyum, “Mangkuk itu terbuat dari keinginan manusia yang tanpa batas. Itulah yang mendorong manusia senantiasa bergelut dalam hidupnya.”

“Ada kegembiraan, gairah memuncak di hati, pengalaman yang mengasyikkan kala engkau menginginkan sesuatu. Ketika akhirnya engkau telah mendapatkan keinginan itu, semua yang telah kau dapatkan itu, seolah tidak ada lagi artinya bagimu. Semuanya hilang ibarat emas intan berlian yang masuk dalam mangkuk yang tak beralas itu. Kegembiraan, gairah, dan pengalaman yang mengasyikkan itu hanya tatkala dalam proses untuk mendapatkan keinginan. Begitu saja seterusnya, selalu kemudian datang keinginan baru. Orang tidak pernah merasa puas. Ia selalu merasa kekurangan. Anak cucumu kelak berkata, *power tends to corrupt*; kekuasaan cenderung untuk berlaku tamak.”

Raja itu bertanya lagi, “Adakah cara untuk dapat menutup alas mangkuk itu?”

“Tentu ada, yaitu rasa syukur terhadap segala sesuatu yang telah kau miliki. Jika engkau pandai bersyukur, itu akan menambah nikmat padamu.” ucap sang pengemis itu, sambil ia berjalan kemudian menghilang.

Saya sangat mengimani kisah di atas dalam hidup saya, dengan lebih bersyukur atas yang kita miliki, hidup kita akan terasa nikmat, kita juga akan lebih bisa menikmati hidup, namun saya mempunyai sebuah kutipan yang berbunyi, “Bersyukur adalah kewajiban namun jangan pernah merasa puas.” Kata-kata itu sudah terpatri dalam hati dan pikiran saya selama bertahun-tahun, tidak puas bukan berarti tidak bersyukur tapi memperbaiki pencapaian yang telah kita buat atau bahkan memecahkannya, bagi saya kepuasan akan berdampak pada pikiran kita yang membuat kita nyaman dan stuck pada zona tertentu. Bayangkan saja contoh sederhana, misalnya dalam ujian matematika, saya tidak pernah mendapat nilai di atas 5 selalu nilai 2 dan 4, dan ada beberapa anak seperti

“Tinggalkan kesenangan yang menghalangi pencapaian kehidupan Anda idamkan. Dan berhati-hatilah, karena beberapa kesenangan adalah cara gembira menuju kegagalan.”

~Mario Teguh~

saya di kelas, ketika kita memutuskan untuk belajar bersama agar pada ujian berikutnya dapat mendapat nilai di atas 5 atau paling tidak harus di atas standar, dan hasilnya memuaskan, pada ujian selanjutnya saya sukses mendapat nilai 6 begitu juga teman-teman yang belajar bersama saya, namun ada yang salah dalam hati dan pikiran saya, dengan mendapat nilai 6 saya merasa sangat puas dengan hasil dan usaha saya, lama-kelamaan perasaan puas ini membuat saya malas belajar, saya selalu menolak ketika teman-teman mengajak belajar, ujian-ujian berikutnya nilai-nilai saya hanya berkutat sekitar angka 5 dan 6, stuck dan tak pernah maju, di lain sisi teman-teman saya berkompetisi untuk meraih nilai yang baik bahkan memecahkan rekor nilai yang pernah mereka capai. Ini masih perumpamaan di sekolah, bayangkan jika dalam pekerjaan? Bisnis Anda? Komunitas? Kita akan menjadi semakin tertinggal dan tenggelam dalam kepuasan yang kita tancapkan dalam hati dan pikiran. Ingat, bersyukur atas apa yang kita miliki dan yang telah kita capai dan berusaha untuk memperbaiki semuanya menjadi lebih baik.

Selain itu, tanpa kita sadari, kadang kita bersyukur hanya karena kita sedang beruntung atau kita mendapatkan hal baik saja. Sebaliknya ketika kita sedang mengalami kegagalan, kita lebih sering menuduh orang lain sebagai penyebab kegagalan kita atau kita malah menyalahkan Tuhan atas kehidupan yang kita jalani. Hal yang wajar saat mengalami kegagalan kita kecewa, namun baiklah kita berusaha bangkit dari kegagalan itu karena jika kita terlalu larut di dalamnya hanya akan menyebabkan hidup kita menjadi tidak berirama.

"Kegagalan bukan
pada bila kita jatuh,
tetapi bila kita tidak
mau bangun."
~Irfan Chairi~

Hidup di tengah orang-orang yang berduit membuat saya minder dengan keadaan keluarga saya, meskipun saya tidak pernah merasa kekurangan makanan, alat sekolah, pakaian, uang saku, dan lain-lain. Jika dibandingkan dengan mereka, saya hanyalah anak biasa. Kebutuhan

primer saya memang telah terpenuhi, tetapi sebagian besar teman-teman saya dapat memenuhi kebutuhan tersier mereka, sedangkan saya tidak.

Mulai saya duduk di bangku Sekolah Dasar (SD), saya mulai merasa tidak percaya diri karena keadaan ekonomi keluarga saya. Mungkin karena sebagian teman-teman saya adalah mereka yang memiliki orangtua mampu yang dapat memenuhi kebutuhan primer hingga tersier mereka. Mereka mempunyai rumah yang menurut saya mewah, karena memang pada saat itu saya dan keluarga masih tinggal di rumah kontrakan kecil sederhana tak berhalaman di sebuah gang buntu di tengah padatnya perumahan. Dari hal sederhana ini, terkadang saya merasa ingin menjadi sama dengan mereka.

Sebenarnya sejak saya kecil, saya sering merasa iri dan menginginkan banyak barang yang saudara-saudara saya punya. Entah pakaian, alat tulis, bahkan mainan, saya merasa mainan yang saya punya tidak pernah lebih bagus daripada mereka, selain itu saya juga sering mendapatkan mainan bekas dari kakak saya. Mungkin karena kakak saya juga perempuan, jadi orangtua saya berhemat dengan memberikan mainan itu kepada saya. Saat saya menginjak umur belasan tahun pun, saya masih sering memiliki perasaan iri dan menginginkan milik orang lain itu. Saya ingin bisa berlibur ke tempat ini itu, ingin beli barang ini itu. Namun, saya kembali berpikir, memutar otak, mencoba menemukan hal yang dapat membawa saya untuk lebih mampu menikmati kehidupan ini karena semakin lama saya merasa hidup saya habis hanya untuk melihat apa yang orang miliki sedangkan saya tidak menghasilkan apa-apa. Lalu, saya menemukan apa itu “bersyukur”.

Yap! benar. Bersyukur, satu kata yang mampu mengubah saya menjadi lebih sempurna. Kurangnya rasa bersyukur dalam hidup membuat saya selalu merasa serba kekurangan. Ini kurang lah, itu kurang lah, saya tidak melihat segala hal yang sebenarnya sudah Tuhan berikan kepada saya. Sekarang, ketika saya mulai tertarik untuk menginginkan barang milik orang lain atau iri, saya akan melihat kembali karunia yang telah saya

peroleh selama hidup. Saya pernah jatuh ke dalam jurang iri, tetapi berkat “bersyukur” sekarang saya bangkit.

Semuanya berawal dari perasaan iri, lalu bermetamorfosis menjadi benih-benih sirik dan apabila berkelanjutan akan berkembang atau mungkin beranak cucu menjadi dendam dan benci. Hanya dengan celah kecil dapat membuat lubang jurang yang besar layaknya sebuah black hole. Apa yang terjadi saat kita membenci orang? Ketika kita membenci seseorang, maka kita akan susah melihat sisi baik dari orang tersebut. Selain itu, dapat membuat kita terbelenggu di dalam perasaan negatif yang selalu menghantui. Hingga pada akhirnya, hidup kita hanya akan berputat mengenai keburukan orang lain.

"Ketika Anda bangun di pagi hari, bersyukurlah atas cahaya pagi, atas hidup dan kekuatanmu. Bersyukurlah atas makanan dan kegembiraan hidup. Jika kau tidak melihat alasan untuk berterima kasih, kesalahan terletak pada dirimu sendiri."

~Tecumseh (1768-1813)~

Kita menjadi lupa dengan diri kita sendiri dan lama-kelamaan jiwa kita akan mati saat raga kita masih hidup di dunia ini. Seperti halnya haters yang selalu mengomentari orang lain dan merelakan keindahan hidupnya hanya untuk hal yang bisa dibilang tidak menghasilkan dan membuang waktu.

Dari semua hal yang terjadi dalam kehidupan ini, saya menyadari bahwa saya harus lebih terbuka dan melihat segala anugerah yang telah Tuhan berikan pada saya. Tuhan menghadirkan kita di dunia ini keindahan dan kita dibekali-Nya dengan talenta-talenta. Talenta-talenta inilah yang patut kita kembangkan. Tiap-tiap orang memiliki talentanya masing-masing. Jadi, kita tidak patut untuk merasa kekurangan karena talenta yang dimiliki orang lain. Malahan kita perlu menggabungkan keseluruhan

talenta yang ada agar dapat menciptakan suatu mahakarya yang indah nan menawan.

Cobalah lihat diri kita masing-masing lebih dalam. Mungkin sesekali kita perlu menatap pantulan diri kita di depan cermin. Memperhatikan salah satu mahakarya dari Tuhan Yang Maha Esa. Merasakan setiap udara yang mengalir melalui rongga hidung dan terus mengalir hingga ke paru-paru. Melihat mata yang indah itu. Mata yang selalu memancarkan sebuah harapan dan mimpi. Hidung yang juga indah, bagaimanapun bentuknya inilah anugerah Tuhan. Tanpa hidung kita akan kesulitan bernapas. Bibir yang mampu membuat paras kita semakin indah nan elok dengan senyumannya. Mungkin tak secantik dan setampan artis serta aktor hollywood, tetapi lihatlah anugerah yang telah Tuhan beri untuk kita, Anda dan saya juga masih memilikinya lengkap dan tanpa kekurangan. Apa yang kurang? Apa ada yang salah dari Tuhan saat menciptakan kita? Jawabannya adalah, “Tidak ada”, Anda begitu indah. Tuhan telah menciptakan Anda dengan sangat indah. Lihatlah, semua organ tubuh Anda masih berfungsi dengan baik. Bila sakit sekalipun, lihatlah Anda masih bisa menikmati napas kehidupan.

Cobalah menggali dan mengenali diri Anda masing-masing. Perkenalkan siapakah diri Anda kepada hidup ini. Anda begitu indah, mengagumkan. Biarkan orang lain menjadi orang terkenal. Biarkan mereka mendapat nilai lebih baik daripada saya. Biarkan mereka berorasi di depan umum namun saya tidak. Biarkan mereka berbahagia dengan segala kegembiraannya. Biarkan mereka tertawa terbahak-bahak karena melihat acara di televisi. Biarkan mereka berlari kencang mengelilingi dunia. Biarkan mereka melihat indahnya pelangi sedangkan saya tidak. Biarkan mereka bernyanyi dengan merdu. Biarkan mereka mendengar alunan instrument dari Yiruma sedangkan saya tidak. Bagaimanapun keadaannya, saya pun juga berbahagia atas kehidupan ini. Mungkin, saya tidak sesempurna mereka. Meskipun, orang memandang saya lemah tak berdaya. Sekalipun saya bukanlah orang penting bagi mereka. Meskipun

mereka melihat diri saya sebagai orang yang tak berguna untuk tinggal di dunia ini. Tetapi, bagi saya, saya sangat berguna bagi kehidupan saya.

Kita lahir di dunia ini dengan sebuah tujuan. Jangan menganggap diri kita ini lemah. Bersyukur dengan segala kelebihan kita sekarang dan kembangkanlah. Tersenyum membuat kita tenang. Bersyukur membuat kita lebih merasakan kebahagiaan. Seperti kata Marthin L. King, "Biarlah Beethoven pandai membuat lagu, biarlah Michaelangelo pandai melukis, tetapi di sini, ada seorang tukang sapu terhebat di dunia." Siapa pun diri Anda, bagaimanapun keadaan Anda, bersyukurlah akan hal ini. Tidak

"Biarlah Beethoven pandai
membuat lagu, biarlah
Michaelangelo pandai melukis,
tetapi di sini, ada seorang
tukang sapu terhebat di
dunia."

~Dr. Marthin Luther King~

akan ada orang yang bahagia tanpa mensyukuri segala anugerah yang telah Tuhan berikan."

Banyak sekali karunia dan berkat yang patut kita syukuri. Hal terkecil pun merupakan sebuah berkat. Kita bersyukur karena pagi hari ini, Tuhan masih menghendaki kita untuk bernapas. Kita bersyukur karena pagi ini kita masih bisa menikmati sarapan pagi yang mengenyangkan. Kita masih diberikan kesehatan. Kita masih memiliki uang untuk membeli makan, untuk membeli kebutuhan sehari-hari kita. Tetapi, di luar sana banyak orang yang untuk membeli sesuap nasi pun susah. Kita patut mensyukuri setiap detail dari diri kita. Setiap detail karunia dan berkat yang melimpah atas diri kita. Dan masih banyak lagi hal yang belum kita sadari dan hal itu merupakan hal yang patut untuk kita syukuri.

Diri kita sendirilah yang merupakan pemeran utama dalam kehidupan yang kita jalani. Tidak akan ada yang mampu mengubah kehidupan kita,

jika bukan diri sendiri yang mengubahnya. Anda bertanggung jawab untuk menyelesaikan kehidupan ini dan Anda pula lah yang bertanggung jawab atas hasil, selama Anda menjalani kehidupan di dunia. Bersyukurlah dengan segala yang Anda punya sekarang. Jangan melihat rumput tetangga yang lebih subur, karena kadang-kadang ada singa di dalamnya. Dan bercerminlah, lihatlah diri Anda sebagai singa yang tangguh, meskipun

"Siapa pun kita, di mana pun kita berada, apa pun situasi kita saat ini, keajaiban syukur akan mengubah seluruh hidup kita!"

~Rhonda Byrne~

sebenarnya Anda hanyalah zebra biasa. Seperti iklan komersial di televisi, ya? Yap, benar :).

Saat bahagia, kita pasti selalu ingat akan bersyukur. Namun, kadang kita juga lupa bersyukur saat kita dalam keadaan yang lebih bahagia daripada orang lain. Bersyukurlah karena kebahagiaan yang telah Tuhan berikan kepada kita. Kebahagiaan itu mahal, belum tentu setiap orang bisa mendapatkan kebahagiaan itu. Kita perlu berterima kasih pada Tuhan karena kegembiraan dan kebahagiaan yang telah Tuhan berikan pada kita. Sekecil apa pun kebahagiaan tersebut, dan Anda mensyukurinya, maka hal itu akan memberikan kegembiraan yang besar.

Saat saya mendapat sebuah keberhasilan, saya pernah merasa kurang puas dengan apa yang telah saya raih. Rasanya masih kurang saja. Saya selalu terobsesi untuk mendapatkan hal yang sempurna. Saya ingin selalu berada di atas. Keserakahan saya akan sebuah hasil membuat saya selalu merasa kekurangan dan lupa untuk bersyukur. Saya tidak pernah melihat mereka yang ada di bawah saya, yang mendapatkan hal lebih buruk dari saya. Malah saya mengejek mereka karena kemampuan merekalah yang

membuat mereka menerima hasil yang buruk. Ketertarikan saya akan hal yang duniawi membuat saya selalu berusaha untuk mendapatkan hasil yang terbaik. Saya lupa dengan segala berkat dan karunia yang telah Tuhan berikan kepada saya. Saya khilaf, saya dibutakan oleh kemegahan duniawi. Hingga suatu saat kemegahan itu melemahkan saya, membuat saya tidak berdaya. Saya tidak pernah mendapatkan kebahagiaan rohani saya. Semua hal duniawi memang membuat kita bahagia, tetapi hanya sesaat. Tetapi, kebahagiaan dari dalam diri sendirilah yang dapat bertahan. Bersyukur, sebuah kebahagiaan yang membawa jiwa kita menemukan ketenteraman serta kedamaian. Tersenyum karena anugerah Tuhan dan mensyukurinya merupakan suatu kesatuan yang menjadi langkah awal untuk mencapai kebahagiaan di dunia ini karena sebenarnya bahagia itu sederhana.

Kita tidak perlu menjadi orang yang hebat untuk dapat memperoleh kebahagiaan. Bersyukur membuat kita menemukan kebahagiaan itu sendiri tanpa kita mencarinya. Bersyukurlah, maka kebahagiaan akan datang dengan sendirinya tanpa kita memintanya untuk hadir dalam kehidupan kita. Bersyukur, bersyukur, dan tetap bersyukur. Ketahuilah bahwa setiap detail diri Anda itu indah. Ketika perasaan negatif mulai mengetuk pintu kehidupan ini. Ketika kemegahan dunia mulai membuat diri kita lupa akan kebahagiaan yang sederhana. Ketika kita mulai terbuai dengan mewah dan anggunnya gaun yang dikenakan. Alihkanlah segera haluan Anda. Berputarlah, berbaliklah. Memang kita akan menerima kebahagiaan jasmani tetapi kita tidak akan mendapat kebahagiaan rohani. Kedua kebahagiaan ini dapat kita capai dengan cara bersyukur.

"Ketika aku mulai menghitung karunia yang kuterima, seluruh hidupku berubah."

~Willie Nelson~

Ketika kita sedang mengalami suatu kegagalan. Tetaplah bersyukur. Bersyukur atas proses yang telah kita capai, bukan malah mencaci maki karena kegagalan yang kita peroleh. Kita patut bersyukur karena Tuhan

memberikan kita kegagalan, karena dengan kegagalan, kita akan belajar untuk lebih baik. Kita bersyukur atas teguran Tuhan melalui kegagalan, yang memberi tahu kita bahwa kita perlu mengubah cara kita. Seburuk apa pun kegagalan itu, jika kita dapat membuka mata dan melihatnya dengan rasa syukur, segala kegagalan akan dapat kita ubah menjadi sebuah kemenangan.

Ada satu hal yang perlu untuk kita ingat, bersyukur bukan berarti kita menyerah pada keadaan. Bersyukur adalah menerima dan memperbaiki. Bersyukur berarti kita dapat mengambil suatu pelajaran dari sebuah kegagalan. Karena dengan suatu kegagalan inilah, kita dapat mengetahui di mana letak kesalahan kita dan kita akan mampu memperbaikinya di kesempatan berikutnya. Percayalah bahwa kesempatan tidak akan habis bagi mereka yang mau bersyukur serta berusaha dan bekerja. Tetapi, kesempatan akan sukar untuk datang kedua kalinya.

How to Be Grateful?

Seperti halnya tersenyum, untuk dapat bersyukur kita tidak memerlukan metode yang rumit seperti dalam penyusunan makalah atau karya tulis. Kita hanya perlu membuka pikiran dan hati kita mengenai keadaan yang kita hadapi saat itu. Hati yang selalu terbuka untuk rasa percaya kepada Tuhan yang akan menolong kita. Pikiran yang terbuka untuk berpikir guna mencari cara untuk menyelesaikan suatu masalah. Mulailah bersyukur dengan tersenyum dan tidak menyalahkan keadaan.

Rasa bersyukur membuat kita bahagia, bahagia membuat kita aktif sehingga kita selalu berkarya. Bahagia tidak pernah membuat orang menjadi pemurung atau pemalas. Bahagia membuat kita lebih baik dalam menikmati kehidupan ini. Kebahagiaan rohani membuat jiwa tenang dan damai. Kebahagiaan jasmani membuat kita gembira bahkan bangga. Kebahagiaan sejati tidak akan muncul bila kita enggan untuk bersyukur.

Diperlukan suatu kesatuan yang erat untuk dapat melihat betapa indahnya dunia bahkan terkadang lebih indah daripada pelangi.

Semua kejadian yang kita alami memiliki tujuan mereka masing-masing. Tak ada kejadian yang muncul tanpa suatu sebab dan tujuan. Saya tidak akan menjadi seperti sekarang tanpa kejadian yang saya alami sekitar enam tahun yang lalu ketika saya duduk di bangku SMP, di mana secara batin saya mengalami begitu banyak penolakkan, penindasan, tekanan, dan masih banyak hal lain yang membuat saya depresi. Terkadang saya menyalahkan Tuhan, karena memberikan saya cobaan begitu berat saat saya baru menginjak umur belasan. Kini saya bersyukur karena memiliki “masa-masa percobaan” ketika saya masih menginjak umur belasan tahun. Melalui segala peristiwa dan kejadian yang saya lalui di bangku SMP, saya menjadi percaya bahwa Tuhan sedang mempersiapkan pelagi setelah badai menyerang kehidupan kita. Dengan keyakinan itu, membuat saya selalu bersyukur dan selalu berusaha. Saya yakin dan percaya bahwa Tuhan tidak akan pernah menutup mata dan telinga melihat anak-Nya penuh dengan cobaan.



BAGIAN 3

MY DREAMS

“Everypeople have their own dream.”

Saat saya kecil saya memiliki banyak cita-cita. Saya pernah bercita-cita menjadi seorang dokter, pelukis, reporter, penulis, dan masih banyak cita-cita yang lain. Cita-cita saya berganti setiap saya memasuki tingkatan umur yang lebih tinggi. Hingga sekarang, saya menyadari bahwa saya sedang meraih cita-cita pada masa kecil saya, yaitu untuk menjadi seorang penulis. Apakah cita-cita masa kecil Anda? Mungkin apa yang Anda cita-citakan saat kecil juga menjadi pekerjaan yang sekarang Anda lakoni. *Maybe yes, maybe no.*

Cita-cita adalah impian dan impian adalah cita-cita. Mereka berdua adalah kata yang berbeda namun memiliki makna tersirat yang sama. Sebuah kata yang menggambarkan rancangan mengenai bagaimana kehidupan kita di masa mendatang. Impian atau cita-cita datang kepada setiap orang yang mengharapkannya, yang merencangkannya, dan yang menghidrarkannya. Tidak ada syarat untuk memiliki sebuah impian. Namun, membutuhkan begitu banyak usaha dan kerja keras bahkan perjuangan untuk meraih impian itu.

Siapa pun diri kita, masing-masing dari kita memiliki hak yang sama untuk memiliki suatu impian. Impian tidak ditentukan dari mana atau bagaimana diri kita. Impianlah yang mengubah diri kita. Sebuah impian merupakan suatu langkah awal dalam menjadikan kehidupan ini mencapai keindahannya. Semua orang berhak bermimpi. Tapi sayangnya banyak orang yang kehilangan impiannya saat mereka tahu jika dunia tidak cukup mampu untuk mendukungnya dalam mewujudkan impian tersebut. Mereka telah menyerah terlebih dahulu sebelum mereka berperang. Impian tidak hadir dan nyata dalam kejapan mata. Kita perlu memperjuangkannya. Impianlah yang mengubah kehidupan ini. Semua

"Bermimpilah
setinggi langit...
Jika engkau jatuh,
engkau akan jatuh
di antara bintang-
bintang."

~Ir. Soekarno~

orang yang berhasil dalam pencapaian kehidupannya, mereka semua juga bermula dari sebuah mimpi.

Berani lah bermimpi. Mimpikanlah sesuatu yang besar. Mimpikanlah hal yang benar-benar akan mengubah kehidupan Anda. Jangan pernah takut untuk memimpikan sesuatu hal yang besar. "If your dreams not scared you, its just a little dream." Mimpi yang besar akan menghasilkan perubahan yang besar dan sebaliknya pula. Mimpi yang besar, juga dapat membuat kita lebih bersemangat. Seperti kata Daniel H. Burnham, "Jangan membuat rencana kecil. Rencana-rencana kecil tidak mempunyai keajaiban untuk membuat semangat manusia berkobar. Buatlah rencana-rencana yang besar, tetapkan harapan yang tinggi dan gapailah itu." Rencana adalah awal dari impian kita. Impian adalah hal yang akan mengubah kehidupan kita.

Saya bukan berasal dari orang yang serba berkecukupan. Rumah saya hanyalah rumah joglo kuno yang lantainya masih dari tanah. Kedua orang tua saya hanya bekerja sebagai guru. Gaji mereka terkadang masih kurang untuk membiayai saya dan kakak saya. Apalagi, ditambah adik saya yang masih kecil. Saya dan adik saya memiliki jenjang umur 12 tahun, sekarang dia sudah menginjak bangku SD. Pengeluaran semakin bertambah, saat kakak saya belum menyelesaikan kuliahnya dan di saat bersamaan saya menginjak bangku kuliah. Papa saya meminta saya untuk

"Jika Anda percaya,
benar-benar percaya,
sesuatu dapat dilakukan,
pikirkan Anda akan
bekerja untuk Anda
dan membantu Anda
mencari jalan untuk
melaksanakannya."

~David J. Schwartz~

mengambil universitas negeri yang sudah memiliki ikatan dinas, sehingga memudahkan saya untuk cepat mendapat pekerjaan. Saya menolak. Saya tidak berminat untuk melanjutkan pendidikan di universitas negeri. Saya berminat untuk melanjutkan pendidikan saya di salah satu universitas berbasis *entrepreneur* di kota Surabaya. Saya ingin berbisnis. Namun,

biaya kuliah di sana memang cukup mahal bagi saya yang hanya berasal dari keluarga seorang guru PNS. Mungkin itu yang membuat papa saya tetap meminta saya untuk melanjutkan kuliah di universitas negeri. Justru mama saya yang pada saat itu mulai memahami diri saya. Mama mulai memberikan penjelasan kepada saya. Universitas swasta memiliki biaya kuliah yang mahal, gaji papa dan mama saya tidak cukup untuk membiayainya. Tetapi, saya tetap bersikukuh untuk melanjutkan kuliah di universitas swasta. Rasanya memang seperti anak yang tidak tahu diri dan tidak tahu malu dengan keadaan orangtuanya. Namun, saya tidak pernah melihat latar belakang saya. Saya percaya akan ada jalan di setiap kemauan dan usaha kerja keras.

Lalu saya mencoba meyakinkan kedua orangtua saya. Saya akan mampu mendapatkan beasiswa di universitas swasta. Saya juga tidak ingin membebani kedua orangtua saya dengan biaya yang cukup mahal ini. Dan yap! saya pun mendapatkan beasiswa penuh untuk berkuliah di salah satu universitas swasta lain di Surabaya. Segala usaha serta kerja keras

"Jangan membuat rencana kecil.
Rencana-rencana kecil tidak
mempunyai keajaiban untuk
membuat semangat manusia
berkobar. Buatlah rencana-
rencana besar, tetapkan harapan
yang tinggi dan gapailah itu."

~Daniel H. Burnham

saya membuahkan hasil. Inilah langkah pertama saya untuk memulai kehidupan yang nyata dalam mengejar suatu impian.

Saya tahu, saya berasal dari keluarga sederhana yang terkadang mendapat kesulitan finansial. Rasanya aneh jika saya bersekolah di tempat yang begitu elite, yang kebanyakan penghuninya adalah keturunan Tionghoa, sedangkan saya bukan. Tetapi, saya mencoba menyingkirkan

pikiran itu. Pantas atau tidak pantasnya seseorang bukan dilihat dari keadaan finansial seseorang atau dari latar belakang seseorang tetapi dari kualitas orang tersebut. Uang bukanlah penghalang bagi saya dalam mencapai impian saya. Apakah nasib anak dari orang yang miskin harus berakhir dengan kemiskinan juga? Tidak. Setiap orang memiliki jalan hidupnya masing-masing. Bagaimanapun latar belakang kita, sama sekali tidak menentukan nasib kita, asalkan kita memang benar-benar ingin mengubahnya. Orangtua saya boleh mengalami kekurangan finansial, tetapi sebagai seorang anak yang menginginkan suatu perubahan, saya harus lebih berusaha dan bekerja keras tanpa bergantung kepada mereka terlalu lama. Saya harus segera memberikan keringanan kepada orangtua saya. Dan saya ingin memberikan masa tua yang menyenangkan untuk mereka.

Impian tidak melihat latar belakang kita. Impian ada karena kemauan kita untuk bermimpi. Impian terwujud karena usaha dan kerja keras kita. Banyak jalan menuju Roma. Banyak jalan pula menuju kebahagiaan. Impian membawa kita menuju kebahagiaan di masa depan. Karena dengan sebuah impian, kita akan merasa lebih patut dan pantas untuk memperjuangkan hidup kita di dunia ini. Bermimpi itu pasti, memiliki impian itu harus. Namun, jangan sampai impian ini hanya menjadi mimpi kita saja. Hidup tanpa impian sama seperti ikan mati yang terbawa arus sungai. Kita tidak pernah tahu untuk apa dan apa yang kita cari jika tidak memiliki impian. Maka dari itu perlulah kita memiliki sebuah impian. Bermimpilah setinggi-tingginya. Mimpi itu tidak terbatas. Mimpikanlah sesuatu yang besar yang dapat mengubah hidup Anda. Batasan dari mimpi adalah diri kita sendiri yang membuatnya ada. Saat Anda merasa lelah dengan segala upaya yang telah Anda lakukan dan Anda menyerah atau Anda takut bermimpi tinggi karena suatu keadaan yang tidak memungkinkan. Pada saat itulah Anda memberikan batas dari impian Anda sendiri. Jika di luar sana, ada yang memiliki kondisi lebih memprihatinkan daripada kita, namun mereka mampu meraih impiannya. Mengapa kita tidak bisa? Mengapa kita perlu

membatasi mimpi kita? Jika mereka yang tidak seberuntung saya bisa, seharusnya saya juga bisa.

As Fast As You Can!

Mimpi telah dirancang, impian telah terpatrit dalam jiwa dan raga. Selanjutnya, kita hanya membutuhkan langkah. Ya! Langkah yang akan membawa kita beserta impian kita keluar dari mimpi dan menjadi nyata. Banyak orang yang bermimpi terlalu lama dan juga terlalu panjang mempersiapkannya. Apakah salah? Saya tidak memiliki hak untuk membenarkan atau menyalahkan, namun bagi saya itu akan membuang waktu kita. Waktu berjalan dengan cepat dan kita masih memikirkan impian-impian kita. Jika kita tidak segera bergegas untuk mewujudkannya, maka impian itu hanya akan menjadi mimpi dalam hidup kita. Impian yang besar membuat kita bersemangat. Tetapi dalam usaha mewujudkannya, terkadang kita sibuk memikirkan cara-cara agar impian itu segera terwujud. Kita terlalu banyak pertimbangan, takut salah pilih jalan, takut gagal, takut ini itu. Hingga akhirnya kita malah menjadi diam dan tidak melakukan apa-apa.

"Sederhana, tapi
luar biasa. Dalam
diri tiap insan, bila ia
meyakininya. Keajaiban
sebuah mimpi."

~Arnompuji ~

Kita membutuhkan impian yang besar untuk membuat kita lebih tertantang dan bersemangat. Tetapi, bukan karena impian yang besar kita malah menjadi sibuk dan terkesan repot dalam menyiapkan impian itu. Kita harus dengan segera memulai langkah kita. Kita tidak perlu memulai langkah kita dengan langkah yang begitu besar, cukup dengan langkah yang kecil dan pasti, dan kita dapat memulainya.

Pernahkah Anda menaiki tangga ke puncak Gunung Bromo? Atau menaiki tangga menuju puncak Candi Borobudur? Jika kita melihat tangga itu dari bawah, rasanya begitu melelahkan dan sangat menguras

tenaga. Namun, ketika kita telah melangkahkan kaki kita untuk anak tangga yang pertama berlanjut yang kedua, ketiga, hingga akhirnya kita berhasil sampai pada tangga terakhir di puncak. Semua rasa lelah terbayar sudah. Kini kita dapat menikmati negeri di atas awan dari puncak Gunung Bromo atau dapat menikmati betapa segarnya kota Magelang dari atas Borobudur.

Impian kita besar. Pecahkan impian itu dan buatlah itu menjadi bagian terkecilnya. Dan kita dapat memulainya dengan hal yang paling kecil dan sederhana. Saya memiliki sebuah impian untuk membangun usaha saya sendiri. Untuk mencapai hal itu saya tidak terburu-buru untuk segera mendapatkan hasil yang besar, karena waktu saya akan habis untuk memikirkannya. Saya tidak langsung meminta modal untuk membangun usaha saya. Saya memulainya dari hal terkecil. Sambil menjalani kehidupan saya sebagai mahasiswa, saya mulai merancang hal apa saja yang dapat membawa saya menuju impian saya. Saya pun menemukan hal yang paling sederhana itu. Hal tersebut adalah sebuah jaringan, sebuah koneksi. Saya pun mulai mencari sebuah koneksi. Tidak perlu koneksi yang besar. Orang-orang di sekitar saya pun dapat menjadi sebuah koneksi. Saya mulai membuat jembatan di antara teman-teman saya. Suatu usaha tak akan berjalan tanpa adanya pembeli, bukan? Selanjutnya saya mulai merancang apa yang akan saya jual nantinya. Semua berjalan beriringan. Saya membangun jembatan dengan teman-teman saya dan saya juga melihat segala peluang yang dapat menjadi ide untuk bisnis saya nanti. Saya berkuliah pun untuk mengambil ilmu yang akan saya gunakan untuk membuat produk saya.

Sebagai pemula dalam suatu bisnis, saya tidak memiliki cukup modal. Apalagi keadaan saya yang masih menginjak bangku kuliah. Semua biaya masih orangtua saya yang menanggungnya. Tetapi, apakah dengan tidak adanya modal membuat kita pasrah? Saya tidak akan menyerah begitu saja pada keadaan. Saya mulai mencoba mencari informasi mengenai perlombaan business plan dengan harapan jika saya dapat memenangkan

perlombaan itu, saya bisa mendapat modal awal untuk memulai bisnis ini. Sebuah langkah kecil namun pasti akan lebih menghasilkan daripada langkah yang besar. Sesuatu yang kecil jika dilakukan dengan teratur juga akan menghasilkan hasil yang besar pula. Jangan pernah menganggap rendah hal yang kecil.

Impian yang besar, dapat kita raih dengan impian-impian kecil kita. Seperti sebuah pohon, dia memiliki batang utama yang memiliki banyak daun dan berlimpah buahnya. Di samping kanan dan kirinya, ada batang-batang pendamping. Kegunaan dari batang pendamping ini adalah menjaga keseimbangan dari batang utama. Batang utama tidak akan ada jika tanpa batang pendamping dan ranting-rantingnya. Impian besar kita yang akan menghasilkan banyak buah berlimpah yang nantinya kita nikmati, juga tidak akan menjadi bermakna tanpa impian-impian kecil kita dalam usaha mencapai impian besar tersebut.

Focus!

Suatu ketika, saya dan teman saya hendak pergi makan bersama di sebuah restoran. Perjalanan yang ditempuh tidak terlalu lama. Cukup 15 menit kami akan sampai tempat tujuan. Saya sangat menikmati perjalanan saya menuju restoran, begitu juga teman saya. Banyak tempat makan yang kami lalui, hingga suatu ketika kami tergoda untuk menikmati hidangan di salah satu rumah makan yang kelihatannya cukup menarik. Kami pun berhenti dan memutuskan untuk makan di tempat itu. Setelah kami makan, kami baru sadar jika tujuan kami bukan untuk makan di tempat ini.

Ketika kita sedang dalam perjalanan untuk mencapai impian kita, akan sering kita temui godaan dan halangan yang datang silih berganti. Jalan untuk mencapai impian tidak seperti jalan TOL yang sepi dengan hiruk pikuk keramaian selain suara mesin mobil yang saling menderu mencoba mendahului sesama. Jalan untuk mencapai impian lebih mirip dengan

jalan yang ada di dalam pasar. Akan selalu kita temui tawaran baru dalam menuju sebuah impian. Jika kita salah menerima tawaran, bisa jadi kita tidak akan tiba ke impian kita. Oleh sebab itu kita membutuhkan fokus. Memfokuskan diri pada mimpi yang menjadi tujuan kita, membuat kita tetap terarah.

Saat saya sedang berjalan-jalan di sebuah pusat perbelanjaan, saya dihampiri oleh seorang *sales* perempuan. Secara otomatis langkah saya berhenti tepat di depan tangannya yang sedang menyodorkan sebuah brosur. Saya melihat sekilas brosur itu berisi gambar-gambar yang menurut penglihatan saya itu adalah hadiah. Lalu perempuan itu meminta waktu saya sebentar untuk mengisi brosur tersebut. *Oh, God*. Akhirnya, saya mundur satu langkah dan menolaknya dengan berkata, “terima kasih” dan saya berlalu meninggalkan perempuan itu. Mengapa saya menolak perempuan itu? Saya menolak karena saya memiliki tujuan. Saya pergi ke tempat ini hendak membeli kebutuhan bulanan saya. Andai saya menerima tawaran itu, mungkin saya akan kehilangan sepersekian menit saya untuk mengisi brosur dan berbincang dengan perempuan itu.

Dengan kita memfokuskan diri kita pada tujuan hidup, yaitu impian, kita akan menjadi lebih kuat dan tegar dalam menghadapi masalah. Setidaknya kita akan sulit tergoda untuk hal-hal lain yang akan membuang waktu kita sia-sia. Layaknya seperti memakai kacamata kuda, kita akan fokus dan berpusat pada tujuan mulia kita di dunia ini. Godaan akan tetap silih berganti mencoba menggoda dan mencari kelemahan kita, tetapi dengan “fokus”, saya yakin segala godaan itu tidak akan mampu mematahkan semangat kita dalam meraih impian kita.

Saya menulis buku ini dengan suatu tujuan, yaitu impian. Ketika saya mulai menulis buku ini, saya selalu membayangkan bagaimana ketika saya mampu mencapai impian ini. Saya selalu ingat tujuan saya mengapa saya menulis dan itu menguatkan diri saya. Tetapi, semakin lama saya sadar jika saya harus memenuhi target menulis, saya kehilangan fokus saya.

Saya kalang kabut memikirkan apa yang akan saya tulis selanjutnya? Saya tidak habis pikir bahwa saya harus bekerja di bawah tekanan seperti ini. Rasanya saya sudah ingin menyerah dan lebih memilih kesibukan di perkuliahan. Rasa frustrasi karena tidak tahu apa yang akan saya tulis membuat saya semakin menjadi-jadi. Hingga suatu ketika, saya teringat impian saya. Bayangan mengenai bagaimana saya akan meraih mimpi saya mulai bermunculan. Jantung saya mulai berdetak lebih kencang. Rasanya jiwa ini ingin melompat dari raga yang tak sanggup menahan degupan jantung yang kian cepat. Saya sadar, saya telah kehilangan “fokus” saya dan kini saya telah mendapatkan “fokus” itu kembali.

Failure is Not The Ending

Ketika kita masih bayi dan masih berusaha berdiri sendiri, berapa banyak kali kita jatuh? Namun, kita tetap berusaha untuk berdiri. Hingga akhirnya kini kita mampu berdiri tegap. Bayangkan saja, jika dulu kita menyerah. Kita tidak akan menjadi diri kita saat ini. Jatuh bangun saat kita masih bayi

yang sedang belajar untuk berdiri sama dengan jatuh bangun saat kita dewasa dan mencoba untuk bangkit meraih impian kita.

Semua orang akan mengalami kegagalan. Tidak terkecuali siapa pun dirinya. Kegagalan membuat kita semakin berpengalaman. Dengan kita gagal dan bangkit lagi, kita akan mengalahkan kegetiran yang ada di hidup ini. Kegagalan membuat kita belajar untuk menjadi lebih baik lagi. Hingga akhirnya kegagalan akan menyerah sendirinya dan kemenangan dapat kita raih.

"Jangan berhenti
berupaya ketika menemui
kegagalan karena
kegagalan adalah cara
Tuhan mengajari kita
tentang arti kesungguhan."

~Gunawan Saputra~

Dalam hidup ini, saya selalu memiliki kegagalan yang sama yaitu kegagalan dalam menjalin pertemanan. Saya tidak begitu paham bagaimana seharusnya berteman dan saya juga bingung harus berteman dengan orang seperti apa. Bagi saya, teman adalah mereka yang selalu siap dan setia untuk menunggu dan menemani diri kita. Tanpa harus menghabiskan waktunya selalu bersama-sama dengan mereka. Selebihnya, sahabat adalah mereka yang dapat bertahan bersama-sama dengan kita dengan segala keburukan dan kebaikan yang kita miliki.

Dulu, saya memiliki seorang teman. Dia anak yang cerewet dan terkesan seperti anak kecil. Bahkan dulu dia pernah memusuhi saya tanpa sebab yang masuk akal. Jujur, saya sangat terganggu dengan sifat dia yang seperti itu. Di samping itu, saya tidak tahu harus menyikapi segala tingkah lakunya itu. Akhirnya saya mundur dan saya gagal. Hingga akhirnya saya menikmati kesendirian saya tanpa teman. Membutuhkan waktu yang cukup lama, hingga saya menyadari jika saya terlalu dini untuk menyerah. Saya mulai membuka kehidupan saya dengan orang lain. Bersosialisasi yang mencoba memahami mereka satu per satu. Berusaha untuk tidak mengulangi kesalahan yang sama dalam berteman. Hingga detik ini pun saya masih belajar dan belajar dalam menjalin sebuah ikatan pertemanan.

Bangun ketika jatuh memang berat. Belum lagi, jika ada luka yang membekas. Lebih baik menyerah dan menerima segala kondisi yang ada jika harus bangun dan memulai dari nol kembali. Terlihat begitu menyusahkan. Bukan terlihat menyusahkan lagi, namun lebih dari itu terlihat jika usaha kita tidak ada gunanya. Seolah-olah kita tidak memiliki arti untuk hidup di dunia ini. Tetapi, jika kita lihat lebih dalam lagi, kegagalan membuat kita menjadi lebih tangguh. Tidak ada orang sukses di dunia ini tanpa mengalami sebuah kegagalan. Jika kita mengalami kegagalan, maka kita akan menemui kesuksesan. Oleh sebab itu kita harus bangkit.

Ketika kita berani untuk bermimpi maka kita akan berani untuk berharap. Dari itu kita akan semakin memiliki kekuatan yang sangat besar

untuk mewujudkan mimpi kita. Pada saat kita bermimpi, saat impian mulai tertanam dalam pikiran kita, sebenarnya kita sudah memiliki harapan. Kita berharap untuk terwujudnya segala impian dan cita-cita kita. Impian membuat kita terus berharap. Selalu berharap. Harapan tidak akan membuat kita mati. Harapan membuat kita untuk selalu melakukan yang terbaik dalam mencapai impian itu. Harapan selalu membuat kita hidup.

Ada suatu kisah yang saya baca dari sebuah buku, di mana menurut saya kisah ini sangat menginspirasi dan membuat saya merasa patut untuk memiliki impian. Kisah ini menceritakan seorang ibu beserta seorang anaknya yang tinggal di Afrika dan terjebak musibah kelaparan. Semua hasil panen pertanian dan perkebunan dinyatakan gagal dan hewan-hewan ternak pun terkena penyakit menular dan menyebabkan hewan-hewan tersebut mati. Akibat kurangnya bahan makanan banyak korban yang akhirnya meninggal. Namun, ibu beserta anak ini masih memiliki sebuah harapan yaitu untuk dapat hidup seperti semula.

Kini sang anak mulai menggigil karena kurangnya asupan makanan. Bibirnya yang mungil kini menjadi pucat oleh karena demam yang dideritanya, ia merintih meminta makan.

"Ibu, saya lapar... Saya mau makan, Bu..." rintih anak itu.

Dengan berderai air mata, ibu tersebut memeluk anaknya dengan erat, sambil berjalan menuju dapur untuk merebus sebuah batu dan ibu itu berkata berusaha menenangkan anaknya.

"Sabar, Nak... Ibu masih memasak. Sebentar lagi matang."

Sang anak yang mendengar ucapan ibunya tersebut merasa gembira dan semakin bersemangat. Hingga akhirnya anak itu tertidur kembali. Di keesokan harinya tim penyelamat pun datang dan menyelamatkan nyawa ibu dan anak tersebut. Bayangkan saja jika anak itu tidak memiliki mimpi untuk hidup dan tidak berharap bahwa dia akan

"Tidak ada yang mustahil bagi orang yang percaya."

makan masakan yang dimasak oleh ibunya, dia akan pasrah dan menyerah dengan keadaan yang mungkin akan berakhir dengan kematian.

Percaya akan kemampuan kita masing-masing dan percaya bahwa Tuhan akan membantu kita dalam setiap jerih payah kita. Biarkan orang lain menganggap kita lemah, atau malah menganggap kita seperti pungguk yang merindukan bulan. Menganggap kita terlalu tinggi dalam bermimpi dan menyangsikan diri kita dapat meraihnya. Karena seharusnya kita patut bersyukur jika ada orang yang menyangsikan kita dalam mewujudkan impian kita, setidaknya kita telah kehilangan satu saingan dalam meraih impian itu.

Saya pernah mengalami saat di mana saya menceritakan mimpi saya di depan teman saya dan pembimbing karya tulis saya. Di saat itu mereka malah menganggap saya terlalu tinggi dalam bermimpi dan meminta saya jangan bermimpi terlalu tinggi. Saya merasa tidak ada batas dari sebuah impian, sehingga saya begitu sangat menentanginya. Mereka berkata, jika saya bermimpi terlalu tinggi, bila mimpi itu tidak tercapai maka saya akan menjadi sakit hati atau bahkan stres. Pada kenyataannya, saya tidak pernah berpikir bahwa saya akan menjadi gila jika saya tidak mencapai impian itu, karena bagi saya tidak ada kata “tidak” untuk sebuah impian. Hanya ada kata “belum” untuk sebuah impian yang saya perjuangkan. Saya akan terus mengejar impian saya selagi saya masih hidup di dunia ini, karena impianlah yang membuat saya hidup. Sekalipun saya harus meninggal sebelum impian itu tercapai, saya akan meninggal dengan damai. Mengapa? Karena saya percaya bahwa Tuhanlah yang menghadirkan impian itu bagi saya dan Tuhan telah mempersiapkan jalan bagi saya untuk mencapainya. Saya lebih mengimani bahwa Tuhan akan menuntun saya hingga semua rencana juga rancangan-Nya telah tergenapi.

Mimpi itu tak pernah mengenal umur, berapa pun umur kita, kita masih berhak untuk bermimpi dan berusaha dalam meraih mimpi itu. Mimpi harus ada. Hidup tanpa mimpi adalah bagaikan hidup tanpa tujuan. *Keep dreaming but not just dream.* Sebuah mimpilah yang tetap

memberi semangat kepada kita saat kita berada di titik terlemah sekalipun. Impian menguatkan kita. Impian membuat kita untuk terus berjuang. Berikanlah yang terbaik dan hidup ini akan berubah menjadi baik pula.

How to Dream?

Sebuah impian akan hadir kepada mereka yang memimpikan dan merancang impian tersebut. Selebihnya, impian akan menjadi nyata jika orang tersebut memperjuangkan dan mengupayakannya. Mengenai cara untuk bermimpi, saya yakin kita semua telah memahaminya. Memikirkan bagaimana masa depan kita nanti sudah menjadi sarana untuk kita membangun sebuah impian.

Jika Anda sedang merancang suatu impian dan Anda merasakan jantung Anda berdetak lebih cepat hingga Anda seperti kehabisan udara dan membuat tubuh Anda berkeringat karena bayangan impian Anda. Mungkin Anda telah menemukan sebuah impian Anda dan Anda akan memiliki cukup kekuatan untuk mewujudkannya.

Ketika saya termenung dalam kamar kos saya, saya sering memanggil impian-impian yang telah saya rancang. Saya selalu memikirkan impian itu di kepala saya. Hingga membuat kepala saya berasa ingin meledak dan jantung saya ingin lompat keluar. Seperti ada kupu-kupu yang berterbangan di perut hingga kerongkongan saya, memaksa saya untuk berteriak. Saya tidak dapat mendeskripsikan kondisi saya saat berjumpa dengan impian saya. Impian itu membuat saya lebih bersemangat daripada hari biasanya dan impian yang membuat saya dapat menerjang badai. Itulah kekuatan dari sebuah impian. Impian akan membuat kita berlari.



BAGIAN 4

SET THE GOALS!

"In this world, i stand here with a goals."



Kini aku mulai bertanya,
 untuk apa aku datang ke dunia?
 Dan setiap aku membuka mata,
 pertanyaan yang sama datang,
 hari ini kujalani untuk apa?

Set the Goals? Apa itu *goal*? Apa seperti pada pertandingan sepak bola yang berusaha memasukkan bola ke gawang lawan dan para suporter berteriak *goal*? *I say yes, goal* merupakan tujuan, tujuan para pemain sepak bola adalah memasukkan bola ke gawang lawan dan memenangkan pertandingan, tujuan bersekolah supaya pintar, tujuan bekerja supaya dapat menghidupi keluarga, dan sebagainya. Atau mungkin masih ada yang bingung apakah tujuan itu sebenarnya? Menurut Ken McElroy tujuan merupakan langkah pertama dalam proses mencapai kesuksesan dan tujuan juga merupakan kunci mencapai kesuksesan. Ya, mencapai/pencapaian semua pasti didasari oleh tujuan, semua hal yang membutuhkan suatu tindakan pastilah memiliki suatu tujuan tertentu. Entah kegiatan terkecil sekalipun, kita harus memiliki tujuan. Mengenai sebuah tujuan, sebenarnya kita telah mengenal dan mempelajarinya sejak kita ada di dunia ini. Mungkin tak pernah terpikir oleh kita, bahwa kita bernapas pun memiliki suatu tujuan yaitu hidup.

Dalam menjalani sebuah kehidupan, kita harus menentukan tujuan hidup kita. Hidup tanpa tujuan bagaikan mayat hidup, terkatung-katung di jalan dan tak tahu arah. Tidak ada orang

malas di dunia ini, yang ada hanya orang yang tidak punya tujuan, tujuan membuat kita percaya diri dalam melakukan sesuatu, membuat kita

"Ayunkan langkah pertamamu
 dengan iman. Kamu tidak harus
 melihat seluruh anak tangganya.
 Ambil saja langkah pertama"

~Dr. Martin Luther King, Jr~
 ~Arnompuji ~

bergerak ke dalam proses pencapaian apa yang kita inginkan. Dalam penentuan tujuan pun tidak sembarangan, tujuan harus jelas dan dapat Anda rasakan.

Sadarkah kalian bahwa hampir semua penemu di dunia ini mengawali penemuannya dengan kata “mau”? Awalnya mereka belum bisa membuat pesawat, bola lampu, mobil ataupun telepon, mereka bukan tidak bisa namun mereka belum menemukan caranya, mereka hanya bermodalkan kemauan keras, tujuan jelas yang dilandasi keyakinan dan impian yang kuat, lalu strategi dan cara akan muncul dengan sendirinya. Tujuan yang jelas membuat kita memiliki pandangan hidup lebih baik. Tujuan menjadikan kita lebih maju ke arah tindakan positif, jauh lebih baik dari pada duduk manis atau melangkah tanpa tujuan yang jelas. Mulailah untuk menemukan tujuan-tujuan Anda dalam hal apa pun, saya akan memberikan cara agar Anda dapat menentukan tujuan, **S.M.A.R.T**, mungkin sebagian dari Anda sudah pernah mendengar istilah ini sebelumnya, mari kita bahas satu per satu.

Specific: berarti tujuan kita harus jelas. Kita akan menjadi sulit mengambil langkah-langkah praktis jika tujuan kita tidak jelas. Setiap hal yang kita kerjakan pasti membutuhkan suatu tujuan. Tujuan yang jelas akan membantu kita menentukan langkah yang jelas pula. Contoh sederhana adalah saat kita hendak melakukan perjalanan dan kita masih belum tahu tujuan yang jelas. Ke manakah kita akan melaju? Akhirnya kita tidak akan menemui suatu tujuan. Mungkin kita hanya akan berputar-putar di satu tempat saja. Seorang sopir juga akan bingung jika kita meminta diantarkan ke tempat “terserah”. Pikiran kita adalah sopir kita. Kita yang menjalankannya. Tujuan yang tidak jelas membuat pikiran kita susah menemukan suatu jalan

Measurable: berarti tujuan Anda harus bisa diukur. Kita dapat mengukur suatu tujuan dengan waktu, kualitas ataupun ukuran lainnya yang sesuai dengan kebutuhan. Misalnya, saya ingin menyelesaikan buku saya dalam waktu dua bulan dan dapat menjual hingga 1000

copy pertama. Atau saya ingin mengajak orangtua saya berlibur ke Bali dan menginap di hotel bintang 5, dan sebagainya.

Aggresive: berarti tujuan kita harus cukup untuk membuat kita tertantang. Tantangan membuat semangat kita terbakar dan berapi-api. Buatlah suatu tujuan yang menantang dan kembangkanlah dalam kurun waktu tertentu. Dalam mengerjakan tulisan ini saya dikejar *deadline* dan tiap minggunya saya harus dapat menyelesaikan 14 halaman. Bearti dua halaman untuk satu hari. Menulis dua halaman dalam satu hari cukup menantang, tetapi saya mencoba untuk menulis tiga halaman untuk satu harinya.

Realistic: berarti tujuan yang kita tetapkan harus realistis atau dapat diwujudkan. Contoh sederhananya, saya ingin setiap hari memulai hari dengan bangun lebih awal, itu realistis, namun akan menjadi tidak realistis jika setiap malamnya Anda malah begadang dan tidur baru dini hari.

Time-bound: berarti setiap tujuan harus memiliki tenggang waktu dan harus jelas. Biasanya berhubungan dengan alam bawah sadar kita. Kita memberikan batas waktu pada diri kita sendiri dan kita berusaha untuk mencapainya. Saya pernah mendapatkan tugas yang bertubi-tubi. Saya mulai menetapkan waktu untuk mengerjakannya. Satu minggu saya rasa sudah cukup untuk menyelesaikannya. Dan otak saya mulai bekerja. Yap, dalam satu minggu tugas saya telah selesai.



Sumber: <http://3.bp.blogspot.com/-2LF1LZ4V2IE/Tz0XL-aCHaI/AAAAAAAAAC0/Y18yFSWTFuQ/s1600/attainablegoals.jpg>

Impian merupakan rencana-nencana besar kita untuk mengubah kehidupan. Untuk mencapainya kita perlu menguraikannya menjadi kecil. Tujuan adalah langkah kecil yang kita ambil untuk mulai mewujudkannya. Tujuan membuat kita menjadi terarah. Tanpa sebuah tujuan kita akan terombang-ambing. Kita akan larut dalam arus kehidupan yang terkadang dapat menyesatkan kita. Tetapkan tujuan mulai dari sekarang. Mulailah sekarang. Tujuan kecil akan memberikan hasil yang besar jika kita tekun dan terus meningkatkannya.

The Big Goals!

The big goals, berarti tujuan besar kita atau tujuan utama kita tinggal di dunia ini. Banyak tujuan besar yang membuat manusia pantas tinggal di dunia ini. Semua dari tujuan tersebut adalah impian kita. Impian dapat menjadi api yang selalu berkobar di dalam hati kita dan mampu membuat kita tetap bersemangat dalam memperjuangkan kehidupan kita di dunia ini. Dengan impian dan segala tujuan besar yang kita punya, mampu membuat kita bertahan di kehidupan yang penuh dengan segala percobaan. Impian menjadikan kita pantas untuk tinggal di dunia ini.

Banyak sekali tujuan besar kita. Tujuan besar inilah yang nantinya akan membawa kita pada kebahagiaan terbesar di dalam kehidupan kita. Kebahagiaan bukan hanya karena materi saja melainkan karena batin kita merasakan betapa indahnya segala perjuangan yang telah kita tempuh selama ini. Melelahkan, ya! Namun, kebahagiaan dari kehidupan adalah saat kita dapat melewati masa-masa percobaan di dunia ini dengan baik.

Tetapkan apakah tujuan besar Anda di dunia ini? Tempelkan di depan meja kerja dan tataplah sebelum Anda tidur dan sebelum Anda melakukan kegiatan harian Anda. Cara ini diharapkan mampu untuk selalu mengingatkan kita akan tujuan utama kita, mengapa kita hidup? Mengapa kita pantas untuk tinggal di dunia ini? Mengapa hidup kita pantas diperjuangkan?

Small Goals

Dalam kehidupan itu banyak hal kecil yang telah kita abaikan. Padahal hal kecil itu memiliki dampak yang begitu berarti. Jika kita memiliki tujuan besar dalam hidup ini, kita juga membutuhkan tujuan yang kecil dan sederhana untuk kehidupan ini.

Kain tidak akan ada, tanpa seutas benang. Hal besar takkan ada tanpa hal kecil. Saya ingin mendapatkan nilai A di setiap mata kuliah saya di semester ini. Maka saya menuliskannya besar-besar dan menempel di depan meja belajar saya untuk mengingatkan saya akan tujuan ini. Untuk mencapai nilai A banyak hal yang perlu saya siapkan. Salah satunya saya perlu meningkatkan frekuensi saya dalam membaca buku pelajaran saya. Memulai dengan tujuan kecil, yaitu membaca, akan dapat membantu saya dalam mencapai nilai A. Tujuan kecil seperti langkah yang kita lakukan setiap harinya, setiap detiknya untuk mencapai tujuan kita. Akan lebih sempurna jika kita melengkapinya dengan sebuah komitmen.

Baru-baru ini ada sebuah berita datang dari New York tentang seekor kucing dan kelima anaknya. Kucing yang bernama Abadi ini bukanlah seekor kucing yang sangat istimewa, tetapi apa yang dilakukannya membuat banyak orang terharu dan tersentuh. Abadi memiliki lima anak kucing dan mereka semua tinggal di sebuah garasi mobil yang berada di New York, Amerika. Tetapi, tiba-tiba api menjalari rumah tempat mereka tinggal, anak-anak Abadi pun terperangkap dalam panasnya lautan api. Api besar yang begitu menakutkan tersebut menjalari semua yang ada. Anak-anak kucing tersebut masih sangat kecil sehingga mereka tidak mempunyai kekuatan untuk keluar dari kebakaran tersebut. Mereka hanya bisa menunggu api tersebut menjalari mereka. Petugas pemadam kebakaran pun akhirnya menyadari Abadi berkali-kali berlari memasuki lautan api tersebut dan menyelamatkan lima anak-anaknya. Induk kucing yang menderita luka bakar cukup parah. Alhasil tubuh Abadi menderita luka bakar cukup parah, tetapi ketika ia melihat anak-anaknya selamat

tanpa luka, dia pun langsung tak sadarkan diri. Petugas pemadam kebakaran pun segera melarikan kucing tersebut ke Unit Gawat Darurat (UGD). Induk kucing yang pemberani ini pun menarik simpati orang-orang di sekitar. Mereka adalah kucing-kucing yang ditelantarkan, banyak orang akhirnya ingin memelihara kucing-kucing tersebut. Kemudian mereka pun menemukan majikan yang begitu menyayangi mereka semua.

Satu pesan yang dapat diambil dari cerita di atas adalah betapa pentingnya sebuah tujuan dan juga sebuah komitmen. Melihat anak-anaknya terjebak kebakaran, kucing ini harus menyelamatkan anak-anaknya itu. Satu hal yang tersimpan di pikiran kucing tersebut adalah suatu tujuan yaitu menyelamatkan anaknya. Anak yang pertama, kedua, dan ketiga sudah terselamatkan. Kucing ini harus memasuki gedung untuk menyelamatkan anaknya yang lain. Jika tanpa sebuah komitmen, mungkin kucing ini akan berhenti menyelamatkan dua anaknya yang masih terjebak dalam kebakaran. Toh, dia masih memiliki tiga anaknya.

Tuhan memiliki alasan dan tujuan mengapa kita berhak untuk hadir dan tinggal di dunia ini. Mengapa kita tidak? Menurut saya dengan adanya tujuan mampu membuat saya menjadi terarah

dalam menjalani kehidupan ini. Tujuan Tuhan dalam menghadirkan saya ke dunia ini telah Tuhan selipkan dalam jiwa saya sejak saya dalam kandungan ibu saya dan kini terembus dalam setiap embusan napas saya. Ketika saya lahir dan orangtua saya memberikan sebuah nama bagi saya, mereka juga memiliki suatu tujuan. Di setiap kata dalam nama saya, saya memberikan makna yang mendalam di dalamnya dan saya mengimani bahwa setiap makna dalam diri saya harus terwujud. Sebuah “nama” bagi saya merupakan bagian dari tujuan hidup. Sama halnya dengan “nama”, setiap embusan napas dari orang yang memiliki suatu tujuan pastilah

"Saya tidak gagal
Saya justru sukses
menemukan 10.000
cara yang tidak akan
berhasil."

~Thomas Alfa Edison~

memiliki suatu makna dan arti. Namun, sayangnya banyak orang yang tidak menyadari akan hal itu. Dulu pun saya juga tidak menyadari akan hal itu. Tetapi satu kemauan saja dapat mengubah segalanya. Saya pun mengimani setiap tujuan yang saya tetapkan dan saya berdoa supaya tujuan saya merupakan kehendak dari Yang Kuasa. Saya percaya bahwa Tuhan selalu merestui tujuan kita selama tujuan itu baik dan bermanfaat bagi sesama.

Tetapkan tujuan hidup secara pasti dan bukan hanya tujuan hidup yang biasa. Banyak orang hanya mengatakan tujuan yang menggantung dan kurang detail seperti, “Tujuan hidup saya adalah menjadi orang sukses.” Kata “sukses” sangat relatif. Pandangan orang tentang kata itu berbeda-beda. Makna “sukses” bagi polisi berbeda dengan makna “sukses” dari seorang guru. Tentukan tujuan yang detail beserta waktu yang akan ditempuh untuk merealisasi tujuan itu. Berusahalah untuk disiplin dengan apa yang sudah Anda janjikan kepada diri beserta kehidupan Anda, maka Anda akan melihat semuanya akan terjadi.

How to Set The Goals?

Membayangkan bagaimana kelak masa depan kita, merancang setiap detail masa depan yang begitu kita rindukan dan membuat kita merasakan getaran kebahagiaan yang akan terpancar oleh masa depan itu. Tujuan yang membuat kita selalu merinding ketika kita mendengarkan atau membacanya. Jika kita mampu bermimpi, maka kita pun juga mampu merancang, menulis tujuan hidup kita. Tujuan yang selalu membuat kita berdebar-debar. Itulah tujuan kita.


Menulis semua tujuan kita pada sebuah lembar kertas dan simpan kertas itu dalam tas atau dompet atau menempelkannya di depan meja kerja. Salin tujuan itu dengan tinta memori dan simpan di dalam laci hati dan pikiran Anda.



BAGIAN 5

TIME IS RUNNING

“waktu terus melaju dan kita tidak tahu kapan waktu berhenti.”



Terima kasih untuk waktu, yang telah Engkau berikan untukku
 Dan aku akan berlari bersama-Mu
 Di dalam waktu yang aku punya

Lihatlah jam! Waktu terus berjalan. Dia tidak akan pernah berhenti. Dia terus berjalan, tidak peduli kita diam atau ikut dengannya. Dia tetap berdetak. Dia tetap memiliki kehidupannya. Tetapi, apakah kita tahu kapan umur dari waktu? Kapan waktu itu berhenti? Tidak ada satu orang pun yang tahu tentang kapan waktu akan berhenti. Lalu, apakah kita akan membuang-buang waktu itu?

Di setiap waktu yang saya punya, banyak sebagian waktu itu terbuang percuma. Apakah Anda mengalami hal yang sama dengan saya? Baru setelah saya benar-benar memahami makna dari sebuah waktu, saya berniat untuk berubah dan berusaha memanfaatkan waktu dengan

"Jangan takut mengambil suatu langkah besar jika memang diperlukan. Anda tidak akan bisa meloncati sebuah jurang dengan lompatan kecil."

~David Lijod George~

baik. Saya menyadari bahwa setiap menit bahkan detik yang diberikan kepada saya bukanlah untuk bahan gurauan saja. Setiap menit atau setiap detik yang saya punya, saya merasa bahwa saya bertanggung jawab atas waktu itu. Jangan sampai waktu itu terbuang sia-sia.

Banyak orang yang belum menyadari betapa pentingnya waktu untuk sebuah kehidupan. Sering kita mendengar istilah seperti ini, *times is money* yang berarti waktu adalah uang. Bagi saya pernyataan ini benar karena setiap detik di dalam dunia kerja, apabila kita bekerja dengan giat maka setiap detik itu pun menghasilkan uang. Peribahasa ini mirip dengan pernyataan orangtua saya yang meminta saya, kakak serta adik saya, supaya kami jangan bangun terlalu siang karena nanti rezeki kami bisa dipatok ayam. Pada intinya, jangan membuat waktu terbuang tanpa

nilai di dalamnya tetapi, buatlah waktu terbang dengan sebuah nilai di dalamnya.

Bagi saya, *times is life*. Waktu merupakan tanda bahwa saya masih dalam sebuah kehidupan. Selama waktu masih berjalan, maka di situlah ada sebuah kehidupan. Namun ketika waktu telah berhenti, maka kehidupan pun juga turut berhenti. Kehidupan seseorang berakhir atau bahkan hilang, bukan hanya ketika orang itu kehilangan nyawanya namun itu bisa terjadi ketika ia masih memiliki nyawanya. Banyak orang yang kehilangan hidupnya ketika masih memiliki nyawa dalam dirinya. Kurang adanya penghargaan terhadap waktu yang membuat orang kehilangan kehidupan itu.

Short Time

Waktu yang singkat. Kita memiliki banyak waktu pendek yang terbang dengan tidak bernilai, karena kita tidak tahu ingin berbuat apa. Dalam keseharian kita, saat kita bermalas-malasan, itulah waktu pendek kita yang telah kita buang dengan tidak bernilai. Tidak ada waktu terbang sia-sia. Namun, waktu itu terbang dengan sebuah nilai di dalamnya atau tidak itulah yang perlu kita perhatikan dan kita perbuat. Membuat setiap waktu, sekalipun itu hanya waktu yang singkat, menjadi waktu yang bernilai.

Saat bersekolah, saya sering menunda-nunda untuk mengerjakan tugas. Alasannya

karena waktu yang saya punya untuk mengerjakan tugas masih panjang. Saking panjangnya saya mulai mengesampingkan tugas tersebut. Lalu, waktu tersebut, saya gunakan untuk apa? Saya gunakan untuk bermain

"Waktu adalah kehidupan.
Kekayaan paling
berharga yang dimiliki
setiap orang. Gunakan
waktu kita sebaik-baiknya
untuk menghindari
penyesalan."

~ST. Arafah Mansyur~

games di laptop atau sekadar untuk menikmati tidur panjang saya. Waktu berlalu begitu saja. Hingga tepat satu hari di mana tugas itu dikumpulkan, saya belum mengerjakannya sama sekali. Akhirnya saya mengerjakannya seadanya. Tetapi, saya tidak mengerjakan dengan maksimal. Waktu saya hilang begitu saja.

Membuang-buang waktu akan membuat kita menyesal pada akhirnya. Terkadang sebuah penyesalan itu penting. Sebuah penyesalan membuat kita belajar dari sebuah pengalaman dan membuat kita menjadi lebih baik lagi. Namun, jika demikian mengapa masih banyak orang yang menyia-nyiakan waktunya? Masih banyak yang membuang waktu mereka dengan percuma. Kurangnya ada penghargaan terhadap waktu, membuat kita merasa masih banyak waktu yang tersedia untuk kita. Lalu, kita membuang-buang waktu yang singkat tersebut. “Cuma dikitlah, mungkin tidak terlalu berpengaruh.” Mungkin kebanyakan orang berpikir seperti itu. Tetapi faktanya, semakin banyak waktu singkat yang kita buang, semakin besar pula waktu yang kita lupakan. Sesuatu yang kecil apabila ditimbun, lama-kelamaan akan menjadi hal yang besar.

Long Time

Rata-rata kita memiliki waktu kurang lebih 70 tahunan untuk menikmati kehidupan ini. Waktu yang lama, bukan? Apa yang akan kita berikan untuk waktu yang cukup lama ini? Apakah kita akan membiarkannya pergi begitu saja? Atau kita akan membuatnya pergi dengan sebuah kenangan? Masing-masing dari Anda sendirilah yang dapat menjawabnya. Akhir seperti apakah yang akan Anda rangkai?

Jika saya memiliki waktu untuk hidup sampai 70 tahun dan sekarang umur saya 19 tahun. Ini berarti saya masih memiliki 51 tahun lagi untuk menggunakan waktu saya. 51 tahun merupakan waktu yang sangat panjang dan saya akan membuatnya berlalu dengan sebuah kenangan. Ketika waktu saya telah habis dan saya telah mengembuskan napas terakhir,

saya harus sudah menyelesaikan semua persoalan saya di dunia ini. Oleh sebab itu, saya menetapkan *deadline* dalam segala hal yang saya kerjakan. Deadline membantu saya dalam mengelola waktu yang saya tidak tahu kapan waktu itu akan habis.

Di saat saya akan menginjak umur 17 tahun, saya dihadapkan pada suatu masalah yang pada akhirnya menghidupkan kembali kehidupan saya. Pada saat itu, untuk pertama kalinya saya diajak bergabung dengan suatu bisnis yang dinamakan bisnis Multi Level Marketing. Sebenarnya saya mengenal bisnis seperti ini sudah sejak saya duduk di bangku SMP, namun saya kurang tertarik untuk melakukan bisnis itu karena saya merasa ini belum waktunya bagi saya untuk menghasilkan uang. Saya merasa waktu saya masih panjang untuk menjalani kehidupan ini, jadi saya tidak perlu terburu-buru untuk melakukan hal yang tidak perlu untuk saya lakukan.

Ketika saya diajak oleh teman dekat saya untuk menghadiri presentasi dari bisnis ini, saya sempat menolak, namun dengan sedikit paksaan dari teman saya, akhirnya saya hadir dalam presentasi itu. Saat penyajian presentasi itu, saya melihat sosok orang yang sangat bersemangat. Banyak kata-kata motivasi

"Kalau saja Anda bisa melihat apa yang saya lihat, maka Anda pun akan melakukan apa yang saya lakukan."

~Marcell Halim~

yang dia berikan dalam presentasi itu yang sangat menyentuh, namun itu tidak manjur untuk membakar diri serta semangat saya. Ketika itu, pikiran dan jiwa saya masih menjadi es batu. Saya melihat segala sesuatu ada waktunya dan ini bukan waktu saya untuk bekerja keras mencari uang. Dan pada akhir presentasi pun saya tidak bisa melihat peluang atau pun hal lain yang menarik dalam presentasi itu. Saya hanya melihat, mereka yang bergabung di dalamnya adalah orang dengan impian yang terlalu tinggi dan sedikit tidak realistis.

Saya mulai melupakan segala sesuatu yang berkaitan dengan bisnis itu. Pada dasarnya saya memang tidak tertarik. Namun semuanya menjadi

berbeda ketika sebuah buku mengisi keseharian saya. Buku itu sejenis dengan buku pengembangan diri lainnya yang memberikan wawasan bagi pembaca untuk menjadi lebih baik lagi. Kepribadian saya berubah hampir 180 derajat dan kehidupan saya juga berubah. Saya mengerti betapa pentingnya waktu buat kita yang merasa dirinya hidup di dunia ini.

Tidak ada waktu yang tepat untuk melakukan sebuah kebaikan. Tidak ada waktu yang tepat untuk membuat suatu keajaiban dari sebuah impian. Setiap detik dari waktu adalah tepat. Waktu tidak akan pernah datang tepat waktu. Kita sendirilah yang harus membuatnya menjadi tepat. Waktu terus berjalan. Dia tidak melihat kita. Dia akan tetap dengan tanggung jawabnya. Dia tetap berjalan. Dia tetap berdetak. Mulailah semuanya sekarang.

Saya mulai menyadari bahwa sebuah tindakan adalah penting. Dengan satu tindakan saja, kita dapat memulai banyak hal. Hanya memiliki mimpi yang tinggi saja belum cukup. Kita harus memiliki kemauan dan kekuatan serta keberanian yang besar untuk mengayunkan langkah pertama kita dalam upaya mewujudkan mimpi itu. Lakukan sekarang, karena menunda-nunda suatu pekerjaan akan lebih sering berakhir dengan tidak pernah melakukannya sama sekali. Banyak orang menunda suatu pekerjaan dengan suatu alasan bahwa dia sedang menunggu waktu yang cocok untuk melakukannya. Kenyataannya, orang itu pun juga tidak tahu kapan waktu

"Cara terbaik
memprediksi masa
depan adalah dengan
menciptakan masa
depan itu sendiri."

~Peter Drucker~

yang cocok untuk melakukan pekerjaan itu. Hingga akhirnya dia tidak melakukan apa-apa. Tidak ada waktu yang pasti membuat otak kita pun tidak memiliki pemikiran yang pasti juga. Pernahkah Anda menyusun jadwal apa saja yang akan Anda lakukan hari ini namun, Anda tidak menyertakan waktu di dalamnya? Saya pernah melakukan itu, saya menyusun jadwal saya hari ini dengan rapi namun saya lupa menyertakan

waktu di dalamnya dan akhirnya pun saya merasa malas dan berakhir dengan saya tidak melakukan kegiatan itu sesuai dengan jadwal yang sudah saya buat sendiri. Saya merasa sangat membutuhkan suatu deadline dalam melakukan kegiatan sekalipun itu kegiatan keseharian saya. Dengan adanya *deadline*, membuat saya semakin bersemangat dalam melakukan kegiatan tersebut dan akhirnya saya dapat menyelesaikannya dengan tepat waktu. Bagi saya melatih diri saya dengan melakukan kegiatan dengan sebuah *deadline*, sama halnya melatih diri saya untuk menjadi disiplin.

How to Spend My Time?

Membuat waktu kita terbuang dengan sebuah nilai. Satu hal yang perlu kita perhatikan dan kita lakukan, yaitu dengan berkarya. Berkarya berarti bertindak. Ya! Kita harus selalu bertindak untuk menghasilkan sebuah karya guna menghabiskan waktu yang kita miliki dengan begitu bermakna. Baik untuk diri saya, dirinya, mereka, dan semua orang.

Ada hal-hal yang patut kita perhatikan untuk mengubah diri kita

"Jangan menunggu waktu yang tepat untuk melakukan sesuatu karena waktu tidak akan pernah tepat bagi mereka yang menunggu."

menjadi seseorang yang memiliki kebiasaan untuk bertindak. Bermula dengan kebiasaan dan akan mengakar berubah menjadi sebuah karakter.

1. Menjadi pribadi yang pro-aktif. Jadilah seorang pelaksana.
2. Hilangkan kebiasaan untuk menunggu waktu yang "pas" dalam melakukan suatu tindakan. Halangan dan rintangan pastilah muncul, tetaplah bertindak dan patahkan rintangan. Beralasan menyiapkan diri untuk melakukan sesuatu hanyalah akan membuang-buang waktu saja.
3. Lakukanlah itu sekarang juga karena "nanti" terkadang akan berakhir dengan "tidak sama sekali".

4. Hilangkan ketakutan dan segala kecemasan dengan bertindak. Dengan bertindak, kita akan memperoleh kepercayaan diri kita kembali.
5. Buktikan kepada dunia bahwa kita adalah orang yang memiliki inisiatif dan memiliki semangat yang tinggi serta kemampuan untuk berbuat.

Tetaplah berbuat sesuatu. Baik dalam keadaan baik ataupun buruk. Kita tidak diharuskan untuk berbuat hal yang besar. Seperti kutipan yang saya baca, "Barang siapa setia dalam perkara-perkara kecil, ia setia juga pada perkara-perkara besar. Dan barang siapa tidak benar dalam perkara-perkara kecil, ia tidak benar juga dalam perkara-perkara besar." Saya mengartikan kutipan ini sebagai berikut, dalam menjalani sebuah kehidupan, kita pasti memulai dengan hal yang kecil. Tidak akan kita langsung memulainya dengan hal yang besar. Semuanya bertahap. Dan jika kita tidak melakukannya mulai dari hal kecil maka hal besar tersebut akan menjadi sukar untuk dicapai. Dengan berbuat hal kecil, apabila kita lakukan berulang kali itu juga akan menghasilkan suatu yang besar pula. Yang terpenting adalah berusaha untuk selalu berbuat sesuatu. Berdiam diri terlalu lama tidak akan membuahkan hasil apa-apa. Ingatlah, bahwa waktu kita terus berjalan tetapi kita tidak akan pernah tahu kapan dia akan berhenti. Jadi, lakukanlah sesuatu sedini mungkin agar waktu ini terbuang dengan sebuah nilai di dalamnya.

Kita memiliki waktu yang cukup panjang untuk menjalani kehidupan ini dan membuatnya menjadi hidup yang berarti. Setiap harinya kita memiliki waktu 24 jam untuk membuat hari kita berarti. Kita juga memiliki 1 minggu untuk mengakhiri akhir pekan ini menjadi berkat kegembiraan.

"Kau hanya perlu menjaga kepercayaan yang diamanatkan kepadamu, dengan begitu kau sudah sedikit punya arti untuknya."

~Riema Zahra EL Bashyr~

Kita juga masih memiliki 12 bulan untuk berganti tahun. Setiap waktu yang kita miliki, buatlah dengan ketulusan hati dan menjadikannya indah.






BAGIAN 6

BELIEVE BECOME MIRACLE

“Keajaiban hanya ada pada mereka yang selalu percaya dan berharap.”



Saya teringat dengan sebuah lagu yang berjudul “When You Believe”. Sebagian besar dari kita pasti sudah pernah mendengarkan lagu itu. Saat saya menulis bab ini pun, saya juga sedang mendengarkan lagu itu. Berulang kali saya memutar lagu ini. Menghayati setiap syair yang dilantunkan di dalam detak nada yang berirama. Membuat siapa pun yang mendengarkan dan dapat memaknai pesan yang disampaikan akan memperoleh kembali semangatnya. Bukan mengenai lagunya ataupun penyanyinya. Saya lebih ingin berbagi pada Anda semua mengenai makna dari sebuah rasa “PERCAYA”.

Kata “PERCAYA” bukanlah sekadar kata yang kita ucapkan hanya untuk diumbar-umbar saja. Saya melihat banyak orang atau terkadang saya melihat diri saya sendiri mengatakan bahwa saya percaya atau saya yakin terhadap suatu hal. Entah percaya pada orang lain, keadaan ataupun pada Tuhan. Kebanyakan orang berkata,

"Orang yang percaya berdoa meminta hujan. Tetapi, orang yang beriman membeli payung."

“Saya percaya bahwa Tuhan akan mengabulkan doa saya.”

“Saya percaya bahwa kamu akan dapat menggantikan saya sebagai pemimpin usaha ini.”

“Saya yakin hari ini tidak akan hujan.”

Sebagian besar orang, ketika mengatakan hal tersebut, sebenarnya masih merasakan rasa kekhawatiran dari dalam dirinya mengenai hal yang dia sebut sebagai hal yang dia percayai itu. Benar atau salah jika Anda semua, termasuk saya, pernah mengalami hal tersebut?

Believe in Yourself

Semua orang mempunyai hak untuk merasa khawatir. Namun, apa gunanya sebuah kepercayaan bila akhirnya kita masih merasakan sebuah kekhawatiran? Saya amati, rasa khawatir itu muncul menjadi sebuah bukti bahwa sebenarnya kita belum sepenuhnya percaya. Pada saat itu, kita masih berusaha menenangkan perasaan kita dengan mengatakan bahwa kita percaya. Percayalah saat kamu percaya dan khawatirlah ketika kamu khawatir. Tetapi, percayamu harus lebih besar dari kekhawatiranmu.

Sebuah kepercayaan tak akan berbuah apa-apa bila tanpa sebuah keimanan besar mengenai kepercayaan itu. Saya pernah membaca sebuah pepatah yang kurang lebih berbunyi seperti ini, “Orang

"Harapan selalu ada bagi mereka yang percaya."

percaya berdoa meminta hujan, orang beriman membeli payung.” Bagi saya pepatah sederhana ini memberikan kita suatu pandangan yang berbeda mengenai sebuah rasa percaya yang berdiri sendiri dan sebuah yang berdiri dengan iman. Ketika kita hanya sekadar percaya, kita akan hanya mengatakan bahwa kita percaya. Namun, apabila dengan iman, kita akan dapat melakukan suatu hal. Iman inilah yang membuat kata “PERCAYA” ini menjadi bereaksi dan menghasilkan senyawa-senyawa baru yang sering kita menyebutnya dengan “MUKJIZAT”.

Sejak kecil, saya sudah merasakan sebuah kekhawatiran mengenai masa depan saya. Saya melihat diri saya hanyalah sebagai anak yang tidak memiliki hal istimewa di dalamnya, kecuali soal ketahanan fisik. Saya terlahir dengan fisik yang bagi saya istimewa walau dengan sedikit kekurangan. Namun, terkadang karena fisik inilah yang membuat saya merasa lemah. Dilahirkan dengan fisik yang kuat dan tahan banting mungkin menjadi keinginan banyak orang terlebih mereka yang terlahir dengan penyakit yang menyertainya. Tetapi, sempat tersirat dalam pikiran saya bahwa saya tidak menginginkan lahir dengan demikian. Kondisi

seperti ini membuat saya merasa kehilangan perhatian serta kasih sayang dari kedua orangtua saya dan saudara-saudara saya. Mereka lebih sering memperhatikan kakak perempuan saya yang sejak kecil telah mengidap penyakit asma yang hingga kini belum sembuh juga.

Waktu semakin berlalu dan saya semakin tumbuh dan berkembang. Tetapi rasa percaya saya terhadap diri saya belum juga berkembang. Saya tetap merasa minder dan tidak percaya diri. Satu hal yang dapat saya banggakan pada orangtua saya adalah kemampuan akademik saya yang cukup bagus. Sayangnya, prestasi saya tidak selalu berada di atas.

Hingga suatu ketika, saat saya duduk di bangku SMP, kehidupan saya berbalik 180 derajat di mana saat itu berada pada titik terburuknya. Tak ada prestasi yang dapat saya ukir sedikit pun. Tak ada motivasi untuk hidup. Segala bentuk ujian kehidupan berdatangan. Teman-teman menghilang. Orangtua mulai muak dengan kelakuan saya. *Everything i do is false*. Pada waktu itu, saya hanya merasa sebagai manusia yang tidak berguna. Mengapa saya harus terlahir dengan demikian buruknya? Namun, Tuhan tidak pernah meninggalkan anak-Nya sendirian dan saya percaya itu. Saya mulai bangkit. Sampai kapan saya harus terpuruk dalam keadaan seperti ini? Kehidupan saya boleh naik turun namun, semangat saya harus tetap menyala-nyala. Hidup saya tidak akan berakhir hanya karena keadaan yang buruk. Hidup saya akan berakhir jika saya tidak pernah mencoba untuk bangkit. Setiap jatuh saya harus bangkit. Ketika kita jatuh sebanyak tujuh kali maka kita harus bangkit delapan kali.

Demi membalas semua kegagalan yang saya alami pada saat SMP, saya berkerja keras supaya saya dapat menjadi anak yang membanggakan. Saya mulai percaya bahwa saya terlahir di dunia untuk menjadi “bintang” seperti nama saya. Masa SMP adalah masa yang memberikan goresan terdalam bagi hidup saya. Tetapi juga memberi bahan bakar terbesar dalam

"Tak seorang pun mampu menganggap diri Anda rendah, kecuali dengan persetujuan Anda."

~Eleanor Roosevelt~

hidup saya. Semakin mendekati berakhirnya masa SMP, saya semakin percaya dan mengimani anugerah Tuhan pada hidup saya. Selanjutnya saya memutuskan untuk melanjutkan sekolah saya di luar kota. Saya ingin melupakan segala kenangan buruk saya dan saya telah berjanji pada diri saya, jika saya akan pulang dengan membawa suatu kebanggaan bagi saya dan orang di sekitar saya.

Sebuah kepercayaan besar yang disertai dengan iman akan membuahkan suatu perbuatan yang akan mengubah hidup kita. Apabila pada saat itu, saya hanya sekadar percaya dan tidak mengimani bahwa akan ada kehidupan yang lebih baik, mungkin saya tidak akan menjadi seperti ini. Mungkin saya akan berada pada keadaan hidup yang lebih buruk lagi. Memang saat ini saya pun belum

"Kepercayaan dapat membuat saya benar-benar mampu mewujudkannya."

bisa menjadi orang hebat. Tetapi, sekarang saya dalam keadaan yang lebih baik dari sebelumnya. Saya percaya bahwa ada kehidupan yang lebih baik dan saya memilih untuk bangun dan melanjutkan perjalanan saya menuju kehidupan yang lebih baik itu. Untuk percaya pada sesuatu, kita tidak bisa percaya hanya dengan sekadar mengungkapkannya, kita juga harus melakukan sebuah tindakan untuk mewujudkannya.

Saya percaya setiap orang menginginkan sebuah keberhasilan yang menghiasi kehidupannya. Tak seorang pun di dunia ini menginginkan suatu kegagalan dalam hidupnya. Tetapi, sayangnya banyak orang yang belum cukup memiliki kepercayaan atas dirinya sendiri untuk mencapai keberhasilan itu sehingga mereka pun tak ada yang dapat meraih keberhasilan itu. Inilah sikap dari “kebanyakan” orang yang membuatnya tidak akan pernah maju.

Jangan pernah menganggap diri kita lemah. Kita tidak perlu untuk menjadi seseorang yang super dan istimewa untuk menjadi sukses. Namun, kita membutuhkan rasa percaya pada kemampuan diri kita. Kembangkan rasa percaya pada diri sendiri serta pada apa yang kita kerjakan. Tanamkan

pada pikiran kita bahwa “Saya adalah yang terbaik dan saya akan berhasil.” Berpikirlah hanya pada hal yang positif. Dengan berpikir positif, pikiran kita pun turut merancang rancangan positif yang akan membawa kita semakin lebih maju ke depan. Selain itu seberapa kuat Anda memercayai suatu hal menentukan seberapa besar Anda memperoleh keberhasilan tersebut. Kepercayaan yang lemah akan menghasilkan hasil yang kecil pula. Selain itu, kepercayaan yang lemah tidak akan bertahan lebih lama, apalagi jika kita mendapat kegagalan di dalam prosesnya.

Saya pernah melakukan percobaan pada diri saya mengenai kekuatan dari sebuah kepercayaan. Saya sering membayangkan suatu hal atau kejadian. Ketika saya membayangkannya, saya menggambar dalam pikiran saya dan merasakannya seolah itu adalah nyata.

"Saya percaya dengan impian saya, oleh karenanya kegagalan membuat saya tetap bersemangat."

Saya melakukannya berkali-kali. Saya memercayai hal itu akan terjadi dan terus mengimaninya. Saat itu saya membayangkan bahwa saya akan memperoleh peringkat II di kelas. Saya bekerja keras, berusaha semaksimal mungkin. Saya melihat semua peluang yang ada yang akan membawa saya pada peringkat II. Namun, ketika saya mengalami kegagalan, rasa percaya ini pun mulai goyah. Saya kembali membayangkannya dan kepercayaan itu kembali. Hingga akhirnya, saya pun dapat memperoleh peringkat II di kelas.

Selain itu saya dan teman saya pernah mengikuti lomba karya tulis, saya percaya bahwa saya akan menang. Tetapi, saya tidak memercayainya dengan sepenuh hati. Saya masih khawatir dengan pesaing saya yang menurut saya mereka lebih unggul daripada saya. Secara, mereka semua berasal dari sekolah bergengsi dan mentereng. Nyali saya mulai mengerut dan apa yang saya dan teman saya dapat? Kami kalah. Kami tidak memperoleh apa-apa.

Saya tidak memercayai kemampuan saya dan tim. Saya hanya sekadar mengucapkannya untuk menenangkan diri saya yang pada saat itu sedang khawatir. Apa pun yang Anda percayai sekarang, percayalah dengan sepenuh hati dan iman. Tetapi, percayakan kepercayaan Anda hanya pada hal positif. Kepercayaan yang negatif tidak akan membangun kehidupan Anda, hanya akan meruntuhkannya secara perlahan.

Faithful for People

Percaya dengan diri sendiri dengan segala kemampuan kita terkadang masih belum cukup untuk membuat hidup ini menjadi lebih bernilai dan tentunya menjadi berharga. Seperti cerita singkat saya bersama rekan-rekan saya dalam mengikuti lomba, kurang kepercayaan pada tim membuat kami kalah. Kita perlu memberikan kepercayaan kepada orang sekitar kita. Oleh sebab itulah kita mengenal istilah “orang kepercayaan”. Setiap orang pastilah memiliki orang yang dipercayai. Baik itu sahabat, orangtua, saudara, atau yang lainnya. Lalu apakah yang membuat memercayai orang itu perlu?

Apakah yang terjadi jika Anda sukar untuk memercayai orang lain? Baik dalam pekerjaan atau dalam keseharian. Anda tidak akan pernah merasa tenang, bukan? Selalu ada perasaan yang muncul menghantui keseharian Anda. Perasaan yang selalu membuat Anda gelisah setiap detiknya. Sudah dapat kita lihat, sebuah kepercayaan perlu untuk Anda bagikan kepada orang-orang di sekitar Anda.

"Lakukanlah pula apa yang kamu hendaki untuk dilakukan orang kepadamu."

Dalam sebuah hubungan dibutuhkan sebuah kepercayaan sehingga hubungan itu dapat bertahan lebih lama. Baik dalam hubungan sebuah pasangan, hubungan kerja, dan lain-lain. Jika Anda ingin hubungan itu bertahan lebih lama lagi bangunlah kepercayaan yang lebih besar daripada

sebelumnya. Semakin besar umur dari sebuah hubungan itu, kepercayaan yang diperlukan juga semakin besar pula. Banyak pasangan gagal dalam menjalin hubungan karena kurangnya rasa percaya terhadap pasangannya. Banyak partner kerja mengundurkan diri dari suatu bisnis karena kurangnya kepercayaan yang dibangun di antara keduanya. Orangtua yang terlalu protektif mungkin penyebabnya karena sulit untuk memberi kepercayaan pada anaknya, dan lain sebagainya. Kepercayaan bukan hanya kita bangun dalam diri kita masing-masing. Kita pun perlu membangunnya dalam diri orang-orang di sekitar kita.

Ketika saya mengerjakan tugas kelompok, saya sering merasa bahwa teman-teman kelompok saya kurang berkompeten dalam menyelesaikan tugas tersebut. Tetapi, apa boleh buat? Tugas sudah dibagi ke masing-masing anak sesuai dengan kemampuan mereka. Dalam hati saya ingin mengambil tugas mereka semua. Ketika saya selalu memikirkan dengan segala tanggung jawab yang telah diberikan pada mereka, akhirnya saya tidak mengerjakan apa-apa. Saya selalu diselimuti dengan perasaan khawatir mengenai bagaimana hasil kerja teman-teman saya? Apakah nanti saya akan mendapat nilai yang maksimal dengan kinerja mereka?

Masa SMA merupakan masa di mana saya dapat memperoleh kepercayaan, baik dari orangtua, pihak sekolah serta teman-teman dan lingkungan saya. Bahagia tak terkira ketika orang memercayai diri saya. Saya pun semakin bersemangat untuk bekerja dan memperoleh hasil yang maksimal. Dari hal sederhana ini, saya mulai merasa bahwa menanamkan kepercayaan kepada orang sangatlah perlu. Kepercayaan membuat mereka yang memperolehnya menjadi merasa berguna dan semangat dalam menjalani kehidupan ini.

Bagi saya, sikap kurang percaya seperti ini adalah wajar. Semua orang berhak untuk merasa tidak percaya dengan seseorang. Namun, terkadang kita salah dalam menyampaikan rasa tidak percaya kita. Bahkan kita sering menyampaikan rasa tidak percaya kita secara terang-terangan yang akhirnya membuat partner kerja kita menjadi down. Kita perlu

menaruh kepercayaan kepada partner kerja kita. Terlebih apabila kita berdiri sebagai seorang pemimpin dari tugas tersebut. Dengan kita percaya dengan kemampuan-kemampuan partner kita, kita akan lebih tenang untuk mengerjakan tugas kita sendiri. Selain itu kita akan lebih nyaman dalam menjalani kehidupan ini. Kita memberikan kepercayaan kepada orang tetapi tidak melepaskannya begitu saja. Kita perlu berkomunikasi bagaimana kemajuan dari tugasnya atau kita perlu menawarkan bantuan jika memang perlu untuk dilakukan.

Anda akan bangga ketika diri Anda diberikan suatu kepercayaan oleh lingkungan sekitar Anda. Benar, bukan? Saya pun juga demikian. Kepercayaan yang telah diamanatkan kepada kita membuat kita menyadari betapa berharganya diri kita. Begitu pula dengan orang lain yang kita beri kepercayaan, dia pun juga akan merasakan yang demikian. Bagi saya, kebahagiaan yang benar adalah melihat orang lain bahagia dengan apa yang telah saya perbuat. Salah satunya adalah dengan memberi mereka sebuah kepercayaan. Ingat, ketika bekerja dalam sebuah hubungan, sebuah kepercayaan terhadap sesama akan membuat hubungan tersebut menjadi lebih kuat. Kita tidak akan bisa berjalan sendiri untuk melewati kejadian di dunia yang kompleks.

Saat saya masih menginjak masa pubertas, yaitu ketika saya duduk di bangku SMP, saya merupakan anak yang labil. Saya menyadari akan hal itu ketika diri saya sekarang melihat diri saya pada masa lampau. Pada saat itu emosi saya cepat naik turun, saya sering melakukan tindakan yang seolah-olah membuat saya seperti orang dewasa lebih tepatnya “sok dewasa”. Selain itu saya melihat diri saya saat SMP adalah anak yang sedang mencari jati diri, siapakah saya? Untuk apa saya datang ke dunia? Dan masih banyak hal yang saya pertanyakan. Dalam kondisi yang masih labil, saya sangat membutuhkan kepercayaan serta motivasi. Namun, apa yang saya dapat saat SMP jauh dari semua bayangan saya. Orangtua yang terlalu protektif, orangtua yang menuntut banyak hal dari diri saya. Tak ada sedikit saja kepercayaan yang saya rasakan. Hal ini membuat saya

merasa bosan untuk tetap hidup. Saya merasa menjadi orang yang tidak berguna.

Cobalah untuk menanamkan rasa percaya kepada rekan kerja, orangtua, bahkan anak Anda sekalipun. Jangan memberikan rasa curiga kepada orang di sekitar Anda. Memang, kebanyakan orang yang membuat kita curiga dengan segala hal yang ia perbuat. Tetapi, apakah dengan begitu kita sudah dapat menyimpulkan dan men-judge mereka? Tidak. Ketika orang membuatmu curiga, tetap beri kepercayaan kepadanya. Membuat mereka lemah juga tidak memberi kita arti apa-apa. Bicaralah kepadanya apa yang membuatmu merasa curiga. Tanyakan kepadanya dengan lembut apa yang sedang terjadi. Orang masih membutuhkan kepercayaan dari lingkungan, termasuk diri kita. Bangunlah kepercayaan besar di lingkungan tempat Anda menggoreskan kehidupan Anda.

Believe in God

Apakah Anda percaya pada setiap rancangan Tuhan? Dengan segala kerumitan di dunia ini, sering kita lupa pada setiap rencana serta rancangan Tuhan bagi kita. Kita lebih sering sibuk dengan kehidupan duniawi kita tanpa meluangkan sedikit saja untuk menikmati santapan rohani. Mengapa kita sering merasa berat dalam menjalani kehidupan ini? Mengapa kita sering merasa gagal dalam menjalani sebuah ujian? Atau mengapa kita merasa seakan-akan kita adalah orang yang tidak diharapkan untuk hadir ke dunia ini? Menurut saya, jawaban yang paling tepat adalah karena kita jarang meluangkan waktu untuk melihat rencana serta rancangan yang telah Tuhan buat untuk kita.

Bagi saya, hal yang paling mendasar untuk menjalani kehidupan ini dengan lebih indah adalah dengan menaruh kepercayaan penuh kepada

"Tuhan selalu memberi rancangan terbaik-Nya untuk saya. Dan saya percaya itu."

Tuhan. Kita boleh saja merasa curiga dengan rencana dan rancangan orang lain. Tetapi, kita harus percaya sepenuhnya dengan Dia yang memiliki kehidupan ini. Tuhanlah yang mempunyai kehidupan kita tetapi Dia telah memberikan tanggung jawab kepada kita untuk menjaga kehidupan yang telah Dia beri pada kita. Kehidupan yang Dia beri pada kita selalu baik adanya. Mulai awal penciptaan hingga kita kembali kepada pangkuan-Nya. Semuanya indah.

Saya percaya, ketika saya mengalami kesulitan dalam memperoleh sesuatu berarti Tuhan menguji saya, apakah saya benar-benar pantas mendapatkannya atau tidak. Dan saya membuktikannya dengan terus bekerja keras, melakukan segala hal yang baik untuk dapat memperolehnya. Selanjutnya Tuhan akan memperhitungkan kerja keras saya, apakah sudah cukup atau belum. Ketika itu belum cukup untuk membuktikan bahwa saya mampu mendapatkannya, ini berarti saya mengalami kegagalan. Ketika gagal, saya percaya sebenarnya Tuhan ingin memberikan saya lebih dari apa yang ingin saya capai. Sering sekali Tuhan tidak mengabulkan apa yang saya mau, tetapi Dia selalu memberi apa yang saya butuhkan sehingga saya tidak pernah kekurangan. Saat saya gagal, saya perlu meningkatkan semua usaha dan kerja keras saya. Kadang, saya juga perlu mengubah strategi saya, berpedoman pada pengalaman yang membuat gagal, saya harus bisa membuatnya berhasil. Jika Anda menyerah saat gagal, maka Anda tidak akan mendapatkan apa-apa. Namun, ketika Anda terus berusaha dan percaya pada Tuhan maka Anda akan mendapatkan lebih dari apa yang Anda inginkan. Jika suatu ketika, saya mengalami keberhasilan, saya akan menjadi sulit untuk menggambarkan kondisi saya dengan sebuah kata. Saya akan speechless. Saya hanya bisa mengagumi betapa indahnya, betapa menakjubkannya karya Tuhan untuk saya. Jika ada kata yang memiliki makna dari sekadar menakjubkan mungkin itulah yang saya ungkapkan. Tetapi, ada satu kalimat yang dapat saya ucapkan berulang-ulang adalah “Terima Kasih, Tuhan.” Saya merasa, bahwa saya dapat menyelesaikan semua ujian ini dengan baik dan kini saya

mendapatkan hadiahnya. Hidup adalah kumpulan dari soal-soal kehidupan yang perlu kita selesaikan jika kita ingin lulus dalam kehidupan ini.

Kepercayaan itu ajaib. Apa yang membuat suatu “kepercayaan” memiliki daya yang kuat untuk mengubah kehidupan kita? Ingatlah, bahwa kepercayaan yang kuat akan menghasilkan suatu mukjizat. Kepercayaan menghasilkan kebahagiaan. Kepercayaan membuat kita merasakan akan adanya campur tangan Tuhan dalam hidup kita yang akan membuat hidup kita lebih bernilai. Kepercayaan yang sesungguhnya tumbuh ketika kita benar-benar secara tulus menyerahkan semuanya kepada diri Anda, kepada lingkungan Anda dan juga kepada Tuhan. Kita tidak akan pernah bisa mengubah kehendak dan takdir yang telah Tuhan beri pada kita. Tetapi, kita dapat mengubah nasib kita masing-masing. Apa pun pekerjaan Anda, bagaimanapun kondisi Anda sekarang. Satu hal yang harus Anda percaya dan imani di setiap saat, waktu yang Anda punya. Percayalah bahwa akan ada kehidupan yang lebih indah menanti di depan. Bergeraklah lebih cepat dan bagikan rasa bahagia kepada sesama maka Anda akan tiba terlebih dahulu ke dalam kesuksesan dan kebahagiaan sejati dari kehidupan.

How to Believe?

Sebuah pertanyaan yang membuat saya juga bertanya-tanya. Bagaimana cara untuk kita dapat percaya. Hingga saat ini pun saya masih termenung memikirkan bagaimana cara untuk kita mampu percaya. Hingga angan-angan saya berlari menuju masa lalu, ketika saya belum mengenal kata “percaya” seutuhnya.

Ketika saya masih duduk di bangku sekolah, menunggu hasil belajar tiap semester merupakan hal yang sangat mendebarkan dan membuat saya seperti kehabisan oksigen. Apalagi yang akan menerima laporan hasil semester adalah orangtua. Takut karena akan dimarahi jika nilainya jelek dan akan merasa aman jika semua nilai di atas rata-rata. Setiap akan

menerima laporan hasil semester, saya selalu bertanya pada mama saya, apakah saya akan memperoleh peringkat atau sekadar bertanya apakah nilai saya meningkat atau turun. Dan saya selalu memercayai apa yang mama katakan.

Saya tidak memiliki alasan mendasar untuk memercayai mama saya. Saya percaya mama saya, karena saya tahu beliau mengenal saya. Dan saya juga yakin terhadap diri saya, jika usaha dan kerja keras saya akan berbuah. Terlepas dari itu semua, hal yang selalu membuat saya percaya dan percaya adalah TUHAN. Karena Dia saya percaya. Tuhan memiliki segalanya dan Tuhan berkehendak atas segalanya. Tuhan melakukan semua hal atas dasar kasih. Jadi, saya percaya bahwa Tuhan yang mengasihi saya dan telah mempersiapkan jalan untuk saya. Yang perlu saya lakukan adalah membuat apa yang saya percayakan pada Tuhan menjadi nyata.





BAGIAN 7

BRAVE

“Keberanian kita butuhkan untuk memulai dan mengakhiri.”



Apakah arti dari sebuah kata “berani”? Saya memiliki sebuah cerita yang dapat menjadi pengantar dalam bab ini. Cerita ini saya baca di sebuah situs di internet yang bercerita mengenai perjalanan hidup seorang jenderal perang. Saya akan menceritakan sedikit dari inti cerita itu.

Adalah Sun Tzu nama jenderal perang itu. Dalam perjalanan hidupnya menangani peperangan, ia selalu memetakan keberhasilan yang akan diperoleh terlebih dahulu sebelum dia dan beserta tim melaksanakan strategi tersebut. Dalam kisah hidupnya dalam berperang, Jenderal Sun Tzu sering mengubah-ubah strateginya. Perubahan strategi dalam berperang adalah sangat diperlukan. Perubahan strategi ini diperlukan guna mengimbangi atau mengantisipasi perubahan strategi musuh. Namun, dalam setiap strategi pastilah

"Kemenangan besar hanya bisa dilakukan oleh orang yang berani mengambil risiko."

~Jenderal Sun Tzu~

mengandung risiko di dalamnya. Dan Jenderal Sun Tzu menegaskan suatu prinsip kepada prajuritnya bahwa, “Kemenangan besar hanya bisa dilakukan oleh orang yang berani mengambil risiko besar.” Di dalam prinsip tersebut menegaskan bahwa, tanpa keberanian mengambil taktik yang berisiko besar, maka kemenangan besar sulit untuk dicapai.

Dalam kehidupan sehari-hari pun kita juga membutuhkan sebuah strategi yang pasti terdapat risiko di dalamnya. Baik risiko gagal ataupun risiko berhasil. Ketika kita bersekolah, kita menyusun strategi sedemikian rupa untuk dapat memperoleh nilai 100 pada saat ujian. Atau saat kita mulai membangun usaha kita sendiri. Semuanya memiliki target-target dan cita-citanya masing-masing. Di dalam pencapaiannya itu pasti ada peluang dan tantangan. Kita tidak mungkin bisa menghilangkan sama sekali risiko kegagalan. Oleh sebab itu, kita perlu mengubah strategi kita selama itu diperlukan dan berani dalam mengambil risiko yang ada. Tidak ada yang tahu dengan pasti risiko yang seperti apa yang akan kita peroleh. Tetapi, kita harus memastikan dengan pasti apa saja yang ingin kita raih.

Kebanyakan orang gagal dalam meraih keberhasilan adalah mereka yang takut mengambil risiko atau mereka yang hanya berani mengambil risiko yang ringan. Selain itu keragu-raguan dan kecemasan untuk melakukan hal baru merupakan alasan dasar mengapa kita gagal. Bayangkan saja jika Thomas Alfa Edison yang telah melakukan 10.000 percobaan untuk menciptakan lampu pijar itu, merasa ragu-ragu untuk mengambil langkah baru dalam percobaannya untuk menciptakan lampu pijar. Mungkin sekarang dunia masih gelap gulita. Namun, kabar baiknya Thomas A. Edison memiliki keberanian yang besar yang membuatnya selalu mencoba cara yang baru.

Berani Memulai

Semua kehidupan berawal dari sebuah permulaan. Begitu pula dengan diri kita. Kita hadir di dunia ini melewati suatu permulaan, yaitu pertemuan dari kedua orangtua kita. Kita pun memulai kehidupan ini dengan permulaan, yaitu bayi. Saat kita menjadi bayi hingga sekarang, banyak sekali kejadian-kejadian yang kita alami.

Saat bayi, kita masih lemah. Kita membutuhkan banyak sekali motivasi dan dorongan agar kita mampu untuk berkembang. Kita membutuhkan keberanian yang kuat dan teguh untuk memulai kehidupan ini. Saat kita hadir di dunia, kita belum mengenal apa itu ketakutan dan keberanian. Kita mengalir begitu saja dalam menikmati hidup. Lalu, hal pertama yang kita kenal adalah ketakutan. Kita tidak akan mengenal keberanian sebelum ketakutan.

"Jika ingin berubah bersiaplah untuk tidak nyaman. Jika ingin nyaman, bersiaplah untuk tidak berubah."

Ketika masih berumur balita, ada anak yang takut berjalan karena nanti akan jatuh. Selain itu juga takut untuk mengendarai sepeda dan lagi-lagi karena kegelisahan akan sebuah kata "takut". Saat sudah dewasa pun kita mulai ditakutkan dengan berbagai masalah. Baik masalah di pekerjaan,

di sekolah, bahkan terkadang kita juga takut “mati”. Banyak hal yang membuat kita takut, namun sedikit hal yang membuat kita berani. Untuk merasa takut akan lebih mudah daripada untuk merasa berani.

Lalu, apa yang perlu untuk kita lakukan? Kita perlu untuk mencobanya. Mencoba dan mencobanya. Kita perlu untuk berani memulainya. Tanpa ada keberanian untuk memulai, kita akan berakhir dengan ketakutan yang selalu menghantui. Semua hal tidak membutuhkan sesuatu yang besar. Sama halnya dengan keberanian. Kita tidak perlu untuk melakukan hal yang besar untuk memperoleh sebuah keberanian yang kuat. Mulai dari hal yang terkecil, namun memberi efek yang dahsyat bagi diri kita.

Saya tidak pernah tahu, sejak kapan saya mulai takut dengan ketinggian. Saya hampir lupa mengapa saya takut dengan ketinggian. Yang saya ingat adalah saya pernah pingsan pada ketinggian 12 meter karena hendak melakukan Rufting. Pada suatu ketika, saya mengikuti out bond. Pada out bond tersebut saya diharuskan untuk menaiki tangga kayu yang menempel pada sebuah pohon dan berjalan di atas bambu yang tingginya sekitar 10 meter. Saya takut. Pergulatan batin dan diri saya mulai menjadi-jadi. Memang saat itu saya sangat takut. Tetapi, saya kembali untuk mencoba menenangkan diri dan batin saya. Saya lihat teman-teman saya, mereka selamat, jadi saya pun juga pasti selamat. Ada peralatan safety-nya juga, kan?

Tiba giliran saya, saya pun mencoba menaiki anak tangga demi anak tangga. Saya lolos. Saya telah tiba di atas bambu yang harus saya lalui. Saat berbalik dan menatap bambu yang terlihat sangat jauh tersebut, saya mulai panik. Dari bawah terlihat lintasan bambu itu tidak seberapa tetapi dari atas mengapa terlihat begitu jauh ya? Saya mulai panik. Instruksi pun di berikan pada saya. Saya diminta untuk berjalan pelan-pelan. Saya takut. Tanah terlihat sangat jauh dari atas. Saking paniknya saya susah membedakan instruksi yang diberikan. Saya tidak bisa mundur. Saya sudah seperempat perjalanan. Dan akhirnya saya jatuh. Saya gagal melampauinya.

Dari pengalaman ini, saya banyak mendapatkan keberanian saya lagi. Saya gagal, tetapi saya kembali memiliki keberanian untuk berbuat. Saya tidak akan dihantui dengan perasaan takut itu lagi. Kegagalan tidak berarti lagi buat saya. Yang terpenting adalah saya mendapatkan keberanian itu kembali. Saat kita mulai untuk melakukan hal baru, bisa jadi kita tidak mendapatkan keberhasilan 100%. Tetapi, sebenarnya inilah pintu gerbang utama bagi kita untuk menuju sebuah keberhasilan. Tanpa keberanian untuk memulai sesuatu, kita tidak akan berbuat apa-apa.

Berani Menyelesaikan

Tanpa keberanian untuk memulai, kita tidak akan berbuat apa-apa. Dan tanpa keberanian untuk menyelesaikan, kita tidak akan memperoleh hasil apa-apa. Tidak menyelesaikan apa yang telah kita mulai itu sama dengan kita menyerah. Ketika kita menyerah berarti kita telah berhenti. Kita telah mengakhiri semua yang telah kita mulai dengan tidak adanya tanggung jawab. Kita bukan gagal, karena kegagalan adalah hasil dari pekerjaan yang telah diselesaikan. Dan kegagalan memberikan pelajaran untuk memulainya lagi dengan lebih baik.

Keberanian telah membuat kita sanggup dan mampu memulai hal baru. Keberanian pun juga harus membuat kita sanggup dan mampu untuk menyelesaikannya. Hidup ini menuntut sebuah tanggung jawab dari penerima kehidupan tersebut. Dan hidup ini juga menantikan sebuah akhir yang bahagia. Meskipun dalam menjalani kehidupan ini, banyak hal yang terkadang membuat kita ingin menyerah kepada keadaan. Kita harus memiliki tanggung jawab untuk menyelesaikannya.

"Apa jadinya kehidupan ini bila kita tidak ada yang berani mencoba melakukan sesuatu apa pun yang baru?"

~Vincent Van Gogh~

Saat kita berani untuk memulai sesuatu hal. Ini merupakan gerbang awal menuju keberhasilan. Di tengah perjalanan itu, kita akan sering menemukan sebuah tantangan-tantangan yang dapat membuat kita terus berusaha atau malah berhenti.

Ketika saya mengikuti program menulis ini, saya sering merasakan bahwa saya harus berhenti karena pekerjaan ini mulai menghambat waktu kuliah saya. Setelah lima minggu berjalan, saya merasa perlu untuk mengakhiri ini semua. Jadwal kuliah yang padat, disertai tugas-tugas yang mulai menumpuk, membuat saya merasa tidak yakin dan tidak mampu untuk melanjutkan ini semua. Saya perlu menyelesaikannya sekarang juga. Saya ingin berhenti. Namun, di sisi lain, saya merasa tidak bertanggung jawab. Saya sendiri yang memulainya, saya jugalah yang harus mengakhirinya. Memang, terkadang kata “menyerah” akan muncul di bagian akhir karena kita mulai jenuh dan bosan dengan segala perjuangan dan kerja keras kita.

Saya kembali membakar semangat saya. Memberanikan diri untuk kembali melangkah. Tidak ada kata terlambat bagi orang yang mau bangkit dan berusaha kembali. Ini belum terlambat. Saya harus segera mengejar ketertinggalan saya. Menyelesaikannya

"Yang perlu saya lakukan pertama kali adalah mengalahkan diri sendiri dengan segala kenyamanan yang ada."

dengan segera. Dan saya kan menikmati segala jerih payah dan kerja keras saya pada akhirnya nanti. Saya tidak ingin menjadi pecundang yang kerap menyerah dengan keadaan. Saya harus menyelesaikannya hingga akhir dan saya akan melihat keberhasilan di sana.

Saat Anda sudah berani untuk memulai sesuatu, Anda juga harus berani untuk menyelesaikannya. Mengapa? Karena ini adalah konsekuensi dan tanggung jawab dari apa yang Anda pilih. Setiap pilihan memiliki tanggung jawab dan konsekuensinya masing-masing. Selesaikan apa yang

telah Anda mulai dan Anda akan melihat hasilnya nanti. Baik atau buruk itu bergantung dengan usaha dan kerja keras.

Seperti yang kita semua ketahui, bahwa seluruh hal yang ada di dunia ini membutuhkan suatu strategi dan keberanian untuk mencapainya dan tentunya ada risiko yang telah melekat di dalamnya. Meskipun itu hal terkecil sekalipun. Misalnya, saat saya dalam proses menulis buku ini pun, saya juga mengatur strategi sedemikian rupa supaya saya dapat menyelesaikannya dan juga menerbitkannya. Saya mengatur jadwal saya dengan mengurangi waktu saya untuk bersantai-santai. Dan saya memperoleh risiko, bahwa saya harus kehilangan waktu saya untuk bersantai-santai dan tidur. Saya pun berani mengambil risiko ini. Ketika saya mulai jenuh dengan menulis. Saya mengubah strategi dengan menargetkan lebih banyak jumlah halaman yang akan saya kerjakan hari ini agar keesokan harinya saya dapat dengan bebas melakukan sauna.

Kita harus mengambil risiko yang tidak nyaman jika ingin berhasil. Kita harus berani untuk keluar dari zona nyaman kita. Karena dengan kenyamanan kita akan menjadi malas untuk melakukan kegiatan. Contoh yang paling sederhana adalah saat kita terbangun di pagi hari apalagi dengan cuaca yang sedang hujan. Kita

"Tak terhitung orang mengatakan bahwa ini tidak bisa dilakukan. Atau itu tampaknya gagal. Keberanianku akan menentang itu."

~Nathan Meyers~

akan merasa lebih nyaman diam di dalam balutan selimut dan kembali menikmati tidur kita kembali. Apakah kita melakukan sesuatu selain tidur? Tidak. Itulah alasan mengapa kita perlu keluar dari zona nyaman kita. Kita tidak boleh terlena terlalu lama dalam kenyamanan yang tidak membawa kita pada perjalanan menuju keberhasilan.

Saya adalah anak demam panggung. Saya merasa risih ketika saya jadi pusat perhatian orang dan sebenarnya saya adalah anak yang penakut. Saya takut jika diminta guru saya untuk mengerjakan soal di depan kelas.

Saya takut untuk mempresentasikan tugas saya. Saya takut bicara di depan banyak orang. Dan masih banyak ketakutan lainnya. Tetapi, ketika saya mengalami ketakutan itu, di dalam hati saya mulai mengalami suatu gejala. Di mana salah satu sisi menyuruh dan memaksa saya untuk melakukannya dan di sisi lain meminta saya untuk tetap diam. Terkadang saya juga merasa ingin pingsan karena keringat dingin yang mulai bercucuran dan kaki saya yang secara tiba-tiba bergetar dan menjadi lemas. Satu langkah yang saya ambil adalah menarik napas saya secara perlahan dan berusaha bertindak dan tak lupa saya pasti tersenyum. Ingat, bahwa dalam kondisi bagaimanapun juga sebuah senyuman dapat menenangkan. Dan saya akan merasa “plong” ketika saya berhasil melawan rasa takut itu dengan berani berbuat.

Di dalam perjalanan kehidupan. Kadang kita telah menemukan keberanian untuk memulai hal baru. Namun, di tengah perjalanan itu kita sering dihadapkan dengan berbagai macam problem yang membutuhkan keberanian itu kembali. Menjaga sebuah keberanian dalam menjalani kehidupan yang penuh dengan lalu-lalang masalah sama dengan kita menjaga lilin di tengah kegelapan dan kedinginan malam hari.

How to Be Brave?

Saya pernah mengikuti suatu lomba. Perlombaan itu beregu. Saya dan kelompok saya sangat bersemangat dalam mengikuti lomba ini. Kami pun berjuang keras untuk meyakinkan pihak sekolah untuk mengizinkan kami mengikuti lomba ini. Dan, *yap!* kami diizinkan oleh pihak sekolah untuk mengikuti lomba tersebut. Kami bergegas menyelesaikan segala persiapan untuk perlombaan itu. Namun, pada saat mendekati hari perlombaan, saya merasa lelah dan bosan karena banyak sekali hal yang perlu dipersiapkan. Keberanian saya untuk memulai tidak sama dengan keberanian saya untuk menyelesaikannya.

Kita lebih sering menggebu-gebu pada awal perjalanan dan berakhir biasa saja karena semangat kita telah hilang di tengah perjalanan. Hal ini terjadi karena keberanian kita untuk menyelesaikan lebih rendah daripada keberanian kita pada saat memulainya. Pada awal perjalanan kita suka untuk merancang apa saja yang dilakukan dan bagaimana hasilnya, tetapi saat kita telah menemukan tantangan kita cepat lemah letih lesu lunglai layaknya iklan obat di TV.


Orang yang gagal adalah orang yang takut untuk mencoba. Orang yang telah mati dalam kehidupannya adalah mereka yang menyerah dengan keadaan. Dia yang tidak cukup berani untuk menyelesaikan apa yang telah ia mulai. Tidak ada yang salah dalam mencoba hal baru. Ingat, bila perlu kita harus mengubah strategi agar keberhasilan itu tercapai. Beranikan diri kita untuk selalu mencoba cara yang baru yang dapat membawa kita dalam keberhasilan. Ketakutan dapat dikalahkan dengan sedikit tindakan. Keberanian tidak akan muncul tanpa ketakutan.



BAGIAN 8

I'M PROUD TO BE MY SELF

"Aku bangga menjadi diriku. Bagaimanapun keadaannya, aku bangga. Malah aku akan membuatnya menjadi lebih istimewa."



Ingatkah Anda bahwa Tuhan menciptakan manusia dengan ciri khas mereka masing-masing? Dan itu membuat setiap manusia menjadi khas. Bukankah

"I'm BEAUTIFUL"

seharusnya dengan ciri khas kita masing-masing kita dapat bangga dengan diri kita sendiri? Lalu mengapa ada orang yang masih minder dengan keadaan serta kondisi dirinya? Kita perlu dan mungkin harus bangga dengan diri kita sendiri namun tidak untuk terlalu membanggakan diri sendiri. Kita di dunia hidup berdampingan dengan orang lain dan juga memiliki khas mereka masing-masing dan oleh sebab itu tidak pantas jika kita terlalu membanggakan diri. Membanggakan dan bangga adalah dua kata yang berasal dari satu kata namun memiliki makna berbeda.

Membanggakan diri sendiri adalah rasa bangga terhadap diri sendiri namun dengan dosis yang berlebih. Sehingga menyebabkan kita merasa terlalu percaya diri dengan keadaan serta kondisi kita yang mungkin bisa membawa kita pada keegoisan serta kesombongan. Lalu apa yang dimaksud dari kata “bangga” sendiri? Memang mungkin sangat sulit untuk menuliskan makna dari kata ini. Tetapi, menurut saya bangga adalah sikap percaya diri terhadap diri sendiri dengan segala kemampuan yang ada tanpa merasa rendah diri.

Saya bangga dengan keadaan saya dan istimewanya saya. Saya menyadari bahwa kedatangan saya di dunia ini dengan suatu talenta.

"Bagaimana orang dapat bangga terhadap diri kita jika kita masih meragukan diri kita?"

Saat saya menginjak bangku SD, orangtua saya menyekolahkan saya di sebuah institusi yang terkenal pada zamannya. Sekolah ini merupakan sekolah negeri favorit karena banyaknya prestasi yang diperoleh sekolah tersebut. Saat menginjak bangku Sekolah Menengah Pertama (SMP) pun juga demikian. Saya bersekolah di sekolah negeri favorit yang peminatnya bukan hanya dari dalam kota saja. Tetapi, saat menginjak bangku SMA saya pergi ke luar kota dan memutuskan untuk bersekolah di sekolah

swasta. Saat di sinilah saya mengerti apa makna dari bangga terhadap diri sendiri. Sejak SD hingga SMP saya bersekolah di sekolah ternama dan itu membuat saya bangga terhadap diri saya. Sedangkan saat di bangku SMA, saya tidak lagi bersekolah di sekolah favorit. Lalu jika sebuah institusi yang membuat saya bangga apa makna sebuah kebanggaan terhadap diri sendiri?

Saat saya bersekolah di SMA tersebut, banyak hal yang membuat saya bangga dengan diri saya. Dengan bersekolah di sekolah terbaik pun belum cukup membuat rasa bangga yang mendalam terhadap diri saya. Saya malah merasa institutlah yang membuat saya bangga dengan diri saya bukan karena kemampuan dan talenta saya. Tak peduli di manakah saya tinggal atau bagaimanakah latar belakang saya atau bagaimana keadaan fisik saya. Ketika saya menemukan talenta saya dan mengembangkannya itulah sebenarnya rasa bangga. Dulu mungkin saya hanya sekadar membanggakan diri sendiri karena sebuah institusi yang melekat di belakang saya. Tetapi kini saya memahaminya dengan penuh pengertian dan pemahaman. Dan pemahaman inilah yang membuat saya semakin menyadari bahwa setiap orang memiliki kehidupannya masing-masing dengan keistimewaan masing-masing. Saya tidak perlu menjadi seperti mereka. Saya hanya perlu menjadi diri saya sendiri dan membuat saya berarti bagi orang lain.

Dari pengalaman ini, saya mengartikan bahwa bukan orang lain atau hal lain yang membuat kita bangga terhadap diri sendiri. Jika demikian, maka ketika hal atau orang itu menghilang, bukan siapa-siapa diri kita. Tetapi, jika kebanggaan itu lahir dari diri kita sendiri maka ke mana pun kita pergi kita akan membawa sebuah nilai dan kita akan tetap menjadi berarti dengan apa yang kita perbuat.

Be The Goodness of Yourself!

Apakah makna dari menjadi diri sendiri? Apa yang perlu kita lakukan untuk menjadi diri sendiri? Mengapa kita perlu menjadi diri sendiri?

Siapakah diri saya ini? Banyak hal yang membuat saya bingung tentang diri saya sendiri. Dan banyak pula hal yang membuat saya tidak yakin dengan diri saya sendiri. Apakah Anda juga demikian?

Menjadi diri sendiri adalah memiliki kehidupan ini secara utuh. Orang yang menjadi diri sendiri akan lebih bisa menikmati kehidupan ini daripada orang yang malu untuk menjadi dirinya sendiri. Ketika orang sukar atau malu untuk menjadi dirinya sendiri, dia akan sering melihat orang lain dan berusaha untuk menjadi orang tersebut agar diterima di masyarakat. Namun, di sisi lain orang tersebut akan susah dalam menikmati kehidupannya secara utuh. Karena setiap orang memiliki kehidupan mereka masing-masing. Kita tidak bisa meniru 100% pada kehidupan orang lain. Menjadi diri sendiri, suatu langkah awal untuk bersyukur kepada Tuhan atas karunia-Nya untuk diri kita dan kehidupan kita.

Beberapa hari yang lalu sebelum saya kembali melanjutkan bab ini, saya memperoleh mata kuliah mengenai filsafat manusia. Pada pertemuan itu, dibahaslah perihal menjadi manusia yang autentik. Saat itu dosen saya juga menjelaskan mengapa banyak orang gagal dalam menjadi diri sendiri. Hal ini banyak disebabkan karena kurangnya kesadaran diri mengenai diri itu sendiri. Kesadaran jika kita adalah makhluk Tuhan yang indah. Manusia merupakan makhluk yang kompleks. Dan makna dari manusia yang autentik sendiri adalah menjadi pribadi yang bahagia, yang bebas, dan sejalan dengan panggilan hati. Dalam memaknai hal ini, saya mengartikan bahwa untuk menjadi autentik adalah dengan menjadi diri kita sendiri yang bahagia. Bahagia di sini berarti kita bebas. Bebas dari segala ancaman, tekanan, dan dari banyak hal. Namun, makna bebas bukan membuat kita menutup diri dari orang lain. Membuka pendapat orang lain, tapi kita tetap bebas memilih pendapat mana yang perlu kita perhitungkan. Jika itu adalah pendapat yang negatif, biarkanlah dia lewat saja. Namun, jika itu positif, tangkaplah dan buatlah diri kita berkembang menjadi lebih positif lagi.

Mengapa kita harus untuk menjadi diri sendiri? Karena setiap pribadi memiliki ciri khas mereka masing-masing. Kita adalah ciptaan yang paling mulia dari Tuhan. Kita tidak perlu untuk menjadi orang lain dalam menjalani kehidupan bagaimanapun keadaannya. Ketika orang di sekitar kita susah menerima kehadiran dari kita, ini saatnya kita berbenah diri bukan mengubah diri kita. Kita ciptaan yang paling mulia dari Tuhan, namun kita belum sempurna. Tidak ada yang salah jika kita memiliki kekurangan dan kelemahan. Yang salah adalah jika kita tidak mau berbenah diri, merapikan segala kekurangan dan kelemahan tersebut.

Saya bukan orang yang pandai bergaul. Banyak sekali, orang yang mengira saya sombong, sinis, dan sebagainya saat mereka melihat saya untuk pertama kali. Ada juga yang bilang, ketika saya diam, wajah saya terlihat sangat tidak bersahabat. Saya menerima semua kritik dan saran dari orang lain. Saya tidak bisa mengelak, karena merekalah yang melihat wajah saya, bukan saya. Memang, saat di tempat baru, saya akan cenderung diam dan menunggu orang lain yang menyapa saya terlebih dahulu. Inilah diri saya.

Saya mengakui segala kekurangan dan kelemahan saya. Memang seperti itu keadaan diri saya. Menjadi diri sendiri, mengakui segala kelebihan dan kekurangan yang ada. Dan tetap terbuka dengan segala masukan dari orang lain, karena sebuah kritik dan saran membuat kita berkembang. Orang lainlah yang melihat diri kita bukan diri kita sendiri. Saya mulai mencoba untuk lebih ramah saat berada di tempat yang baru. Saya mencoba untuk tersenyum. Satu langkah sederhana yang dapat memberi perubahan.

Lain hal lagi, saat lingkungan sekitar mendorong saya untuk menjadi lebih konsumtif. Saat SMA saya bersekolah di salah satu sekolah swasta di kota Malang. Tinggal di tengah orang-orang yang relatif mengikuti trend yang berkembang pada saat itu, membuat saya mulai sedikit minder dengan penampilan saya yang sederhana ini. Selain itu, harga jajanan di dalam sekolah yang menurut saya mahal, membuat saya terkadang berpikir dua kali untuk membeli jajanan di sekolah. Saya melihat teman

saya, mereka sangat mudah untuk mengeluarkan uang untuk apa yang mereka inginkan. Dan saya tidak.

Keadaan seperti ini yang terkadang membuat orang seperti saya kehilangan dirinya sendiri hanya untuk mengikuti lingkungan sekitar. Tetapi, saya bukan berasal dari keluarga yang bergelimangan harta. Uang saku dari orangtua saya cukup untuk makan saya tiap bulannya, tetapi tidak cukup jika mengikuti lingkungan sekitar saya yang begitu konsumtif. Uang saku mereka tiap hari bisa mencapai Rp10 ribu atau malahan lebih dari itu. Sedangkan saya hanya memiliki uang Rp100 ribu untuk makan saya dalam satu minggu. Mana cukup?

Keadaan ekonomi seperti ini bukan menjadikan saya lupa dengan diri saya sendiri. Saya memang dari keluarga sederhana dan saya pun akan berusaha untuk sederhana pula. Saya tidak mau bergaya seperti mereka yang nantinya malah menghancurkan kehidupan saya atau berlagak seperti orang yang tidak punya uang dan meminta belas kasihan. Saya bukan keduanya. Inilah diri saya. Entah miskin atau kaya, saya akan bersyukur. Saya tidak ingin menyusahkan orangtua saya dengan kemauan diri saya sendiri dan saya juga tidak ingin membuat orangtua saya malu karena kemalasan saya. Saat lingkungan membuat saya untuk berubah menjadi merugikan diri sendiri, saya harus kuat menjunjung harga diri, martabat, dan keluarga saya.

Mencoba mengenali diri sendiri. Mengenali kelemahan dan tentunya kelebihan kita juga. Banyak orang yang merasa bahwa dirinya adalah orang yang tidak sempurna. Memang, kita bukanlah

"I'm create my own story not the environment have to created it."

manusia yang sempurna, tetapi kita memiliki keistimewaan kita masing-masing. Ingatkah Anda pada awal buku ini, saya menuliskan bahwa kita hadir di dunia ini dengan kesempurnaan dan ketidaksempurnaannya masing-masing? Kesempurnaan ini bertujuan untuk menyempurnakan yang lainnya dan membuatnya memiliki nilai. Kesempurnaan itulah

talenta dan bakat yang kita miliki. Semua orang itu berguna. Saya orang berguna dan Anda pun juga orang yang berguna. Tanpa Anda, yang berniat membaca buku saya, bukanlah siapa-siapa diri ini. Hanya saja terkadang kita merasa diri kita tidak memiliki peran apa-apa atau malah merasa diri kitalah yang memegang peran sepenuhnya. Kedua penilaian ini akan memiliki dampak yang buruk jika berdiri sendiri.

Coba Anda tuliskan segala kelebihan dan kekurangan Anda di sebuah kertas. Tuliskan semuanya dengan sepenuh hati. Lihatlah diri Anda. Apa yang membuat Anda menjadi istimewa? Buatlah diri Anda bagian yang penting dalam kehidupan ini. Setelah itu berikan alasan-alasan mengapa diri Anda begitu penting. Bagaimanapun diri Anda, entah itu buruk sekalipun, Anda adalah orang yang penting dan memiliki perannya sendiri dalam kehidupan ini. Tuliskan semuanya di selembar kertas dan letakkan di tempat yang sering Anda lihat. Seperti di depan meja belajar atau meja kerja Anda, di dalam notebook, bahkan di dalam dompet Anda. Jangan lupa tulislah pula di dalam hati Anda. Bacalah tulisan ini tiap hari sebelum Anda memulai aktivitas sehari-hari. Hayati dan imani setiap kata yang sudah Anda tulis.

Saya pun juga menulisnya. Saya tempel di depan meja belajar saya. Setiap saya sedang merasa jatuh dan butuh semangat, saya membacanya kembali dengan penuh semangat. Saya hayati setiap kata demi kata yang saya tulis. Saya percaya jika Tuhan itu adil. Dia menciptakan manusia sama. Saat saya mulai iri dengan yang lain, saya membaca tulisan itu lagi. Saya lihat apa saja yang telah saya miliki. Saya cukup banyak memiliki talenta. Saya tidak perlu menjadi diri mereka. Saya perlu menjadi diri saya sendiri dan mengembangkannya.

Tetapi ada yang lebih penting untuk diperhatikan, yaitu menjadi diri sendiri bukanlah menjadi alasan untuk membuat kita menjadi sombong dan egois. Makna menjadi diri sendiri jangan membuat kita menjadi tuli dengan pendapat orang lain mengenai diri kita justru pendapat orang lainlah yang sebenarnya membuat kita dapat berkembang. Kita tidak

pernah tahu bagaimana pendapat orang mengenai kita. Yang menurut kita baik belum tentu menurut orang baik pula. Jadilah dirimu sendiri, jangan menginginkan menjadi orang lain karena kamu dan mereka memiliki peran masing-masing dalam dunia ini. Bangga dengan diri sendiri merupakan awal di mana saya dapat bersyukur dengan segala anugerah Tuhan dan tidak merasa putus asa.

How to Love My Self?


Menanamkan pada diri kita yang paling dalam, jika kita adalah makhluk ciptaan Tuhan yang begitu indah. Dan kita sangatlah beruntung dapat menikmati keindahan dunia ini. Membuat kehidupan yang singkat ini menjadi kehidupan yang begitu indah. Lihatlah dalam diri Anda, begitu indahnya suara yang Anda miliki, begitu anggunnya tarian Anda di atas panggung. Setiap lekuk tubuh, setiap kepribadian yang Anda miliki, ini merupakan karya yang begitu agung dari sang Kuasa. Banggalah terhadap diri sendiri dan buatlah dunia sekitar bangga pula terhadap diri Anda. Maka, seluruh mata di dunia ini akan mengagumi Anda sebagai karya yang indah dari Tuhan. Lalu bagaimana kita tidak dapat mencintai diri kita yang merupakan karya agung dari Tuhan yang sangat Tuhan cintai? Hei, kita itu menarik dan unik!



BAGIAN 9

CHOOSE THE BEST SUPPORTER

“Lima orang terdekatmu saat ini adalah yang menentukan akan jadi apa dirimu kelak.”



Seperti menyaksikan pertandingan pada umumnya, kehidupan ini juga merupakan pertandingan. Pertandingan bagi kita yang ingin memperjuangkan kehidupan ini. Apakah kita akan mampu bertahan dan memenangkannya atau kita menyerah dan akan kalah?

Telah kita semua ketahui bahwa dalam kehidupan ini, kita tidak akan mampu bertahan tanpa adanya orang lain. Oleh sebab itu kita saling membutuhkan satu sama lain. Dalam bertanding melawan

"Di mana kamu sering menghabiskan waktumu, di situlah dirimu akan dibentuk."

kehidupan yang semakin lama semakin rumit ini, kita juga membutuhkan orang-orang yang dapat mendukung kita menuju sebuah kemenangan. Kita perlu orang-orang yang dapat berjuang bersama-sama dengan kita untuk menaklukkan hidup ini.

Kutipan yang saya tulis di awal bagian ini, memperlihatkan kepada kita, betapa pentingnya orang-orang di sekitar kita dalam membentuk kehidupan kita. Secara tidak langsung, lingkungan sekitar kita menentukan bagaimana nasib kita. Namun, bukankah nasib berubah karena kita yang mengubahnya? Benar, bahwa nasib berubah karena kita yang mengubahnya. Tetapi, pernahkah kita memperhatikan bahwa orang yang tinggal di pemukiman padat penduduk berbeda dengan orang yang tinggal di pedesaan yang hijau dan memiliki udara segar?

Saya bukan anak gaul yang memiliki banyak teman, yang sering "hangout gaul" bersama teman-teman. Tapi, saya pernah ikut bergabung dengan teman-teman saya yang sering nongkrong di sekolah terlebih dahulu sebelum mereka pulang ke rumah. Awalnya sekadar ikut-ikutan namun lama-kelamaan saya mulai kecanduan dengan kenyamanan yang ada. Saya lebih merasa solidaritas antar-teman semakin erat. Kami sering menghabiskan waktu untuk bercanda atau sekadar untuk makan bakso bersama di kantin. Mungkin seperti inilah anak muda yang sedang menikmati masa-masa sekolah. Namun, hari berganti hari, minggu berganti minggu, saya mulai tidak betah dengan keadaan seperti ini. Saya

mulai merasa ada yang berubah dari diri saya. Tugas sekolah saya mulai berantakan karena terlalu asyik menikmati waktu yang terus berlalu. Dan semua dalam diri saya mulai berubah. Cara berbicara, tindakan, pikiran, semuanya berubah.

Dari hal ini saya mulai menyadari betapa pentingnya lingkungan yang baik untuk menopang kehidupan yang baik pula. Apabila kita sering berada di lingkungan yang baik, maka kita pun akan turut menjadi baik pula. Tak banyak anak muda atau orang dewasa terpengaruh dan terjerumus kepada hal yang negatif akibat pergaulan dan lingkungan tempat di mana dia sering menghabiskan waktu. Tetapi, tak banyak pula dari mereka yang berhasil akibat lingkungan dan pergaulan yang mendukung mereka untuk berhasil. Lalu, apakah kita harus memilah-milah lingkungan dan pergaulan? Saya menjawab, “Ya, kita perlu memilah-milah pergaulan kita tanpa harus memilih-milih teman.”

Memilih-milih pergaulan lebih terdengar seolah-olah kita memilih sesuatu berdasarkan sebuah golongan atau atas dasar yang lain. Namun, ketika kita memilih, menunjukkan bahwa kita mampu menentukan. Kita mampu menentukan bagaimana seseorang dapat memengaruhi kita. Kita dapat menyaring setiap informasi dan pengaruh terhadap kehidupan kita. Memilih berarti kita dapat mempertanggungjawabkan pilihan kita. Saya berteman dengan siapa saja. Tetapi, di setiap pertemanan yang saya miliki saya bertanggung jawab atas setiap dampaknya kepada saya. Teman bukanlah orang yang tepat untuk disalahkan jika hal buruk terjadi pada kita, karena sebenarnya kita yang telah memilih mereka, dan kita sendirilah yang bertanggung jawab atas semua akibat dan dampak dari itu semua.

Setelah saya mengetahui pentingnya sebuah pergaulan dan lingkungan dalam mendukung suatu kemajuan, saya mulai memilih teman untuk bergaul. Tetapi, saya tetap bergaul dengan semua teman saya. Saya tetap bergaul dengan teman-teman yang dulu sering nongkrong dengan saya sebelum pulang sekolah. Saya pun juga ikut dengan mereka untuk menghabiskan waktu di sekolah namun hanya jarang. Yang membedakan

dengan sebelumnya adalah bagaimana saya konsisten dengan apa yang sudah saya pilih. Saya lebih memilih untuk mengerjakan tugas-tugas saya agar tidak terlalu menumpuk atau menghabiskan waktu saya untuk beristirahat.

How to Make The Best Supporter?

Jika lingkungan yang baik mampu memberikan dampak yang baik, maka seharusnya kita membuat sebuah keadaan yang baik pula. Bukan hanya sekadar memilih, namun kita juga memberikan sebuah perubahan yang baik dan dapat menjadi pendukung yang baik bagi semua orang. Banyak hal yang perlu kita pelajari agar kita mampu menjadi pendukung yang baik.

Lingkungan di keluarga

Lingkungan kita di rumah adalah lingkungan yang pertama menentukan kepribadian dan karakter kita. Diri kita adalah gambaran dari kondisi keluarga kita. Komunikasi merupakan cara terbaik dalam mengenal pribadi dan berkembang, termasuk dalam keluarga, tanyakan pada diri Anda apakah Anda sering berkumpul dengan keluarga dan membicarakan tentang masalah Anda atau berbagi dan melakukan hal bersama anggota keluarga Anda?

Tidak semua orang memiliki komunikasi yang baik bahkan di dalam keluarga sekalipun, hal ini tidak terbentuk dalam satu hari melainkan dari kebiasaan sejak kecil hingga dewasa. Mungkin Anda salah satu dari orang-orang tersebut yang kadang hanya bertegur sapa antar-sesama anggota keluarga? Sangat penting untuk diketahui bahwa komunikasi dalam keluarga merupakan salah satu kunci menciptakan hubungan yang kuat. Saya akan membagikan tip yang pernah saya baca yaitu bagaimana menciptakan komunikasi yang baik dalam keluarga. Pelajari beberapa trik ini:

1. Meluangkan waktu untuk mendengarkan

Ketika Anda mencoba untuk meningkatkan hubungan, mendengarkan jauh lebih efektif daripada berbicara, jadi ketika Anda menginginkan komunikasi yang baik dalam keluarga, mendengarkan empat kali lebih lama daripada Anda berbicara. Jangan lupa untuk berpikir dua kali tentang apa yang akan Anda katakan sebelum Anda mengatakan sesuatu. Kadang-kadang reaksi pertama orangtua mungkin memang mengomel atau berteriak-teriak, terutama untuk berita yang negatif. Dengarkan saja dulu apa yang dikatakan orangtua Anda, setelah orangtua Anda selesai berbicara, bicaralah pelan-pelan dan minta maaf jika hal yang Anda katakan adalah hal negatif, katakanlah dengan rendah hati, dan yakinkan bahwa Anda akan menjadi lebih baik. Hal ini akan sedikit membuat lega mereka dan membuat mereka sadar bahwa Anda telah tumbuh dewasa dengan mengakui kesalahan dan berusaha untuk memperbaikinya.

2. Menciptakan kesempatan untuk saling berkomunikasi

Buatlah kesempatan untuk berbicara jika memang Anda menginginkan komunikasi yang lebih baik lagi dalam keluarga. Tidak menjadi rahasia lagi bahwa terkadang banyak orangtua yang sibuk dengan urusan dan sosial mereka, hingga terkadang tidak terlalu berkomunikasi dengan anak-anaknya. Di lain sisi kita mulai beranjak dari remaja hingga dewasa dan semakin sibuk dengan kegiatan sekolah maupun kampus serta lebih memilih menghabiskan waktu dengan teman-teman, kegiatan ekstrakurikuler, atau bahkan lebih suka menyendiri di kamar. Seiring berjalannya waktu Anda akan semakin menyadari adanya krisis komunikasi yang terjadi dalam keluarga Anda. Inilah saat yang tepat untuk Anda mengubahnya. Ciptakan kesempatan untuk saling berkomunikasi satu sama lain. Kurangi kegiatan Anda dan mintalah waktu orangtua dan saudara-saudara Anda agar dapat berkumpul menghabiskan satu hari dan dapat tercipta komunikasi yang baik.

3. Membuat tradisi keluarga

Menciptakan tradisi keluarga merupakan salah satu cara yang dapat membuat semua anggota keluarga berkumpul. Contoh: kita bisa membuat acara menonton film keluarga, menghadiri pelayanan keagamaan, atau membuat hari libur khusus. Tak harus selalu kita yang mengeluarkan ide, tanya juga pendapat anggota keluarga yang lain kegiatan seperti apa yang ingin mereka lakukan bersama-sama.

4. Pergi liburan bersama

Liburan bersama merupakan salah satu cara untuk menghabiskan waktu dengan anggota keluarga dan membuat keluarga menjadi semakin dekat satu sama lain. Pergi liburan bersama tak harus ke tempat-tempat yang mahal maupun jauh, Anda dapat juga melakukan liburan di salah satu tempat rekreasi di kota Anda yang mungkin sudah lama tidak Anda kunjungi. Ini akan menjadi seperti suatu petualangan bersama yang dapat dinikmati bersama.

5. Memanfaatkan kecanggihan teknologi

Walaupun masing-masing anggota keluarga sibuk dengan kegiatannya sendiri-sendiri, Anda tetap bisa melakukan komunikasi. Manfaatkanlah kecanggihan teknologi saat ini. Bila Anda ataupun yang lainnya sering menghabiskan waktu di depan layar monitor komputer untuk tugas-tugas pekerjaan atau melakukan *browsing* di web, mengapa tidak sekalian memanfaatkannya untuk menciptakan *newsletter* keluarga atau mungkin membuat sebuah blog keluarga? Ini akan sangat membantu untuk keluarga dalam menjaga hubungan.

Blog keluarga bahkan dapat menjadi proyek bersama yang menceritakan hal-hal menarik yang terjadi di lingkungan masing-masing anggota keluarga. Dengan kecanggihan teknologi lainnya, Anda bahkan tetap bisa bertatap muka dengan melakukan *video conference* atau sekadar berkirim

pesan melalui pesan di *messenger* untuk tetap menjalin komunikasi yang baik dalam keluarga.

Menjaga komunikasi yang baik dalam keluarga dapat dilakukan dengan berbagai cara. Bila komunikasi yang terjalin sangat baik, Anda dan keluarga dapat saling mengerti satu dengan yang lainnya, hal ini juga dapat menghindarkan dari pergaulan bebas dan efek buruk lainnya. Komunikasi jelas memperkuat ikatan keluarga. Dan semua anggota keluarga mengembangkan gaya komunikasi yang efektif yang dapat meningkatkan kualitas hubungan mereka di dalam keluarga dan juga di luar lingkungan keluarga.

Lingkungan di sekolah

Selain keluarga terdapat juga lingkungan sekolah. Sekolah merupakan rumah kedua bagi sebagian besar anak-anak, di lingkungan inilah yang juga memengaruhi perkembangan sikap dan karakter kita. Lingkungan di mana kita dapat memperoleh pengetahuan lebih serta mengembangkan potensi diri sesuai dengan kemampuan kita baik dalam hal moral, intelektual, emosional, maupun sosial.

Lingkungan sosial/masyarakat

Secara sederhana lingkungan dan pergaulan dapat menjadi faktor dalam pembentukan karakter apabila terjadi terus-menerus dan berkelanjutan. Kemungkinan sangat kecil, jika kita baru saja bergaul dan pergaulan itu langsung memberi *impact* yang nyata. Selain itu, kita juga perlu menjaga konsistensi kita dalam menjawab apa yang telah kita pilih. Lebih berguna, jika kita dapat membagikan konsistensi dan pengalaman serta pengaruh baik kepada pergaulan tersebut. Jadilah pemilik dari hidup Anda sendiri.

Seperti yang dikatakan dalam penelitian Seibert, Kraimer, dan Leiden (2001), *networking* berhubungan erat dengan akses terhadap informasi

organisasi atau yang lainnya. Semakin baik *networking* atau lingkungan kita, maka akan semakin banyak kesempatan kita untuk lebih berkembang.

Jika kita perhatikan, setiap orang yang sukses pastilah berada dalam lingkaran terbaik bersama para ahli dan tokoh yang juga bergelut di bidang yang sama. Pernahkah kalian perhatikan, bagaimana para orang sukses dan terkenal sering ditemukan sedang dalam satu forum? Mereka selama ini berhasil dalam bidangnya seakan-akan menjalin persahabatan dengan orang lain yang juga sama-sama berhasil dalam bidang tersebut. Koneksi yang sedemikian kuat tercipta di antara mereka. *Networking*/lingkungan penting bagi kelangsungan hidup atau karier kita. Saya memiliki beberapa tip yang mungkin Anda pernah membaca atau mendengarnya, saya akan menyampaikannya kembali agar Anda dapat menciptakan lingkungan yang dapat mendukung kesuksesan Anda di hidup ini.

1. Bergabunglah dengan kelompok-kelompok baru

Carilah info terbaru tentang suatu komunitas dan cari tahu kapan jadwal mereka mengadakan pertemuan dan aktivitas bagi anggotanya. Tugas Anda ketika menjadi anggota baru adalah cukup menjadi pendatang baru yang baik dan bisa diandalkan. Datang dan duduk manis. Pelajari komunitas tersebut, cari tahu lebih banyak dan ikuti apa saja yang diberikan forum/komunitas tersebut. Artinya posisikan kita sebagai penerima masukan dan jangan cepat menyimpulkan.

2. Masuk dalam komunitas yang sesuai passion Anda

Mungkin selama ini Anda tidak tertarik pada suatu bidang atau minat, bidang yang Anda minati biasanya memiliki komunitas khusus yang cukup terkenal dan hanya bisa diketahui via internet. Setiap bidang, hobi, atau peminatan, biasanya memiliki satu atau dua komunitas unggulan tempat berkumpulnya para ahli di bidang tersebut. Jangan pernah ragu untuk menjadi bagian dari komunitas tersebut, justru komunitas seperti itu yang harus menjadi ladang Anda untuk

berkembang, karena berisi para pakar dan praktisi yang berpengalaman di bidangnya. Masuklah dan jadilah bagian dari komunitas kelas 1 di bidang Anda. Biarkan diri Anda terlibat aktif dalam komunitas tersebut. Ikutilah kontribusi dalam pengembangan komunitas, maka Anda secara otomatis telah berada dalam lingkungan nomor 1 di bidang Anda dan tentu telah menjadi bagian.

3. Biarkan orang lain mengenal diri Anda

Cara selanjutnya adalah membangun komunikasi yang efektif dengan orang-orang nomor 1 di bidang tersebut. Salah satu caranya adalah dengan menyiapkan kartu nama, buatlah orang lain mudah menghubungi Anda, berikan kontak Anda yang mudah untuk mereka hubungi. Untuk membuat orang lain lebih mengenal Anda dan percaya pada Anda, bangunlah eksistensi diri Anda dalam bidang tersebut.

4. Mencermati kualitas topik pembicaraan

Hal penting lainnya yang harus Anda perhatikan untuk menciptakan lingkungan sosial yang berkualitas adalah dengan memperhatikan topik pembicaraan Anda dengan teman-teman. Hindarilah untuk bergosip. Lingkungan sosial berkualitas tidak akan menyia-nyikan waktunya hanya untuk membicarakan orang lain, di saat mereka memiliki banyak hal penting yang harus dibahas. Lingkungan sosial yang baik dan bermutu memiliki ide-ide besar untuk dieksekusi sehingga mereka tidak akan memiliki waktu hanya untuk sekadar membicarakan orang lain.

Anda harus memastikan apakah komunitas tempat Anda bergaul saat ini sudah mencapai level tersebut? Bila sudah itu bagus. Namun bila belum, Anda harus segera menyadarinya dan berusaha untuk tidak terbawa arus. Anda harus selalu ingat bahwa orang-orang yang bergosip bukan merupakan kebiasaan orang-orang besar.

Selain itu Anda harus menahan diri dari keluhan-keluhan “murahan” yang hanya akan menurunkan harga diri Anda sendiri. Usahakan untuk menahan keluhan yang tidak penting seperti harga yang terlalu mahal, gaji yang terlalu kecil, pelayanan yang kurang memuaskan, dan sebagainya. Anda bisa merasa kesal namun hal tersebut tidak perlu untuk Anda ekspresikan di depan lingkungan pergaulan Anda.

"Kita berhak memilih, karena hidup adalah pilihan. Apakah kita akan mati ditelan kehidupan atau kita akan menghidupkan sebuah kehidupan?"


Di manakah Anda ingin dibentuk? Anda yang menentukannya. Seperti apakah diri Anda nantinya bukan hanya karena diri Anda seorang. Segala yang ada di sekitar Anda juga menentukannya. Pilihlah apa yang terbaik untuk Anda. Apa pun pilihan itu yakinlah bahwa inilah yang terbaik.



BAGIAN 10

NEGATIVE AND POSITIVE

“Pikiran adalah potensi dan kekuatan yang dapat membangun dan merusak diri bergantung bagaimana diri mengarahkannya.”



Pada 1986, penelitian Fakultas Kedokteran di San Francisco menyebutkan bahwa lebih dari 80% pikiran manusia bersifat negatif (dikutip dari www.aquariuslearning.co.id). Bagi saya hal ini menunjukkan bahwa sebenarnya kita, para manusia adalah sama, baik orang yang sukses ataupun orang yang merasa dirinya gagal. Perlu kita ingat bahwa Tuhan tidak menciptakan manusia ke dunia untuk gagal. Tetapi, manusia lah yang menciptakan perasaan gagal tersebut. Mereka semua memiliki kesamaan, yaitu sama-sama bermula dari pikiran yang negatif. Yang membedakannya adalah bagaimana manusia tersebut mengubah yang mulanya bersifat negatif menjadi positif.

Bagi saya, pikiran yang bersifat negatif adalah pemikiran yang meliputi kemarahan, kebencian, ketidakpercayadirian, keputusan, dan sejenisnya. Yang jelas, pikiran negatif akan membawa kita pada kemunduran. Dan orang sukses adalah mereka yang dapat mengubah pikiran negatif menjadi positif sehingga dapat membawa mereka pada kesuksesan. Lalu bagaimana cara kita membuat pikiran negatif tersebut berubah menjadi positif?

Sebagian besar buku pengembangan pribadi yang sudah pernah saya baca menganjurkan bahwa kita perlu dan harus berusaha untuk berpikir positif

"Anda adalah apa yang Anda pikirkan mengenai diri Anda."

setiap saat. Namun, di salah satu buku yang saya baca, tertulis jika kebanyakan cara ini gagal membuat seseorang untuk menjadi berpikir positif. Bagi saya, pernyataan itu benar. Tetapi, mengapa masih banyak orang yang gagal dalam membuat pikiran mereka menjadi positif? Ada sebuah buku yang saya baca, di mana di dalamnya sang penulis menuliskan bahwa, apakah jalan untuk meraih kebahagiaan memang bergantung pada kemampuan seseorang dalam menghalau pikiran negatif dari benak mereka? Selanjutnya di buku itu dituliskan jika sebenarnya, penelitian menunjukkan bahwa menekan pikiran seperti itu justru dapat menambah dan bukan mengurangi kesengsaraan. Lalu, jika memang bukan dengan menekan pikiran, maka dengan apa?

Setiap orang di dunia ini memiliki ciri khas mereka masing-masing dan mereka juga memiliki pemahaman sendiri mengenai setiap kata dan kalimat yang mereka dengar. Selanjutnya, yang menyebabkan seseorang masih belum dapat memahami atau gagal dalam pengembangan kepribadian adalah dirinya sendiri serta pemahaman. Ada sebagian orang yang diberi tekanan, dia akan susah berkembang tetapi ada juga orang yang dengan ditekan malah bisa berbuat sesuatu. Seperti saat mengerjakan ujian, sebagian orang dapat mengerjakan dengan tenang namun ketika waktu hampir selesai dan masih ada soal yang belum terjawab, orang tersebut malah menjadi berantakan karena tidak terbiasa dalam suatu tekanan. Tetapi ada juga orang yang dapat lebih bekerja keras dan dapat bekerja maksimal ketika waktu hampir menunjukkan akhir waktu ujian. Di samping itu, penyampaian suatu kalimat sangatlah penting sehingga dapat dipahami orang. Tetapi sangat tidak mungkin setiap buku pengembangan pribadi menuliskan berdasarkan pemahaman seseorang. Kabar baiknya, di dalam buku ini saya mencoba menyampaikan dua pemahaman dan semoga dapat Anda semua pahami.

Seperti kutipan yang sudah saya tulis sebelumnya, "Pikiran adalah potensi dan kekuatan yang dapat membangun dan merusak diri bergantung bagaimana diri mengarahkannya." Jadi, kita harus pandai-pandai dalam mengolah

"Pikiran adalah potensi dan kekuatan yang dapat membangun atau merusak diri bergantung bagaimana diri Anda mengarahkannya"

pikiran kita. Pikiran positif akan membawa pada dampak yang positif dan sebaliknya. Ketika Anda sulit untuk menekan pikiran negatif yang ada dalam pikiran, mungkin Anda perlu mengalihkan pikiran tersebut. Sebenarnya semua pernyataan ini menjurus pada hal yang sama, yaitu untuk berusaha berpikir positif.

Mungkin sebagian orang, jika menekan pikirannya untuk tidak berpikir negatif yang muncul hanyalah pikiran negatif. Atau karena sudah

berpikir positif namun masih ada pikiran negatif di dalam pikirannya. Saat pikiran kita pasti terganggu-gangguan mengenai pikiran negatif yang selalu menghantui, entah itu karena kekhawatiran, buruk sangka, dan hal lainnya, saya menyarankan untuk menekan pikiran negatif tersebut dengan mengalihkan pikiran kita. Beruntung jika kita bisa mengalihkannya hanya dengan berkata kepada diri sendiri bahwa hal itu tidak benar dan berusaha memunculkan pikiran positif. Tetapi bagi mereka yang masih merasakan kekhawatiran akibat pikiran negatif, sebaiknya mulai mengalihkan diri. Kita dapat mengalihkan diri dengan mengalihkan perhatian kita seperti refreshing, lebih giat dalam bekerja, atau sekadar melakukan hobi baru.

Baru-baru ini sebelum saya sampai pada bab ini, saya menerima hasil study semester 1 saya di kuliah. Sebelum saya menerima hasil tersebut, saya sudah merasakan kekhawatiran. Saya takut jika nilai saya tidak mencapai syarat batas minimal dan beasiswa saya dapat dicabut. Saya sudah membayangkan apa jadinya jika beasiswa saya dicabut. Kegelisahan, ketakutan semua campur aduk jadi satu dalam pikiran saya. Dalam keadaan seperti ini saya tidak ingin larut terlalu lama dalam pikiran yang negatif. Bergegas saya mengambil tindakan dengan lebih giat dan tekun untuk belajar. Saya lawan rasa malas saya dan mulai bekerja. Perasaan negatif pun semakin hari semakin luntur dan akhirnya hilang. Ketika saya marah pun saya juga mengalihkan pikiran saya dari keinginan untuk mengumpat, mencaci, atau untuk membanting barang. Saya akan mendengarkan lagu yang berirama pelan agar dapat menenangkan pikiran saya. Saya lebih sering menghabiskan waktu saya dengan mengalihkan pikiran negatif dengan mendengarkan lagu.

Change Your Bad Dream

Bad dream. Hampir setiap malam di saat saya mengkhawatirkan sesuatu, saya akan bermimpi buruk. Mimpi buruk sangatlah mengganggu tidur saya di malam hari atau siang hari sekalipun. Efek dari mimpi buruk pun dapat

mengganggu saya dalam menjalankan keseharian saya. Rasa khawatir di kehidupan nyata menjadi satu dengan kekhawatiran dalam mimpi yang sebenarnya belum tentu saya tahu kebenarannya.

Apakah mimpi buruk hanya datang saat kita terlelap dalam tidur saja? Ataukah mimpi buruk dapat benar-benar hadir dalam kehidupan nyata kita? *Yap!* Mimpi merupakan harapan, tapi pernahkah Anda mendapatkan hal yang tidak sesuai dengan harapan Anda? Saya pernah dan terkadang itu sering hadir dalam kehidupan saya. Mimpi buruk bagaikan tamu yang tak diundang dalam hidup saya. Saya tidak pernah menyiapkan diri untuk menerimanya dalam kehidupan saya. Tetapi, mau tidak mau kini saya harus menyiapkan diri jika dia datang lagi. Saya harus siap jika harapan saya tidak sesuai dengan kenyataannya.

"Orang yang ingin
bergembira harus menyukai
kelelahan akibat bekerja."

~Plato~

Bagaimana membuat mimpi buruk hilang menjadi mimpi indah pada akhir cerita? Saat mengikuti Ujian Nasional (UN) ketika SMP dan SMA, saya mengharapkan hasil yang mendekati sempurna. Namun, apa yang saya dapat? Hasil yang saya dapatkan jauh dari sempurna. Saat SMP saya hanya memperoleh nilai 34,80 dari 40,00 nilai sempurna dan saat SMA saya juga mendapatkan nilai yang sama seperti saat saya duduk di bangku SMP. Sama-sama memiliki nilai dengan angka 3 sebagai angka depannya. Padahal nilai sempurna untuk SMA adalah 60,00. Sangat jauh dari apa yang saya harapkan.

Saya sangat *shock* dan saya menjadi sangat lemah dengan keadaan yang ada. Ini benar-benar mimpi buruk yang sangat amat buruk. Saya tidak pernah dapat tersenyum lagi. Tersenyum pun sangat berat. Bukan hanya saya yang kecewa, melainkan banyak orang lain yang kecewa. Orangtua saya, guru-guru yang membimbing saya pun turut merasakan kekecewaan itu. Saya tidak pernah mengharapkan hasil yang demikian menimpa hidup

saya. Tetapi, bagaimanapun juga hidup harus tetap berlangsung sekalipun nilai UN saya berturut-turut menghasilkan nilai yang buruk.

Saya mulai bekerja keras untuk dapat berdiri tegap kembali. Saya akan mengubah mimpi buruk ini menjadi mimpi indah di akhir cerita saya. Saya kembali mengharapkan sebuah mimpi indah. Orang tidak akan mampu bertahan dalam dingin dan kejamnya dunia tanpa sebuah harapan. Saya mengharapkan harapan positif dan saya bergerak ke arah yang positif. Sebuah harapan dan mimpi tidak akan pernah terwujud apabila kita tidak pernah mewujudkannya. Jatuh dan bangun, itulah yang harus kita lakukan. Kita bangkit harus lebih besar daripada kita jatuh. Membuat mimpi buruk hilang dalam kehidupan ini adalah dengan tetap setia untuk selalu bermimpi yang positif dan selalu berusaha semaksimal mungkin untuk mewujudkannya. Mimpi buruk hadir dalam kehidupan kita untuk menguatkan kita dan untuk mempersiapkan kita dalam menghadapi kerasnya dunia di masa yang mendatang.

Victory

Bagaimana membuat sebuah kekalahan menjadi sebuah kemenangan? Yaitu dengan tetap mencoba dan berusaha yang terbaik. Tapi, sampai kapan kita harus terus berusaha? Sampai kita benar-benar memperoleh kemenangan tersebut. Memang melelahkan, namun bagi orang yang benar-benar ingin memperoleh kemenangan tersebut tidak akan mudah menyerah dengan keadaan.

Saya melihat banyak remaja telah kalah terlebih dahulu dalam kehidupannya karena malas. Padahal hidupnya belum berakhir. Padahal masa tua saja belum mereka lewati, namun mereka telah kalah terlebih dahulu. Tepatnya kalah sebelum bertempur. Kemalasan

"Pemimpin lambat
memberi hukuman,
tetapi cepat memberi
penghargaan."

~Ovid~

ada karena tidak adanya motivasi untuk berubah menjadi yang lebih baik. Jadi, sebenarnya di dunia ini tidak ada sama sekali orang yang malas. Yang ada hanyalah orang yang belum termotivasi. Jika saya memiliki sebuah impian, saya akan memperjuangkannya selalu. Kekalahan adalah proses menuju kemenangan. Ada pepatah yang

"Berhentilah menyebut diri Anda malas, karena tidak ada orang malas di dunia ini. Yang ada hanyalah orang yang tidak termotivasi karena tidak memiliki impian."

~Marcell Halim~

bilang, jika kekalahan adalah kemenangan yang tertunda. Dan menurut saya agar kemenangan saya tidak tertunda lagi, saya harus menjaga diri saya untuk tetap berbuat sesuatu untuk mewujudkannya.

Selain mengubah pikiran negatif menjadi positif, ada hal yang perlu kita ubah juga yaitu mengubah respons negatif menjadi semangat positif. Pernahkah Anda menyadari bahwa respons negatif juga memiliki dampak negatif dalam kehidupan Anda? Dulu, saya pernah menggambar sebuah pemandangan, kalau tidak salah itu saat saya duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama (SMP). Saya sangat kaget dan merasa putus asa ketika saya memberikan hasil gambar saya pada ibu saya. Ibu saya hanya menjawab bahwa gambar saya masih kurang bagus dan guru saya terlalu baik jika memberi nilai 80 pada gambar saya. Ibu saya menilai bahwa seharusnya gambar saya mendapat nilai 60. Semenjak itu, saya tidak pernah percaya diri dengan diri saya. Saya merasa apa yang telah saya lakukan selama ini masih belum membuahkan apa-apa dan saya menjadi patah semangat. Ini adalah sebagian contoh bagaimana respons dapat membuat kita menjadi lebih terpuruk.

Bagi kita yang menerima respons, kita tidak pernah mengharapkan respons yang negatif mengenai apa yang telah kita kerjakan. Seolah-olah kita menjadi tidak berguna setelah apa yang sekian lama kita kerjakan dengan giat dan tekun mendapat penilaian yang buruk dari orang. Oleh

A(WE)SOME


sebab itu, kita harus kreatif dalam memanfaatkan segala respons negatif itu menjadi semangat positif bagi kita dalam memperbaiki diri. Alihkan pikiran negatif itu menjadi pikiran positif yang membangun.



BAGIAN 11

COMMUNICATION SKILL

“Take care the words you say, and it will take care of you.”



Komunikasi. Sejak kapan komunikasi ini ada? Sejak kapan kita mengenal komunikasi itu? Komunikasi? Seperti ilmu saja. Ya, memang benar. Komunikasi adalah ilmu yang telah kita pelajari sejak kita hadir di dunia ini. Bermula dari dalam rahim ibu, komunikasi sudahlah terjadi. Saat kita menendang-nendang, saat ibu kita membelai-belai perutnya. Itulah komunikasi, tetapi dengan sebuah isyarat. Apakah komunikasi memiliki peran dalam mengubah kehidupan ini menjadi lebih indah? Ya. Komunikasi memiliki perannya sendiri. Di bab sebelumnya kita mengerti jika sebuah lingkungan sangat berpengaruh bagi kita. Demikian juga dengan komunikasi. Diri kita yang memutuskan kehidupan seperti apa yang kita inginkan, tetapi di luar diri kita sendiri banyak faktor yang dapat mengambil kebahagiaan dan keindahan hidup kita.

Pernahkah kita memikirkan bahwa komunikasi yang baik sangat diperlukan untuk membuat hidup ini menjadi lebih indah? Jarang sekali orang menyadari bahwa komunikasi yang baik akan menghasilkan hubungan yang baik pula. Membangun komunikasi yang baik tidak berarti bahwa kita harus mengomunikasikan hal yang baik saja. Kita tetap mengomunikasikan semua hal baik buruk atau baik, namun dengan cara yang baik.

Saya pernah membaca suatu kisah mengenai seorang peramal. Begini ceritanya, pada suatu hari kaisar meminta penasihat istana untuk mencari peramal yang hebat di negeri tersebut. Kaisar ingin peramal itu dapat menafsirkan mimpi yang baru saja dimimpikan. Sang penasihat pun membawa seorang peramal yang menurutnya merupakan peramal terbaik di negeri ini. Sang peramal pun datang menghadap kaisar dan mulai meramal dan menafsirkan mimpi dari kaisar. Sang peramal berkata,

“Kaisar, maafkan hamba. Saya melihat dan menafsirkan mimpi Tuan, bahwa saudara-saudara Tuan akan meninggal semua sebelum Tuan.”

Kaisar pun marah dengan ramalan yang disampaikan oleh peramal tersebut. Karena kesal dengan ramalan tersebut, kaisar memerintahkan prajuritnya untuk membunuh peramal tersebut. Dan kaisar memerintah penasihatnya untuk mencari peramal yang lebih baik lagi dari peramal tersebut. Sang penasihat kembali datang ke kerajaan dengan membawa seorang peramal. Dan peramal tersebut kembali meramal kaisar. Peramal tersebut berkata,

“Wah... setelah saya menafsirkan, saya rasa ini merupakan kabar baik untuk kaisar.”

Kaisar pun semakin antusias untuk mendengarkan peramal itu. Kaisar pun meminta peramal tersebut untuk segera menceritakan apa yang dilihat dalam mimpinya.

“Tuan, Tuan perlu untuk berbahagia, karena saya melihat bahwa hidup Tuan akan lebih lama dari saudara-saudara Tuan. Ini berarti umur Tuan akan lebih panjang daripada saudara-saudara Tuan. Saya pun turut berbahagia dengan kabar ini.”

Kaisar yang mendengar perkataan peramal pun merasa senang. Kaisar pun memberikan beberapa keping uang emas kepada peramal tersebut sebagai hadiahnya.

Dari kisah yang sederhana ini kita melihat bahwa sebuah penyampaian yang baik akan menghasilkan dampak yang baik pula. Sebenarnya kedua peramal itu memberikan makna yang

"Jika Anda tidak dapat membuatnya dengan baik, paling tidak buatlah agar terlihat baik."

~Bill Gates~

sama. Hanya saja peramal kedua memiliki penyampaian yang lebih baik. Peramal kedua berkata bahwa umur kaisar akan lebih panjang daripada

saudara-saudaranya. Sedangkan peramal pertama berkata bahwa saudara-saudara kaisar akan meninggal terlebih dahulu sebelum kaisar. Bukankah keduanya memiliki makna yang sama? Yaitu saudara-saudara kaisar akan meninggal terlebih dahulu sebelum kaisar, sehingga kita dapat menyebut bahwa umur kaisar akan lebih panjang daripada saudaranya.

Komunikasi yang baik akan menghasilkan suatu pemahaman yang baik pula dan sebaliknya. Selain itu komunikasi dapat memberikan pada kita suatu koneksi bagi kita kepada sesama yang pada akhirnya memberikan jaringan yang baik pula pada kita. Dalam kehidupan ini, suatu jaringan sangatlah penting. Kita tidak akan bisa hidup dengan menggantungkan diri kita sendiri. Oleh karenanya komunikasi itu tercipta. Komunikasi ini bertugas untuk menghubungkan setiap orang yang satu dengan yang lainnya. Hubungan yang baik ini perlu dibangun setiap harinya sama seperti kita membangun jembatan untuk menghubungkan suatu tempat dengan tempat lain. Demikian juga hidup bersosial. Ketika komunikasi buruk tercipta, maka kehancuran pada jembatan kita akan terjadi. Semakin lama akan runtuh dan hancur apabila kita tidak memperbaikinya.

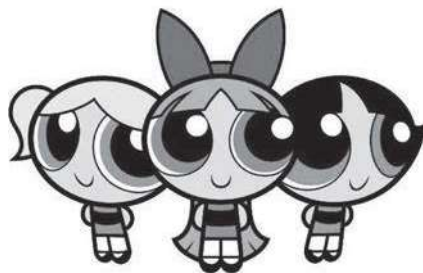
Sadarkah Anda bahwa sebagian besar yang menyebabkan suatu pertengkaran adalah buruknya komunikasi yang terjadi di antara penyampai informasi dan pendengarnya? Banyak orang bilang, “Sebelum ngomong itu dipikir dulu, jangan asal buka mulut aja.” Sebenarnya pernyataan ini membuat kita untuk lebih berhati-hati dalam bertutur kata. Tetapi, sama saja banyak dari kita, saya pun ketika emosi lebih tepatnya ketika marah kita tidak dapat mengontrol semua perkataan yang keluar begitu saja. Saya pun terkadang lupa sudah berbicara apa saja ketika saya marah.

Siang hari di hari yang sama sebelum saya menulis ini, kekasih saya datang kepada saya untuk meminta izin pergi bersama temannya. Sebenarnya kemarin dia telah meminta izin tetapi bukan untuk hari ini melainkan untuk keesokan harinya. Karena kami tidak berkomunikasi dengan baik, saya mengira bahwa janji pergi bersama temannya diganti hari

ini. Dengan segera saya mengiyakannya. Tanpa saya ketahui sebelumnya bahwa hari ini bukan menjadi pengganti hari kemarin.

Dari percakapan yang simpel saja dapat kita lihat bahwa hal seperti itu juga dapat menimbulkan suatu masalah yang besar. Sekecil apa pun komunikasi tersebut apabila disampaikan kurang baik akan menimbulkan suatu konflik. Saya tidak memastikan dengan pasti, apakah perkiraan saya benar atau tidak. Kurangnya komunikasi yang saya buat, menjadikan saya menerima info yang salah.

Saya sering melihat, bahwa orang yang memiliki cara komunikasi yang buruk akan memberikan suasana yang buruk pada dirinya sendiri. Bagi saya orang yang berkomunikasi buruk adalah seperti orang yang sering marah-marah, lepas kontrol dengan emosinya. Selain itu orang yang pendiam, di mana orang tersebut susah dalam menyampaikan pendapat bahkan orang yang terlalu bergembira dan sering dari mereka “ceplas-ceplos”. Dalam ilmu komunikasi pun, terdapat tiga tipe jenis orang, yaitu agresif, pasif, dan asersif. Sebenarnya semua orang memiliki ketiga hal ini, namun salah satu pasti yang menonjol



daripada yang lainnya. Ketika jenis orang ini dapat kita lihat pada karakter dari Powerpuff Girls. Pasti tidak asing lagi bagi teman-teman yang masa kecilnya sebagai penikmat kartun yang satu ini. Powerpuff Girls memiliki tiga anggota, yaitu Blossom (Si Merah), Bubbles (Si Biru), dan Buttercup (Si Hijau). Mereka bertiga memiliki kepribadian yang berbeda. Dan mereka mewakili setiap karakter yang ada. Ada yang agresif, pasif, dan juga asertif.

Saya memulainya dari yang agresif. Dalam toko ini saya mengambil Si Buttercup. Mereka yang cenderung memiliki perilaku agresif akan lebih suka untuk mempertahankan sikap dan pendapatnya tanpa memedulikan

orang lain. Bagi saya orang yang agresif adalah orang yang cenderung terlalu cepat bereaksi dengan keadaan sekitar seperti Si Buttercup yang memiliki sifat yang cepat marah dengan keadaan sekitar dan tidak jarang juga dia akan menjadi sangat kejam. Kebanyakan orang agresif akan lebih menonjol daripada mereka yang memiliki kecenderungan asertif terlebih mereka yang cenderung pasif. Sikap dan perilaku agresif sering dicirikan sebagai berikut:



- Terlalu dominan menyuruh dan memerintah orang lain
- Tubuh yang memiliki postur yang tegap dan suka membusungkan dada
- Sering menggunakan intonasi tinggi kepada lawan bicara
- Berani melakukan kontak mata langsung dengan lawan bicaranya, terkadang juga dengan mata melotot, dan lain-lain.

Selanjutnya adalah orang yang cenderung memiliki sifat pasif biasanya berusaha untuk selalu menghindari konflik atau perdebatan dengan lawan bicaranya. Orang yang seperti ini lebih senang dengan suasana yang tenang dan damai. Tak jarang orang yang memiliki kecenderungan pasif akan lebih memilih untuk mengorbankan kepentingan diri sendiri demi tercipta kelanggengan dari sebuah relasi yang dia jalani. Karakter yang seperti ini cocok dengan karakter dari Si Bubbles yang selalu bersikap lembut dan ramah dan tak jarang orang dengan tipe seperti ini cenderung menjadi penakut. Inilah beberapa sikap dan perilaku dari pasif adalah:



- Menunggu lawan bicara untuk memulai percakapan
- Terkadang postur tubuh yang sering membungkuk atau bahkan terlihat lemas
- Berbicara dengan nada yang rendah atau bahkan terkadang sulit terdengar
- Sukar menolak permintaan orang lain dan selain itu takut untuk melakukan kontak mata dengan lawan bicaranya, dan lain-lain

Yang terakhir adalah orang yang memiliki karakter asertif. Sebenarnya asertif merupakan gabungan dari agresif dan pasif. Bagi saya inilah karakter yang cukup efektif dalam melakukan komunikasi. Orang yang asertif dapat mengungkapkan pendapatnya tanpa membuat orang merasa terpaksa untuk membenarkan pendapatnya. Perilaku yang seperti inilah yang dapat membuat komunikasi menjadi mudah diterima. Dan inilah tokoh terakhir dari Powerpuff Girls yang menurut saya cocok untuk dikategorikan sebagai pribadi yang asertif. Si Blossom yang memiliki sifat berani menyampaikan pendapat kepada Professor Utonnium dengan jujur dan terbuka. Beberapa indikasi dari karakter asertif adalah sebagai berikut:



- Dapat menyampaikan permintaan dengan wajar tanpa memperlihatkan adanya kekuasaan atau perintah yang memaksa
- Memiliki postur tubuh yang tegap, tenang, dan rileks
- Berbicara dengan intonasi sedang, tidak menggebu-gebu, dan terasa lemah-lembut
- Mampu menolak permintaan orang lain dengan baik tanpa membuatnya merasa tersinggung dan sakit hati


Ketiga karakter itu sebenarnya ada dalam diri kita, terkadang kita menjadi pendiam, terkadang kita juga menjadi sangat reaktif dengan keadaan sekitar, dan terkadang kita bisa menjadi keduanya. Menjadi keduanya adalah yang perlu kita bangun. Setiap hari kita perlu belajar untuk membangun komunikasi yang baik. Kita memiliki masanya masing-masing. Kapan kita harus bersikap lebih agresif tanpa menyakiti orang lain dan kapan kita harus menghindari sebuah konflik tanpa harus menjadi seorang pengecut yang lari begitu saja. Dengan komunikasi yang baik kita akan mendapat relasi yang baik dan tentunya jembatan yang baik pula dengan sesama. Kebahagiaan bukan hanya datang dari dalam diri sendiri, namun orang lain juga dapat menentukannya. Anda pernah menjadi *badmood* karena orang lain, bukan? Itulah bukti bahwa orang lain dapat menentukannya pula.



BAGIAN 12

SILENT, LISTENING, SEEING, SPEAKING, AND FEEL IT

“Di setiap detail dari kehidupanmu, kamu memiliki waktunya masing-masing, kapan waktu untuk diam dan waktu untuk berbuat.”



Silence

Diam. Mengapa kita perlu diam? Bukankah dengan diam kita tidak akan berbuat apa-apa? Dan kita tidak akan mendapatkan apa-apa, bukan? Ada pepatah berkata, “diam itu emas”, ada kalanya saat kita diam, kita akan memperoleh sesuatu yang tidak kita dapatkan saat kita berbicara. Diam bukan berarti kita diam dan tidak melakukan apa-apa. Diam bukan berarti kita bisu. Diam membuat kita untuk mendengar. Diam juga membuat kita tenang. Diam membuat kita berpikir. Itu semua dapat kita peroleh jika kita benar-benar mengetahui makna dari sebuah kata “diam”.

Saat menghadapi pertengkaran, saya berusaha membuat bibir saya terkutup tak memberikan satu kata pun, hal ini saya lakukan bukan karena saya takut. Melainkan karena saya ingin meredakan amarah. Kita tidak akan menuai apa-apa dari sebuah kemarahan. Diam membuat saya mendapatkan ketenangan yang selanjutnya akan membawa saya untuk mampu mengendalikan emosi. Diam bukan berarti kalah. Dan kalah bukan berarti diam.

Saat kita mengalami suatu kesulitan dalam mengerjakan suatu hal, entah tugas sekolah, tugas kuliah, pekerjaan di kantor, dan sebagainya, berusahalah untuk memberikan waktu sejenak untuk diam. Karena dengan diam, kita akan lebih mampu untuk berpikir dengan baik. Diam bukan berarti kita bisu. Diam membuat otak kita lebih produktif untuk berpikir, dan akhirnya kita bisa menyelesaikan masalah tersebut. Diam bukanlah hal buruk, jika Anda benar-benar tahu maknanya.

Listening

Mendengarkan mungkin merupakan hal yang sulit untuk dilakukan, namun memberi banyak manfaat bagi kita. Mendengarkan bukanlah hanya sekadar mendengar apa yang kita dengar, tetapi kita perlu untuk

memahami. Itulah mendengarkan yang baik. Jika kita hanya mendengar, maka itu tidak akan bertahan dalam jangka waktu yang lama. Sama seperti pepatah, “masuk telinga kiri, keluar telinga kanan” Semua orang dapat mendengar tapi, jarang yang bisa mendengarkan.

Mengapa mendengarkan adalah hal yang cukup rumit dan sulit untuk dilakukan? Sebenarnya mendengarkan adalah hal yang sederhana. Tapi, bagi kita yang ingin mendominasi sebuah percakapan, yang kurang peduli dengan sesama, atau kita yang sering merasa bahwa diri kita yang benar, mendengarkan merupakan hal yang sukar untuk dilaksanakan. Mendengar memberi kita banyak manfaat dalam menjalani kehidupan ini. Dan tentunya akan membantu kita dalam menemukan kebahagiaan hidup. Dengan mendengar kita akan memperoleh banyak gagasan-gagasan untuk menjalani kehidupan ini. Mendengarkan tidak berarti kita adalah orang yang tidak memiliki pendirian, sehingga perlu dituntun. Mendengarkan membuat kita kaya akan pengetahuan.

"Yang paling penting dalam komunikasi adalah mendengarkan apa yang tidak dikatakan."

~Peter F. Drucker~

Seeing

Kita akan tetap melihat selama kita masih membuka mata kita. Lalu, apa yang perlu kita lakukan dengan “melihat”? Setiap hari kita sudah melihat, bukan? Dari kita bangun pagi hingga tidur di malam hari kita sudah melihat banyak hal. Tetapi apakah kita benar-benar melihat? Itulah yang perlu kita jawab. Memang, tiap hari kita melihat apa yang dapat dilihat, tetapi pernahkah kita melihat suatu hal yang tersirat?

Di kehidupan ini banyak sekali hal yang belum kita lihat, yaitu hal yang tersirat dalam kehidupan kita. Apakah hal tersirat itu? Bagi saya, hal tersirat merupakan suatu hal yang dapat dilihat melalui mata batin. Seperti

pertemanan, berbagi, menyayangi sesama, peluang, dan hal lainnya. Sering kita melihat apa yang dapat mata lihat, tapi kita terkadang kurang peka terhadap apa yang batin kita lihat.

Speak Up!

Berbicara bukan sekadar mengucapkan kata. Berbicara harus memberikan makna di dalamnya. Oleh sebab itu, kita harus mengolah setiap kata yang kita ucapkan dan membuatnya lebih bernilai. Banyak orang yang berani berbicara di depan banyak orang dan juga banyak orang yang berani berbicara lantang. Apakah yang seperti itu yang disebut dengan “speak up”? Bukan seperti itu menurut saya. Jika memang demikian, maka seharusnya dunia ini damai.

Kita semua pasti pernah mendengar pepatah, “mulutmu adalah harimaumu”. Perkataan benar-benar dapat menjadi sebuah pisau yang lebih tajam yang bisa menyayat hati orang yang mendengarnya. Dan mungkin diri kita sendiri pernah tersayat dengan sebuah perkataan yang diucapkan seseorang pada kita. Dalam bertutur kata kita juga perlu menatanya terlebih dahulu. Berbicara membuat orang lain memahami mengenai apa yang kita pikirkan. Dengan berbicara kita dapat membagikan sesuatu yang bernilai, seperti ide, pendapat, dan sebagainya. Berbicara bukan membuat kita bermusuhan, dengan berbicara tidak boleh membuat kita menjadi bertengkar. Seharusnya dengan berbicara kita bisa mengenal satu sama lain bukan menghancurkan.

Feel It

Dalam melakukan sesuatu kita perlu merasakannya. Bukan merasakan hingga membuat kita menjadi melankolis dan dramatis dengan setiap tindakan kita. Merasakan yang dimaksud adalah melakukannya dengan perasaan. Dengan ketulusan. Bukan sekadar untuk mencari sensasi. Saat

kita sedang merasakan apa yang kita lakukan, perasaan itu akan membuat kita dapat mengerjakan sesuatu dengan sungguh-sungguh. Dengan merasakan setiap tindakan kita, kita akan lebih mudah dalam memaknai dan membuatnya bernilai.

Pernahkah Anda merasakan bahwa kehidupan Anda terasa hambar? Setiap yang Anda lakukan seperti tidak berguna? Pada saat seperti inilah sebenarnya kita kurang menghayati setiap tindakan kita. Kita kurang merasakan apa yang akan kita lakukan. Buatlah setiap yang Anda lakukan itu dengan tulus. Dengan sebuah ketulusan akan membuat kita lebih memaknai kehidupan ini.

Rasakan setiap detik waktu yang Anda punya. Rasakan setiap hal yang Anda lakukan. Lakukan semua pekerjaan dengan tulus. Tidak ada yang dapat mengalahkan sebuah ketulusan yang besar dan sungguh-sungguh.

Dari semua hal ini kita memiliki waktunya masing-masing. Ada kalanya kita diam dan mendengar. Melihat segala hal yang terkadang kita abaikan. Ada kalanya kita berbicara. Dan semua yang kita baiklah dengan sebuah ketulusan.

Diam membuat kita tenang. Diam mampu meredakan segala emosi negatif kita. Diam membuat kita mendengar apa yang tidak kita dengar. Karena terlalu sibuk, kita hampir tidak pernah mendengarkan apa kata hati kita. Hati nurani adalah navigasi yang tepercaya. Hati nurani kita tidak akan membawa kesesatan. Hati nurani adalah cara Tuhan menyapa diri kita. Dan mendengarkan adalah cara bagi kita untuk mampu berpikir lebih detail lagi. Berpikir membuat kita lebih memahami.

Selanjutnya kita melihat. Kita melihat kondisi dan keadaan dari sekitar. Banyak hal yang akan mata lihat jika kita dapat mengenali lingkungan sekitar kita. Kadang kala kita membutuhkan waktu untuk hening sejenak. Membuat kita benar-benar dapat melihat segala kemungkinan yang bisa terjadi di dunia ini. Mata tidak mampu melihat segala yang ada di bumi ini. Mata memiliki batasannya. Tetapi, saat kita membiarkan mata batin kita terbuka, suatu masalah akan dapat terpecahkan dan terselesaikan.

Jagalah kedua mata kita untuk tetap terbuka. Dan jagalah mata batin kita untuk melihat apa yang mata kita tidak dapat lihat.

Bicaralah. Berbicaralah dengan lantang. Katakanlah semua yang ingin dikatakan. Mulailah berbicara kepada sesama. Mulai berbicara dari sekarang. Berbicaralah yang membangun sesama dan juga diri Anda. Berpikir dan melihat dengan batin akan membuat kita mampu berbicara yang menghasilkan sebuah nilai. Rasakan setiap ucapan dan perkataan Anda. Perasaan membuat kita menjadi lebih peka dan kuat. Perasaan membuat kita hidup. Perasaan membuat kita menyadari bagaimana keadaan di luar. Dengan perasaan kita akan mampu mencapai kebahagiaan hidup. Hanya perasaan yang mampu merasakan kebahagiaan sejati. Tanpa perasaan kita akan mati rasa.



BAGIAN 13

EVERYTHING ABOUT LOVE

"Cinta dan kasih akan memberikan kedamaian dalam hidup."



Dari bagian-bagian yang telah saya tulis, saya menambahkan satu bab lagi dan bab ini merupakan bab terakhir di buku saya ini. Jika sebelumnya saya banyak membahas mengenai perkara yang dapat dilihat oleh mata manusia, sekarang saya akan membahas perkara yang dirasakan manusia namun dapat direalisasikan dalam kehidupan di dunia ini yaitu tentang “cinta dan kasih”.

Seberapa pentingkah sebuah cinta dan kasih dalam kehidupan kita di dunia ini? Terlebih dalam membawa sebuah kebahagiaan. Ketika banyak orang berkata, bahwa cinta membuat manusia menjadi bodoh. Membuat manusia menjadi lemah. Lebih-lebih banyak orang berkata jika “cinta” sendirilah yang membuat orang menjadi sakit hati. Saya mulai berpikir kembali, mengenai apa makna dari sebuah “cinta dan kasih” itu sendiri. Dan saya kini merasa bahwa “cinta” merupakan hal yang sangat berperan penting dalam menciptakan sebuah kebahagiaan besar dalam kehidupan ini dan kasihlah wujud nyata dari sebuah cinta. Tanpa cinta orang tidak akan berbuah kasih, dan tanpa kasih itu sendiri cinta menjadi hambar.

Apakah cinta itu? Banyak sekali pendapat mengenai kata cinta. Namun, saya memiliki pengertian mengenai cinta itu

sendiri. Bagi saya, cinta adalah sebuah kehidupan yang tersimpan dalam jiwa yang dapat menggerakkan raga manusia, gerakan dari cinta itu sendiri adalah kasih dan cinta kasih tidak akan menyakiti baik diri sendiri maupun orang lain. Mengapa saya menyebutnya sebagai kehidupan? Karena cinta itu sendiri adalah hidup. Cinta menghidupkan kita lewat kedua orangtua dan cinta kasih orangtualah yang merawat kita sampai detik ini dan tentunya membuat kita hidup dalam kehidupan ini. Cinta memberikan sebuah efek yang luar biasa. Lebih luar biasanya lagi cinta dapat menguatkan diri kita

"Dalam kehidupan ini kita tidak dapat selalu melakukan hal besar. Tetapi kita dapat melakukan banyak hal kecil dengan cinta yang besar."

~Mother Teresa~

lebih dari apa yang kita bayangkan mengenai kemampuan kita. Namun, kebanyakan orang mengalami cinta yang memberi efek kebalikannya, yaitu melemahkan diri bahkan hingga jatuh dan tak berdaya.

Ketika orang berkata bahwa cinta itu melemahkan, saya rasa memang benar jika cinta itu melemahkan. Sekarang yang menjadi masalahnya adalah apa yang dilemahkan oleh cinta tersebut. Saya mulai belajar banyak hal dari orang-orang di sekitar saya. Dan saya menemukan, bahwa salah satu yang membuat cinta itu melemahkan adalah kesalahan manusia sendiri dalam menggunakan cinta tersebut. Bukankah seharusnya dengan hadirnya cinta dalam kehidupan kita membuat kita semakin bangkit dan bersemangat dalam menjalani kehidupan ini? Bukan malah menjadi lemah dan putus asa. Cinta yang tulus menghasilkan sebuah kasih dan kasih membuat kita berbuat mengenai kasih itu sendiri. Cinta yang tidak tulus membuat kita menjadi menuntut banyak hal dari banyak orang. Kita mencintai namun sekadar untuk sebuah pencitraan, bukan untuk sebuah ketulusan.

Pernakah Anda mendengar lagu “Kasih Ibu”? Kurang lebih liriknya seperti ini,

“...Kasih ibu kepada beta tak terhingga sepanjang masa, hanya memberi tak harap kembali bagi sang surya menyinari dunia...”

Bagi saya lagu itu sudah memberikan makna tentang cinta dan kasih itu sendiri. Lagu tersebut telah menggambarkan bagaimana sebuah cinta dan kasih yang sebenarnya. Bukan hanya untuk seorang ibu kepada anaknya namun untuk kita semua dan bagi semua orang di sekitar kita. Kasih dapat kita berikan bukan hanya kepada orang yang memiliki hubungan tertentu saja dengan kita, seperti orangtua, kekasih, teman, sahabat, saudara, atau yang lainnya. Kita membagikan cinta dan kasih yang kita miliki kepada semua orang yang kita jumpai.

“Amor Vincit Omnia” yang berarti cinta mengalahkan segalanya. *Yap!* Cinta memang mampu mengalahkan segalanya. Kita dapat melakukan hal apa pun tak terkecuali hal terbodoh yang pernah ada karena satu alasan yaitu cinta. Namun, tak jarang kita merasa dirugikan karena adanya cinta tersebut, bukan? Kita menyesal mengapa mencintai seseorang dan orang tersebut tidak pernah membalas cinta kita atau mungkin mengerti saja tidak tahu.

Jika kita telah tahu, jika cinta memang mengalahkan segalanya. Maka pastikan energi positif dalam diri kita menjadi pemenang abadi dalam perjuangan dalam kehidupan ini dan pastikan, cinta yang kita miliki mampu mengalahkan segala energi negatif dalam diri kita. Sehingga, kehidupan kita akan menghasilkan yang positif pula. Bagi saya, agar cinta dapat mengalahkan energi negatif dan memenangkan energi positif dalam diri dan kehidupan ini, saya melakukannya dengan sebuah ketulusan.

Saya adalah orang yang haus akan sebuah cinta kasih. Terbiasa dengan hidup bebas membuat saya tidak begitu memahami makna dari sebuah kata “cinta”. Sejak kecil, papa dan mama saya sangat jarang untuk mengatur kehidupan saya. Sehingga saya jarang berinteraksi dengan mereka. Mereka hampir tidak pernah mereka melarang saya dalam hal apa pun. Mereka hanya memberi tahu saya mengenai hal-hal yang boleh saya perbuat. Inilah yang menjadi penyebab mengapa saya menjadi terbiasa hidup sendiri. Sampai sekarang pun, saya lebih menikmati waktu sendiri saya daripada berkumpul dengan orang banyak, tak terkecuali saat berkumpul dengan keluarga saya. Satu hal yang tertanam dalam pikiran saya hingga saat ini adalah saya mencintai diri saya lebih dari apa pun. Hampir tidak pernah ada waktu bagi saya untuk memperhatikan orang di sekitar saya.

Saat saya duduk di bangku SMP, Tuhan mengirimkan seseorang kepada saya, dan orang tersebutlah yang hampir 90% mengubah kehidupan saya hingga benar-benar berbalik 180 derajat. Sangat dangkal jika saya hanya menyebutnya sebagai kekasih saya. Dia adalah sahabat serta teman berjuang saya. Bersama dengannya, saya banyak diajarkan

bagaimana berbagi kasih itu. Bagaimana mencintai seseorang walaupun mereka membencimu. Memang, dia tidak mengajarkannya secara langsung. Namun, kehidupan yang saya jalani dengannya sudah lebih dari cukup untuk mengajarkan kepada saya mengenai sebuah cinta dan kasih. Mengenai sebuah pengorbanan. Terlebih mengenai sebuah kebahagiaan.

I Love My Self

Dalam membagikan cinta kasih di kehidupan di dunia ini, kita perlu memulainya dari diri sendiri, yaitu dengan mencintai diri kita sendiri. Bagaimanakah mencintai diri sendiri? Banyak hal yang dapat kita lakukan untuk mencintai diri kita sendiri. Pada dasarnya saat kita mencintai dan mengasihi diri kita sendiri, kita sama seperti menjaga diri kita sendiri. Menjaga untuk tetap menjadi baik.

Kita lahir di dunia ini dengan keadaan yang baik adanya. Kehadiran diri kita pun dirindukan oleh banyak orang. Dan saat kita mulai meninggalkan dunia ini, apakah Anda tidak menginginkan hal yang sama seperti saat kita dilahirkan? Saat kehadiran kita sangat dirindukan, saat kita menjadi kesayangan banyak orang. Saat saya meninggalkan dunia ini, saya ingin menghadirkan kerinduan itu lagi. Saya ingin memberikan sebuah kenangan dalam hidup untuk semua orang yang ada di sekitar saya terlebih untuk orang-orang yang mencintai saya. Untuk menghadirkan itu semua, saya harus memulainya dari diri sendiri. Saya perlu menjaga kemurnian diri saya saat lahir dan juga mengembangkannya menjadi hal baik di dunia ini.

Menjaga diri sendiri bukan membuat kita menjadi egois. Tidak mau mendengarkan kritik dan saran dari orang lain. Bagi saya, ketika Anda atau saya mencintai diri kita masing-masing, maka ketika itu pula kita harus membuat orang lain juga mencintai dan mengasihi diri kita. Apa gunanya jika kita mencintai diri kita sendiri namun orang lain membenci kita? Nantinya kita pun juga akan membenci diri kita sendiri.

Orang lain juga menentukan bagaimana kehidupan Anda di dunia ini. Menjadi makhluk sosial menyebabkan kita tidak bisa lepas dari interaksi dengan orang lain. Hubungan timbal balik sangat berlaku dalam menjalani hidup di dunia. Oleh sebab itu, sangat sulit bagi kita untuk mencintai diri kita sendiri tanpa membuat orang juga mencintai diri kita sendiri.

Ada seorang teman, dia berkata kepada temannya yang lain jika dia begitu mencintai dirinya. Sehingga dia sangat menjaga agar dirinya tidak tersakiti oleh siapa pun. Karena tindakan yang selalu menjaga dirinya agar tidak tersakiti oleh siapa pun, dia menjadi menutup diri dari orang lain. Saat ada orang mengkritik dia mengabaikannya. Saat temannya kesusahan, dia takut untuk membantu terlalu dalam karena nantinya hanya akan menyusahkan dirinya sendiri. Lalu apa yang terjadi? Orang pun juga demikian terhadapnya. Orang membiarkannya pula, saat dia kesusahan dia tidak ada yang menolong. Dan kehidupannya berjalan demikian hingga akhir.

Sudah terlihat jelas jika orang tersebut telah salah dalam memaknai kalimat “mencintai diri sendiri”, maka hasil yang datang pada kita juga pun menjadi jauh dari makna yang sebenarnya dari mencintai diri sendiri. Apa yang kita harapkan berbeda jauh dengan apa yang akan kita dapatkan. Singkatnya, saat saya mencintai diri saya sendiri, saya akan selalu berusaha untuk membuat diri saya tidak pernah melakukan kesalahan sedikit pun. Karena tanpa kita sadari jika kesalahan sekecil apa pun yang telah kita buat akan memiliki dampak bagi orang lain. Saya akan berusaha untuk menjadi yang terbaik bagi keduanya, yaitu diri sendiri dan sekitar saya. Kritik dan saran dari orang sekitar sangat perlu untuk membuat diri kita berkembang. Namun, mengikuti lingkungan sekitar membuat kita kehilangan siapakah diri kita sendiri.

Mencintai diri sendiri haruslah “pas”. Tidak berlebihan dan tidak kekurangan. Karena jika berlebihan atau kekurangan hasil yang akan diperoleh akan menjadi tidak sesuai dengan harapan. Jika kita terlalu berlebihan dalam mencintai diri kita sendiri, maka kita akan menjadi keras

kepala juga egois. Kacintaan terhadap diri sendiri membuat kita “terlalu” mengagumi diri sendiri dan melihat diri kita sebagai sosok orang yang sempurna. Orang yang seperti ini akan menutup dirinya dari kehidupan luar. Bukan karena dia takut melainkan karena sukar terbuka dengan pendapat dari lingkungan tempat dia berada. Lalu, apa yang terjadi jika kita kurang mencintai diri kita sendiri? Kita menjadi tidak berguna di dunia ini. Kita sendirilah yang membuat diri ini merasa menjadi tidak berguna untuk hidup di dunia ini. Bukan dunia yang menjadikan Anda tidak berguna, namun diri sendirilah yang membuatnya demikian.

Dalam mencintai diri sendiri kita harus memiliki takaran yang pas dan sesuai. Kita perlu mencintai diri kita sendiri, karena dengan demikian kita akan merasa bahwa kita itu mengagumkan. Kita baik adanya. Namun di sisi lain, kita perlu mengembangkan apa yang baik ini menjadi lebih baik lagi. Yaitu dengan segala kritik, saran, serta komentar orang sekitar kita mengenai diri kita. Orang lainlah yang melihat diri kita. Saran dan masukan yang telah kita saring dari mereka sangat bermanfaat untuk kita dalam menjalani kehidupan yang semakin kompleks.

Ketika kita mencintai diri kita sendiri dengan berusaha menjadi yang terbaik untuk diri Anda, sebenarnya kita juga melakukan yang terbaik untuk orang-orang di sekitar kita. Banyak orang yang tidak menyadarinya tapi memang seperti itulah adanya. Pada saat inilah kita akan menjalani awal dari mencintai orang lain. Semua hal perlu kita mulai dari diri kita sendiri.

***...and you can love your life more
than anything...***

Berawal dari mencintai diri sendiri, secara tidak sadar kita pun akan juga mencintai dan mengasihi sesama kita. Karena ketika diri kita mencintai diri kita ini dengan ketulusan, maka kita akan selalu berusaha untuk

memberikan hal-hal positif untuk hidup kita di dunia, dan sebenarnya pada saat itulah tanpa kita sadari kita telah memberikan hal positif itu kepada lingkungan sekitar kita dan juga pada kehidupan kita sendiri.

Bagaimana kita mampu mencintai kehidupan kita sendiri tanpa kita mencintai diri kita terlebih dahulu? Yang ada justru akan membuat berantakan kehidupan ini. Tanpa mencintai diri kita sendiri dengan benar, kita akan sukar untuk memunculkan hal positif dalam kehidupan kita.

Saya memiliki sebuah cerita mengenai kehidupan saya. Dalam mencoba memaknai arti mencintai diri sendiri, saya pernah berada dalam kedua posisi dengan kadar “cinta” yang berbeda untuk diri saya sendiri. Saya pernah overdosis dalam mencintai diri saya dan saya juga pernah merasakan rasa benci yang berlebihan dengan diri saya sendiri. Seolah saya ingin mengakhiri hidup saya saat itu juga.

Saat saya merasa benci dengan diri saya karena ketidakmampuan saya dalam menjadikan hidup saya indah. Satu hal yang saya inginkan pada saat itu adalah MATI. Saya telah merasakan bahwa dunia sudah tidak membutuhkan saya lagi. Semua hal yang saya perbuat salah. Tidak ada sedikit pun hal yang saya lakukan dengan benar. Orang-orang mulai menghakimi dan dunia pun turut menghakimi saya. *Nothing special from me*. Ketika diri kita tidak mampu mencintai diri ini, maka diri kita juga tidak akan mampu untuk mencintai apa yang telah kita perbuat, dan pandangan kita hanya akan terbatas pada kelemahan masa itu.

Lalu, saya mencoba untuk mencintai diri saya. Eh, tapi malah overdosis. Saya belajar langkah demi langkah untuk mencintai diri saya. Namun setelah kesakitan yang saya alami sebelumnya yang telah membuat saya menjadi terpuruk, saya ingin membuat diri saya bangkit di antara mereka yang membuat diri saya terpuruk. Sehingga saya menjadi egois dan keras kepala. Saya melihat, bahwa semua yang orang lakukan adalah salah dan saya yang benar. *No one can do what i have do*. Mencintai diri berlebihan juga tidak nyaman menurut saya. Jika masa sebelumnya saya

terpuruk karena saya begitu lemah, sekarang saya terpuruk karena tidak ada teman.

Setiap kehidupan yang saya jalani, saya belajar. Mencintai diri sendiri perlu sebuah ketulusan, sehingga cinta yang kita berikan pada diri kita “pas”. Tidak kurang tidak lebih. *Perfect!* Ketika kita mencintai diri kita dengan sebuah ketulusan, kita

"Cintailah sesamamu
seperti engkau
mencintai dirimu
sendiri."

akan benar-benar menjaga diri ini dengan sungguh-sungguh. Berusaha agar diri ini tetap menjadi yang terbaik. Tidak merasa rendah diri atas apa yang kita miliki dan juga tidak merasa bermegah diri atas segala kebanggaan diri kita. Jika Anda mencintai diri Anda dengan sepenuh hati, buatlah selalu hal baik agar diri Anda juga dicintai oleh kehidupan Anda serta orang di sekitar Anda. Itulah cara sederhana dalam mencintai diri sendiri dan kehidupan ini. Ingat, jika kehidupan ini sangatlah indah dan sayang sekali jika terbuang dengan hal yang tidak bernilai.

I Love My Haters

Haters. Apa yang perlu kita perbuat pada mereka? Yang sangat perlu untuk kita perbuat bagi mereka adalah mencintainya seperti kita mencintai diri kita sendiri. “Lho? Bukannya mereka yang terkadang membuat kita sakit hati? Bukannya mereka jahat kepada kita? Gengsi lah kalau yang baik sama dia, toh dia juga acuh sama aku.” Dan masih banyak hal yang membuat kita berdalih dari usaha untuk mencintai orang lain.

"Jika kamu berbuat
baik kepada semua
orang, maka tidak
akan ada alasan
bagi mereka untuk
berbuat jahat
kepadamu."

~Mama~

Mama saya sering berkata kepada saya, jika saya harus berbuat baik kepada semua orang tak terkecuali musuh saya. Saya diharuskan untuk

berbuat baik di mana pun saya berada. Dalam hal mencintai seorang yang dengan jelas membenci saya, saya rasa mama saya yang lebih ahli dalam hal ini. Saya banyak belajar dari mama, namun terkadang saya juga geram dengan mama saya karena besarnya cinta yang diberikan kepada orang-orang di sekitar, termasuk “pesaing”-nya. Tak bosannya, mama mengajarkan sebuah ketulusan dalam berbagi kasih kepada sesama.

Saya ingat, waktu itu mama saya menjabat sebagai kepala dari sebuah instansi. Saya melihat, bahwa beliau menjadi seorang “leader” namun tidak seperti “bos”. Beliau memimpin bukan memerintah. Berusaha untuk memberikan yang terbaik untuk bawahannya dan selalu berusaha memperjuangkan yang terbaik untuk mereka. Namun, ketika masa kepemimpinan mama saya berakhir dan sekarang dia menjadi seorang bawahan, dan bawahannya menjadi kepala, satu hal yang saya lihat dan begitu luar biasa, mama saya tetap rendah hati. Beliau menghormati kepala yang baru, sekalipun saya rasa mama saya seperti “diinjak”. Saya melihat, betapa besarnya kasih yang mama saya miliki sehingga dia selalu menerima bagaimanapun keadaan yang diterimanya. Hingga suatu saat, mama saya opname di rumah sakit karena tekanan yang terjadi dalam dunia kerja. Berbulan-bulan, mama saya menjalani pengobatan. Segala macam terapi pun di jalannya. Tetapi, saat mama saya mengalami penyakit itu, jarang sekali atau mungkin tidak ada besukkan dari kepala instansi tempat mama saya bekerja. Namun, mama saya tetap berusaha untuk berbuat baik.


Mama saya mengajarkan untuk selalu berbuat baik kepada orang lain, sekalipun saya tidak mengenalnya. Mama pernah berkata, “Jika kamu berbuat baik kepada semua orang, maka tidak akan ada alasan bagi mereka untuk berbuat jahat kepadamu.” Lalu saya bertanya pada diri saya sendiri, mengapa kita harus berbuat baik kepada orang lain? Kalau orang itu tidak mengenal kita, mungkin mereka malah mengabaikan kebaikan kita. Dan kini saya tahu jawaban dari pertanyaan saya itu. Jika kita tidak bisa mencintai orang lain karena kita tidak mengenalnya, maka cintailah

dan berikan kasih kepada mereka karena kamu ingin membuat kehidupan yang bahagia.


Cinta mengalahkan segalanya, maka dengan cinta dan kasih kita juga dapat mengalahkan segala bentuk dari kejahatan, permusuhan, dendam, dan semua energi negatif dalam kehidupan ini. Mari kita buktikan kepada dunia, jika cinta dan kasih benar-benar dapat mengalahkan segala hal yang buruk. Cinta kasih dapat meluluhkan perasaan benci orang terhadap kita. Tidak ada yang salah dalam mengasihi sesama sekalipun mereka menganggap kita sebagai musuh. Membagikan kasih yang kita miliki tak akan membuat kita menjadi miskin, justru akan membuat kita menjadi bercukupan.

Pada saat itu saya hanya berpikir, jika cinta hanya dapat dibagikan kepada pasangan kita. Dan cinta hanya dapat dirasakan bagi mereka yang memiliki pasangan. Namun, ternyata tidak demikian. Cinta dapat kita bagikan kepada semua orang yang kita temui, sekalipun kita tidak mengenalnya dengan dekat. Cinta membuahkan sebuah kasih dan kasih menghasilkan sebuah tindakan, dan tindakan tersebut tidak akan menyakiti diri sendiri maupun orang lain. Cinta juga dapat kita rasakan meskipun kita masih sendiri, belum mempunyai seorang pendamping hidup.

Sebagian besar tulisan yang saya tulis di dalam buku ini merupakan hasil dari apa yang telah saya pelajari bersamanya. Kini saya mengerti dan paham, jika sebuah cinta yang tulus akan membuat kita menjadi lebih kuat dan tangguh. Cinta itu ada untuk menguatkan bukan untuk melemahkan. Saya hadir di dunia ini dengan cinta kasih dari kedua orangtua saya. Kita semua hadir di dunia ini dengan cinta kasih yang telah ada bersama kita saat kita masih dalam kandungan.



Kita semua harus tahu, mengapa kita patut bersyukur dan berterima kasih atas kehidupan yang kita miliki. Betapa indahnya kehidupan yang telah Tuhan rancang untuk kita dan sangat disayangkan jika kita membuatnya menjadi sia-sia.



"Life is an opportunity, benefit from it.

Life is beauty, admire it.

Life is a dream, realize it.

Life is a challenge, meet it.

Life is a duty, complete it.

Life is a game, play it.

Life is a promise, fulfill it.

Life is sorrow, overcome it.

Life is a song, sing it.

Life is a struggle, accept it.

Life is a tragedy, confront it.

Life is an adventure, dare it.

Life is luck, make it.

Life is too precious, do not destroy it.

Life is life, fight for it."

~MOTHER TERESA

©inkhappi

Sumber: <http://sbelen.files.wordpress.com/2014/05/life-by-mother-theresa-e1372279299302.jpg>



Hidup adalah sebuah kesempatan, manfaatkanlah

Hidup itu indah, kagumlah

Hidup itu mimpi, wujudkanlah

Hidup itu tantangan, hadapilah

Hidup adalah kewajiban, penuhilah

Hidup itu permainan, bermainlah

Hidup itu janji, tepatilah

Hidup itu dukacita, atasilah

Hidup itu nyanyian, maka bernyanyilah

Hidup itu perjuangan, perjuangkanlah

Hidup itu tragedi, sesuaikanlah

Hidup itu petualangan, beranilah

Hidup itu keberuntungan, buatlah demikian

Hidup itu sangat berharga, rawatlah

Hidup itu hidup, berjuanglah untuk hidup ini.

~Mother Theresia~



The Bliss of Life

Kita memiliki hidup yang begitu indah. Saya bukanlah orang yang hebat, yang penuh dengan berbagai penghargaan. Saya adalah orang biasa yang ingin membagikan pengalaman hidup saya kepada semua orang. Bukan untuk memamerkan kehidupan saya. Tetapi, saya ingin mengajak Anda semua untuk berjuang bersama-sama dengan saya dalam menggoreskan kebahagiaan dalam kehidupan yang singkat ini. Lalu apakah kehidupan yang bahagia itu sendiri?

"The secret of happiness is to make others believe they are the cause of it."

Kemarin, saya mendapatkan mata kuliah filsafat dan di sana beberapa teman saya mempresentasikan mengenai makna dari manusia. Di dalam presentasi tersebut, ada satu hal yang membuat saya tertarik yaitu mengenai hakikat manusia yang berhak untuk memiliki kebahagiaan. Lalu saya mengangkat tangan saya dan bertanya,

"Kebahagiaan yang seperti apakah yang menjadi hakikat dari manusia itu?"

Lalu teman saya menjawab,

"Kebahagiaan adalah saat di mana kita dapat meraih apa yang kita inginkan." Tidak berhenti pada jawaban ini, saya kembali bertanya,

"Jika demikian, bagaimana dengan orang yang menyingkirkan kepentingan pribadinya untuk berbagi dengan orang lain, tetapi dia tetap merasakan kebahagiaan, seperti bunda theresa?" Teman saya pun menjawab,

"Kebahagiaan itu relatif. Senang belum tentu bahagia dan bahagia belum tentu senang." Saya pun menghentikan pertanyaan itu dan tidak lagi memberi tanggapan.

Dari sini, saya melihat bahwa setiap manusia berhak untuk bahagia. Pada hakikat menjadi manusia pun tertulis bahwa manusia berhak untuk bahagia. Tanpa terkecuali. Namun, ketika kebahagiaan itu tidak

terdefiniskan, banyak orang yang rancu menafsirkan kebahagiaan itu sendiri. Jika bahagia itu diukur melalui pencapaian seseorang terhadap apa yang dicita-citakannya, maka seharusnya akan banyak orang yang bahagia di dunia ini.

Mari kita lihat orang-orang kebanyakan di Indonesia. Orang di Indonesia, mereka yang telah mencapai kedudukan yang dia inginkan, apakah mereka bahagia? Tidak. Jika mereka bahagia mengapa terkadang mereka mengambil kebahagiaan orang lain? Banyak orang berkuasa menguasai orang lain padahal manusia itu autentik. Mereka memiliki hak untuk hidup bebas dari tekanan yang mematikan seperti ini.

Saya mulai memikirkan kebahagiaan itu apa? Mengapa orang menginginkan sebuah kebahagiaan? Dan hal apa yang membuat saya berkata jika saya bahagia? Saya adalah orang yang bahagia di setiap waktu yang saya jalani. Saya menikmati setiap detikanya. Saya menyebutnya itu sudah kebahagiaan saya. Bagaimanakah kebahagiaan menurut Anda? Renungkanlah kebahagiaan yang Anda rindukan itu. Saya ingin menyampaikan sebuah makna dari kebahagiaan itu adalah menjadi manusia yang autentik. Pertama, manusia yang bahagia, hidup tanpa sebuah tekanan sehingga manusia itu mencapai poin kedua, yaitu bebas. Dengan kehidupan yang terhindar dari segala tekanan mematikan, manusia akan dengan bebas pula melakukan eksplorasi dengan apa yang ingin dia kembangkan, dan selanjutnya manusia akan melakukan hal yang sejalan dengan panggilan hati. Inilah poin yang terakhir. Manusia melakukan sesuatu sesuai panggilan hati. Tanpa paksaan dan bebas untuk membangun dan mengembangkannya menjadi sesuatu yang lebih bermakna.

Di sisi lain, hidup di dunia ini itu terbatas. Dan batas dari kehidupan adalah manusia sendiri. Manusia yang menciptakan batas kepada manusia yang lain. Oleh sebab itu, bebas dalam menjadi manusia yang khas itu bebas untuk melakukan eksplorasi tanpa mengambil apa yang menjadi hak dari orang lain. Kebahagiaan bukan sekadar kita dapat mencapai

apa yang kita inginkan dengan hasil yang maksimal namun hidup yang bahagia lebih untuk membuat kehidupan diri kita beserta lingkungan sekitar kita merasakannya.

Kita memiliki berbagai macam keindahan yang ada dalam diri kita. Dan kita juga dapat membuat kehidupan ini indah dari apa yang telah kita miliki. Dari hal sederhana yang kita miliki, kita mampu membuat kehidupan yang banyak orang memandang sebagai sesuatu yang memberatkan menjadi sesuatu yang begitu indah dan sayang untuk disia-siakan.

Kita dapat memulainya dari sebuah senyuman. Semua orang pasti memilikinya tanpa harus memiliki bakat khusus, namun maukah diri kita untuk tersenyum? Itulah yang perlu untuk kita renungkan. Senyuman dapat menguatkan diri kita bahkan orang lain sekalipun, dan dalam keadaan terdesak sekalipun. Dengan bersyukur kita juga akan menjadi mudah untuk bersyukur dengan segala karunia yang telah Tuhan berikan kepada kita. Bersyukur membuat kita menjadi berkembang. Bersyukur selalu membuat kita untuk berusaha menjadi yang terbaik.

Dalam kehidupan yang fana ini, kita memerlukan sebuah tujuan. Tujuanlah yang membuat kita semangat untuk menjalani kehidupan ini. Salah satunya adalah dengan impian. Ingatkah saat kecil kita memiliki begitu banyak cita-cita yang ingin kita raih? Namun, ketika kita telah tumbuh menjadi dewasa, mimpi-mimpi itu hilang begitu saja. Atau terkadang kita memiliki mimpi namun kita takut untuk mewujudkannya. *It's just stay in my dream... Stay dreaming...* Ketika kita masih bermimpi dan terus bermimpi, tanpa kita sadari jika waktu kita telah habis dan tak ada yang kita berikan di dunia ini. Waktu adalah sebuah kehidupan dan kita harus membuat waktu itu hidup dalam kehidupan kita. Mari kita membuang waktu yang kita miliki dengan sebuah makna di dalamnya.

Percaya dan tetap berharap membuat kita mampu bertahan dalam keadaan tersulit sekalipun. Banyak orang yang hidup karena dengan sebuah harapan sederhana. Percaya dengan segala rencana-Nya. Dia tidak

akan memberikan kita hal yang melebihi batas kemampuan kita, karena Dia selalu menopang kita dan selalu sibuk menyiapkan hari indah untuk kita. *Trust GOD! GOD never leaving you alone. NEVER.*

Tersenyumlah kepada dunia setiap hari maka dunia pun akan membuat diri kita tersenyum. Mengawali hari dengan senyuman dan mengakhiri hari dengan senyuman pula. *Let's Smile!!! NOW!*

Lihat, betapa indahnya dan mengagumkannya diri kita, maka diri kita sendirilah yang akan bekerja membuat hidup ini menjadi indah.

Percayalah kepada kebaikan. Percayalah kepada diri Anda. Percaya dengan segala kemampuan yang kita miliki. Percaya kepada setiap rencana dan rancangan-Nya.

Tanamkan dalam hati kita bahwa kita adalah bagian dari karya Tuhan yang begitu mengagumkan. Kita unik. *We are is limited edition.* Kita itu khas dan spesial.

Mari kita ciptakan sebuah lingkungan yang indah dan bermanfaat. Mari kita bagikan kasih sayang kita kepada semua orang. Mari kita mengalahkan segala kekhawatiran, kebencian, dengan segala kasih yang kita miliki. Cinta mengalahkan segalanya yang buruk.

Saya percaya, bahwa semua orang itu khas. Mereka memiliki ciri masing-masing. Anda itu indah. Bangun dan kembangkan apa yang menjadi impian Anda. Tak perlu takut dengan segala kemungkinan yang ada, strategi akan selalu berubah. Jenuh dengan kegagalan akan membuat kita “stuck”. Diam dan tidak bergerak. Kita harus segera bergerak sekarang juga. Kata terlambat akan hilang jika kita mau mengubahnya. Dunia yang begitu kejam tidak pernah menjanjikan kehidupan yang bahagia jika kita tetap saja diam dengan segala ketakutan dan kekhawatiran kita. Masa depan bukan untuk dikhawatirkan melainkan untuk diciptakan.

Share your love everytime...

Ketika salah satu dosen saya mengatakan jika banyak orang yang gagal dalam membaca buku pengembangan pribadi. Hal ini disebabkan karena terkadang apa yang ditulis penulis, baik keadaan, suasana, terlebih kepribadiannya berbeda dengan pembaca. Banyak buku pengembangan pribadi meminta pembaca untuk berpikir positif, selalu bekerja, dan memanfaatkan waktu, dan lain sebagainya. Tetapi, sayangnya, banyak dari orang yang gagal dalam memahaminya. Saya gemar membaca buku pengembangan pribadi terlebih mengenai pengalaman penulis dalam meraih segala impiannya. Ketika saya membaca, yang saya lihat adalah semangat yang ada dalam dirinya. Saya berpendapat, jika buku pengembangan pribadi ada untuk membuat kita menjadi semangat. Para penulis ingin membagikan pengalamannya kepada pembaca dan membuat pembaca merasa bahwa dia tidak sendiri. Orang sukses sekalipun memulainya dari bawah. Saya selalu mencoba untuk memahaminya dari segi yang positif sehingga dampak yang terjadi pada diri saya juga demikian. Ketika dia mampu meraih mimpi-mimpinya maka saya akan mampu mewujudkan impian saya. Selain itu, saya merasa bahwa saya bukanlah orang satu-satunya yang mengalami kehidupan yang begitu berat.

Satu hal yang ingin saya bagikan kepada Anda semua mengenai buku ini adalah sebuah kebersamaan. Saya, Anda, dan kita semua yang tinggal di dunia ini, tidak pernah terlepas satu sama lain. Ketika Anda merasa dalam keadaan terpuruk, saya juga pernah mengalaminya. Ketika Anda berada dalam keadaan terpuruk yang tidak pernah saya rasakan, ingatlah akan buku ini dan bacalah kembali buku ini pada bagian akhir. Saya selalu berada di sini untuk menjadi pendukung Anda ketika Anda merasa tidak ada seorang pun yang mampu mendengarkan Anda. Lewat tulisan ini saya hadir dalam segala kesusahan dan segala kesukaran hidup Anda. Hingga suatu saat nanti, Anda juga dapat membagikan segala kebahagiaan Anda kepada orang-orang di sekitar Anda.

Let's We Create Our Own Story!



EPILOG

Now, it's your time to create your own story!



Banyak hal yang indah, bukan? Dunia ini begitu indah dan sangat menakjubkan. Kehidupan kita pun juga begitu indah. Saya, Anda, dan kita semua adalah pemilik dari kehidupan yang indah itu. Ada sebuah rahasia yang disembunyikan oleh dunia ini. Mari kita melihatnya bersama...

RAHASIA TERBESAR DI DUNIA

Jika aku sedih, aku akan tertawa

Jika aku tertekan, aku akan bernyanyi

Jika aku bergelimangan harta, kupikirkan saat-saat kekurangan dulu

Jika aku miskin, kupikirkan kekayaan yang mendatang

Jika aku merasa sangat berkuasa, kucoba menghentikan angin

Jika aku merasa terlalu percaya, kuingat kegagalan di masa lalu

Jika aku merasa tidak mampu, kuingat kesuksesan masa lalu

Jika aku mendapat kekayaan berlimpah, kuingat mulut-mulut
yang kelaparan

Jika aku terlalu bangga, kuingat saat-saat aku lemah

Jika aku menikmati masa kejayaan, kuingat saat memalukan

NOW, IT'S YOUR TIME TO CREATE YOUR OWN STORY!

My life is wonderful... Your life is wonderful too... _____

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.





TENTANG PENULIS

Fransiska Putri Lintang Sari, lahir di Blitar pada 13 April 1996. Ia adalah alumni dari SMA Katolik Cor Jesu Malang. Saat ini ia sedang menempuh pendidikan S1 Jurusan Teknik Kimia, Fakultas Teknik, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Dari kegemaran membaca dan menulis sejak Sekolah Dasar, bakat menulisnya mulai terlihat di bangku SMA dengan kebiasaannya menuangkan segala ide, pikiran, dan perasaannya ke dalam tulisan. Salah satu tulisannya juga pernah masuk dalam Majalah Sekolah. Selain itu, gadis yang akrab disapa Lintang ini juga beberapa kali membuat Karya Tulis Ilmiah sejak SMP dan mewakili SMA-nya dalam Pekan Ilmiah Remaja Nasional (PIRN) XI pada tahun 2012 di Bontang, Kalimantan Timur. Selain menulis dalam bidang ilmiah, ia juga gemar membagikan semangat kepada teman-temannya melalui pengalaman hidupnya.

Di tengah kesibukannya sebagai mahasiswi Teknik ia masih ingin berkarya dengan aktif dalam Organisasi Mahasiswa sebagai Sekretaris Lembaga Pers Mahasiswa (LPM). Impiannya dengan menulis ia dapat berbagi cerita, menebar semangat, pengalaman hidup, dan perspektif baru yang ia miliki kepada banyak orang.

Untuk kritik dan saran dapat menghubungi:

Email: lintang1304@gmail.com

Instagram: [@fplintang](https://www.instagram.com/fplintang)

WA/Line: 085748791423/fpls1996

Adakalanya kita sebagai manusia merasa tidak berharga, tidak seberuntung orang lain, tidak berguna, dan sebagainya. Kita merasa Tuhan tidak adil, tidak sayang dengan kita, kita selalu menganggap hidup kita sangat sia-sial tidak seperti orang lain. Perasaan seperti itu membuat kita minder, tidak bersyukur, selalu ingin menjadi orang lain, selalu menginginkan apa yang dimiliki orang lain, dan putus asa dengan hidup yang kita miliki. Kita menjadi kurang menikmati hidup. Kita tidak pernah menyadari bahwa kita terlahir dengan kemampuan dan keistimewaan berbeda-beda. Kita tidak pernah menyadari bahwa Tuhan selalu memberikan cobaan kepada kita itu pasti dengan alasan dan tujuan tertentu. Kita terlalu sibuk dengan hal-hal yang kadang membuat kita menjadi jauh dari-Nya. Kita tidak pernah menyadari bahwa kita semua itu begitu mengagumkan. Begitu berharga.



Penerbit PT Elex Media Komputindo
Kompas Gramedia Building
Jl Palmerah Barat 29-37, Jakarta 10270
Telp. (021) 53650110 - 53650111
Ext. 3201-3202
Web Page: <http://www.elexmedia.co.id>

gramediana

SELF-IMPROVEMENT
PERSONAL GROWTH

ISBN 978-602-02-7506-2



9 786020 275062

715062040