

# Tergugah

*Majalah Penggugah Nurani!*

## **ANDA BISA MEMBUAT PERUBAHAN**

Apa yang bisa Anda perbuat untuk menjadikan dunia ini sebuah tempat yang lebih baik

## **TOLONGLAH SESEORANG**

“Jangan biarkan rantai kasih ini berakhir dengan diri Anda.”

## **KHABAR DAN BERITA**

Pasalnya hanyalah sikap kita

## **SUKSES DENGAN ORANG LAIN**

Bagaimana caranya mendapatkan kerja sama

Tolonglah Seseorang.....	3
Anda Bisa Membuat Perubahan!.....	4
Khabar & Berita.....	6
Jawaban dari Pertanyaan Anda.....	8
Sukses dengan Orang Lain.....	9
Sekedar Humor .....	10
Seperti apa rupanya kasih?.....	11
Kutipan-kutipan Terkenal.....	12
Kunci untuk memiliki Motivasi.....	12

Hubungi kami di alamat berikut ini:

## Tergugah

Email:

fcindo@fcindo.com

Edisi 1

© 2001 Tergugah

Hak cipta dilindungi oleh Undang-undang

dari editor

Selamat Datang di **Tergugah!**

Apa **Tergugah** itu? **Tergugah** adalah majalah mini yang dirancang untuk menyajikan topik yang menarik! Walau pun singkat, majalah ini sarat dengan ide-ide baru yang tak pupus dimakan usia, kutipan-kutipan yang berasal dari orang-orang terkenal dan sukses, cerpen yang nyata yang membangkitkan semangat serta jawaban dari pertanyaan yang seringkali diajukan.

Mengapa **Tergugah**? Kita semua sadar, bahwa kita mencari apa yang dinamakan jawaban dan kita menghargai apa yang membesarkan semangat serta masukan positif untuk menghadapi masalah dan situasi yang ada di dalam hidup ini, entah di rumah, di tempat kerja atau di tengah masyarakat luas. **Tergugah** memberikan masukan positif serta motivasi, kesempatan untuk mempelajari teknik & keahlian serta kesempatan guna menguasai pola pikir & pendirian hidup yang akan membuat perbedaan di dalam hidup Anda. **Tergugah** mengikutsertakan artikel-artikel tentang komunikasi, hubungan dengan orang lain, masalah kesepian, bertahan hidup menghadapi tekanan, mengatasi rintangan, peristiwa-peristiwa mutakhir, persahabatan, perkawinan, hal-hal yang berhubungan dengan tugas dari orang-tua, dan masih banyak lagi!

Apa yang akan **Tergugah** berikan untuk Anda? Kami tidak bisa menjamin bahwa Anda akan menemui keberhasilan dengan seketika itu juga, tapi kami bisa menjamin bahwa selagi Anda secara pribadi menjalankan prinsip-prinsip dan ide-ide yang ditawarkan di **Tergugah**, maka Anda akan mengalami perubahan ke arah yang positif. Anda secara individu akan menemukan kepuasan hati yang lebih besar. Anda akan merasakan hubungan Anda dengan orang lain menjadi lebih baik dan Anda akan memiliki motivasi untuk melihat kehidupan ini, dan juga beraneka-macam masalah yang ada di dalam hidup kita yang fana ini, dari sudut pandang yang lebih positif.

Kami mengundang anda untuk membiarkan **Tergugah** menggugah anda untuk bertindak positif hari ini!

Editor

Untuk **Tergugah**

# Tolonglah Seseorang

– “Jangan biarkan rantai kasih ini berakhir dengan diri anda.”

Hampir saja dia tidak melihat wanita setengah baya yang terpaksa di pinggir jalan. Walau pun hari telah larut malam, dia bisa melihat bahwa wanita itu membutuhkan pertolongan. Maka dia pun berhenti di depan Mercedes wanita tadi dan ke luar dari mobilnya.

Mobil Pontiac-nya masih menyala sewaktu dia mendekati wanita itu. Sekali pun wajahnya memperlihatkan senyuman, wanita itu merasa kuatir. Tak ada seorang pun yang pernah berhenti untuk menolongnya selama satu jam terakhir atau begitulah kira-kira. Apakah orang ini akan melukai dirinya? Kelihatannya dia tidak meyakinkan, miskin dan kelaparan. Lelaki itu bisa melihat bahwa si wanita merasa ketakutan, dan kedinginan. Dia tahu apa yang wanita itu rasakan. Perasaan gemetar hasil dari rasa takut yang berasal dari dalam diri kita. “Saya akan menolong Anda, nyonya. Silahkan menunggu di dalam mobil supaya lebih hangat. Oh ya, nama saya Bryan.”

Hanya ban kempis, tapi untuk wanita setengah baya hal itu sudah cukup merepotkan. Bryan merangkak ke bawah mobil mencari tempat yang bagus untuk memasang dongkrak, jari tangannya lecet di beberapa tempat. Tak lama kemudian ban mobil sudah diganti. Tapi dia harus menjadi kotor dan tangannya terluka.

Sewaktu dia tengah mengencangkan kembali baut-baut itu, wanita itu menurunkan kaca jendelanya dan mengajaknya berbicara. Katanya dia berasal dari St. Louis dan secara kebetulan lewat di situ. Wanita itu merasa bahwa dia tidak bisa cukup berterimakasih kepada lelaki itu yang telah menolongnya. Bryan hanya tersenyum sambil menutup kembali bagasi mobil.

Wanita tadi menanyakan ongkos yang harus dibayarnya. Berapa saja jumlahnya tidak ada masalah bagi dirinya. Wanita itu sudah membayangkan semua hal yang buruk yang bisa saja terjadi seandainya anak muda ini tidak berhenti. Bryan tak pernah berpikir dua kali tentang uang sebelum dia menolong orang

yang memerlukan bantuan, dan Tuhan tahu ada banyak orang yang telah menolong dirinya di masa lalu...Dia menjalani seluruh kehidupannya seperti itu, dan tidak pernah terlintas di benaknya untuk berperilaku yang lain dari itu.

Dia mengatakan bahwa apabila wanita itu benar-benar ingin memberinya uang, maka lain kali ada orang yang membutuhkan pertolongan, maka wanita itu bisa memberikan apa yang orang itu butuhkan, dan Bryan menambahkan “...jangan lupa dengan saya”. Ditunggunya hingga wanita itu pergi kemudian mobilnya pun melaju. Hari itu terasa dingin dan muram, tapi dia merasa nyaman seraya mengemudikan mobilnya pulang ke rumah, menghilang di kegelapan malam.

Selang beberapa saat wanita itu melihat sebuah kedai kopi kecil. Dia masuk dan memesan makanan kecil, dan berusaha menghilangkan rasa dingin sebelum merampungkan perjalanan pulanginya. Kedainya kecil dan nampak agak kotor. Di luar ada sepasang pompa bensin tua.

(Bersambung ke hal.10)

Kehidupan orang hebat semuanya  
mengingatnkan kita,  
Bahwa kita bisa membuat kehidupan ini mulia,  
Dan, seraya melangkah maju, kita  
meninggalkan  
Jejak kaki di atas pasir waktu.  
Jejak kaki, di mana orang lain yang mungkin,  
Sedang berlayar di arus kehidupan yang serius,  
Seorang saudara yang kesepian dan kapalnya  
karam,  
Setelah melihatnya, akan bersemangat kembali.  
-Henry Wadsworth Longfellow

# ANDA BISA MEMBUAT PERUBAHAN!

**A**pakah Anda pernah merasa patah semangat dan putus asa? Apakah Anda kadang-kadang merasa frustrasi menghadapi hal-hal yang ada di sekitar kita, dan merasa seakan-akan tidak memiliki kekuatan untuk membuat suatu perubahan? Semoga cerita berikut ini bisa membesarkan semangat Anda.

Dahulu kala, pada tahun 1913, seorang pria muda berusia sekitar 20 tahun berkelana mengelilingi daerah pedesaan di negerinya. Daerah itu bisa dikatakan gundul dan kering-kerontang pada masa itu, hampir-hampir sama sekali tidak memiliki pepohonan lagi karena penggundulan hutan yang berlangsung lama dan karena sistim pertanian yang dikelola terlalu intensif. Tanah di daerah itu menjadi tipis termakan hujan, karena tidak ada lagi pepohonan yang bisa menahan tanah itu agar tidak longsor dan tetap berada di tempatnya. Daerah itu seluruhnya gundul dan kering-kerontang.

Usaha peternakan jarang sekali ditemukan karena keadaan yang menyedihkan tadi. Desa-desa yang ada sudah tua dan lapuk termakan usia, dan sebagian besar penduduknya telah pergi. Bahkan binatang-binatang liar pun telah minggat, karena tanpa ada pepohonan maka pertumbuhan yang dibutuhkan untuk menunjang kehidupan menjadi semakin tak menentu, makanan sulit sekali didapatkan, dan hanya ada beberapa sungai kecil saja yang tersisa.

Sang pengelana muda ini berhenti pada suatu malam di gubuk sederhana milik seorang gembala, yang, meski pun telah beruban dan berusia setengah baya, masih sangat kuat serta berbadan tegap. Anak muda ini bermalam di situ, dilayani dengan ramah-tamah, dan akhirnya tinggal selama beberapa hari di gubuk sang gembala.

Sang tamu disertai perasaan ingin tahu memperhatikan sang gembala yang menghabiskan waktunya di malam hari untuk memilih-milih biji-bijian di bawah sinar lampu tempel – biji pinus, biji kenari, kacang walnuts, dan yang lain sebagainya. Sang gembala dengan sangat teliti memeriksa biji-bijian tadi dan menyingkirkan yang jelek, kemudian menempatkan pilihannya ke dalam sebuah kantong.

Sambil membawa ternaknya ke padang rumput keesokan harinya, dia menanamkan biji-bijian tadi di sepanjang jalan. Sementara ternaknya sedang merumput di satu daerah, sang gembala membawa tongkatnya, berjalan beberapa langkah, dan kemudian menusukkan tongkatnya ke dalam tanah untuk membuat lubang kecil. Kemudian dia menjatuhkan salah satu biji yang dibawanya, dan mempergunakan kakinya untuk menutupi lubang tadi dengan tanah. Kemudian dia berjalan beberapa langkah lagi, melakukan hal yang sama. Sepanjang hari dia berjalan mengitari daerah itu seraya dia menggemblakan dombanya, setiap hari menjelajahi suatu daerah yang baru, menanamkan biji di daerah yang masih memiliki beberapa pohon.

Sang pengelana muda tadi sama sekali tidak tahu apa yang sedang dikerjakan oleh bapak gembala itu, dan akhirnya dia bertanya kepada gembala tersebut.

“Oh, Nak,” bapak gembala tadi menjawab, “Bapak sedang menanam pohon.”

“Tapi kenapa?” tamu muda itu bertanya. “Diperlukan waktu bertahun-tahun sebelum pohon-pohon ini berguna untuk Bapak! Bahkan bapak mungkin tidak akan hidup cukup lama untuk bisa melihatnya!”

Sang gembala menjawab, “Ya, tapi suatu hari nanti pohon-pohon

itu akan berguna dan akan membantu menyehatkan tanah yang kering ini. Bapak mungkin tidak akan pernah menyaksikannya, tapi mungkin anak-anak Bapak akan melihatnya.”

Pria muda tadi merasa kagum akan pandangan, visi, dan sikap yang tidak mementingkan diri sendiri yang dimiliki sang gembala, di mana dia bersedia untuk mempersiapkan tanah itu bagi generasi yang berikutnya, walau pun dia sendiri mungkin tidak akan pernah melihat hasilnya atau pun meraih keuntungannya.

Duapuluh tahun kemudian, ketika berusia sekitar empatpuluh tahun, sang pengelana tadi sekali lagi mengunjungi daerah yang sama dan dia merasa takjub akan apa yang dilihatnya. Sebuah lembah yang luas kini seluruhnya tertutup oleh hutan alami yang terdiri dari berbagai macam pepohonan.

Pohon-pohonnya masih muda, tentu saja, tapi bagaimana pun juga itu adalah pohon yang hidup. Kehidupan telah muncul kembali di seluruh lembah itu! Rerumputan telah tumbuh dan nampak menjadi semakin hijau, semak-semak serta kehidupan liar telah muncul lagi, tanah di situ kini menjadi subur kembali, dan para petani kembali sibuk bercocok-tanam.

Dia bertanya-tanya di dalam hati apa gerangan yang terjadi terhadap bapak gembala tua itu, dan yang membuat dirinya takjub dia mendapati bahwa bapak gembala itu masih hidup, sehat dan kuat, masih tinggal di gubuknya yang kecil – dan masih memilih biji-bijian setiap malam.

Tamu tadi juga mendapatkan khabar bahwa sebuah delegasi dari pemerintah baru-baru ini datang dari ibukota untuk melihat hutan baru ini yang penuh dengan pepohonan, yang mana bagi mereka nampak seperti sebuah hutan alami baru yang ajaib. Mereka akhirnya tahu bahwa hutan tadi selama bertahun-tahun ditanami oleh bapak gembala yang satu ini, yang hari demi hari mengembalikan kewanan dombanya, sambil dengan setia menanami biji-bijian itu. Sebagai hasilnya, seluruh lembah itu kini tertutup oleh pepohonan muda dan semak-semak yang indah. Delegasi itu merasa begitu terkesan serta bersyukur kepada bapak gembala ini karena dia telah menghijaukan kembali seluruh daerah itu dengan pepohonan, sehingga kepada gembala tadi diberikan uang pensiunan khusus.

Sang tamu berkata bahwa dia merasa

takjub akan perubahan yang terjadi, bukan hanya pepohon-an yang indah, tapi juga pertanian yang kini hidup kembali, kehidupan liar yang muncul kembali, dan rerumputan serta semak-semak yang hijau dan subur. Usaha peternakan kecil kini berkembang, dan desa itu nampaknya sekarang hidup kembali. Betapa kontrasnya perbedaan yang dilihatnya ketika duapuluh tahun yang lalu dia mengunjungi tempat itu untuk pertama kalinya, semasa desa-desa yang ada di situ tak terurus dan telah ditinggalkan penghuninya!

Sekarang seluruhnya penuh dengan kegiatan, hanya disebabkan oleh perhatian satu orang saja, ketekunan satu orang saja, kesabaran satu orang saja, pengorbanan satu orang saja, kesetiaan satu orang saja untuk hanya melakukan apa yang bisa dia lakukan, hari demi hari, satu per satu selama beberapa tahun.

Pertanyaan yang mungkin ingin Anda ajukan kepada diri Anda sendiri setelah selesai membaca cerita ini adalah, “Tapi perubahan apa yang bisa aku perbuat? Apa yang bisa aku perbuat untuk menjadikan dunia ini sebuah tempat yang lebih baik?” Memang benar bahwa pekerjaan itu mungkin kelihatan terlalu

besar dan persoalannya terlalu sulit. Kadang-kadang kita mungkin tergodanya untuk merasa bahwa kita tidak sanggup untuk melakukannya atau kita tidak memiliki sarananya. Tapi ada sesuatu yang dimiliki oleh setiap orang dari antara kita, dan itu adalah pengaruh yang kita berikan terhadap orang lain. Setiap orang mempunyai pengaruh dan rasa peduli milik satu orang saja yang penuh dengan perhatian untuk memperbaiki dan merubah dunia yang ada di sekelilingnya, bisa mempengaruhi orang lain untuk juga melakukan hal yang sama.

Anda bisa mulai dengan membuat perubahan di bagian dunia Anda dengan cara memperbaiki kualitas kehidupan Anda sendiri. Kemudian Anda bisa mulai membuat perubahan di dalam kehidupan orang lain dan segera Anda akan mendapati bahwa hal-hal telah berubah menjadi lebih baik, bahwa Anda telah memperbaiki dunia di mana Anda hidup. Sekali pun Anda hanya memperbaiki satu kehidupan saja, ya itu kehidupan Anda sendiri, Anda telah memperbaiki sebagian dari dunia ini dan Anda telah membuktikan bahwa ada harapan suatu hari nanti semuanya bisa menjadi lebih baik.

**Anda bisa membuat perubahan!**



# Sikap Kita!



## PENGATURAN SIKAP

Jika Anda ingin memperbaiki hal-hal yang salah, jika Anda ingin meluruskan dunia ini, jika Anda ingin bertindak dengan benar, Anda harus memiliki sikap yang benar. Usahakanlah agar hati Anda lurus terhadap orang lain. Segala sesuatu yang Anda cerminkan serta lakukan adalah hasil sikap Anda terhadap kehidupan ini.

Sikap yang benar adalah batu penjurur dari suatu kehidupan yang berhasil. Apa yang Anda lakukan dan cerminkan pada hari ini adalah jumlah total dari pikiran serta sikap Anda kemarin. Besok Anda akan meluncur di atas apa yang digeluti oleh hati dan pikiran Anda hari ini. Pikiran, bayangan dan perkiraan yang dicetak di atas saringan pikiran Anda menjadi pola dasar yang akan Anda pergunakan untuk membangun masa depan Anda.

## MEMBUAT HAL-HAL MENJADI LEBIH BAIK

Inilah kunci untuk merubah sikap kita tentang hidup: Kita bukan saja bisa merubah sikap kita, kita bahkan bisa merubahnya di dalam beraneka-macam situasi.

## BILA HAL-HAL BERJALAN MIRING

Hal-hal akan berjalan miring di dalam hidup Anda. Itulah yang terjadi dengan kehidupan ini. Itu adalah sejumlah kekeliruan dan persoalan yang harus Anda pecahkan. Bagaikan seekor tikus yang berusaha untuk ke luar dari 'perangkap'. Ada tempat untuk masuk dan tempat untuk keluar, tapi ada banyak jalan buntu dan tembok yang harus dilewati di antara keduanya. Bila Anda terbentur tembok, Anda hanya harus merubah sikap Anda, hati Anda dan aksi Anda untuk membuatnya benar kembali. Jika Anda tidak merubah haluan, kepala Anda akan terus-menerus terbentur ke tembok, karena tembok itu tidak akan berpindah tempat.

Terserah Anda untuk merubah hidup Anda. Terserah Anda untuk mengadakan perbaikan bila hal-hal berjalan miring. Allah telah memberikan kepada Anda kuasa untuk melakukannya.

## HIDUP BENAR DI DUNIA YANG SERBA SALAH

Perlu adanya sikap yang berasal dari dalam, keyakinan yang tak tergoyahkan, yang tak mempedulikan keadaan yang ada di sekitar Anda, yang bisa saja timbul dalam kehidupan ini, di mana dengan pertolongan Allah Anda bisa menjadi pemenang melalui kesukaran yang Anda hadapi, atau melayang tinggi di atas semua kesukaran itu. Menjadi pemenang di tengah-tengah kesukaran yang

ada, adalah satu-satunya kemenangan yang Anda butuhkan.

Tak peduli betapa gigihnya Anda berusaha meyakinkan diri Anda sendiri untuk mempercayai hal yang sebaliknya, tapi kebahagiaan serta kepuasan yang Anda dapatkan di dalam hidup ini tidak tergantung kepada situasi yang memang mengelilingi diri Anda, melainkan kepada sikap diri Anda.

## BAGAIMANA CARANYA MERUBAH SIKAP ANDA?

Bagaimana caranya Anda belajar untuk merasa puas di dalam situasi apa saja? Bagaimana caranya Anda bisa mencapai tujuan yang bermakna di dalam hidup Anda?

Jawabannya sederhana saja: Percayalah bahwa Anda bisa.

## ANDA BISA MEMBUAT HIDUP ANDA MENJADI LEBIH BAIK

Sekali Anda percaya bahwa Anda bisa merubah sikap Anda dan belajar untuk merasa puas di dalam situasi apa saja, maka Anda harus memutuskan bahwa Anda akan berubah. Kenyataannya adalah, Anda bisa memiliki keinginan untuk berubah. Anda bisa membuat hidup Anda menjadi lebih baik! Anda bisa membulatkan tekad Anda untuk itu, entah Anda menginginkannya atau tidak.

Ada yang memperhatikan bahwa, "Orang bisa mencapai kegembiraan seperti yang dia inginkan!" Dan bisa dikatakan hal itu memang demikian, bukan? Di antara kumpulan orang yang beraneka-ragam selalu saja ada seseorang yang lebih gembira daripada orang lain. Mengapa? Karena mereka menghadapi kehidupan ini dengan suatu tindakan yang lebih bisa dipertanggung-jawabkan bila dibandingkan dengan orang lain. Kehidupan mereka teratur karena mereka membuat kebutuhan diri mereka tunduk kepada keinginan hati mereka.

## MEMBANDING-BANDINGKAN KEADAAN MEMBUNUH KEPUASAN HATI

Kepuasan hati sangat tergantung kepada kemampuan Anda untuk merasa puas dengan apa yang anda miliki dan tidak merasa kuatir tentang apa yang dimiliki orang lain. Kehidupan ini penuh dengan hal-hal yang semacam itu. Sahabat Anda mungkin berpenghasilan lebih besar dari Anda. Dia tinggal di rumah yang lebih luas dan mempunyai mobil yang lebih mewah daripada yang Anda miliki (meski pun Anda sudah jelas lebih pintar dan lebih berbakat). Bagaimana Anda menanggapi perbedaan ini tergantung kepada sikap Anda. Jika Anda selalu membandingkan diri Anda dan situasi Anda dengan orang lain, maka Anda akan selalu merasa tidak puas. Anda akan mempergunakan seluruh waktu Anda untuk mengasihani diri Anda sendiri, yang akan memusnahkan kebahagiaan serta kepuasan hati Anda. Tapi Anda bisa memilih untuk bergembira atas nasib baik yang orang lain miliki, dan Anda akan menjalani hidup Anda dengan penuh sukacita serta kebahagiaan "apa pun situasinya."

## MEMBINGKAI KEMBALI—SEBUAH CARA UNTUK BERUBAH

Satu cara untuk merubah cara berpikir Anda adalah dengan membingkai kembali cara Anda memahami situasi yang ada di seputar Anda hingga Anda bisa menilainya dengan cara yang paling positif dan bermanfaat. Seorang artis bisa mengambil sebuah lukisan yang nilainya sedang-sedang saja lalu menempatkannya pada bingkai dekoratif yang berwarna serasi, dan itu akan merubah penampilan lukisan tadi sepenuhnya. Anda melihat kembali gambar yang telah dibingkai ulang dan berpikir, “Waduh, keindahan gambarnya terlihat setelah diberi bingkai!” Itulah keahlian seorang artis. Dia belajar bagaimana caranya memperlihatkan hasil pekerjaan tangannya melalui penampilan yang paling menarik. Kehidupan juga bisa dibingkai kembali! Bingkailah kembali hal-hal yang ada di sekitar Anda hingga Anda bisa melihatnya di dalam kondisi mereka yang terbaik.

### PERGUNAKANLAH ATAU ANDA AKAN KEHILANGAN ITU

Jika Anda meletakkan tangan Anda ke dalam sebuah pasungan dan memastikan agar tangan tadi tidak aktif, maka segera saja tangan Anda akan menjadi lumpuh dan tak bisa digunakan lagi. Ikan yang berada di Mammoth Cave buta matanya, karena mereka tidak mempergunakan mata mereka. Berhentilah bertindak berdasarkan iman, maka iman Anda akan mati. Berhentilah berharap, dan harapan itu akan musnah. Pergunakanlah sebab jika tidak maka Anda akan kehilangan itu; inilah inti sarinya.

Bila aku berbicara dengan penuh penghargaan terhadap isteri dan anak-anak, maka sikapku untuk menghargai mereka akan bertambah besar. Bila aku secara khusus sengaja melakukan sesuatu yang mendahulukan kepentingan orang lain di atas kepentingan diriku sendiri, maka sikap diriku untuk berbuat baik terhadap orang itu akan bertambah besar. Jadi latihlah kualitas yang ingin Anda dapatkan, dan segera saja Anda akan mendapati diri Anda sendiri benar-benar bersikap seperti itu.

### BERTINDAK LEBIH BAIK DARIPADA APA YANG ANDA RASAKAN

Bukankah menyenangkan apabila Anda selalu memiliki keinginan untuk melakukan apa yang memang seharusnya Anda lakukan?

Jika kehidupan berlangsung demikian, mungkin tidak akan ada banyak persoalan. Tapi kehidupan memiliki cara yang unik untuk membenamkan Anda ke dalam suatu keadaan di mana Anda harus bertindak lebih baik daripada apa yang Anda rasakan. Mengikuti perasaan Anda sendiri seringkali membuat hal-hal yang penting tidak jadi dikerjakan. Mudah sekali bagi perasaan kita menjadi salah, bertindak asal tembak dan fatal hasilnya. Tapi ada berita baik: Anda bisa memperbaiki apa yang berjalan miring, yaitu dengan cara bertindak lebih baik daripada apa yang Anda rasakan.

### ANGGAP SAJA BISA HINGGA ANDA BERHASIL

Anda mungkin berpikir: “Bertindak lebih baik daripada apa yang Anda rasakan adalah suatu kemunafikan!” Anda munafik bila Anda menipu orang lain sehingga mereka berpikir bahwa Anda adalah orang yang tertentu, yang sebenarnya tidak pernah sekali pun juga terlintas di benak

Anda untuk menjadi orang yang semacam itu. Tapi sebaliknya, memainkan peran tertentu di atas panggung kehidupan karena Anda secara jujur ingin mendapatkan kualitas yang terhormat dari karakter yang muncul berdasarkan suatu motif yang sejati, bukanlah suatu kemunafikan.

Anggota dari Alcoholics Anonymous mempergunakan motto berikut untuk membesarkan semangat satu sama lain agar mereka berhasil: “Anggap saja begitu hingga Anda nanti berhasil mencapainya!” Jelas orang-orang ini tidak mempergunakan istilah “anggap saja begitu” di dalam artinya yang licik atau sebagai sesuatu yang munafik. Tujuan mereka adalah mereka ingin berhasil mencapainya. Tujuan mereka adalah membahonggi perasaan mereka sendiri seolah-olah mereka itu sebenarnya tidak ingin minum, hal mana mereka lakukan satu kali sehari. Dengan “bertingkah-laku seolah-olah” mereka adalah para pemabok yang telah disembuhkan, mereka ini berhasil membawa diri mereka sendiri ke dalam suatu keadaan yang prihatin, hingga mereka nanti benar-benar berhasil mencapainya.

### MENUNGGU TIMBULNYA DESAKAN?

Rintangan yang ada sangatlah besar sehingga Anda tidak akan pernah melakukan apa yang seharusnya Anda lakukan seandainya Anda hanya menunggu hingga desakan itu timbul di dalam hati Anda untuk mengerjakan hal tersebut.

Ernest Newman, seorang kritikus musik dari Inggris, berkata: “Komposer yang hebat tidak mulai bekerja karena dia mendapatkan inspirasi, tapi dia mendapatkan inspirasi karena dia mulai bekerja. Beethoven, Bach dan Mozart dengan taktis hari demi hari menuntaskan pekerjaan mereka untuk hari itu secara teratur, sama halnya dengan seorang akuntan yang harus bekerja setiap hari menghitung angka-angka. Mereka tidak membuang-buang waktu untuk menunggu datangnya inspirasi!”

### MELAYANI ORANG LAIN

Pada suatu ketika ada yang bertanya, “Apa yang akan Anda lakukan jika Anda merasa bahwa Anda akan menjadi orang gila?”

Jawabannya muncul, “Saya akan mencari orang yang lebih malang untuk saya layani!” Kehidupan memang nampaknya lebih masuk akal apabila Anda menolong seseorang yang memiliki lebih banyak persoalan daripada diri Anda sendiri. Dan entah bagaimana, rasanya lebih meyakinkan apabila kita adalah pihak yang menolong, sebalik daripada menjadi pihak yang ditolong. Sebagai contoh, apabila Anda melintas di hadapan seseorang di pinggir jalan yang tidak memiliki kaki lalu menaruh uang satu dolar di dalam cangkirknya serta mengambil sebatang pensil, maka Anda akan berlalu dari tempat itu dan berpikir, “Hidupku tidaklah terlalu buruk!”

Itu adalah perspektif Anda tentang diri Anda dan tentang diri orang lain. Tahukah Anda, relasi yang baik itu muncul karena orang melayani satu sama lain. Apabila Anda melayani orang lain, maka Anda juga melayani diri Anda sendiri. Anda hanya harus mengambil langkah itu lalu melayani orang lain.

Kutipan-kutipan dari “Making Things Right”  
oleh Paul Faulkner

## **P:** *Bagaimana saya bisa berkomunikasi dengan seorang yang sulit membuka diri?*

**S**ebagian besar orang yang sangat pendiam dan tertutup sebenarnya tidak mau bersikap begitu. Mereka tahu bahwa mereka perlu bisa berkomunikasi dan mereka tidak mau tinggal di balik tembok yang mereka bangun, tapi mereka membutuhkan seseorang yang cukup ramah dan penuh perhatian untuk menolong mereka membuka diri terhadap orang lain. Jika Anda menaruh perhatian terhadap orang lain dan Anda peduli, maka Anda perlu belajar bagaimana caranya menarik mereka ke luar dari kurungan diri mereka sendiri untuk bisa berkomunikasi dengan orang lain.

Salah satu cara untuk melakukan hal ini adalah dengan cara mengajukan pertanyaan. "Kelihatannya Anda sedang ada masalah. Apakah Anda baik-baik saja?" Dan apabila jawabannya, "Tidak, tapi itu persoalan saya. Saya tidak ingin membicarakannya," maka Anda bisa menanggapi hal itu misalnya dengan berkata, "Sayang sekali, karena saya benar-benar ingin membantu kalau bisa." Jika Anda menunjukkan bahwa Anda sungguh-sungguh merasa prihatin terhadap apa yang sedang mereka alami, maka kebanyakan orang akhirnya akan keluar dari ketertutupannya dan akan bersikap lebih terbuka. Mereka sebenarnya ingin melakukannya, tapi mereka perlu bantuan.

Ada orang-orang yang dari kecil dididik bahwa lebih baik kalau kita tidak memperlihatkan emosi, atau jangan berbicara terlalu banyak tentang perasaan kita dan sebagai akibatnya mereka tidak terbiasa untuk berbicara mengenai hal-hal yang memiliki bobot dengan orang lain. Mereka tidak pernah belajar bagaimana caranya menyampaikan perasaan secara

terbuka kepada orang lain, dan mereka mengalami kesukaran untuk mengutarakannya.

Ada pula orang yang merasa takut untuk mengemukakan perasaan atau pikiran mereka. Mereka tidak mau menghadapi resiko penolakan atau terluka hatinya apabila orang lain tidak sependapat dengan diri mereka.

Atau ada yang berpendirian bahwa berbicara saja tidak ada gunanya, jadi mengapa harus repot-repot? Mereka mungkin pernah mencoba menjelaskan sesuatu kepada orang lain tetapi tidak ada hasilnya, jadi mereka berhenti mencoba sama sekali.

Ada orang yang semata-mata tidak yakin bahwa mereka memiliki sesuatu yang bisa ditawarkan kepada orang lain. Mereka berpikir bahwa ide mereka itu tidak ada harganya. Mereka memiliki opini yang rendah terhadap diri mereka sendiri, jadi mereka lalu memasung komentar serta perasaan pribadi mereka.

Kekeliruan serta ketakutan seperti ini membuat kita tetap berada di tingkat yang dangkal sewaktu kita mengadakan komunikasi dengan orang lain. Akan tetapi telinga yang peduli, mau mengerti, sabar, dan siap mendengar bisa membebaskan kita dan menolong kita mengatasi sikap-sikap yang negatif ini, sehingga kita bisa masuk ke tingkat yang lebih berarti serta lebih dalam lagi.

*Maria Fontaine*





seringkali membangkitkan kreativitas orang yang ditanyai. Orang lebih mudah menerima sebuah keputusan apabila mereka ikut ambil bagian di dalam diskusi yang menyebabkan dikeluarkannya keputusan tersebut.

Seorang pemimpin yang efektif akan mengajukan pertanyaan sebalik daripada mengeluarkan perintah langsung: "Menurut Anda tidakkah kita seharusnya melakukan ini-dan-itu?" atau "Inginkah Anda melakukan ini-dan-itu?" atau "Menurut Anda apa yang harus kita lakukan mengenai hal itu?" Senantiasa berikanlah sebuah pilihan dan buatlah

hal tersebut sesuatu yang sifatnya sukarela, bila mungkin.

\*\*\*\*\*

Kepala bagian penjualan dari sebuah ruang pameran otomobil dan murid dari salah satu kursus yang saya selenggarakan, secara tiba-tiba mendapati dirinya berhadapan dengan suatu kebutuhan untuk memompakan rasa antusias kepada sekelompok agen penjual otomobil yang sedang kocar-kacir dan merasa patah semangat. Setelah meminta diadakannya pertemuan mengenai soal penjualan, dia minta agar bawahannya itu menyampaikan secara persis apa yang mereka harapkan dari dirinya. Seraya mereka berbincang-bincang, dia menuliskan ide mereka di papan tulis. Dia kemudian berkata: "Saya akan memberikan kepada Anda semua kualitas yang Anda harapkan dari diri saya. Sekarang saya ingin Anda mengatakan kepada saya apa yang bisa saya harapkan dari diri Anda sebagai hak saya." Jawabannya datang dengan cepat dan kilat: Kesetiaan, kejujuran, inisiatif, optimisme, kerja-sama, bekerja dengan penuh antusias selama delapan jam sehari. Pertemuan itu berakhir dengan sebuah semangat yang baru, inspirasi yang baru, dan dia melaporkan kepada saya bahwa penjualan mereka lalu meningkat dengan sangat pesat.

"Orang-orang membuat semacam perjanjian moral dengan saya," dia berkata, "dan selama saya melakukan bagian saya, maka mereka juga berketetapan hati untuk memenuhi bagian mereka. Berkonsultasi bersama mereka mengenai harapan dan keinginan yang ada pada diri mereka berfungsi seperti sebuah suntikan yang mereka perlukan."

**A**PAKAH Anda tidak merasa bahwa Anda memiliki motivasi yang lebih tinggi untuk menuntaskan ide yang berasal dari diri Anda sendiri, bila dibandingkan dengan ide-ide yang berada di dalam kemasan emas yang ditawarkan kepada Anda? Jika demikian, bukankah lebih baik apabila kita tidak berusaha memaksakan pendirian seseorang ke atas diri orang lain? Bukankah lebih bijaksana apabila kita sekedar memberi usulan saja, dan membiarkan orang lain itu yang memutuskannya?

Seseorang yang bekerja selama tiga tahun di kantor seorang gubernur yang terkenal menyatakan bahwa selama masa-masa itu, dia tidak pernah mendengar atasannya memberikan perintah langsung. Atasannya memberi usulan, bukan perintah. Dia tak pernah berkata, "Kerjakan ini," atau "Kerjakan itu." Dia mengatakan, "Anda mungkin mau mempertimbangkan hal ini," atau "Menurut Anda apakah hal itu akan berhasil?" Seringkali, setelah selesai mendiktekan sebuah surat dia akan bertanya, "Bagaimana pendapat Anda tentang surat ini?" Sewaktu memeriksa kembali sebuah surat yang ditulis oleh salah seorang pembantunya, dia akan berkata, "Mungkin kalau kita mengatakannya begini akan lebih baik lagi." Dia memberikan kesempatan kepada orang itu sendiri untuk melakukan hal-hal itu. Sebalik daripada mengatakan kepada bawahannya bagaimana caranya menyelesaikan pekerjaan mereka, dia membiarkan mereka menyelesaikannya sendiri dan membiarkan mereka belajar dari kesalahan mereka sendiri.

Tehnik ini membuat orang lain merasa mudah untuk memperbaiki kesalahan mereka. Hal itu membuat mereka bisa mempertahankan harga diri mereka, dan mendorong timbulnya semangat kerja-sama sebalik daripada suatu perlawanan.

Mengajukan pertanyaan tidak hanya membuat sebuah perintah lebih mudah untuk diterima, akan tetapi juga

(Bersambung dari hal. 3)

Pemandangan yang ada benar-benar asing baginya. Mesin hitung di situ kedengarannya seperti sebuah pesawat telepon milik aktor yang kehilangan pekerjaan--tidak...tidak nyaring lagi.

Seorang pelayan datang membawa sebuah handuk bersih untuk mengeringkan rambutnya yang basah. Senyumnya manis sekali, tidak terhapuskan walau pun dia harus berdiri sepanjang hari. Diperhatikannya pelayan tadi sedang hamil tua, tetapi kecanggungan dan tekanan tidak membuat orang itu merubah perangnya. Wanita tadi bertanya-tanya di dalam hati bagaimana seseorang yang tidak berharta seberapa bisa bersikap begitu ramah terhadap seorang asing. Kemudian dia teringat akan Bryan.

Selesai makan & ketika pelayan tadi mengambil uang kembalian dari uang pecahan seratus dolar, wanita setengah baya itu dengan cepat menyelip ke luar. Ketika pelayan wanita itu kembali ke mejanya, dia sudah tidak ada lagi. Pelayan tadi bertanya-tanya ke mana perginya tamu itu, kemudian dia melihat tulisan

di atas kertas pembersih dan di bawah kertas tadi tergeletak 4 lembar uang kertas pecahan \$100.

Airmatanya jatuh berlinang seraya dia membaca apa yang ditulis oleh tamunya. Tertulis di situ: "Anda tidak berhutang apa-apa, saya juga sudah pernah merasakannya. Ada yang pernah menolong saya, seperti saya membantu Anda sekarang. Jika Anda memang ingin membalas kebaikan saya, inilah yang harus Anda lakukan: Jangan biarkan rantai kasih ini berakhir dengan diri Anda."

Ada meja lain yang masih harus dibersihkan, tempat gula yang harus diisi lagi, dan pelanggan yang harus dilayani. Pelayan itu menyelesaikan tugasnya untuk hari itu dengan baik.

Sepulang dari tempat kerja dan berbaring di ranjangnya, dia merenung tentang peristiwa hari itu dan tentang apa yang ditulis oleh tamunya. Bagaimana wanita itu bisa tahu dengan tepat seberapa banyak yang mereka butuhkan? Dengan bayi yang akan lahir bulan depan, keadaan akan menjadi sulit bagi dirinya. Dia tahu betapa kuatirnya perasaan sang suami.

— Pengarang Tak Dikenal



# Humor

**"Setiap kotak PPPK harus dilengkapi dengan seni humor".**

*Seseorang sedang melintas di sebuah jalan raya yang masih asing baginya. Dia melihat seorang anak gembala tengah bermalas-malasan di tepian jalan sementara dombanya merumput dengan tenangnya. Mendekati anak gembala itu, si pria tadi bermaksud meminta petunjuk jalan. Si anak gembala tadi, hampir-hampir tanpa melihat sebelah mata, menggeliat dan berkata, 'Lewat sana.'*

*Orang tadi mengucapkan terima kasih, tetapi mengatakan, 'Nak, kalau kamu bisa memperlihatkan sesuatu yang lebih malas dari itu, kamu akan kuberi satu dolar.'*

*Tanpa melihat kepada orang yang mengajaknya berbicara, anak lelaki itu berkata, 'Letakkan saja di kantongku.'*

terbaru mereka, ensiklopedia yang sama meluangkan lima halaman untuk menjabarkan perkataan “atom”; sedangkan perkataan “kasih” dihilangkan. Alangkah menyedihkannya nilai-nilai modern masa kini.

Stephen Grellet adalah seorang warganegara Perancis, akan tetapi dia hidup di Amerika hingga akhir hayatnya pada tahun 1855. Dunia tidak akan mengenalnya kalau tidak karena doa singkat yang terus hidup

hingga saat ini. Barisan kalimat yang tak asing di telinga dan yang memberikan inspirasi kepada khalayak ramai berbunyi sebagai berikut: “Aku melintasi dunia ini hanya sekali saja. Apa pun yang baik yang dapat kuperbuat, atau kebaikan hati yang dapat kuperlihatkan kepada sesamaku manusia, izinkanlah aku untuk melakukannya sekarang ini juga tanpa ditunda-tunda lagi. Sebab aku tidak akan melintasi jalan ini lagi.”

Bahkan hal-hal kecil yang anda lakukan banyak artinya. Sedikit saja kasih berpengaruh begitu besar!

## Bagaimana satu orang saja dapat membuat perbedaan?

Cahaya senyuman anda, raut wajah anda yang ramah-tamah, pengaruh dari hidup anda, dapat memercikkan berkas cahaya kepada banyak orang, dan memberikan pengaruh yang menakjubkan terhadap orang-orang yang sama sekali tidak terlintas didalam benak anda bahwa mereka akan terkesan.

Apabila orang merasa bahwa anda peduli dan anda mengatakan bahwa itu adalah karena kasih Allah, mereka akan merasa seolah-olah, “Mungkin memang benar ada yang mengasihiku di atas sana!” Hal ini merubah sikap mereka dan memberikan suatu pandangan yang positif!

Di mana-mana orang mencari secercah harapan, titik yang terang!—Sejemput kepedulian, belas-kasihan, tempat di mana mereka dapat memperoleh kelegaan! Jika anda dapat memperlihatkan bahwa kasih itu ada, maka mereka akan percaya bahwa Allah memang ada, karena “Allah *adalah* kasih!”

—David Fontaine

Jika aku bisa mencegah agar sebuah hati tak terluka,  
Hidupku tidak akan sia-sia;  
Jika aku bisa melepaskan kepedihan seseorang,  
Atau meringankan duka,  
Atau menolong seekor burung pipit yang malang  
Kembali ke sarangnya,  
Hidupku tidak akan sia-sia.  
—Emily Dickinson

Nyonya Benson muda sedang murung luar biasa! Suaminya sedang “tugas di luar kota”, dikirim oleh perusahaan, dan untuk pertama kalinya di dalam kehidupan rumah tangganya dia ditinggal untuk berada sendirian di rumah. Istri saya singgah untuk menggembirakan hatinya. Yang mengejutkan, Nyonya Benson menyalami istri saya dengan seulas senyum cerah yang menghiasi wajahnya.

“Saya baru saja ada tamu,” jelasnya. “Dia membuat saya malu. Tetapi saya sangat gembira.” Istri saya tidak mengerti apa yang dimaksudkan oleh Nyonya Benson.

“Tamu saya tinggalnya di ujung jalan,” kata Nyonya Benson. “Suaminya tewas dalam sebuah kecelakaan mobil dan meninggalkan tiga anak kecil. Bayangkan dalam kepedihannya yang mendalam itu dia masih menyempatkan diri untuk memastikan bahwa saya baik-baik saja! Tiba-tiba saja dia membuat saya merasa sebagai orang yang paling beruntung di dunia ini.”

Nyonya Benson membisu untuk beberapa saat lamanya. Kemudian dia menambahkan, “Saya rasa saya baru belajar sesuatu. Mungkin satu-satunya cara untuk ‘mengobati’ ketidak-bahagiaannya yang kita alami adalah dengan mencoba menolong orang lain yang tidak bahagia.”

—Francis Gay

Seperti apa rupanya kasih? Kasih mempunyai tangan untuk menolong orang lain. Mempunyai kaki untuk mengunjungi orang yang miskin dan membutuhkan. Mempunyai mata yang melihat kedukaan dan kepedihan. Mempunyai telinga yang mendengar keluh-kesah dan dukacita manusia. Begitulah rupanya kasih.

Seulas senyum yang membesarkan semangat pada saat yang tepat mungkin bisa berperan sebagai sinar matahari terhadap bunga yang masih kuncup—mungkin menjadi titik balik dari sebuah kehidupan yang penuh dengan pergulatan.

Sekitar 200 tahun yang lalu sebuah ensiklopedia yang terkenal menjelaskan perkataan “atom” dengan empat baris saja. Tetapi lima halaman dipergunakan untuk menjabarkan perkataan “kasih”. Pada edisi



## MEMILIKI MOTIVASI

🔑 Perlakukanlah orang lain sesuai dengan bagaimana mereka seharusnya bersikap, dan Anda menolong mereka untuk melakoni peran yang sanggup mereka mainkan.

🔑 Pujilah seseorang keras-keras; tunjukkanlah kesalahan mereka dengan berbisik.

🔑 “Saya merasa bangga terhadap Anda” adalah lima patah kata yang paling berharga yang senantiasa bisa Anda pergunakan untuk membuat orang lain merasa penting.

🔑 Anda harus melihat ke dalam hati seseorang selain kepada diri mereka.

🔑 Musik yang termanis di dunia ini bagi sebagian terbesar telinga adalah nama mereka sendiri, hal mana adalah sesuatu yang lumrah, karena hal itu memperlihatkan bahwa seseorang cukup mengasihani mereka untuk mengingatnya, seseorang cukup peduli untuk tahu bahwa mereka memang ada!

🔑 Bagaimana batu berlian yang belum dipoles, banyak orang memiliki kualitas yang bersinar di balik penampilan luar mereka yang kasar.

🔑 Berikanlah penghargaan di mana penghargaan itu layak diberikan!

🔑 Orang ingin dianggap bahwa dirinya

penting. Orang merasa lapar akan pujian dan haus akan apresiasi yang jujur.

🔑 Daripada hanya memberikan tanggungjawab kepada seseorang, mengutarakan bahwa Anda mempercayai diri mereka, akan lebih banyak menolong.

🔑 Anda bisa membantu meringankan beban seseorang dengan membesarkan hatinya.

🔑 Kita semua memerlukan dorongan semangat yang diberikan oleh orang lain.

🔑 Di dalam perkawinan, terhadap anak-anak, di tempat kerja, di dalam hubungan yang mana saja—sedikit pujian, berupa apresiasi yang tulus terhadap suatu perbuatan atau sikap yang baik, seringkali lebih besar artinya daripada berulang-ulang kali mencari-cari kesalahan orang lain. Apabila kita mencari maka biasanya kita bisa menemukan, bahkan di dalam diri seseorang yang paling mustahil, atau yang paling tidak mungkin, dan di dalam diri orang-orang yang tidak mampu berbuat sesuatu, kita bisa menemukan sesuatu mengenai diri mereka yang bisa kita puji serta sanjung.

