



Daily Thoughts *for a* Happy Life

365 HuKuRe
(Humor - Kutipan - Renungan)
untuk
Membangun Kehidupan Bahagia

Toni Yoyo

Setiap orang menginginkan kebahagiaan dalam kehidupannya, meski definisi kebahagiaan bisa berbeda antar orang. Kebahagiaan sesungguhnya terletak di dalam diri dan dapat ditemukan dalam kehidupan sehari-hari.

Buku *"DAILY THOUGHTS FOR A HAPPY LIFE"* ini berisi 365 HuKuRe (Humor - Kutipan - Renungan), yang mampu membuat para Pembaca yang budiman menemukan lebih banyak kebahagiaan dalam kehidupan ini.

Humor selain menyegarkan, juga membuat hidup terasa lebih ringan dan mencegah kita menjadi terlalu serius. Kutipan berisi pelajaran berharga yang dikemas dalam kata dan kalimat yang lebih padat. Renungan adalah kilas balik ataupun kilas depan guna mengambil tindakan terbaik di saat sekarang dari waktu ke waktu.

Ketiganya (humor, kutipan, dan renungan) untuk kehidupan yang bahagia dikumpulkan dalam buku *"DAILY THOUGHTS FOR A HAPPY LIFE" ini.*

Dr. Toni Yoyo, S.TP, M.M., M.T. (ELT, CPM®, CPS®, CG, C.Ht) menempuh berbagai jalan, melakoni berbagai peran, dan menjalani berbagai aktivitas dalam perjalanan menemukan kebahagiaan dalam kehidupannya. Perjalanan berpuluh tahun, sebagai anak lalu menjadi orang tua, di berbagai pendidikan tinggi di beberapa universitas, di berbagai posisi di berbagai perusahaan besar, di beberapa posisi di organisasi sosial keagamaan, mengajarkannya bahwa kebahagiaan itu tidak terletak di "nanti" tetapi di "sekarang".



Kebahagiaan itu bukanlah setelah meraih sesuatu tetapi di sepanjang perjalanan meraih sesuatu tersebut. Seringkali perjalanan lebih penting daripada tujuan. Rasakan kebahagiaan dalam melakukan, terlepas dari apa yang akhirnya dicapai.

**DAILY
THOUGHTS
FOR
A HAPPY LIFE**

DAILY THOUGHTS FOR A HAPPY LIFE

**365 HuKuRe
(Humor - Kutipan - Renungan)
untuk
Membangun Kehidupan Bahagia**

Toni Yoyo

Penerbit PT. Taman Dandelion Indah

DAILY THOUGHTS FOR A HAPPY LIFE

Ditulis oleh **Toni Yoyo**

© 2021 **Toni Yoyo**

ISBN: 978-623-95002-9-0

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Diterbitkan pertama kali oleh

Penerbit PT. Taman Dandelion Indah

Dilarang mengutip, memperbanyak, dan menterjemahkan sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari Penerbit.

Prakata Dan Ucapan Terima Kasih

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas semua berkah, anugerah, dan izin-Nya sehingga buku *"Daily Thoughts For A Happy Life"* ini bisa dipersembahkan kepada para Pembaca yang budiman.

Setiap orang menginginkan kebahagiaan dalam kehidupannya, meski definisi kebahagiaan bisa berbeda antar orang. Kebahagiaan sesungguhnya terletak di dalam diri dan dapat ditemukan dalam kehidupan sehari-hari.

Buku *"Daily Thoughts For A Happy Life"* ini berisi 365 HuKuRe (Humor – Kutipan – Renungan), yang mampu membuat para Pembaca yang budiman menemukan lebih banyak kebahagiaan dalam kehidupan ini.

Humor selain menyegarkan, juga membuat hidup terasa lebih ringan dan mencegah kita menjadi terlalu serius. Kutipan berisi pelajaran berharga yang dikemas dalam kata dan kalimat yang lebih padat. Renungan adalah kilas balik ataupun kilas depan guna mengambil tindakan terbaik di saat sekarang dari waktu ke waktu.

Ketiganya (humor, kutipan, dan renungan) untuk kehidupan yang lebih bahagia dikumpulkan dalam buku *"Daily Thoughts For A Happy Life"* ini.

Terima kasih saya ucapkan kepada istri saya (Lianih Wati) dan anak-anak saya (David Gautama, Nadya Davina, Nicholas Vesakha) yang telah mendukung sehingga karya

buku ini bisa diterbitkan demi kebahagiaan bagi banyak orang.

Tidak lupa terima kasih saya ucapkan kepada Henely Claresta Djong sebagai pimpinan di perusahaan penerbit PT. Taman Dandelion Indah yang telah berkenan menerbitkan buku *"Daily Thoughts For A Happy Life"* ini.

Akhirnya, saya mengucapkan terima kasih dan penghargaan kepada para Pembaca yang budiman yang telah berkenan memiliki, membaca, mengerti, dan mempraktikkan isi dari buku *"Daily Thoughts For A Happy Life"* ini. Semoga kita semua bisa menemukan lebih banyak kebahagiaan dalam kehidupan ini.

Semoga kebahagiaan menjadi milik kita.

Salam Bahagia,

Toni Yoyo

Sanwacana

“Daily Thoughts For A Happy Life”

Adakah orang di dunia ini yang tidak menginginkan kebahagiaan? Hampir semua manusia normal ingin berbahagia dalam kehidupannya. Ada banyak definisi kebahagiaan dengan berbagai persyaratannya.

Kisah berikut merupakan salah satu versi meraih kebahagiaan yang patut kita renungkan. Ada kemungkinan pelajaran dari kisah ini cocok dengan kebahagiaan yang sedang kita cari selama ini.

Suatu ketika ada seorang pemuda yang merasa hidupnya sangat sulit. Seperti lazimnya manusia, dia ingin mendapatkan kebahagiaan dalam kehidupannya. Setelah berkelana kesana kemari tanpa hasil yang memuaskan, dia disarankan menjumpai seorang Bijaksana di puncak sebuah gunung.

Setelah menempuh perjalanan panjang beberapa hari lamanya dengan penuh perjuangan, sampailah dia di tempat tinggal Bijaksana. Dengan tidak sabar dia minta dipertemukan dengan Bijaksana. Apa mau dikata, Bijaksana sedang kedatangan banyak tamu sehingga si pemuda harus menunggu.

Menjelang sore barulah Bijaksana menjumpai si pemuda. Dengan tidak sabar bahkan sampai terengah-engah, si pemuda segera berkeluh kesah tentang segala kesulitan

dan masalah dalam kehidupannya. Tidak lupa si pemuda menceritakan betapa menderitanya dia harus menunggu Bijaksana hampir seharian lamanya. Di bagian akhir, dia mengungkapkan niatnya untuk menjumpai Bijaksana, yaitu mendapatkan cara untuk memperoleh kebahagiaan dalam kehidupan.

Sepanjang keluh kesah si pemuda, Bijaksana hanya mendengarkan saja dengan penuh perhatian. Bijaksana lalu menuang teh ke sebuah cawan kecil sampai hampir penuh. Lalu dia meminta si pemuda untuk memegang cawan tersebut sambil berjalan mengelilingi seluruh kompleks rumahnya yang luas.

Walaupun bingung karena Bijaksana tidak memberikan cara yang dia inginkan, si pemuda tidak banyak bertanya. Dengan perlahan dan sangat hati-hati, si pemuda berjalan mengelilingi seluruh kompleks. Membutuhkan sekitar satu jam lamanya untuk mengelilingi kompleks yang cukup luas tersebut. Dia merasa sangat puas dan senang begitu selesai mengelilinginya karena berhasil menjaga sehingga tidak ada setetes pun air teh di cawan yang dipegangnya tertumpah.

Begitu bertemu Bijaksana, alih-alih menanyakan teh dalam cawan, Bijaksana menanyakan apakah si pemuda melihat jalan yang berkelak-kelok, keramik lantai yang bagus, kebun bunga yang indah, air terjun yang bagus, lukisan di dinding yang indah, taman dengan jalan berbatu halus, dan lain-lain. Dengan kepala tertunduk malu, si pemuda diam membisu. Dia tidak mampu menjawab karena dia tidak memperhatikan lingkungan

sekitarnya sewaktu berjalan berkeliling akibat berfokus kepada air teh dalam cawan yang dipegangnya.

Bijaksana lalu meminta si pemuda mengulangi lagi perjalanannya. Kali ini si pemuda mengamati dengan cukup teliti segala sesuatu yang dilihatnya sepanjang perjalanan mengelilingi seluruh kompleks.

Setelah selesai berkeliling, si pemuda bergegas mencari Bijaksana karena sudah tidak sabar untuk segera menceritakan semua detil yang dilihatnya. Kali ini dengan sabar Bijaksana mendengarkan. Setelah si pemuda selesai bercerita panjang lebar, Bijaksana bertanya, "Mana teh dalam cawanmu?". Ternyata cawan yang dipegang oleh si pemuda sudah kosong.

Bijaksana lalu meminta si pemuda mengulangi lagi perjalanannya untuk yang ketiga kalinya. Sebelum melepas si pemuda, Bijaksana berkata, "Kali ini kamu pasti tahu apa yang harus kamu lakukan sepanjang perjalananmu mengelilingi kompleks tempat tinggalku."

Kali ketiga ini, si pemuda selain tetap berfokus ke teh dalam cawan yang dipegangnya, juga memperhatikan lingkungan sekitarnya lebih teliti lagi sewaktu berjalan. Sese kali dia melihat ke teh dalam cawan, sese kali dia melihat lingkungan di sekitarnya. Dengan cara ini, teh dalam cawan tidak tertumpah sama sekali, sekaligus dia mampu menikmati semua yang dilaluinya.

Dengan gembira si pemuda segera menjumpai Bijaksana. Sebelum dia sempat berkata apapun, Bijaksana sambil mengelus jenggotnya yang panjang sudah memberikan

wejangan, "Teh dalam cawan melambangkan hal-hal terdekat denganmu, semisal dirimu, keluargamu, pekerjaanmu, harta bendamu, dan lain-lain."

Bijaksana melanjutkan, "Lingkungan sekitar yang kamu lalui melambangkan orang-orang lain, masyarakat, negara, dan segala sesuatu yang lebih luas dari orang atau hal terdekatmu." Akhirnya Bijaksana menutup pembicaraan dengan menyimpulkan, "Untuk berbahagia dalam kehidupan ini, haruslah ada keseimbangan antara hal-hal terdekat dengan dirimu maupun lingkungan luarmu yang lebih luas."

Sebagian orang terfokus kepada dirinya sendiri maupun orang atau hal terdekat dengannya, tetapi mengabaikan yang lain-lain di lingkungan yang lebih luas. Sebagian orang lainnya terfokus kepada orang atau hal lain di lingkungan yang lebih luas, dengan mengabaikan dirinya sendiri ataupun orang dan hal terdekat dengannya. Kedua ekstrim tersebut tidak akan bisa membuat seseorang mendapatkan kebahagiaan yang lengkap atau sempurna. Keseimbangan dalam menjalani keduanya lah yang akan mengantarkan seseorang kepada kebahagiaan yang hakiki dalam kehidupannya.

Salam Bahagia,

Toni Yoyo

”Untuk berbahagia dalam kehidupan ini, harus ada keseimbangan antara diri kita dengan hal-hal terdekat dengan diri kita, dan dengan lingkungan luar yang lebih luas.

Keseimbangan di dalam diri dengan di luar diri inilah yang akan mengantarkan kita kepada kebahagiaan yang hakiki dalam kehidupan ini.”

DAFTAR ISI

Prakata dan Ucapan Terima Kasih

Sanwacana *“Daily Thoughts For A Happy Life”*

	Halaman
HuKuRe 1	1
HuKuRe 2	35
HuKuRe 3	70
HuKuRe 4	104
HuKuRe 5	138
HuKuRe 6	172
HuKuRe 7	207
HuKuRe 8	241
HuKuRe 9	275
HuKuRe 10	310
HuKuRe 11	344

Daftar Pustaka

Profil Penulis

*"Alam mengajarkan banyak hal,
termasuk anatomi wajah juga
memberi pelajaran berharga.
Mata ada dua agar lebih banyak
mengamati. Telinga ada dua
agar lebih banyak mendengar.
Mulut hanya satu agar bicara
terukur. Posisi mulut di bawah
mata dan telinga, berarti amati
dan dengarkanlah terlebih
dahulu, baru berbicara yang
memang diperlukan."*

HuK uRe

1

Humor 1.1

“Beda Makhluk Beda Makanannya”

Pak Yoyo menyediakan sereal dan susu untuk sarapan Toni, anaknya.

Lalu Toni dengan sereal dalam genggamannya, berjalan menuju akuarium. Toni kemudian menaburkan sereal ke atas air di dalam akuarium.

Pak Yoyo kaget dan berseru keras, “Toni, jangan berikan sereal itu kepada ikan-ikan dalam akuarium!”

Dengan terkejut Toni bertanya, “Mengapa Pa?”

“Ikan-ikan itu bisa mati,” jawab Pak Yoyo.

Dengan wajah pucat karena ketakutan, Toni berkata, “Kalau begitu, mengapa Papa memberikannya ke saya?”

Kutipan 1.1

“Kebahagiaan itu dirasakan dalam hati dan disadari dalam pikiran. Untuk meraih kebahagiaan, harus ada keseimbangan antara yang di dalam diri dengan di luar diri. Jika kebaikan hanya ada di dalam diri saja atau di luar diri saja, kebahagiaan takkan mungkin diraih.”

Kutipan 1.2

“Kebahagiaan adalah di saat internal diri selaras dengan eksternal diri. Tanpa adanya keselarasan di antara internal dengan eksternal diri, takkan mungkin kebahagiaan muncul. Karenanya tak mungkin orang egois yang hanya mementingkan internal diri dapat merasakan kebahagiaan yang sesungguhnya.”

Kutipan 1.3

"Kebahagiaan takkan pernah ditemukan dalam diri orang yang egois. Sebagian kebahagiaan ditemukan dalam diri orang yang mencurahkan seluruh dirinya untuk orang-orang lain. Kebahagiaan seutuhnya ditemukan dalam diri orang yang bisa menyeimbangkan antara di dalam diri dengan di luar dirinya."

Kutipan 1.4

"Semakin kebahagiaan dicari di luar diri, semakin jauh dan sulit kebahagiaan diraih.

Semakin kebahagiaan dicari di dalam diri, semakin dekat dan mudah kebahagiaan diraih.

Kebahagiaan terletak di sepanjang proses kehidupan yang dijalani, bukan di hasil kehidupan yang diperoleh."

Kutipan 1.5

"Banyak bukti yang menunjukkan bahwa gaya hidup yang lebih sederhana memberikan kepuasan hidup yang lebih besar daripada gaya hidup berupa pengejaran materi tanpa henti. Kepuasan hidup tidaklah berbanding lurus dengan jumlah materi yang terkumpul. Kepuasan hidup berkorelasi erat dengan kebahagiaan."

Kutipan 1.6

"Banyak orang terlalu sibuk mengurus hal-hal di luar diri sehingga kekurangan waktu untuk diri sendiri. Alhasil mereka merasa kurang mengenal diri sendiri dan hidupnya kosong. Berikan lebih banyak waktu untuk diri sendiri, niscaya kebahagiaan akan lebih sering berpihak kepada kita."

Kutipan 1.7

"Banyak orang terlalu sibuk mengurus hal-hal di luar diri sehingga kekurangan waktu untuk melakukan perenungan berkualitas. Alhasil mereka merasa kurang mengenal diri sendiri dan hidupnya kosong.

Lakukan lebih banyak perenungan berkualitas, niscaya kebahagiaan akan lebih sering berpihak kepada kita."

Kutipan 1.8

"Banyak orang terlalu sibuk mengurus hal-hal di luar diri sehingga kekurangan waktu untuk melakukan hal-hal lain di luar rutinitas. Alhasil mereka merasa kurang mengenal diri sendiri dan hidupnya kosong.

Sesekali keluarlah dari rutinitas, niscaya kebahagiaan akan lebih sering berpihak kepada kita."

Kutipan 1.9

"Banyak orang terlalu sibuk mengurus hal-hal di luar diri sehingga kekurangan waktu untuk melakukan hal-hal yang disukai. Alhasil mereka merasa kurang mengenal diri sendiri dan hidupnya kosong. Lakukan lebih banyak hal-hal yang disukai, niscaya kebahagiaan akan lebih sering berpihak kepada kita."

Kutipan 1.10

"Kebahagiaan itu dekat dan mudah untuk diraih. Resep ampuh untuk hidup bahagia adalah sesekali saja mengingat masa lalu sebagai pengalaman dan pelajaran, dan sesekali saja mengingat masa depan yang sudah dirancang sebagai visi atau penunjuk arah. Yang harus seringkali diingat dan diperhatikan adalah masa sekarang dari saat ke saat yang sedang dijalani."

Kutipan 1.11

"Banyak orang keliru meletakkan kebahagiaan itu di hasil sehingga baru akan berbahagia saat telah tercapai yang diinginkan. Padahal kebahagiaan seharusnya terletak di proses, sepanjang melakukan dan sepanjang perjalanan menuju ke hasil yang diinginkan."

Kutipan 1.12

"Ada satu kenyataan dalam kehidupan yang sangat nyata namun banyak orang yang mengabaikannya. Kenyataan tersebut adalah di mana ada rasa syukur, di situ lebih mungkin ditemukan kebahagiaan. Faktanya, banyak orang yang kekurangan rasa syukur sehingga jauh dari kebahagiaan karena selalu melihat ke atas dibarengi dengan rasa iri hati."

Kutipan 1.13

“Jika ingin merasakan kebahagiaan kecil, memberilah dan lihatlah ekspresi terima kasih tulus dari yang menerima. Jika ingin merasakan kebahagiaan besar, memberilah tapi jangan melihat ekspresi terima kasih dari yang menerima. Dalam pemberian yang tulus, yang harus lebih berterima kasih adalah si pemberi, bukan si penerima.”

Kutipan 1.14

"Pikiran adalah pelopor. Pikiran mendahului ucapan dan tindakan. Apa yang ada dalam pikiran seseorang tercermin dari ucapan dan tindakannya. Perhatikan dan jagalah pikiran kita terlebih dahulu dengan sebaik-baiknya supaya ucapan dan tindakan kita bisa mengikuti untuk menjadi baik pula."

Kutipan 1.15

"Pikiran mendahului ucapan dan tindakan. Buah atau akibat dari apa-apa yang dipikirkan, diucapkan, dan diperbuat dalam tindakan, akan mengikuti seperti bayangan tidak lepas dari tubuh. Perhatikan dan jagalah pikiran kita terlebih dahulu dengan sebaik-baiknya supaya ucapan dan tindakan kita bisa mengikuti untuk menjadi baik pula."

Kutipan 1.16

"Pikiran memegang peranan besar atas kehidupan yang akan kita jalani dan miliki. Pikiran menentukan bisa tidaknya kita melakukan sesuatu yang baru. Jika kita berpikir bisa maka kita pasti bisa. Demikian pun jika kita berpikir tidak bisa maka kita pasti tidak bisa. Apapun yang kita pikirkan, itulah yang dimungkinkan terjadi."

Kutipan 1.17

“Berimajinasi memberi pengalaman imajiner bagi pikiran kita. Karena pikiran tidak bisa membedakan antara yang nyata dengan imajiner, pikiran akan menganggap benar adanya apa yang diimajinasikan tersebut. Alhasil pikiran akan membantu kita merealisasikan apa yang kita pikirkan melalui imajinasi tersebut.”

Kutipan 1.18

“Kehidupan kita ditentukan oleh bingkai berpikir kita yang didasarkan kepada kebiasaan, pengetahuan, pendidikan, dan pengalaman kita. Teruslah membuka pikiran untuk belajar berkelanjutan sepanjang kehidupan ini guna memperbesar bingkai berpikir kita. Dengan bingkai berpikir yang semakin besar, kita memperbesar kemungkinan mencapai kesuksesan dan kebahagiaan dalam kehidupan ini.”

Kutipan 1.19

"Perbedaan antara manusia waras dan tidak waras hanya terletak di pikiran dan kesadaran. Orang waras memiliki pikiran dan kesadaran yang baik. Orang tidak waras tidak memiliki pikiran dan kesadaran. Meskipun mengaku waras, jika seseorang tidak menggunakan pikiran dan kesadarannya dengan baik, dia dapat dianggap tidak waras."

Kutipan 1.20

“Setiap manusia tidak akan lepas dari kesalahan. Hapuslah daftar kesalahan orang-orang lain dalam pikiran kita. Jangan biarkan daftar kesalahan orang-orang lain memenuhi pikiran kita sehingga memberatkan kehidupan kita. Dengan mengurangi bahkan menghapus daftar kesalahan orang-orang lain dalam pikiran, kehidupan yang tenang dan bahagia akan menjadi milik kita.”

Kutipan 1.21

”Banyak emosi negatif dari berbagai kejadian yang telah terjadi sepanjang kehidupan tersimpan di dalam pikiran bawah sadar kita. Berbagai emosi negatif ini membebani kehidupan kita. Memafkan orang-orang yang telah bersalah kepada kita dan melepaskan emosi-emosi negatifnya akan membuat kehidupan kita menjadi lebih baik dan ringan.”

Kutipan 1.22

"Sebelum kita berkata '*Impossible*' (mustahil, tidak mungkin, tidak bisa, tidak dapat, tidak mampu), ingatlah untuk mengedepankan '*I'm possible*' (mungkin, bisa, dapat, mampu). Apapun yang kita masukkan ke dalamnya, pikiran kita akan memegang dan kemudian membantu kita merealisasikannya."

Kutipan 1.23

"Sepanjang masa, yang sudah lalu, sekarang, maupun yang akan datang, setiap orang tidak akan lepas dari pujian dan celaan. Tidak ada seorang pun yang bisa memilih hanya salah satunya saja. Oleh karenanya, sewaktu kita menerima pujian atau celaan, tetaplah tenang, jangan biarkan pikiran dan perasaan kita terlalu bergejolak karenanya."

Kutipan 1.24

"Waktu untuk diri sendiri yang diisi dengan fokus dan perenungan, akan mampu menciptakan ketajaman pikiran dan memaksimalkan potensi diri. Hal ini dapat menghasilkan prestasi bahkan terobosan besar karena adanya dukungan kekuatan dan kemampuan pikiran bawah sadar yang sudah teraktifkan."

Kutipan 1.25

"Pikiran lebih mudah selaras dengan ucapan tetapi bisa berbeda dengan tindakan.

Pengendara motor umumnya memahami dalam pikiran dan ucapannya bahwa helm sangat penting. Kenyataannya, belum tentu helm dipakai sewaktu mengendarai motor. Kita harus menyelaraskan pikiran, ucapan, dan tindakan sepanjang kehidupan. Niscaya hasil-hasil baik akan lebih banyak kita peroleh."

Kutipan 1.26

"Pikiran lebih mudah selaras dengan ucapan tetapi bisa berbeda dengan tindakan. Kebanyakan orang memahami dalam pikiran dan ucapannya bahwa berolahraga sangat penting. Kenyataannya, belum tentu olah raga dilakukan secara rutin. Kita harus menyelaraskan pikiran, ucapan, dan tindakan sepanjang kehidupan. Niscaya hasil-hasil baik akan lebih banyak kita peroleh."

Kutipan 1.27

"Pikiran lebih mudah selaras dengan ucapan tetapi bisa berbeda dengan tindakan.

Banyak orang memahami dalam pikiran dan ucapannya bahwa membaca dapat menambah pengetahuan dan membuka wawasan. Kenyataannya, banyak yang enggan membaca. Kita harus menyelaraskan pikiran, ucapan, dan tindakan sepanjang kehidupan. Niscaya hasil-hasil baik akan lebih banyak kita peroleh."

Kutipan 1.28

"Pikiran lebih mudah selaras dengan ucapan dibanding dengan tindakan. Banyak orang memahami dalam pikiran dan ucapannya bahwa melakukan aktivitas yang sesuai dengan bakat, minat, dan gairah akan membuat hidupnya lebih penuh, berarti, dan bahagia.

Kenyataannya, banyak yang tidak melakukannya. Tindakan nyata lah yang lebih kuat dan berarti dalam kehidupan ini."

Kutipan 1.29

"Kita bisa terluka, tersinggung, atau terpengaruh oleh kata-kata dan perbuatan buruk orang lain jika dan hanya jika kita mengizinkan kata-kata dan perbuatan buruk orang lain tersebut masuk ke dalam hati dan pikiran kita. Tanpa ijin kita, takkan ada efek buruk dari kata-kata dan perbuatan buruk orang lain kepada kita."

Kutipan 1.30

"Kita tidak bisa mengendalikan ucapan dan perilaku orang lain kepada kita. Yang bisa kita kendalikan adalah respon kita. Meskipun ucapan dan perilaku orang lain buruk kepada kita, sepanjang kita tidak membiarkannya mempengaruhi hati dan pikiran, kita tidak akan terluka karenanya."

Kutipan 1.31

"Mereka yang pikirannya penuh dengan pandangan-pandangannya sendiri akan sulit menerima kata-kata bijak dari orang lain. Yang sering terjadi dalam diskusi antara dua orang adalah keduanya saling mendesakkan pandangannya masing-masing. Alhasil, mereka tidak belajar apapun."

Renungan 1.1

“Penyesalan Di Ujung Kehidupan”

Di ujung kehidupan, terasa kosong dan tidak berarti.

Di saat waktu tersisa sedikit, hati kecil berteriak menyesali.

Kesempatan yang lepas, mimpi yang tidak terwujud, bakat yang tersia-sia, minat yang tak terpenuhi, gairah yang terabaikan.

Sungguh kecewa karena dulu seharusnya bisa menjadi lebih baik, mengambil kesempatan yang datang, bertindak mewujudkan mimpi, memanfaatkan bakat, menyalurkan minat, memenuhi gairah.

Sekarang semuanya tinggal kenangan dan penyesalan.

HuK uRe

2

Humor 2.1

“Toyo OKB”

Toyo, yang usahanya sukses di kampung, memutuskan pindah ke kota.

Toyo lalu membeli sepeda motor bebek manual. Toyo selalu mengendarai motornya dengan gigi 1. Teman-temannya yang penasaran bertanya kenapa Toyo seperti itu. Toyo dengan lugunya menjawab, “biar hemat, habiskan dulu giginya satu per satu.”

Suatu ketika di lampu merah, meski lampu sudah berwarna hijau, Toyo tetap tidak

menjalankan motornya. Orang-orang yang sudah tidak sabaran meneriaki Toyo supaya jalan. Toyo dengan lugunya menjawab, “Masih menunggu warna lampu yang aku sukai menyala.”

Berjalan waktu, Toyo semakin sukses usahanya. Toyo lalu membeli mobil baru. Di lampu merah, Toyo membuka pintu mobil dan menurunkan satu kakinya. Polisi lalu menghampiri dan menanyakan alasannya. Dengan lugunya Toyo menjawab, “Waduh, maaf pak polisi, sudah terbiasa naik sepeda motor.”

Kutipan 2.1

"Dalam keseharian, pikiran kita bercabang-cabang. Begitu banyak pikiran muncul dan lenyap. Meluruskan pikiran berarti memfokuskan pikiran kepada apa yang sedang dikerjakan di setiap saat dalam kehidupan. Dengan sering meluruskan pikiran, hasil-hasil yang lebih baik akan lebih banyak bermunculan dalam apapun yang kita kerjakan."

Kutipan 2.2

"Pikiran manusia sungguh luar biasa. Pikiran akan mendukung apa yang dipikirkan. Berpikir berani maka pikiran akan menciptakan seorang pemberani. Berpikir takut maka pikiran akan menciptakan seorang penakut. Jadikan pikiran sebagai kawan, jangan sebagai lawan."

Kutipan 2.3

"Sebab penderitaan tidak jauh adanya di dalam diri manusia sendiri, yakni di dalam pikiran.

Manusia menderita karena pikirannya serakah atas yang diinginkannya, pikirannya membenci atas yang tidak menyenangkan, dan pikirannya bodoh karena tidak menginginkan kebenaran yang bisa meningkatkan kebijaksanaan."

Kutipan 2.4

"Pikiran itu pin-pin-pin-bo
(pintar-pintar-pintar-bodoh).

Pikiran itu sangat pintar
namun ada bodohnya.

‘Kebodohan’ pikiran tetap
dapat dimanfaatkan untuk
kebaikan kita. Pikiran itu bodoh
karena tidak bisa membedakan
antara realita dengan imajinasi.
Sepanjang bisa dimunculkan di
dalam pikiran maka pikiran
akan menganggap itu nyata.”

Kutipan 2.5

"Pikiran memegang peranan besar atas kehidupan kita. Pikiran seringkali menjadi aktor utama atas kesuksesan dan kegagalan kita. Jika kita kecewa atau tidak puas dengan kehidupan yang sudah kita jalani dan raih, periksalah secara cermat pikiran kita. Mampu mengelola pikiran dengan baik, kehidupan yang baik menjadi imbalannya."

Kutipan 2.6

"Galau adalah kondisi pikiran yang kacau, ruwet, semrawut.

Galau bukanlah monopoli remaja dan anak muda. Galau bisa menyerang siapa saja tanpa kecuali, apapun latar belakangnya, tanpa mengenal waktu. Galau bisa membuat apapun yang kita kerjakan, hasilnya takkan maksimal.

Jagalah pikiran dan waspadalah dengan galau yang dapat muncul sewaktu-waktu."

Kutipan 2.7

"Galau adalah salah satu penyebab seseorang menjadi *bad mood*, yang merupakan suasana hati dan/atau kondisi pikiran yang buruk, ruwet, kacau, dan semrawut. *Bad mood* dapat menurunkan fokus, gairah, dan kreativitas, sehingga kinerja menurun dan membuat galau semakin kuat di dalam diri orang tersebut."

Kutipan 2.8

"Kita menggendong masa lalu di saat sekarang dengan terus memikirkan hal-hal yang sudah lewat, yang baik maupun yang buruk. Semakin lama gendongan kita semakin banyak sehingga hidup terasa semakin berat. Lepaskan atau kurangi gendongan dari masa lalu yang membebani, niscaya hidup akan terasa lebih ringan."

Kutipan 2.9

“Masa lalu adalah khayalan yang telah terjadi. Masa depan adalah harapan yang belum terjadi. Masa sekarang adalah kenyataan yang sedang terjadi. Kemampuan menempatkan ketiga masa tersebut dengan baik sewaktu menjalani kehidupan sekarang, akan memastikan berapa banyak dan berapa besar kebahagiaan bisa diraih.”

Kutipan 2.10

“Kita pasti menginginkan kendaraan yang kita tumpangi dikemudikan oleh sopir terbaik, yang bisa membawa kita sampai ke tujuan dengan selamat. Dalam menjalani kehidupan, kita sesungguhnya menjadi sopir kehidupan kita masing-masing. Supaya kehidupan kita selamat hingga akhir, bertindaklah sebagaimana seorang sopir yang baik.”

Kutipan 2.11

"Tersedia 3 sopir: sopir 1 selalu melihat kaca spion; sopir 2 selalu melihat lurus ke depan; sopir 3 sesekali melihat kaca spion dan melihat lurus ke depan, tetapi paling dominan memperhatikan jalan yang sedang dilalui. Sopir mana yang kita pilih supaya selamat? Sopir 1 melambangkan orang yang terikat ke masa lalu yang sudah terjadi. Jika kita sering memikirkan masa lalu yang sudah terjadi, sebenarnya kita memilih menjadi Sopir 1 dalam menjalani kehidupan. Hidup kita takkan bahagia karenanya."

Kutipan 2.12

"Tersedia 3 sopir: sopir 1 selalu melihat kaca spion; sopir 2 selalu melihat lurus ke depan; sopir 3 sesekali melihat kaca spion dan melihat lurus ke depan, tetapi paling dominan memperhatikan jalan yang sedang dilalui. Sopir mana yang kita pilih supaya selamat? Sopir 2 melambangkan orang yang terikat ke masa depan yang belum terjadi. Jika kita sering memikirkan masa depan yang masih jauh, sebenarnya kita memilih menjadi Sopir 2 dalam menjalani kehidupan. Hidup kita takkan bahagia karenanya."

Kutipan 2.13

"Tersedia 3 sopir: sopir 1 selalu melihat kaca spion; sopir 2 selalu melihat lurus ke depan; sopir 3 sesekali melihat kaca spion dan melihat lurus ke depan, tetapi paling dominan memperhatikan jalan yang sedang dilalui. Sopir mana yang kita pilih supaya selamat? Sopir 3 melambangkan orang yang mengingat sesekali saja yang sudah terjadi sebagai pengalaman dan pelajaran, dan juga mengingat sesekali saja masa depan yang diinginkan sebagai visi dan penunjuk arah. Memilih menjadi sopir 3 berarti kita selalu mencurahkan perhatian di setiap saat sepanjang perjalanan kehidupan. Hidup kita akan bahagia karenanya."

Kutipan 2.14

"Kebanyakan orang akan memilih Sopir 3 supaya selamat. Tetapi dalam praktiknya di kehidupan nyata, mereka yang memilih Sopir 3 belum tentu berlaku lainnya sopir 3, yakni mencurahkan perhatian sepenuhnya dan memberikan potensi terbaik terhadap apa-apa yang sedang dihadapi dan dijalani di setiap saat sepanjang kehidupan."

Kutipan 2.15

"Kita 'menggendong' masa lalu dan masa depan di saat sekarang karena terus memikirkan yang sudah lewat dan yang belum terjadi. 'Gendongan' kita semakin lama semakin banyak dan berat. Alhasil, hidup kita terasa berat dan tidak bahagia. Lepaskan 'gendongan' yang membebani, niscaya hidup akan lebih ringan dan bahagia."

Kutipan 2.16

"Menjadi bahagia tidaklah sesulit yang dipikirkan banyak orang. Salah satu caranya dengan mengurangi 'gendongan' dalam bentuk ingatan masa lalu dan masa depan yang membebani karena terus dipikirkan. Berikan perhatian ke setiap saat yang dijalani di sepanjang kehidupan, niscaya hidup akan lebih bahagia."

Kutipan 2.17

"Jangan biarkan perhatian kita ditarik ke belakang oleh masa lalu. Jangan biarkan perhatian kita ditarik ke depan oleh masa depan. Tariklah perhatian kita supaya berfokus sepenuhnya ke jalan kehidupan yang sedang dilalui di masa sekarang."

Kutipan 2.18

"Semua yang baik yang sudah terjadi adalah khayalan karena takkan bisa diulangi lagi. Semua yang baik yang belum terjadi adalah harapan yang diharapkan terjadi. Semua yang baik maupun tidak baik yang sedang terjadi adalah kenyataan yang harus dihadapi dan dijalani, suka atau tidak suka, menyenangkan atau tidak menyenangkan."

Kutipan 2.19

"Selain berbagai harapan baik, kita biasanya juga mengkhawatirkan apa yang akan terjadi di masa depan. Artinya, kita menjinjing masa depan di saat sekarang. Semakin lama jinjingan kita akan terasa semakin berat. Lepaskan atau kurangi jinjingan yang memberatkan dengan cara tidak terlalu berharap atau mengkhawatirkan masa depan. Niscaya hidup akan terasa lebih ringan."

Kutipan 2.20

“Berikan totalitas kepada masa sekarang, dari saat ke saat yang dijalani. Berkonsentrasilah kepada apa-apa yang sedang dihadapi dan dijalani sewaktu bersama dengan orang lain. Keselarasan dan keharmonisan hubungan dengan orang lain akan menjadi buah yang dapat dinikmati bersama.”

Kutipan 2.21

"Kemarin telah berlalu, besok belum datang. Kita hidup di hari ini, di saat ini, di saat sekarang, Kita hidup bukan di saat lalu ataupun di saat mendatang. Jalani saat sekarang dengan diri kita yang terbaik, lalu ulangi di setiap saat yang dijalani. Niscaya kehidupan yang sudah dijalani, takkan pernah disesali nantinya."

Kutipan 2.22

“Efektif berarti melakukan yang benar, ditandai dengan tercapainya target atau sasaran. Efisien berarti melakukan dengan benar, ditandai dengan penggunaan sumber daya semimumum mungkin dalam mencapai target atau sasaran. Efektif dan efisien berarti melakukan yang benar dengan benar, ditandai dengan tercapainya target atau sasaran dengan menggunakan sumber daya semimumum mungkin.”

Kutipan 2.23

“Banyak orang memisahkan antara efektif dan efisien. Efektif dianggap lebih utama atau penting daripada efisien. Padahal untuk mendapatkan hasil terbaik, efektif dan efisien harus selalu bersama-sama. Ketika efektif dan efisien hadir bersama-sama, hasil yang lengkap dan sempurna akan turut hadir.”

Kutipan 2.24

"Langkah pertama untuk menjadi manusia yang efektif dan efisien adalah menentukan target yang benar untuk diraih.

Langkah berikutnya adalah mengidentifikasi cara-cara yang benar dan terbaik untuk mencapai target yang benar tersebut. Selanjutnya lakukan cara-cara yang benar dan terbaik tersebut, dan secara periodik mengevaluasi hasil sementara yang diperoleh."

Kutipan 2.25

"Manusia yang efektif memiliki target atau tujuan dalam hidupnya, baik dalam jangka pendek, menengah, atau panjang. Tujuan hidup manusia efektif haruslah benar, pantas, logis, dan tidak bertentangan dengan norma agama, masyarakat, bangsa, dan negara."

Kutipan 2.26

"Manusia yang efisien menggunakan cara-cara terbaik yang dapat meminimumkan sumber daya (waktu, pikiran, tenaga, biaya, dan lain-lain) dalam mencapai target atau tujuan yang dimiliki. Cara-cara terbaik itu haruslah juga benar, pantas, logis, dan tidak bertentangan dengan norma agama, masyarakat, bangsa, dan negara."

Kutipan 2.27

“Omongan itu mudah dan murah sehingga banyak omongan yang sebenarnya tidak berguna. Saringlah omongan yang kita terima dan yang boleh dimasukkan ke dalam diri sehingga hanya yang baik, positif, dan konstruktif saja. Demikian pula, saringlah omongan yang kita keluarkan sehingga hanya yang baik, positif, dan konstruktif saja.”

Kutipan 2.28

"Sebelum ucapan terucap,
sayalah yang menjadi tuan.
Setelah ucapan terucap,
ucapanlah yang menjadi tuan.
Bagi sebagian orang, ucapan itu
mudah dan murah. Bagi kita,
yang benar seharusnya adalah
ucapan itu sulit dan mahal.
Berhati-hatilah dalam berucap
dan bertutur kata.
Perbanyaklah ucapan baik
daripada ucapan buruk
sepanjang kehidupan."

Kutipan 2.29

"Banyak membaca kitab suci,
lalu mengerti dan
memahaminya, sangatlah baik.
Lebih baik lagi jika isi kitab suci
yang sudah dikuasai tersebut
dipraktikkan dalam kehidupan
sehari-hari. Inilah laku
sempurna antara teori dengan
praktik. Orang yang berlaku
sempurna seperti ini, akan
berbahagia dalam
kehidupannya."

Kutipan 2.30

"Spiritualitas seseorang tidaklah dinilai dari seringnya membaca kitab suci, mengerti, dan memahami isinya. Yang terpenting, apakah pikiran, ucapan, dan tindakannya sesuai dengan isi kitab suci yang sudah dipahaminya. Tanpa kesesuaian ini, sama halnya dengan tong kosong yang akan berbunyi nyaring saat dipukul."

Kutipan 2.31

"Praktisi manajemen diri selalu mengupayakan pikirannya tercermin dalam ucapan dan tindakannya. Tidak ada kepura-puraan dalam diri seorang praktisi manajemen diri karena ucapan dan tindakannya tidak pernah bertolak belakang dengan pikirannya. Karenanya, untuk mengetahui pikiran seorang praktisi manajemen diri, dengarlah ucapannya dan lihatlah tindakannya."

Renungan 2.1

“Kepuasan Di Ujung Kehidupan”

Di ujung kehidupan, terasa penuh dan berarti.

Di saat waktu tersisa sedikit, hati kecil berteriak puas.

Kesempatan yang diambil, mimpi yang terwujud, bakat yang termanfaatkan, minat yang tersalurkan, gairah yang terpenuhi.

Sungguh bahagia karena dari dulu bisa menjadi lebih baik, mengambil kesempatan yang datang, bertindak mewujudkan mimpi, memanfaatkan bakat, menyalurkan minat, memenuhi gairah.

Semuanya menjadi kenangan membahagiakan.

HuK uRe

3

Humor 3.1

“Cepat Kaya Melalui Bisnis Jasa”

Kabar gembira bagi Anda yang ingin cepat kaya tapi belum memiliki ide untuk mewujudkannya.

Ada satu jenis jasa yang diinginkan oleh hampir setiap manusia di dunia tetapi belum ada yang menyediakannya.

Bayangkan potensi pasarnya sedemikian besar tanpa ada pesaing mengancam!

Jasa tersebut adalah pengecekan “saldo” perbuatan baik dan jahat manusia.

Kutipan 3.1

"Inti dari manajemen diri adalah pengelolaan pikiran, ucapan, dan tindakan kita agar ketiganya selaras dan konsisten dalam melakukan hal-hal yang baik dan bermanfaat, untuk mendatangkan kebaikan dan manfaat pula bagi diri kita. Manajemen diri harus kita praktikkan sepanjang kehidupan untuk memaksimalkan diri dan kehidupan ini."

Kutipan 3.2

“Kita mudah membuat alasan atas kegagalan yang kita alami. Kadang kala, sebelum kegagalan terjadi, kita sudah mempersiapkan alasan yang masuk akal jikalau kegagalan tersebut terjadi. Karenanya, kitalah yang seharusnya bertanggung jawab atas sebagian besar kegagalan yang kita alami sepanjang kehidupan. Semakin ahli kita membuat alasan, semakin sering kegagalan kita alami.”

Kutipan 3.3

“Kita memelihara banyak ‘sapi’ dalam diri kita. Beberapa di antara ‘sapi-sapi’ itu ada yang sangat besar. ‘Sapi-sapi’ itu berupa alasan, kebiasaan, atau pembenaran yang menghalangi diri kita menjadi pribadi yang lebih baik. Dengan membunuh ‘sapi-sapi’ tersebut alias mengurangi alasan, kebiasaan, dan pembenaran, kita akan meraih hasil yang lebih baik dalam kehidupan.”

Kutipan 3.4

”Kritik ibarat bumerang yang akan kembali kepada pemberi kritik. Orang yang dikritik dapat terusik harga dirinya, lalu merespon secara negatif. Cobalah mencari cara lain guna menyampaikan kritik atas sesuatu atau kritik untuk membuat orang lain berubah. Kritik haruslah menjadi cara terakhir, jika sudah tidak ada cara lainnya lagi.”

Kutipan 3.5

“Mengkritik secara langsung adalah yang paling mudah. Mengkritik secara tidak langsung adalah yang lebih sulit. Mengkritik tanpa membuat yang dikritik terluka adalah yang lebih sulit lagi. Mengkritik tanpa membuat yang dikritik terluka, bahkan melakukan sesuai keinginan pengkritik adalah yang paling sulit.”

Kutipan 3.6

"Kritik berbahaya dan berisiko tinggi karena biasanya dianggap sebagai kontra atau ketidaksetujuan. Penerima kritik juga mungkin menganggap kritik sebagai pernyataan bersalah. Oleh karenanya, kritik melukai harga diri, menyerang perasaan penting, dan berpotensi membangkitkan kebencian dalam diri penerima kritik."

Kutipan 3.7

"Orang besar bukan pengkritik. Orang besar mampu menerima kritik yang bagaimana pun pedasnya dengan baik. Oleh karenanya, tidak banyak terdapat orang besar di dunia ini. Tidak banyak orang yang bisa menerima kritik apalagi yang pedas, dengan lapang dada, besar hati, dan kepala dingin."

Kutipan 3.8

“Kritik bagaimanapun
akuratnya, akan lebih berefek
negatif ketimbang positif.
Orang yang dikritik akan
menjadi defensif dan
mendendam alih-alih berubah
menjadi lebih baik. Alergilah
dalam mengkritik orang
sehingga orang-orang lain
tetap menjadi kawan kita
bukan lawan.”

Kutipan 3.9

“Meski kita telah berupaya menjaga diri untuk tidak mengkritik orang lain, kita tidak bisa mencegah orang lain mengkritik kita. Kritik dari orang lain kepada kita dapat mengandung makna tersurat dan tersirat sekaligus. Jika mampu menangkap makna tersirat dari kritik yang dilontarkan kepada kita, diri yang semakin berkualitas akan menjadi imbalannya.”

Kutipan 3.10

“Gunakan masukan sebagai pengganti kritik kepada orang-orang lain yang berinteraksi dengan kita. Jelaskan bahwa masukan tersebut tidak ditujukan untuk menyerang pribadinya melainkan kepada tindakannya yang kurang baik. Gunakan teknik ‘sandwich’ untuk mendapatkan hasil terbaik, dengan tetap memelihara hubungan baik dengan orang-orang lain.”

Kutipan 3.11

“Setiap orang merupakan sebuah maha karya hebat yang masih berbentuk seongkah batu kasar yang tidak beraturan. Masing-masing orang berkewajiban mengeluarkan diri yang sesungguhnya merupakan maha karya hebat tersebut. Caranya adalah dengan membuang hal-hal yang membuat diri tidak hebat dan memperbagus hal-hal yang membuat diri hebat.”

Kutipan 3.12

"Karya besar bisa dihasilkan oleh siapa saja dengan latar belakang apapun karena setiap orang dilahirkan dengan membawa potensi, bakat, dan kemampuan untuk membuat karya besar dalam kehidupan. Sayangnya, banyak orang yang tidak menyadari hal ini. Mereka yang menyadarinya pun belum tentu mau dan berani menghasilkan karya besar."

Kutipan 3.13

“Orang yang mampu bersyukur berarti mampu berterima kasih dan menerima diri apa adanya, serta bisa berdamai dengan diri sendiri. Bersyukur memang mudah sewaktu kita berada di atas, sewaktu segala sesuatunya baik dan menyenangkan. Bersyukur menjadi sangat sulit sewaktu kita berada di bawah, sewaktu segala sesuatunya tidak baik dan tidak menyenangkan.”

Kutipan 3.14

“Banyak orang menggunakan kaca mata keserakahan dan iri hati dalam menilai orang lain.

Alhasil, orang lain selalu terlihat ‘lebih’ dibanding mereka. Kenyataannya seringkali tidaklah demikian.

Jika kita mengetahui lebih banyak dan detil kehidupan orang lain, sangat mungkin kita akan bersyukur dengan kehidupan kita sendiri.”

Kutipan 3.15

”Yang menjadi persoalan bukanlah apa yang pernah terjadi pada diri kita, melainkan bagaimana kita menangani hidup kita selanjutnya tanpa terbelenggu oleh hal-hal buruk yang pernah terjadi. Kemampuan atau ketidakmampuan dalam menangani emosi negatif dari hal-hal buruk yang pernah terjadi inilah yang akan membuat perbedaan dalam kehidupan kita.”

Kutipan 3.16

“Kemudahan dan kesulitan akan datang silih berganti dalam kehidupan setiap orang. Mereka yang selalu memilih yang mudah dan menghindari yang sulit bukanlah calon pemenang. Hanya mereka yang berani memilih yang sulit dan menghadapi kesulitanlah yang akan menjadi pemenang dalam kehidupan ini.”

Kutipan 3.17

“Kita harus berusaha secara keras dan cerdas untuk mendapatkan apa yang kita inginkan. Janganlah silau oleh kesuksesan yang tidak memerlukan upaya.

Sesungguhnya, tidak ada makan siang yang betul-betul gratis. Di kebanyakan kasus dalam kehidupan ini, kita harus melakukan yang terbaik untuk bisa mendapatkan yang terbaik.”

Kutipan 3.18

“Meskipun orang yang bernama ‘Budi’ jangan dibalas, namun budi atau kebaikan yang telah dilepas oleh orang lain ke kita, jangan diterima sebagai yang memang sudah seharusnya dan diabaikan begitu saja. Kita harus menjadi orang yang tahu budi, tahu berterima kasih, dan tahu membalas budi yang telah kita terima dari orang lain.”

Kutipan 3.19

“Banyak orang yang pikirannya berfokus kepada orang yang tidak hadir, bukannya berfokus kepada orang yang sedang dihadapi. Untuk mendapatkan hasil terbaik, dukungan, dan kerja sama dari orang lain, sewaktu kita sedang bersama seseorang, tiada yang lebih penting selain berfokus dan melakukan yang terbaik bagi orang yang sedang bersama kita tersebut.”

Kutipan 3.20

”Banyak orang tidak puas dengan hasil yang telah dicapai karena belum sesuai dengan harapan. Mereka lalu berupaya meningkatkan kemampuannya demi memperoleh hasil yang lebih baik. Padahal cara meningkatkan hasil sebetulnya mudah. Hadapi dan lakukan apapun dalam kehidupan ini dengan memberikan perhatian maksimal dan mencurahkan kemampuan terbaik yang dimiliki.”

Kutipan 3.21

“Tidak ada kesuksesan instan. Di balik setiap kesuksesan seringkali ada pengorbanan besar dan air mata. Lunasi uang sekolah kesuksesan terlebih dahulu untuk bisa lulus sekolah kesuksesan. Lengkapi diri dengan berbagai kemampuan untuk bisa sukses. Jalani proses yang diperlukan sampai kesuksesan bisa diraih. Lengkapi segala sesuatunya dengan semangat pantang menyerah dan kemauan untuk terus belajar meningkatkan kualitas diri.”

Kutipan 3.22

"Di sepanjang masa, yang sudah berlalu, sekarang, maupun yang akan datang, setiap orang akan mendapat pujian dan juga celaan. Tidak ada seorang pun yang hanya mendapat pujian saja atau celaan saja. Karenanya, jangan sampai kehilangan kesadaran diri sewaktu dipuji ataupun sewaktu dicela. Ketenangan diri akan memastikan segala sesuatunya tetap baik."

Kutipan 3.23

“Persepsi itu subyektif karena tergantung kepada penilaian dalam diri seseorang. Kejadian yang sama bisa dipersepsikan berbeda oleh orang yang berbeda. Tantanglah selalu persepsi yang kita miliki. Keputusan yang benar hanya bisa dihasilkan dari persepsi yang benar.”

Kutipan 3.24

“Banyak orang berfokus kepada pengejaran aspek materi dan kesenangan inderawi. Mereka lupa bahwa kehidupan ini terdiri dari banyak aspek yang harus diseimbangkan guna meraih kehidupan yang sukses dan bahagia. Kesadaran biasanya datang terlambat setelah kehidupan ini tidak bersisa banyak bagi mereka.”

Kutipan 3.25

"Kita sering menuduh dan membenci orang lain karena menilai mereka telah berbuat tidak baik kepada kita. Tanpa sadar sebenarnya kita adalah penyiksa diri sendiri yang paling kejam. Kita membebani diri dengan banyak kecemasan dan ketakutan terhadap berbagai hal sepanjang kehidupan. Mengurangi kecemasan dan ketakutan sama artinya dengan menambah kebahagiaan dalam kehidupan."

Kutipan 3.26

“Jika kehidupan seumpama arena pacuan maka yang dipacu seharusnya adalah pengumpulan perbuatan baik. Jangan keliru yang dipacu malah pemenuhan kesenangan inderawi dan pengumpulan harta duniawi sehingga kehilangan kesempatan untuk pengumpulan perbuatan baik. Hanya perbuatan baik yang akan menemani dan mampu melindungi kita.”

Kutipan 3.27

”Sebagian orang malas bekerja atau kurang berintegritas dalam bekerja karena tidak mencurahkan diri sepenuhnya sewaktu bekerja. Padahal bekerja adalah bapak keberhasilan dan integritas adalah ibu keberhasilan. Bekerja dengan integritas berarti mempertemukan bapak keberhasilan dengan ibu keberhasilan. Hasilnya pastilah anak-anak keberhasilan.”

Kutipan 3.28

“Jangan menganggap apa yang kita lakukan sudah maksimal. Sebaik apapun yang sudah kita lakukan, umumnya masih dimungkinkan adanya perbaikan. Lakukan ATM (amati, tiru, dan modifikasi) dari praktik-praktik yang lebih baik (*better practices*) atau praktik-praktik terbaik (*best practices*) dari orang-orang lain. Niscaya hasil yang lebih baik secara berkelanjutan dapat kita peroleh.”

Kutipan 3.29

”Sepanjang kehidupan, kita akan menghadapi banyak pertempuran, baik pertempuran di luar diri (dengan orang-orang lain) maupun di dalam diri (antar bagian diri). Tidak semua pertempuran harus kita hadapi dengan mati-matian. Kenali lalu hindari pertempuran yang tidak bisa kita menangi sehingga tidak terperangkap di dalamnya dan hancur karenanya.”

Kutipan 3.30

“Jangan senang melihat orang lain susah atau susah melihat orang lain senang. Seringkali ada kepuasan dan kesenangan sewaktu melihat orang lain susah, dan ada ketidakpuasan dan kekecewaan sewaktu melihat orang lain senang. Yang seharusnya dipraktikkan adalah senang melihat orang lain senang dan susah melihat orang lain susah.”

Kutipan 3.31

”Sepanjang kehidupan, kita meninggalkan berbagai jejak di dalam diri orang-orang yang berinteraksi langsung maupun tidak langsung dengan kita. Jejak-jejak tersebut berasal dari berbagai perbuatan yang telah kita lakukan. Perhatikan dan jagalah agar jejak yang kita tinggalkan dari pikiran, ucapan, dan tindakan yang kita lakukan, sebanyak mungkin adalah yang baik dan positif.”

Renungan 3.1

“Mulai Dengan Mengatur Diri Sendiri”

Dulu saya pernah ingin mengatur dunia
beserta isinya.

Kemudian saya turunkan menjadi mengatur
negara beserta isinya.

Selanjutnya saya perkecil hanya mengatur
masyarakat dan anggotanya.

Setelah itu saya persempit cukup hanya
mengatur keluarga saya dan anggotanya.

Sekarang di ujung kehidupan, saya menyadari
dari dulu seharusnya saya mengatur diri
sendiri untuk melakukan perbuatan baik
sebanyak mungkin dan menghindari
perbuatan jahat semaksimal mungkin.

Seandainya itu saya lakukan, takkan pernah
ada penyesalan di ujung kehidupan.

HuK uRe

4

Humor 4.1

“Hubungan Khusus Dokter Dengan Pasien”

Ketertarikan karena pandangan mata, atau adanya komunikasi, atau terjadi interaksi antara dua insan berlainan jenis adalah wajar.

Karenanya, hubungan khusus (*affair*) antara dokter dengan pasiennya bukan cerita baru atau aneh.

Tapi yang pasti akan menimbulkan kegemparan, kalau terjadinya hubungan khusus (*affair*) tersebut antara dokter hewan dengan pasiennya.

Kutipan 4.1

“Jika keadaan yang kurang baik, kurang menyenangkan, atau kurang sesuai muncul dalam kehidupan, janganlah lantas kita menjadi *bad mood* karenanya. Cobalah untuk melihatnya dari sudut pandang yang berbeda dan memikirkan kebaikan apa yang mungkin terkandung di dalamnya. Sangat mungkin di balik itu semua terdapat kesempatan emas jika kita mampu menyiasatinya.”

Kutipan 4.2

”Mengalami sakit, menjadi tua, dan mati adalah kenyataan umum dalam kehidupan. Selagi ada waktu, sebelum sakit mendera, sebelum usia tua menjelang, dan sebelum kematian menjemput, pergunakan diri dan segenap kemampuan kita untuk membawa lebih banyak kebaikan bagi diri sendiri dan sesama.”

Kutipan 4.3

“Karakter dan kepribadian, keduanya sangat penting dalam kehidupan setiap manusia. Yang harus diutamakan adalah karakter daripada kepribadian. Membangun karakter adalah ibarat membangun kehidupan itu sendiri. Jika karakter yang baik sudah terbangun maka kepribadian yang baik mudah mengikuti.”

Kutipan 4.4

”Keteraturan dan konsistensi dalam hal-hal yang baik akan memastikan pencapaian yang baik. Mulailah menjadi teratur dan konsisten dari hal baik kecil, lalu meningkat ke hal baik sedang dan akhirnya ke hal baik besar. Niscaya pencapaian yang lebih baik dari waktu ke waktu akan kita peroleh.”

Kutipan 4.5

“Kompleksitas atau kerumitan bisa membuat orang-orang lain sulit mengerti dan menjadi ragu untuk memberikan persetujuan dan dukungan. Jelaskan dan lakukan segala sesuatu dengan mudah dan sederhana sehingga bisa memperoleh lebih banyak persetujuan dan dukungan dari orang-orang lain. Niscaya hasil yang baik akan lebih mudah diperoleh.”

Kutipan 4.6

“Setiap orang dilahirkan dengan membawa sifat bertanggung jawab. Pertanggungjawaban adalah alat yang hebat untuk memastikan kita bertindak dan bergerak menuju ke tujuan. Sayangnya, sebagian orang merasakan pahit akibat pertanggungjawaban yang diberikan atas hal buruk yang sudah dilakukan. Alhasil di sebagian orang, sifat bertanggung jawab ini memudar bahkan ada yang luntur.”

Kutipan 4.7

“Jika ada keraguan atas ucapan atau perbuatan yang ditunjukkan oleh orang lain, lihatlah langsung ke matanya. Tidak ada kebohongan yang bisa disembunyikan oleh mata seseorang. Apabila orang tersebut mengalihkan pandangannya saat ditatap secara langsung, ada kemungkinan apa yang telah diucapkan dan diperbuatnya tidaklah benar adanya.”

Kutipan 4.8

“Pendakian ke puncak kesuksesan dan kebahagiaan dalam kehidupan akan lebih mudah jika di sepanjang perjalanan kita banyak menolong orang lain yang sedang mendaki ke arah yang sama. Jika kita egois dengan hanya mementingkan kesuksesan dan kebahagiaan sendiri, kesuksesan dan kebahagiaan malah akan menjauh.”

Kutipan 4.9

”Jika kita menginginkan lebih banyak hal baik di kehidupan ini, perbanyaklah memberi dan berbuat baik terlebih dahulu kepada orang lain. Semakin banyak kita memberi dan berbuat baik kepada orang lain, pemberian dan kebaikan itu akan kembali ke kita dengan caranya sendiri, dengan jumlah dan besaran yang bahkan melebihi apa yang telah kita berikan dan perbuat.”

Kutipan 4.10

”Kesempatan tidak menunggu kita siap. Kita yang harus selalu siap siaga. Begitu kesempatan muncul, kita harus sudah siap untuk menyambutnya. Asahlah diri dan peralatan pendukung kita secara rutin. Tidak hanya hasil terbaik akan selalu kita peroleh dari apapun yang kita lakukan, juga kesempatan yang datang akan menjadi milik kita.”

Kutipan 4.11

“Apa yang kita ketahui berdasarkan pengetahuan dan pengalaman, akan menentukan respon atau keputusan kita terhadap hal atau orang yang sedang kita hadapi. Jika situasi dan kondisi memungkinkan, cobalah untuk mengetahui lebih lengkap apa yang terjadi supaya terhindar dari keputusan buruk yang dibuat berdasarkan pengetahuan dan pengalaman yang terbatas.”

Kutipan 4.12

“Milikilah kreativitas untuk ‘mengubah jeruk asam menjadi limun’, yang berarti mengubah hal-hal yang kurang baik, kurang menyenangkan, atau kurang disukai menjadi baik, menyenangkan, atau disukai. Kreativitas seperti ini dapat dibentuk dan dilatih dengan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, dimulai dari hal-hal kecil terlebih dahulu.”

Kutipan 4.13

"Miliki fleksibilitas terhadap berbagai bentuk perubahan rencana dalam mencapai tujuan hidup kita karena bisa sebagian atau bahkan seluruhnya tidak berjalan sesuai yang diharapkan. Tujuan jangan mudah berubah. Rencana untuk mencapai tujuan sangat dimungkinkan berubah jika tidak mendekatkan kita ke tujuan atau kecepatannya dalam membawa kita ke tujuan tidak sesuai dengan harapan."

Kutipan 4.14

“Motivasi bukan hanya omongan atau hal lain yang dapat membangkitkan semangat. Motivasi harus sampai kepada gerakan atau tindakan. Dengan mulai bertindak, orang akan lebih termotivasi karenanya, sehingga bisa bertindak lebih banyak lagi. Hasil yang lebih banyakpun akan lebih mungkin diperoleh. Peliharalah api motivasi di dalam diri, jangan sampai padam.”

Kutipan 4.15

“Jangan berkecil hati sekiranya kita tidak bersekolah selama dan setinggi orang-orang lain. Kita hanya boleh berkecil hati jika pendidikan kita lebih singkat dibanding orang-orang lain. Selama kita terus belajar sepanjang kehidupan, selama itu pula kita terus mendapatkan pendidikan dan selama itu pula kita tidak kalah dibandingkan dengan orang-orang lain.”

Kutipan 4.16

”Jangan menyalahkan orang lain, situasi, atau kondisi di kala kita mengalami kesulitan atau mendapatkan masalah atau menerima hasil buruk. Ada waktunya setiap orang juga akan mendapatkan ketidakbaikan dalam kehidupannya. Waktunya saja yang berbeda antar orang. Terimalah kenyataan ini sebagai hal yang wajar dalam kehidupan.”

Kutipan 4.17

”Konsistensi mengandung pengertian melakukan secara berulang-ulang, secara tetap, atau tidak berubah-ubah.

Konsistensi adalah dasar dari pencapaian. Kita harus mampu membedakan mana yang baik – tidak baik, benar – salah, pantas – tidak pantas, dan bermanfaat – tidak bermanfaat. Selanjutnya, kita harus konsisten dalam melakukan hal-hal yang baik, benar, pantas, dan bermanfaat sepanjang kehidupan.”

Kutipan 4.18

“Salah satu pencuri yang paling berbahaya dan harus diwaspadai adalah diri sendiri. Kita mencuri bakat, potensi, waktu, pikiran, dan tenaga kita dengan menggunakannya secara salah. Kitalah yang seharusnya bertanggung jawab atas semua permasalahan, termasuk kegagalan yang kita alami karena telah salah menggunakan sumber daya diri sendiri.”

Kutipan 4.19

”Lebih seringlah terjun langsung ke lapangan. Lakukan pengamatan secara detil, buatlah analisis yang tajam, dan gunakan logika secara tepat maka masalah yang belum terjadi akan dapat dicegah, sedangkan masalah yang sedang terjadi akan dapat diatasi. Terjun langsung ke lapangan memungkinkan kita mengetahui persis apa yang sedang terjadi.”

Kutipan 4.20

”Keserakahan adalah salah satu akar kejahatan. Kesenangan terhadap hasil instan yang diperoleh dari perbuatan jahat akan mendorong pelaku kejahatan mengulang kembali perbuatan jahatnya. Kejahatan lalu menjadi kebiasaan dan akhirnya menjadi tuan atas diri si pelaku kejahatan.”

Kutipan 4.21

“Obsesi adalah sesuatu yang sangat berarti yang ingin kita capai. Pemenuhan obsesi bukanlah untuk kepuasan panca indera melainkan hati dan jiwa kita. Obsesi bisa diraih tanpa dibatasi oleh usia, fisik, maupun kendala lainnya. Kejar dan capailah obsesi kita. Niscaya kehidupan yang bermakna akan menjadi milik kita.”

Kutipan 4.22

“Setiap orang dilahirkan dengan membawa potensi, bakat, dan kemampuan untuk menjadi orang besar. Namun kenyataannya, sangat jarang yang menjadi orang besar, sedikit yang menjadi orang sedang, kebanyakan hanya menjadi orang kecil. Artinya, banyak orang yang tidak memanfaatkan dengan baik potensi, bakat, dan kemampuan dalam dirinya untuk menjadi orang besar.”

Kutipan 4.23

”Menghadapi berbagai masalah kehidupan seumpama menghadapi ‘polisi tidur’ di jalanan. Jangan menghindar atau lari tapi hadapilah dan atasi setiap masalah yang menghadang. Niscaya kedewasaan, kekuatan, dan kemampuan kita dalam menghadapi masalah akan semakin terbangun.”

Kutipan 4.24

“Miliki kesabaran dan kerendahan hati dalam berinteraksi dengan orang-orang yang berada di atas, setara, maupun di bawah kita.

Niscaya penerimaan dan dukungan yang lebih luas akan menjadi milik kita. Alhasil, kesuksesan dan kebahagiaan menjadi lebih mudah kita raih sepanjang kehidupan ini.”

Kutipan 4.25

”Di dalam otak kita terdapat area sangat kecil yang disebut ‘*Reticular Activating System*’ (RAS). RAS memungkinkan kita secara bawah sadar menyaring hal-hal tidak penting dan berfokus kepada yang penting saja. Perbanyaklah berpikir positif dan menginginkan yang baik. RAS akan menjadi pendukung utama dalam merealisasikan hal-hal positif dan baik yang kita inginkan.”

Kutipan 4.26

“Saringan diri berupa pengetahuan, kebijaksanaan, dan kesadaran, berfungsi sebagai penyaring terhadap apa-apa yang boleh masuk ke dalam diri dan apa-apa yang boleh keluar dari dalam diri.

Pastikan saringan diri kita terpasang dengan baik sehingga hanya melewatkan yang baik-baik saja ke dalam maupun ke luar diri kita.”

Kutipan 4.27

“Berhati-hatilah menuduh orang lain tanpa dasar atau bukti yang kuat. Tuduhan buruk bisa menghancurkan orang yang dituduh, apalagi jika tidak benar adanya. Jika dasar tuduhan hanyalah rumor atau gosip semata, keputusan yang diambil bisa keliru dan berakibat buruk. Segalanya dapat hancur karenanya.”

Kutipan 4.28

“Semakin tinggi pohon,
semakin kencang tiupan angin.
Semakin tinggi kesuksesan dan
kebahagiaan yang kita raih,
semakin banyak celaan dan
fitnahan yang akan datang
menerpa. Bersiaplah
menghadapi fenomena ini jika
kita menginginkan lebih banyak
keberhasilan, kesuksesan, dan
kebahagiaan dalam kehidupan
ini.”

Kutipan 4.29

“Lakukan analisis diri apakah kita tipe orang yang: (1) tidak mau belajar, (2) mau belajar tapi tidak mau memproses apa yang sudah dipelajari, (3) mau belajar, mau memproses apa yang sudah dipelajari, tapi tidak bermanfaat untuk orang lain, atau (4) mau belajar, mau memproses apa yang sudah dipelajari, dan bermanfaat untuk orang lain.”

Kutipan 4.30

”Wajar dalam kehidupan, ada menang dan kalah, ada kepuasan dan ketidakpuasan, dan ada keberhasilan dan kegagalan. Semuanya saling melengkapi dan memberi warna kehidupan kita.

Bersukacitalah dalam melakukan, tanpa tergantung kepada hasil akhirnya. Niscaya, kebahagiaan akan lebih banyak kita rasakan sepanjang kehidupan ini.”

Kutipan 4.31

“Orang berintegritas berarti apa yang diucapkan dan dilakukan, sama dengan apa yang ada di dalam pikirannya. Orang berintegritas tidak menyembunyikan kebohongan apapun. Dengan memiliki integritas, seseorang tidak perlu capek menyembunyikan kebohongan apapun, dan tidak perlu membuat kebohongan baru untuk menutupi kebohongan yang sudah dibuat sebelumnya.”

Renungan 4.1

“Ambil Kesempatan Berbuat Baik”

Kesempatan berbuat baik ada yang datang kepada kita.

Kesempatan berbuat baik ada yang harus kita buat sendiri.

Bagus jika bisa memanfaatkan kesempatan berbuat baik yang datang kepada kita.

Bertambah bagus jika bisa membuat kesempatan berbuat baik, lalu memanfaatkannya, dan kemudian membagikannya kepada orang lain.

Ambillah sebanyak mungkin kesempatan berbuat baik karena kita tidak pernah tahu sisa usia kita.

HuK uRe

5

Humor 5.1

“Lebih Sulit Menggambar Segitiga Sama Kaki”

Segitiga sama sisi adalah segitiga dengan tiga sisi sama panjang dan tiga sudut sama besar. Tidak mudah untuk menggambarinya.

Sebenarnya yang lebih sulit adalah menggambar segitiga sama kaki. Kenapa?

Bukan karena lebih sulit menggambar segitiga yang hanya memiliki dua sisi sama panjang dan dua sudut sama besar, tetapi menggambar dengan tangan saja susah apalagi sama (baca: dengan) kaki.

Kutipan 5.1

"Seperti halnya dewa mabuk dan pendekar buta yang gerakannya kadang tidak beraturan, kita seharusnya mengambil bahkan menciptakan berbagai kesempatan berbuat baik sepanjang kehidupan, dari yang kecil, sedang, maupun besar. Dengan cara yang tidak kita mengerti, buah perbuatan baik akan kembali kepada kita sebagai pembuatnya."

Kutipan 5.2

”Jangan kita terperosok ke dalam kelompok orang ’tolol teriak tolol’ yang mudah memberi label atau cap kurang baik kepada orang lain. Jika kita terbiasa mempraktikkan ’tolol teriak tolol’, sangat mungkin kita pun sudah dilabeli atau dicap yang kurang baik oleh orang lain. Meski kita sudah pintar pun, jangan mudah melabel atau mencap orang lain tidak baik.”

Kutipan 5.3

“Kita adalah tukang dari kehidupan masing-masing.

Artinya, kitalah yang membangun dan membentuk kehidupan masing-masing.

Karenanya, bangun dan bentuklah kehidupan ini dengan sebanyak mungkin perbuatan yang baik, benar, pantas, dan bermanfaat. Niscaya tidak akan muncul penyesalan di ujung kehidupan nantinya.”

Kutipan 5.4

“Banyak orang yang merasa stres dan menderita dalam kehidupannya tanpa tahu persis apa penyebabnya. Sebenarnya, cara untuk menurunkan stres dan penderitaan dalam kehidupan sangatlah mudah. Turunkan keinginan dan harapan serta tingkatkan kemampuan diri adalah tindakan realistis untuk mengurangi stres dan penderitaan secara drastis dalam kehidupan.”

Kutipan 5.5

“Kita telah membuat banyak keputusan sepanjang kehidupan ini. Dampak keputusan kita ada yang baik, namun ada juga yang buruk. Biarlah semuanya berlalu. Tak ada yang perlu disesali atau diingat secara berlebihan. Jadikan semuanya sebagai pengalaman dan pembelajaran untuk hidup sekarang dan ke depan yang lebih baik.”

Kutipan 5.6

“Selagi kita masih belum sempurna atau suci, takkan mungkin kita terbebas dari emosi negatif, berupa kegelisahan, kekuatiran, dan ketakutan. Yang terpenting, berbagai emosi negatif tersebut tidak boleh berlebihan di dalam diri kita. Umumnya segala sesuatu yang berlebihan di dunia ini mengandung ancaman tersembunyi.”

Kutipan 5.7

“Empati adalah ketika seseorang secara psikologis dan emosional menempatkan dirinya di diri orang lain.

Orang yang memiliki empati bukan berarti suka mencampuri urusan orang lain. Orang yang memiliki empati akan mampu memberikan respon yang lebih baik kepada orang lain dibandingkan dengan orang yang kurang memiliki empati.”

Kutipan 5.8

“Setiap hari akan ada saja kejadian yang bisa membuat kita tersinggung, marah, bahkan stres. Sebaliknya, setiap hari juga akan ada saja kejadian yang bisa membuat kita menjadi gembira, senang, bahkan bahagia. Tergantung dan terserah kita mau memilih yang mana. Pilihan kita di setiap harinya akan menentukan kualitas diri dan kehidupan kita sekarang dan ke depannya.”

Kutipan 5.9

"Karakter yang baik dibentuk melalui proses yang sulit dalam waktu yang panjang. Karakter yang baik adalah salah satu harta paling berharga. Kehilangan karakter yang baik berarti kehilangan jati diri dan kehidupan. Oleh karenanya, bangunlah dengan sabar dan tekun karakter diri yang baik, setelah itu jagalah karakter baik tersebut."

Kutipan 5.10

"Manusia terdiri dari bagian diri yang berlogika dan yang berperasaan. Bagi banyak orang, perasaan bisa mengalahkan logika. Ketika berurusan dengan orang lain, jika kita memenangkan perasaannya, kita sekaligus memenangkan logikanya. Namun ini sulit berlaku sebaliknya."

Kutipan 5.11

“Tujuan hidup kecil seorang manusia adalah kebaikan untuk diri sendiri. Tujuan hidup sedang seorang manusia adalah kebaikan untuk diri sendiri dan orang-orang di lingkungan terdekat. Tujuan hidup besar seorang manusia adalah kebaikan untuk diri sendiri, orang-orang di lingkungan terdekat, dan orang-orang di lingkungan yang lebih luas (orang banyak).”

Kutipan 5.12

”Me-time adalah waktu untuk diri sendiri, yang jika diisi dengan cara-cara berkualitas, akan memungkinkan pengenalan dan pemenuhan diri sendiri dengan lebih baik. Others-time adalah waktu untuk orang lain, yang jika dilakukan secara rutin, dapat mempercepat pengenalan dan pemenuhan diri orang-orang lain dengan lebih baik.”

Kutipan 5.13

“Kebenaran itu tidaklah sempit, namun juga tidaklah luas. Kebenaran itu tidaklah kecil, namun juga tidaklah besar. Kebenaran itu tidaklah dangkal, namun juga tidaklah dalam. Kebenaran itu di tengah, bukan di salah satu ekstrim.”

Kutipan 5.14

“Motivasi hanya akan memunculkan kebiasaan baik jika motivasi tersebut bisa bertahan dalam waktu yang memadai sampai terbentuk kebiasaan baik. Motivasi tanpa menghasilkan kebiasaan baik bukanlah motivasi yang baik. Pastikan kita rutin memiliki motivasi baik yang bisa membentuk kebiasaan baik dalam diri kita.”

Kutipan 5.15

“Sebagian manusia menganggap kebaikan sebagai keberuntungan yang memang seharusnya mereka terima, dan ketidakbaikan sebagai kesialan yang tidak seharusnya datang kepada mereka. Alhasil, mereka jarang menyambut keduanya dengan syukur dan terima kasih. Padahal di dalam setiap kebaikan maupun ketidakbaikan, terkandung pelajaran kehidupan berharga.”

Kutipan 5.16

”Kebohongan pertama meskipun kecil akan memicu keberanian untuk kebohongan kecil berikutnya. Berbagai kebohongan kecil akan memicu keberanian untuk kebohongan yang lebih besar. Berbagai kebohongan yang lebih besar akan memicu keberanian untuk kebohongan yang lebih besar lagi. Demikian seterusnya. Karenanya, jagalah diri dari kebohongan kecil sekalipun.”

Kutipan 5.17

"Satu praktik yang tidak sempurna lebih bernilai dibanding sepuluh teori yang paling sempurna. Praktik lebih nyaring bunyinya dibanding teori. Praktik lebih menghasilkan dibanding teori. Karenanya jangan tunda lagi, kita harus mempraktikkan berbagai teori yang sudah kita ketahui."

Kutipan 5.18

”Batu kecil bisa membuat orang jatuh tersandung atau terpeleset karena tidak terlihat. Batu besar jarang membuat orang terjatuh karena bisa terlihat dengan jelas. Jangan mengabaikan hal-hal kecil dan hanya berfokus kepada hal-hal yang besar saja. Hal-hal kecil dapat membuat hal-hal besar terjadi.”

Kutipan 5.19

”Rasionalisasi berbeda dengan logika. Rasionalisasi adalah pembenaran sedangkan logika adalah masuk di akal atau tidak. Sering melakukan rasionalisasi terhadap perbuatan atau hasil buruk tidak akan membawa diri kita maju, yang ada malah diam di tempat atau bahkan mundur.”

Kutipan 5.20

“Memperlakukan orang lain dengan hormat sebagaimana mestinya bukan tanda kelemahan melainkan kekuatan diri. Perlakuan hormat bukan hanya diberikan kepada orang-orang dengan tingkatan lebih tinggi atau sama, tetapi juga kepada orang-orang dengan tingkatan lebih bawah. Tanpa kedewasaan, kematangan, dan kelapangan dada, takkan bisa melakukannya.”

Kutipan 5.21

“Lakukan banyak perbuatan baik dan cegah diri dari melakukan perbuatan tidak baik setiap hari seolah-olah kita akan mati besok. Namun belajarlah sehingga bisa mengakumulasi pengetahuan dan keterampilan sebanyak mungkin setiap hari seolah-olah kita akan hidup selamanya.”

Kutipan 5.22

“Salah satu seni yang wajib dikuasai oleh setiap manusia sebagai insan sosial adalah seni waktu. Tahu waktu kapan untuk diam. Tahu waktu kapan untuk bicara sedikit, sedang, atau banyak. Penguasaan akan seni waktu ini tidak hanya akan menyelamatkan diri kita sendiri dari hal-hal yang tidak baik, tetapi juga bisa menyelamatkan diri orang lain.”

Kutipan 5.23

“Penuhi diri dengan kebaikan dan kebenaran karena keduanya saja yang akan bertahan seiring dengan berubahnya zaman. Hal-hal lainnya akan tersapu oleh gelombang waktu. Kebaikan dan kebenaran adalah abadi, takkan lekang oleh waktu, akan terus mengikuti kita hingga akhir kehidupan.”

Kutipan 5.24

“Kemudahan dan kesulitan takkan terpisahkan dengan kehidupan setiap manusia. Itulah kebenaran sejati dan realita kehidupan. Segala sesuatunya bukan terjadi kepada kita, tetapi terjadi untuk kita. Kita bukanlah obyek melainkan subyek kehidupan kita masing-masing.”

Kutipan 5.25

”Menyadari diri masih bodoh dan memiliki banyak kekurangan bukanlah kelemahan melainkan kekuatan besar. Keduanya dapat menjadi motivasi besar untuk terus meningkatkan kualitas diri dan kehidupan. Berbeda jika merasa sudah pintar dan memiliki banyak kelebihan. Kesombongan dan tinggi hati akan timbul yang akan menghalangi kemajuan diri dan orang lain.”

Kutipan 5.26

“Miliki kendali atas kehidupan kita sendiri. Salah satunya adalah mengendalikan diri dari berbagai harapan yang tidak realistis. Harapan yang sudah dicanangkan harus dibarengi dengan peningkatan kemampuan dan kualitas diri. Niscaya lebih banyak harapan akan bisa direalisasi sepanjang kehidupan.”

Kutipan 5.27

“Komunikasi adalah jembatan ke hati dan pikiran orang lain.

Jika komunikasi salah atau kurang, masalah akan timbul. Ketika terjadi kesalahan atau kekurangan komunikasi, hal baik takkan terjadi, hal buruklah yang mungkin terjadi. Apalagi jika sampai komunikasi rusak, bersiaplah menghadapi masalah besar yang akan timbul karenanya.”

Kutipan 5.28

“Tidak peduli berapa lama kita sudah berada dalam suatu hubungan dengan orang-orang lain. Ingatlah bahwa tidak banyak orang yang bisa membaca pikiran orang lain. Termasuk orang yang berkomunikasi dan berinteraksi dengan kita, kemungkinan besar mereka tidak bisa membaca pikiran kita. Karenanya, selalulah berkomunikasi yang baik dan terbuka dengan orang-orang yang berinteraksi dengan kita.”

Kutipan 5.29

“Kita dengan orang lain yang berinteraksi dengan kita, pasti ada ketidaksepakatan, perselisihan, bahkan pertengkaran. Begitu suatu masalah muncul, segera komunikasikan dan selesaikan. Kadang kala diperlukan jeda waktu untuk memperoleh kembali keseimbangan dan ketenangan diri yang diperlukan untuk menyelesaikan secara konstruktif masalah yang timbul.”

Kutipan 5.30

“Bangunlah ‘jembatan’ alih-alih ‘tembok pemisah’ dengan orang lain. Tidak seperti tembok pemisah yang memisahkan dan menghalangi, jembatan menghubungkan kita dengan orang lain. Jembatan tersebut berupa komunikasi yang baik dan konstruktif. Keterhubungan karena adanya jembatan komunikasi yang baik dan konstruktif, menjadi kunci kesuksesan dalam hidup bersama di dunia ini.”

Kutipan 5.31

“Lakukan tiga langkah sewaktu berkomunikasi dengan orang lain: dengarkan, klarifikasi, dan respon. Dengan konsisten melakukannya, kurang komunikasi atau salah komunikasi dapat diminimalisir sehingga kehidupan kita dengan orang lain sebagai sesama makhluk sosial yang rukun dan harmonis akan lebih mudah terwujud.”

Renungan 5.1

“Berbuat Baik Ala Pendekar Buta Dan Dewa Mabuk”

Walaupun buta, si pendekar dapat
mengalahkan lawan-lawannya.

Meskipun mabuk, si dewa mampu
menaklukkan musuh-musuhnya.

Sekalipun jurus yang dimainkan kurang
beraturan, mereka keluar sebagai
pemenang.

Lakukan berbagai kebaikan sepanjang
hidup, kecil atau sedang, walaupun tidak
beraturan, jika dilakukan konsisten akan
menjadi besar.

Jangan menunggu kesempatan berbuat
baik besar datang dan baru berbuat baik,
karena mungkin ia tidak akan pernah
hadir.

HuKuRe

6

Humor 6.1

“Lebih Tepat 'Kasih Terima' Daripada ‘Terima Kasih’”

Aturan umum adalah lakukan kewajiban dulu baru menerima hak.

Gaji atau upah atau imbalan umumnya diberikan atau dilunasi setelah pekerjaan dilakukan.

Oleh karenanya, dibanding “Terima Kasih” (terima dulu, baru kasih atau memberi), yang lebih tepat sebenarnya adalah “Kasih Terima” (kasih atau memberi dulu, baru terima).

Kutipan 6.1

“Orang tua pasti menyayangi anak-anaknya. Hanya cara menyayangi anak akan berbeda antar orang tua. Janganlah membanding-bandingkan kasih sayang orang tua hanya dari apa yang terlihat. Seringkali yang terlihat tidak mampu mencerminkan sepenuhnya kasih sayang orang tua yang sesungguhnya kepada kita.”

Kutipan 6.2

“Kebaikan dan jasa orang tua lebih tinggi dari gunung yang paling tinggi dan lebih dalam dari samudera yang paling dalam. Jangan karena kesalahan kecil dari orang tua membuat kita mengabaikan segala kebaikan dan jasa mereka. Hidup kita takkan berkah karenanya.”

Kutipan 6.3

“Pohon mengalahkan angin kencang bahkan badai sekalipun dengan cara berayun. ‘Berayun’ dalam ‘angin’ kehidupan berarti mempertahankan batin, pikiran, emosi, dan semangat agar tetap tenang dan kuat dalam diri kita.

Kemampuan kita untuk ‘berayun’ dalam menghadapi ‘angin’ kehidupan sangat menentukan kelangsungan hidup, keberhasilan, dan kesuksesan kita.”

Kutipan 6.4

“Di saat akan merespon orang lain terutama dalam kondisi emosi, usahakan untuk menahan diri sejenak dan mencari tahu lebih banyak. Dengan adanya tambahan informasi, sangat mungkin emosi kita mereda dan respon yang kita berikan menjadi lebih tepat. Penyesalanpun sangat mungkin dapat dihindari karenanya.”

Kutipan 6.5

“Pilihan yang paling masuk akal dan terbaik adalah bekerja sama dan saling mendukung antara kita dengan orang-orang lain yang berinteraksi dengan kita. Kita dengan mereka akan dapat meraih hasil-hasil yang jauh lebih baik dan banyak dengan bekerja sama dan saling mendukung dibanding jika melakukannya sendiri-sendiri, apalagi dengan saling mengalahkan atau menjatuhkan.”

Kutipan 6.6

“Menjaga rahasia kita sendiri adalah kebijaksanaan. Menjaga rahasia orang lain yang diamanahkan ke kita juga merupakan kebijaksanaan dan kesetiaan. Namun mengharapkan orang lain untuk menjaga rahasia kita adalah keteledoran dan ada kemungkinan dapat menjadi kebodohan.”

Kutipan 6.7

“Berhati-hati dan bijaksanalalah dalam memberikan informasi rahasia tentang orang-orang terdekat kita kepada orang-orang lain. Dengan mampu menjaga rahasia mereka, kepercayaan dan hubungan yang baik dan harmonis dengan orang-orang terdekat kita akan tetap terjaga.”

Kutipan 6.8

“Berpikirlah berulang kali untuk membuat lelucon yang bisa menyerang orang lain. Banyak orang membenci lelucon kejam yang mempermalukan dirinya di depan orang-orang lain. Jika lelucon kejam yang menyerang dan mempermalukan orang lain sampai terjadi, tidak hanya yang dibuat lelucon akan malu, tetapi yang melontarkan lelucon tersebut seharusnya lebih malu lagi.”

Kutipan 6.9

“Humor bisa membuat cerah,
juga bisa membawa mendung.

Pastikan humor yang kita
lontarkan dapat membawa
dampak positif semaksimal
mungkin bagi yang
mendengarnya. Jika tidak
yakin bahwa kita memiliki
keterampilan yang memadai
untuk membawakan humor
yang cerah, sebaiknya
urungkan niat kita untuk
berhumor ria.”

Kutipan 6.10

“Aspek fisik hanya sebagian kecil dari keseluruhan aspek dalam diri seorang manusia. Kita juga harus rutin mengasah aspek sosial/emosional, mental, dan spiritual diri kita. Dengan rutin melakukannya, kehidupan yang damai, harmonis, dan bahagia akan menjadi milik kita.”

Kutipan 6.11

"Ketika kita tidak tahu yang kita tidak tahu, itu jauh berbeda dari ketika kita tahu yang kita tidak tahu. Dengan mencari tahu yang kita tidak tahu, lalu berupaya menjadikan diri kita tahu yang sebelumnya kita tidak tahu tersebut, akan menjadi langkah awal dalam membangun kebijaksanaan diri."

Kutipan 6.12

“Asumsi belum terbukti kebenarannya. Tahan diri kita jika ada kecenderungan untuk membuat asumsi negatif atas diri orang lain. Jika memang harus membuat asumsi atas diri orang lain, buatlah asumsi positif sampai fakta berkata lain. Banyak penyesalan akan dapat dihindari karenanya.”

Kutipan 6.13

“Ada orang yang melakukan sesuatu secara spontan atau alamiah. Ada orang yang melakukan sesuatu secara terstruktur dan dengan persiapan atau rencana sebelumnya. Tidak ada versi yang paling benar. Kita yang paling tahu mana yang paling cocok bagi diri kita, yang tentu saja disesuaikan dengan kenyamanan dan kualitas diri kita.”

Kutipan 6.14

“Reaksi spontan negatif jauh lebih mudah muncul dibanding dengan yang positif sewaktu kita berinteraksi dengan orang lain. Berikan jeda waktu sebelum merespon terutama untuk reaksi spontan yang negatif. Dengan disiplin melakukannya, banyak sumber pertengkaran dan keretakan dalam hubungan dan interaksi dengan orang-orang lain akan dapat dihindari.”

Kutipan 6.15

“Manusia adalah makhluk dengan derajat tinggi karena memiliki akal pikiran dan budi sehingga dapat berubah menjadi lebih baik. Janganlah terus melabel buruk orang lain atas kesalahan masa lalunya.

Kurangi beban dengan mengurangi label orang-orang lain di pikiran kita. Niscaya kehidupan ini akan menjadi lebih ringan, menyenangkan, dan membahagiakan.”

Kutipan 6.16

“Jangan biarkan menurunnya pandangan terhadap orang lain yang berinteraksi dengan kita, menimbulkan masalah besar. Pindahkan fokus ke bagian-bagian yang baik dalam diri orang tersebut. Lakukan yang positif berkebalikan dengan dorongan perasaan negatif kepada orang tersebut. Dengan melakukannya, hubungan baik kita dengan orang tersebut akan tetap terjaga.”

Kutipan 6.17

“Pasti terdapat perbedaan antara kita dengan orang-orang lain. Keliru mengelola perbedaan, hubungan kita dengan orang-orang lain akan menjadi renggang. Tepat mengelola perbedaan, hubungan kita dengan orang-orang lain akan semakin kokoh. Perbedaan memungkinkan kita dengan orang-orang lain dapat berbagi tugas dengan lebih baik, terutama jika bekerja sama dalam satu tim.”

Kutipan 6.18

“Kata-kata memiliki energi dan kekuatan yang hebat. Kita dapat memilih untuk menggunakan energi dan kekuatan ini secara konstruktif dengan terbiasa mengeluarkan kata-kata penyemangat, atau secara destruktif dengan terbiasa mengeluarkan kata-kata penurun semangat. Energi dan kekuatan kata-kata mampu membantu, menyembuhkan, menjatuhkan, menyakiti, dan lain-lainnya yang kadang tak terduga.”

Kutipan 6.19

“Lebih seringlah mengucapkan tiga kata ajaib (*magic words*) utama, yakni tolong, maaf, dan terima kasih secara tepat kepada orang-orang lain. Dampak positif yang luar biasa akan bisa diraih demi kesejukan dan keharmonisan hubungan kita dengan orang-orang lain. Persetujuan dan dukungan dari orang-orang lain pun akan lebih mudah kita dapatkan.”

Kutipan 6.20

“Salah satu keterampilan dasar terpenting yang harus kita miliki adalah mendengarkan dengan sadar. Tiga langkah yang tercakup di dalamnya adalah mendengarkan dengan perhatian sepenuhnya, mengklarifikasi sekiranya ada yang kurang jelas, dan merespon secara tepat. Dengan konsisten melakukannya, komunikasi dan hubungan kita dengan orang-orang lain pasti akan berkualitas dan bernas.”

Kutipan 6.21

“Semakin banyak kita meraih kemenangan atas orang-orang lain, semakin bersemangat mereka berupaya mengalahkan kita. Raihlah kemenangan dengan cara-cara terhormat yang tidak menjatuhkan atau mempermalukan orang lain. Niscaya kompetisi yang sehat dan konstruktif akan terus terjaga, di mana setiap orang akan terus berupaya menjadi pribadi yang lebih baik.”

Kutipan 6.22

“Lebih seringlah memuji secara tulus dan tepat kepada orang-orang lain terutama yang sering berinteraksi dengan kita. Pasti akan ada saja hal-hal di diri mereka yang pantas dipuji. Alhasil, hubungan dan interaksi yang baik dan saling mendukung akan lebih mudah terwujud.”

Kutipan 6.23

“Setiap manusia adalah pribadi yang berbeda. Mencoba membuat diri orang lain sama persis dengan diri kita atau sesuai persis dengan yang kita inginkan, merupakan sebuah pemaksaan yang dapat berakibat fatal. Perbedaan tidak lantas menjadi sumber kelemahan karena jika dikelola dengan baik akan dapat menghasilkan kekuatan.”

Kutipan 6.24

“Jika kita mencari-cari kesalahan orang lain, kita akan selalu bisa menemukannya. Jika kita mencari apa yang dia lakukan dengan benar, kita juga akan selalu dapat menemukannya. Hubungan yang baik dan konstruktif dengan orang lain akan terwujud jika kita lebih mengedepankan mencari hal-hal yang benar dibanding yang tidak benar.”

Kutipan 6.25

“Dunia dibangun dan berkembang di atas positivisme.

Kita harus berusaha meningkatkan aspek-aspek positif dalam diri kita.

Alangkah baiknya jika kita juga bisa meningkatkan aspek-aspek positif dalam diri orang-orang lain. Jika kualitas diri kita dan orang-orang lain meningkat, kehidupan dan dunia yang lebih baik menjadi lebih mungkin terwujud.”

Kutipan 6.26

“Lakukan secara rutin aktivitas pilah dan pilih, serta buang dan sumbang atas barang-barang yang ada di dalam rumah kita dan di lingkungan rumah kita. Dengan rutin melakukannya, salah satu sumber penyebab stres dalam kehidupan kita akan berkurang bahkan sirna karenanya.”

Kutipan 6.27

“Kita dan orang-orang yang berinteraksi dengan kita adalah manusia biasa yang tidak luput dari kekurangan, kelemahan, kesalahan, dan keteledoran.

Daripada melihat hal-hal tersebut dari sudut pandang negatif yang tidak akan membantu menyelesaikan masalah, lebih baik melihatnya dari sudut pandang positif sebagai sarana untuk perbaikan dan peningkatan kualitas diri ke depannya.”

Kutipan 6.28

“Hindari kebiasaan mengungkit-
ungkit kesalahan atau hal
negatif yang pernah dilakukan
oleh orang-orang lain yang
berinteraksi dengan kita.

Perkuat dua kebiasaan positif
yang dapat berkontribusi dalam
mempertahankan keutuhan dan
kelanggengan hubungan dan
interaksi dengan orang-orang
lain, yakni menyelamatkan
muka dan menjaga harga diri
orang-orang lain.”

Kutipan 6.29

“Setiap manusia takkan luput dari kekurangan dan kesalahan. Mengharapkan orang-orang lain yang berinteraksi dengan kita sebagai manusia sempurna, ibarat pungguk merindukan bulan. Takkan pernah menjadi kenyataan. Sikap terbaik adalah menerima orang-orang lain yang berinteraksi dengan kita apa adanya, bukan ada apanya.”

Kutipan 6.30

“Teruslah mengasah intelektualitas diri kita sepanjang kehidupan karena intelektualitas bisa membantu dalam menggapai kebahagiaan di kehidupan. Teruslah menempatkan diri kita dalam kurva pembelajaran yang menaik. Kehidupan ini akan dapat dijalani dengan lebih mudah serta penuh warna dan makna.”

Kutipan 6.31

“Kita harus menjadi murid kehidupan yang baik dengan terus belajar sepanjang kehidupan. Tidak melulu belajar secara formal namun juga bisa secara non formal.

Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi informasi memungkinkan pembelajaran bisa terjadi dengan lebih mudah, murah, dan cepat.

Pembelajaran berkelanjutan berkontribusi besar dalam kelancaran kehidupan dan upaya meraih kebahagiaan dalam kehidupan.”

Renungan 6.1

“Membalas Jasa Ibu Dan Ayah”

Di dalam kandungan, Ibu menjaga dan memperlakukanku seperti permata.

Sewaktu melahirkanku, Ibu berjuang antara hidup dan mati.

Sewaktu aku bayi, Ibu dan Ayah berkorban siang dan malam menjagaku.

Sewaktu aku sebagai anak-anak dan remaja, Ibu dan Ayah berjuang membesarkanku dan memberikan pendidikan terbaik bagiku.

Sewaktu dewasa, Ibu dan Ayah berupaya membuatku mandiri dan bisa mendapatkan pasangan yang sesuai.

Belum sempat aku membalas jasa-jasa mereka, Ibu dan Ayah sudah tiada.

Tinggallah diriku menyesali kesempatan yang kuabaikan dan penundaan yang kulakukan sepanjang kehidupan ini untuk membalas jasa Ibu dan Ayah.

HuK uRe

7

Humor 7.1

“Ternyata Tinggi Hati Dan Rendah Hati Sama-Sama Kurang Baik”

Sebenarnya tidak hanya tinggi hati yang kurang baik, melainkan rendah hati juga kurang baik.

Baik tinggi hati maupun rendah hati, keduanya berarti letak hati tidak berada di posisi yang benar.

Hati haruslah terletak di posisi yang pas, tidak terlalu tinggi dan juga tidak terlalu rendah supaya tidak berakibat buruk bagi kesehatan.

Kutipan 7.1

“Belajarlah dari kambing gunung dalam mendaki terjal dan sulitnya kehidupan ini. Daripada melakukan satu lompatan besar melewati gangguan-gangguan dan frustrasi kecil dalam kehidupan sehari-hari, ambillah secara konsisten hanya satu langkah kecil ke depan. Kualitas kehidupan yang meningkat akan lebih mudah dicapai.”

Kutipan 7.2

“Jika kita hidup berpasangan, awalnya kita dengan pasangan penuh dengan pandangan mesra. Seiring berjalannya waktu, dengan bertambahnya problematika dan kompleksitas kehidupan, mulai muncul pandangan buruk, negatif, dan saling menyalahkan. Cinta menjadi dasar dalam menghadapi penurunan pandangan satu dengan yang lain. Transformasikan suka menjadi cinta dan rawat cinta yang ada.”

Kutipan 7.3

“Salah satu kaca kunci utama dalam relasi antar manusia adalah peduli. Kita harus lebih peduli dengan orang-orang sekitar. Peduli memungkinkan kita merasakan apa yang sedang dirasakan oleh orang-orang lain yang berinteraksi dengan kita. Peduli juga memungkinkan kita merespon orang-orang lain dengan lebih tepat dan pas.”

Kutipan 7.4

*“Jika kita hidup berpasangan,
menempatkan kebahagiaan
sendiri di atas kebahagiaan
pasangan bukanlah cinta.
Menempatkan kebahagiaan
sendiri sama dengan
kebahagiaan pasangan adalah
cinta biasa. Mampu
memprioritaskan kebahagiaan
pasangan di atas kebahagiaan
sendiri adalah cinta luar biasa.”*

Kutipan 7.5

“Jika kita hidup berpasangan, mustahil mengharapkan kehidupan berpasangan yang bebas dari pertengkaran dan perselisihan. Ketidaksepakatan diperlukan oleh kita dan pasangan kita sebagai dasar untuk meninjau kembali dari perspektif yang berbeda demi solusi yang lebih baik.”

Kutipan 7.6

“Kelompok akan bisa disebut tim jika ada sinergi di antara anggota kelompok guna menghasilkan yang lebih baik atau lebih banyak. Jika kita ada dalam kelompok, kita dengan anggota-anggota kelompok lainnya harus membentuk tim yang bersinergi, yang bisa menghasilkan lebih banyak secara bersama-sama. Sendirian kita hanya bisa melakukan sedikit, bersama-sama kita bisa melakukan lebih banyak.”

Kutipan 7.7

"Hidup ini terlalu singkat.
Tunjukkan penghargaan kita
kepada orang-orang terdekat.
Biarkan mereka tahu
bagaimana perasaan kita yang
sebenarnya kepada mereka.
Tunjukkan kepada mereka
bahwa kita peduli. Gunakan
waktu berkualitas bersama
mereka, karena kita tidak
pernah tahu berapa lama kita
masih akan bersama-sama
dengan mereka."

Kutipan 7.8

“Salah satu dasar terpenting dalam hubungan dan interaksi dengan orang-orang lain adalah adanya pengertian satu sama lain. Pengertian akan memunculkan penghargaan yang tepat di antara kita dengan orang-orang lain. Saling menghargai yang dilandasi dengan pengertian akan membantu mempertahankan hubungan saling mendukung dan menguntungkan yang hangat, harmonis, dan konstruktif.”

Kutipan 7.9

“Sebagian orang menganggap konflik merusak dan berbahaya. Sebagian lainnya menganggap konflik yang dapat dikelola dengan baik akan mendatangkan tambahan manfaat. Sepanjang bisa dikelola dengan baik dengan kadar yang sehat, konflik dalam kehidupan bersama dengan orang-orang lain berpotensi mempererat hubungan dan membawa banyak manfaat lainnya.”

Kutipan 7.10

“Berpergian adalah salah satu hal terbaik yang dapat kita lakukan, sekalipun kita bukan tipe orang yang sangat menyukai berpergian kemana-mana. Mengunjungi tempat-tempat baru, bertemu dengan orang-orang baru, memiliki pengalaman-pengalaman baru, dan hal-hal baru lainnya, akan memberikan tambahan dan memperluas perspektif kita dalam memandang dunia dan kehidupan ini.”

Kutipan 7.11

"Salah satu hal terbaik yang dapat kita lakukan untuk diri sendiri dan hubungan kita dengan orang-orang lain adalah mempelajari dan mempraktikkan cara-cara untuk mengendalikan emosi kita. Saat emosi memuncak, kemampuan logika dari pikiran akan menurun drastis. Tindakan yang dilakukan saat emosi memuncak dapat memunculkan penyesalan setelahnya."

Kutipan 7.12

“Emosi adalah perasaan intens sebagai bentuk respon kita ke luar diri. Semakin kuat emosi, semakin lemah logika. Emosi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan kita melakukan hal yang akan kita sesali kemudian. Kendalikan emosi dengan baik dan ada baiknya tidak membuat keputusan saat emosi tinggi. Penundaan sejenak kemungkinan dapat menghasilkan keputusan yang lebih baik.”

Kutipan 7.13

“Kehidupan takkan mungkin berjalan mulus tanpa ada kendala, hambatan, dan masalah. Kehidupan dengan kesulitan di dalamnya, ibarat laut dengan gelombang. Peselancar akan dapat menampilkan aksi terbaik dengan berselancar bersama gelombang dan ombak. Demikian pula kita harus mampu berselancar bersama gelombang dan ombak kehidupan hingga akhir.”

Kutipan 7.14

“Emosi negatif menguras stamina. Menghamburkan energi karena dapat memperbesar persoalan dengan orang-orang lain, bukannya bersama mencari solusi terbaik, akan membuat kita semua kelelahan. Seiring kelelahan fisik, semangat di dalam diri kita akan memudar dan kehidupan kita akan menjadi berkurang daya tariknya.”

Kutipan 7.15

“Jika kita mencoba mengubah orang lain, tidak jadi masalah jika itu bisa membuat dia menjadi lebih baik dan kita lakukan dengan cara-cara yang baik. Yang akan menimbulkan masalah adalah apabila kita mencoba mengubah orang lain menjadi persis seperti kita, apalagi menggunakan cara-cara tidak baik, misalnya dengan paksaan.”

Kutipan 7.16

“Kekuatan untuk mengubah orang lain akan lebih besar jika kita bersedia mengubah diri kita terlebih dahulu. Seringkali orang lain tidak perlu kita ubah. Apa yang ada di diri orang lain bisa jadi merupakan keunikannya, sepanjang bukan hal yang buruk atau salah. Apa yang ada di diri orang lain, bisa saja menghasilkan perbedaan positif.”

Kutipan 7.17

"Jangan menyiksa diri dengan menyesali yang sudah terjadi, sepanjang setiap keputusan dan tindakan yang diambil selalu didasarkan kepada akal sehat dan hati nurani, terimalah apapun hasilnya karena bukan sepenuhnya kita yang menentukan."

Kutipan 7.18

"Jangan malu menjadi orang yang berbeda, sepanjang yakin akan apa yang diperjuangkan, dengan dilandasi oleh niat dan tujuan yang baik. Jangan biarkan tentangan dan ujian mengandaskan cita-cita dan impian kita."

Kutipan 7.19

"Nilai-nilai unggul kita tercermin dari luasnya pengetahuan, tingginya keterampilan, dan baiknya tingkah laku kita. Nilai-nilai unggul kita menentukan keberhasilan, kesuksesan, dan kebahagiaan kita."

Kutipan 7.20

*"Mulailah berani menghadapi
dan menyelesaikan masalah.
Jangan lari dari masalah.
Jangan pernah alergi dengan
masalah atau berharap tidak
pernah mendapat masalah
selagi masih bernapas."*

Kutipan 7.21

*“Kita sering terjebak
perangkap pemikiran negatif.
Alih-alih melihat sisi positif
dari setiap kejadian, kita hanya
terpaku pada sisi negatifnya
sehingga selalu menderita dan
sulit untuk menerima
kenyataan.”*

Kutipan 7.22

"Lihatlah sisi positif dari setiap kejadian, jangan hanya terpaku pada sisi negatifnya. Seburuk apapun situasi, kondisi, dan orang yang dihadapi, selalu ada pelajaran atau hikmah yang bisa dipetik."

Kutipan 7.23

"Miliki fleksibilitas dan adaptabilitas terhadap berbagai bentuk penyesuaian rencana, harapan, bahkan impian sepanjang kehidupan kita karena bisa sebagian atau bahkan seluruhnya tidak berjalan sesuai dengan yang sudah dicanangkan."

Kutipan 7.24

"Memiliki fleksibilitas dan adaptabilitas untuk melakukan penyesuaian guna meraih hasil yang sudah ditetapkan, berbeda dengan menjadi inkonsisten atau plin-plan. Pilot pun harus menyesuaikan kecepatan, arah, dan ketinggian pesawat sepanjang penerbangan."

Kutipan 7.25

"Pemenang adalah mereka yang memiliki fleksibilitas dan adaptabilitas dalam berbagai aspek di sepanjang kehidupannya. Pemenang bukanlah mereka yang paling pintar ataupun yang paling kuat."

Kutipan 7.26

"Meski seseorang lahir, tinggal, dan hidup di lingkungan yang kurang baik, jikalau dia terus menumbuhkan benih-benih kebajikan dalam dirinya, niscaya dia akan bisa menjadi orang baik dan bijaksana.

Lingkungan memang berpengaruh besar tetapi tidaklah mutlak atas diri dan kehidupan seseorang."

Kutipan 7.27

"Seperti debu yang ditebar
melawan arah angin, akan
kembali ke penebarnya.

Demikian pula kebaikan dan
kejahatan yang kita lakukan,
kesabaran dan ketidaksabaran
yang kita praktikkan,
akibatnya akan kembali kepada
kita juga, bukan kepada orang
lain."

Kutipan 7.28

"Untuk memperbesar kemungkinan terpenuhinya berbagai keinginan yang dimiliki, perbanyaklah perbuatan baik terlebih dahulu. Hak takkan diperoleh jika tidak memenuhi kewajiban terlebih dahulu. 'Berbuat baik' adalah bentuk dari kewajiban dan 'terpenuhinya berbagai keinginan' adalah bentuk dari hak."

Kutipan 7.29

"Sebelum memperhatikan kesalahan dan apa yang diperbuat atau tidak diperbuat orang lain, lebih baik perhatikan dahulu kesalahan dan apa yang telah diperbuat atau tidak diperbuat oleh diri sendiri. Perhatikan dan jagalah diri sendiri terlebih dahulu sebelum memperhatikan dan menjaga diri orang lain."

Kutipan 7.30

"Penonton yang hanya ahli berkomentar padahal tidak bisa melakukan lebih baik dari pemain yang dikomentari, adalah seperti orang yang *'unconscious incompetence'* (tidak tahu bahwa ia tidak bisa). Fenomena ini terjadi pada banyak orang. Hindarkan diri kita menjadi orang yang berperilaku sebagai penonton ahli yang sebenarnya tidak ahli."

Kutipan 7.31

"Gampang sekali kita memberi 'label' buruk kepada orang lain, seperti bodoh, malas, jahat, curang, egois, kikir, dan lain-lain, tanpa sadar kalau diri kita sendiri tidaklah lebih baik. Kita yang melakukannya termasuk orang '*unconscious incompetence*' (tidak tahu bahwa kita sebenarnya sama saja)."

Renungan 7.1

“Berlaku Seakan Hidup Tidak Lama Lagi”

Kalimat bijaksana berbunyi, "Kehidupan itu tidak pasti. Yang pasti hanyalah kematian."

Seandainya kita mengidap penyakit berat yang sudah kritis sehingga diperkirakan akan meninggal tidak lama lagi, kita akan menjalani hidup ini seperti biasa atau berubah drastis?

Kita mungkin memilih menikmati hidup dengan bersenang-senang atau menjadi lebih religius dan banyak berbuat baik untuk menambah “bekal” setelah kematian.

Walaupun saat ini kita tidak divonis penyakit berat dan kritis, karena kematian itu pasti dan bisa mendadak, sebaiknya kita mulai sekarang berlaku seakan-akan hidup kita tidak lama lagi.

HuKure

8

Humor 8.1

“Tendang Bola Sembunyi Kaki”

Peribahasa untuk menyatakan seseorang yang tidak berani mengakui perbuatannya sendiri adalah “Lempar batu sembunyi tangan”, sudah melakukan tapi tidak berani mengakui.

Bagi penggemar sepak bola, peribahasa di atas dapat dipelesetkan tanpa mengurangi artinya menjadi “Tendang bola sembunyi kaki”.

Kutipan 8.1

"Marilah kita menjadi penonton 'ahli' yang 'benar-benar ahli' sehingga apa yang kita komentari adalah apa yang memang kita kuasai dan bisa lakukan dengan baik. Jangan mudah memberi 'label' buruk kepada orang lain meskipun diri kita sudah baik adanya."

Kutipan 8.2

"Seringkali mengatur dan mengelola orang lain lebih mudah dibanding mengatur dan mengelola diri sendiri. Menyuruh orang lain untuk melakukan adalah lebih mudah dibanding melakukan sendiri, terutama untuk hal sulit apalagi yang tidak menyenangkan."

Kutipan 8.3

"Untuk berhasil mempraktikkan manajemen diri yang efektif dan efisien, kita harus terlebih dahulu mengetahui seberapa besar dan apa isi setiap area dari keempat area yang ada di dalam diri kita. Tanpa pengetahuan tersebut, kita tidak akan bisa mengenali diri kita seutuhnya."

Kutipan 8.4

"Pengenalan dan pengungkapan diri kita dapat dilakukan dengan cara: (1) memperkecil area buta dengan kita mau menerima umpan balik, masukan, atau kritikan dari orang lain, (2) memperkecil area tersembunyi dengan kita mengungkapkan diri apa adanya, bukan dibuat-buat, atau berpura-pura."

Kutipan 8.5

"Jika kita bisa memperkecil area buta dan area tersembunyi, kita akan lebih mengerti diri sendiri, orang lain pun akan lebih mengerti dan memahami kita. Pada akhirnya, potensi diri kita bisa lebih dikenali dan kerja sama dengan orang lain akan lebih mudah terwujud."

Kutipan 8.6

"Pengetahuan adalah teori yang kita ketahui dan kuasai di dalam pikiran. Di zaman modern ini pengetahuan tersedia dengan murah dan mudah. Berpulang kepada diri kita sendiri apakah mau terus belajar dari berbagai sumber untuk terus meningkatkan pengetahuan kita."

Kutipan 8.7

"Tingkah laku dan karakter seseorang terbentuk dalam kurun waktu lama dan sudah menjadi kebiasaan sehingga tidak mudah diubah. Untuk mengubah tingkah laku dan karakter negatif menjadi positif, diperlukan kesadaran dan upaya kuat yang terus-menerus."

Kutipan 8.8

"Keterampilan atau keahlian adalah kemampuan dalam melakukan (praktik). Keterampilan atau keahlian terbentuk dari melakukan secara berulang-ulang sehingga menjadi lancar (fasih). Teori yang sudah diketahui haruslah dipraktikkan berulang-ulang, barulah bisa berubah menjadi keterampilan atau keahlian."

Kutipan 8.9

"Tujuan merupakan titik yang ingin dicapai di masa depan sehingga memungkinkan hidup lebih terarah. Tindakan memungkinkan berpindah dari titik sekarang ke tujuan di masa depan. Semangat memungkinkan tindakan yang diambil cukup untuk mencapai tujuan."

Kutipan 8.10

"Jika bisa mengisi kehidupan dengan sebanyak mungkin aktivitas yang sesuai dengan bakat (*talent*), minat (*interest*), dan gairah atau hasrat (*passion*) maka hidup akan terasa lebih berarti. Karenanya, kita harus berusaha untuk bisa secepatnya mengenali bakat, minat, dan gairah atau hasrat kita."

Kutipan 8.11

"Orang yang berbakat akan mampu melakukan atau menguasai sesuatu dengan lebih cepat dan mudah dibanding yang kurang berbakat. Kenali bakat kita dan isilah kehidupan dengan sebanyak mungkin aktivitas yang sesuai dengan bakat kita maka hidup akan terasa lebih berarti. Keberhasilan dan kesuksesan pun akan lebih mudah diraih."

Kutipan 8.12

"Minat membuat kita merasa tertarik untuk mengamati atau melakukan sesuatu. Kenali minat kita dan isilah kehidupan dengan sebanyak mungkin aktivitas yang sesuai dengan minat kita maka hidup akan terasa lebih berarti. Keberhasilan dan kesuksesan pun akan lebih mudah diraih."

Kutipan 8.13

"Gairah atau hasrat selain menimbulkan ketertarikan kuat, juga membuat kita mau melakukannya dengan sepenuh hati. Kenali gairah atau hasrat kita dan isilah kehidupan dengan sebanyak mungkin aktivitas yang sesuai dengan gairah atau hasrat kita maka hidup akan terasa lebih berarti. Keberhasilan dan kesuksesan pun akan lebih mudah diraih."

Kutipan 8.14

"Tidak perlu terpancing sehingga membalas kemarahan orang lain dengan kemarahan pula. Sangat mungkin kita bisa membalas dengan santun dan lebih tepat sasaran. Jika bisa melakukan ini, kita meraih dua kemenangan sekaligus: memenangkan diri untuk tidak membalas dengan kemarahan, memenangkan orang lain tersebut dengan balasan yang santun dan tepat."

Kutipan 8.15

"Saat kita menunjuk orang lain, ingatlah bahwa ada tiga jari lainnya yang menunjuk diri kita sendiri. Sebelum menyalahkan orang lain, pastikan bahwa kita sudah terbebas dari kesalahan yang sama. Jangan sampai menyalahkan orang lain tapi kesalahan yang sama kita lakukan bahkan lebih banyak atau lebih parah."

Kutipan 8.16

"Dalam kehidupan nyata, setiap orang harus menjadi sutradara kehidupannya sendiri sekaligus sebagai pemainnya. Jangan biarkan kendali kehidupan kita ada di tangan orang lain karena kitalah yang menjalani kehidupan ini dan harus mempertanggungjawabkannya nanti."

Kutipan 8.17

"Kita adalah 'tukang' kehidupan kita masing-masing. Isilah kehidupan dengan sebanyak mungkin hal yang baik, benar, pantas, dan bermanfaat, dan hindari hal yang tidak baik, salah, tidak pantas, dan tidak bermanfaat. Niscaya tidak akan ada penyesalan atas kehidupan yang sudah dijalani nantinya."

Kutipan 8.18

"Menguatirkan atau mencemaskan berbagai hal sepanjang waktu, selain menyiksa diri sendiri, juga membuat konsentrasi kita menjadi tidak tercurahkan kepada apa-apa yang sedang dijalani atau dihadapi. Akibatnya, yang kita hasilkan menjadi tidak maksimal. Dengan mengurangi kekuatiran dan kecemasan, hasil yang kita peroleh akan menjadi lebih baik."

Kutipan 8.19

"Kekuatiran dan kecemasan selain menyita perhatian, juga menguras energi. Semakin banyak dan besar kekuatiran dan kecemasan, semakin banyak perhatian dan energi terbang percuma. Kelolalah kekuatiran dan kecemasan agar tidak berlebihan supaya perhatian dan energi kita bisa lebih banyak tersimpan untuk melakukan hal-hal lain yang bermanfaat."

Kutipan 8.20

"Bukan hanya pemuka agama yang berperan membuat orang menjadi baik dan benar. Juga bukan semata peran pembuat sabun untuk membuat orang menjadi bersih dan wangi. Yang terpenting adalah praktik dari pemeluk agama untuk membuat diri sendiri menjadi baik dan benar, dan praktik dari pemakai sabun untuk membuat diri sendiri menjadi bersih dan wangi."

Kutipan 8.21

"Dari tiga tipe orang: banyak berpikir, banyak berbicara, dan banyak bertindak, tipe yang banyak bertindaklah yang terbaik. Orang yang banyak berpikir dan/atau banyak berbicara tapi sedikit atau bahkan tidak bertindak, seperti tong kosong yang jika dipukul akan nyaring bunyinya."

Kutipan 8.22

"Banyak orang menganggap dirinya tidak berarti karena berpikir tidak pernah meraih keberhasilan dan kesuksesan dalam kehidupannya. Padahal bisa hidup sampai sekarang dari sejak dalam kandungan Ibu, merupakan rangkaian keberhasilan dan kesuksesan kecil, sedang, maupun besar. Keberhasilan dan kesuksesan utama bukanlah dengan mengalahkan orang lain tetapi dengan mengalahkan diri sendiri."

Kutipan 8.23

"Kita sulit menerima dan berdamai dengan diri sendiri karena selalu mengukur diri dibandingkan dengan orang lain yang kelihatannya lebih dari kita. Padahal, keberhasilan dan kesuksesan tidak jauh dan tidak sulit, bahkan sudah banyak kita raih sepanjang kehidupan. Setiap peningkatan positif diri dibanding diri kita yang sebelumnya, sudah merupakan keberhasilan dan kesuksesan."

Kutipan 8.24

"Tidak sulit untuk mengenali orang baik. Salah satu cirinya, orang baik itu sulit melupakan kebaikan yang pernah diterima, akan tetapi mudah melupakan kebaikan yang pernah dilakukan. Orang baik akan mengingat dan berupaya membalas kebaikan yang pernah diterima, namun tidak mengharapkan balasan atas kebaikan yang pernah dilakukan karena sudah dilupakan."

Kutipan 8.25

"Tidak sulit untuk mengenali orang baik. Salah satu cirinya, orang baik adalah orang yang selalu mengingat kebaikan yang pernah diterima dan tidak pernah mengingat kebaikan yang pernah dilakukan. Orang baik tidak akan melupakan dan akan berupaya membalas kebaikan yang pernah diterima, namun tidak mengharapkan balasan atas kebaikan yang pernah dilakukan karena sudah tidak diingat lagi."

Kutipan 8.26

"Tidak sulit bagi kita untuk menjadi orang baik dalam kehidupan. Kita harus selalu mengingat kebaikan yang pernah kita terima dan berupaya untuk membalas kebaikan tersebut bahkan dengan kebaikan yang lebih besar. Akan tetapi, untuk semua kebaikan yang pernah kita lakukan, lupakanlah segera setelah perbuatan baik itu dilakukan."

Kutipan 8.27

"Tidak sulit untuk menjadi orang baik yang berbahagia dalam kehidupan. Ingatlah semua kebaikan yang pernah kita terima dan berupaya untuk membalasnya. Lupakan semua ketidakbaikan yang pernah kita terima, tak perlu membalasnya. Gunakan berbagai ketidakbaikan tersebut sebagai pelajaran dan pengalaman untuk menghindari ketidakbaikan yang sama terjadi lagi kepada kita."

Kutipan 8.28

"Tidak sulit untuk berbahagia dalam kehidupan. Salah satu caranya adalah dengan melupakan kebaikan yang pernah dilakukan, namun tidak melupakan ketidakbaikan yang pernah dilakukan. Kebaikan yang sudah dilakukan tak perlu diingat supaya terdorong untuk melakukan kebaikan baru. Ketidakbaikan yang sudah dilakukan perlu diingat supaya tidak melakukan ketidakbaikan yang baru."

Kutipan 8.29

"Tidak sulit untuk berbahagia dalam kehidupan. Salah satu caranya adalah dengan mengingat semua kebaikan yang pernah diterima, namun tidak mengingat ketidakbaikan yang pernah diterima. Kebaikan yang sudah diterima perlu diingat supaya terdorong untuk membalas kebaikan tersebut. Ketidakbaikan yang sudah diterima tidak perlu diingat karena tidak perlu membalas ketidakbaikan tersebut."

Kutipan 8.30

"Ada hal-hal yang harus dilupakan dan ada hal-hal yang harus diingat dalam kehidupan ini. Di antaranya, kebaikan yang pernah kita lakukan harus dilupakan alias tak perlu diingat karena kita tidak menanam budi. Adapun kejahatan yang pernah kita lakukan harus diingat alias jangan dilupakan supaya kita tidak mengulanginya lagi."

Kutipan 8.31

"Kita harus berlaku tepat dalam banyak hal di dalam kehidupan. Di antaranya, berbicaralah secara tepat kualitas dan kuantitas. Sekali berbicara tidak benar alias tidak tepat kualitas, orang bisa tidak percaya lagi. Sekali berbicara berlebihan alias tidak tepat kuantitas, orang bisa tersinggung atau marah karenanya."

Renungan 8.1

“Menggenggam Dan Bertepuk Butuh Dua Tangan”

Menggenggam dan bertepuk tangan membutuhkan dua tangan.

Kalau hanya satu tangan tidak akan menghasilkan genggam atau tepukan tangan.

Untuk menghasilkan genggam dan tepukan tangan yang baik, kedua tangan harus seimbang.

Genggam tangan yang baik mendatangkan kepercayaan dan kehangatan. Tepukan tangan yang baik menghasilkan kegembiraan dan kekuatan.

Kita tidak hidup sendiri di dunia. Kita adalah makhluk sosial yang membutuhkan orang lain.

Saling memberi secara seimbang akan menghasilkan harmoni, baik dalam rumah tangga, di tempat kerja, lingkungan sosial, ataupun komunitas religius.

HuKure

9

Humor 9.1

“Raja Dan Ratu Bertitah, Raja Diraja Tetap Berlalu”

Peribahasa “Anjing menggonggong, kafilah (tetap) berlalu”, lebih kurang berarti teruslah melakukan atau melanjutkan meskipun orang-orang ribut, protes, atau tidak setuju.

Supaya tidak menyinggung pihak lain dan terdengar lebih halus, bisa menggunakan peribahasa lain dengan makna yang mirip, yaitu “Raja dan Ratu bertitah, Raja Diraja tetap berlalu”.

Kutipan 9.1

"Masalah sepele bisa dengan cepat menyebabkan pertengkaran yang menghancurkan persahabatan yang sudah terjalin lama. Meskipun kecil, masalah sepele harus segera diselesaikan. Berbagai masalah sepele yang tidak terselesaikan, akan terakumulasi menjadi masalah besar dengan daya hancur yang besar pula."

Kutipan 9.2

"Berhati-hatilah karena persahabatan yang sudah terjalin lama bisa rusak hanya karena komunikasi yang kurang. Dua orang yang sudah bersahabat lama bisa menganggap keduanya sudah saling mengerti, bahkan tanpa perlu berkomunikasi yang cukup. Padahal tanpa komunikasi yang cukup, akan terjadi kurang komunikasi yang mengakibatkan kesalahan dalam menindaklanjuti, yang berujung rusaknya persahabatan."

Kutipan 9.3

*"Dengan siapa kita bergaul
mempengaruhi akan menjadi
apa diri kita. Bergaul dengan
orang baik, kita bisa
terpengaruh menjadi baik.
Bergaul dengan orang tidak
baik, kemungkinan kita
menjadi tidak baik. Karenanya,
harus berhati-hati dengan
orang-orang dan lingkungan
pergaulan kita."*

Kutipan 9.4

"Jangan bergaul dengan orang yang mudah 'digauli' karena orang tersebut adalah orang gampang. Bergaullah dengan orang yang sulit 'digauli' karena orang tersebut bukan orang gampang. Seseorang yang gampang diajak tidak baik berarti orangnya tidak baik. Seseorang yang tidak gampang diajak tidak baik, berarti kemungkinan orangnya baik."

Kutipan 9.5

"Miliki dan gunakan 'senjata' malu untuk berbuat jahat dan takut akan akibat dari berbuat jahat. Kedua 'senjata' ini tidak hanya melindungi mereka yang menggunakan 'senjata' ini, tetapi juga melindungi orang lain, masyarakat, negara, dan dunia. Selalu persenjatai diri dengan malu dan takut akan perbuatan jahat di setiap waktu sepanjang kehidupan."

Kutipan 9.6

"Memiliki dan mempraktikkan perasaan malu untuk berbuat jahat dan takut akan akibat dari berbuat jahat, akan membuat lingkungan menjadi aman, damai, dan tenteram. Orang yang mempraktikkan malu dan takut akan perbuatan jahat ini akan didekati oleh orang-orang baik, dan akan di jauhi oleh orang-orang jahat."

Kutipan 9.7

"Bangunlah 'tembok' malu dan takut akan perbuatan tidak baik serapat dan setinggi mungkin di sekeliling kita. Lalu buatlah 'pintu' kebaikan sebesar mungkin di 'tembok' tersebut. Akan lengkaplah kehidupan ini jika kita penuh dengan banyak perbuatan baik dan hanya sedikit perbuatan tidak baik."

Kutipan 9.8

"Orang bijaksana adalah orang yang bijak terhadap 'sini' (diri sendiri), tetapi juga bijak terhadap 'sana' (orang lain). Kebijaksanaan belum lengkap jika tidak ada kesesuaian antara melakukan hal-hal untuk kebaikan diri dan untuk kebaikan orang-orang lain. Jika hanya salah satunya saja, belum memenuhi persyaratan sebagai orang bijaksana."

Kutipan 9.9

"Banyak yang ingin menjadi orang bijaksana dalam kehidupannya. Kumpulkan, pelajari, dan mengerti berbagai pengetahuan tentang yang baik dan tidak baik, yang benar dan salah, yang pantas dan tidak pantas, serta yang bermanfaat dan tidak bermanfaat. Penguasaan akan berbagai pengetahuan ini menjadi awal untuk menjadi orang bijaksana."

Kutipan 9.10

"Orang bijaksana mengetahui yang baik dan tidak baik, yang benar dan salah, yang pantas dan tidak pantas, serta yang bermanfaat dan tidak bermanfaat. Lalu orang bijaksana senantiasa berupaya melakukan sebanyak mungkin yang baik, benar, pantas, dan bermanfaat. Juga orang bijaksana menghindari sebanyak mungkin yang tidak baik, salah, tidak pantas, dan tidak bermanfaat."

Kutipan 9.11

"Kebijaksanaan dari orang bijaksana terlihat dari kemauannya untuk secara rutin mengevaluasi pengetahuannya akan yang baik dan tidak baik, yang benar dan salah, yang pantas dan tidak pantas, serta yang bermanfaat dan tidak bermanfaat. Lalu kebijaksanaan dari orang bijaksana berlanjut dengan terus belajar meningkatkan pengetahuannya."

Kutipan 9.12

"Kebijaksanaan dari orang bijaksana terlihat dari kemauannya untuk secara rutin mengevaluasi perbuatannya yang baik dan tidak baik, yang benar dan salah, yang pantas dan tidak pantas, serta yang bermanfaat dan tidak bermanfaat. Lalu kebijaksanaan dari orang bijaksana berlanjut dengan terus menambah perbuatan yang baik, benar, pantas, dan bermanfaat."

Kutipan 9.13

*"Kebijaksanaan dari orang
bijaksana terlihat dari
kemaumannya untuk secara rutin
mengevaluasi perbuatannya yang
baik dan tidak baik, yang benar
dan salah, yang pantas dan tidak
pantas, serta yang bermanfaat
dan tidak bermanfaat. Lalu
kebijaksanaan dari orang
bijaksana berlanjut dengan terus
mengurangi perbuatan yang
tidak baik, salah, tidak pantas,
dan tidak bermanfaat."*

Kutipan 9.14

"Kebaikan orang lain terlihat kecil sedangkan kebaikan diri sendiri terlihat besar. Ini yang salah. Kebaikan orang lain seharusnya terlihat besar sedangkan kebaikan diri sendiri seharusnya terlihat kecil sehingga selalu termotivasi untuk menambah kebaikan. Ini yang benar."

Kutipan 9.15

"Kesalahan orang lain terlihat besar sedangkan kesalahan diri sendiri terlihat kecil. Ini yang salah. Kesalahan orang lain seharusnya terlihat kecil sedangkan kesalahan diri sendiri seharusnya terlihat besar sehingga selalu termotivasi untuk mengurangi kesalahan. Ini yang benar."

Kutipan 9.16

"Kekurangan orang lain terlihat besar sedangkan kekurangan diri sendiri terlihat kecil. Ini yang salah. Kekurangan orang lain seharusnya terlihat kecil sedangkan kekurangan diri sendiri seharusnya terlihat besar sehingga selalu termotivasi untuk mengurangi kekurangan. Ini yang benar."

Kutipan 9.17

*"Sebelum sakit mendera,
sebelum usia tua menjelang,
dan sebelum kematian
menjemput, pergunakan
momentum ulang tahun yang
berulang setiap tahunnya,
untuk memanfaatkan potensi
dan kemampuan diri guna
membawa lebih banyak
kebaikan bagi diri sendiri,
orang-orang terdekat, dan
orang banyak."*

Kutipan 9.18

"Kabar burung artinya kabar atau informasi yang tidak jelas sumber dan kebenarannya. Kabar burung biasanya sudah beredar dari mana-mana dan kemana-mana, sehingga kaya dengan 'bumbu-bumbu penyedap'. Jika kita mendapat kabar burung, cek dulu 'burung' pembawa kabar tersebut apakah 'burung' tersebut bisa dipercaya atau termasuk 'burung' yang tidak perlu didengar."

Kutipan 9.19

"Bingung akan melakukan sesuatu atau tidak? Gunakan pertimbangan '*gain pleasure*' dan '*avoid pain*' untuk memutuskan melakukan sesuatu itu atau tidak. '*Gain pleasure*' artinya kebaikan apa yang bisa diperoleh dengan melakukan sesuatu itu. '*Avoid pain*' artinya ketidakbaikan apa yang bisa dihindari dengan melakukan sesuatu itu. Jika '*gain pleasure*' dan '*avoid pain*' nya banyak, lakukan sesuatu itu."

Kutipan 9.20

"Bingung akan menghindari sesuatu atau tidak? Gunakan pertimbangan *'gain pain'* dan *'avoid pleasure'* untuk memutuskan menghindari sesuatu itu atau tidak. *'Gain pain'* artinya ketidakbaikan apa yang akan diperoleh jika melakukan sesuatu itu. *'Avoid pleasure'* artinya kebaikan apa yang akan hilang jika melakukan sesuatu itu. Jika *'gain pain'* dan *'avoid pleasure'* nya banyak, hindari sesuatu itu."

Kutipan 9.21

"Mengatakan bahwa itu benar
atas sesuatu yang benar
merupakan perbuatan yang
benar. Mengatakan bahwa itu
benar atas sesuatu yang salah
merupakan perbuatan yang
salah. Mengatakan bahwa itu
salah atas sesuatu yang benar
merupakan perbuatan yang
salah. Mengatakan bahwa itu
salah atas sesuatu yang salah
merupakan perbuatan yang
benar."

Kutipan 9.22

"Keseimbangan batin dan pikiran berguna untuk memunculkan kewaspadaan supaya tidak terombang-ambing dalam menghadapi berbagai fenomena kehidupan yang terjadi. Dengan memahami bahwa yang baik dan buruk akan silih berganti datang dalam kehidupan kita, di saat kita menerima yang baik, tidaklah perlu bergembira berlebihan, di saat kita menerima yang buruk, tidaklah perlu bersedih berlebihan."

Kutipan 9.23

"Sewaktu berulang tahun, sadari bahwa 'umur hidup' (jumlah waktu yang sudah dijalani) bertambah, 'umur mati' (sisa waktu yang akan dijalani) berkurang. Kita juga harus menyadari bahwa dari waktu ke waktu, yang semakin jauh adalah kelahiran dan yang semakin dekat adalah kematian. Ingatlah, yang harus bertambah dari waktu ke waktu adalah pengalaman, kebijaksanaan, dan kebajikan."

Kutipan 9.24

*"Ketika ketidakbaikan datang,
janganlah ditolak karena ia
merupakan salah satu sarana
terbaik untuk melatih
kesabaran. Tanpa kesabaran
yang cukup, hidup ini dapat
terasa sulit untuk dijalani
karena akan ada berbagai
ketidakbaikan yang mendatangi
setiap manusia sepanjang
kehidupannya."*

Kutipan 9.25

“Cinta sejati takkan menghadirkan penderitaan bagi dua belah pihak. Cinta sejati hanya akan menghadirkan kebahagiaan bagi dua belah pihak. Yang dominan dalam cinta sejati adalah memberi bukan menerima. Alangkah indahanya ketika dua pihak yang berpasangan saling memberi.”

Kutipan 9.26

"Jangan mencari kambing hitam alias menyalahkan faktor-faktor eksternal atas hal-hal buruk yang terjadi dalam kehidupan ini. Kitalah yang seharusnya bertanggung jawab atas kehidupan kita sendiri. Kitalah arsitek dan tukang kehidupan kita masing-masing."

Kutipan 9.27

"Kehidupan hanya menyediakan sedikit ruang untuk kesalahan. Bahkan satu kesalahan fatal dapat meruntuhkan satu kehidupan. Reputasi baik yang dibangun sepanjang kehidupan bisa sirna hanya oleh satu kesalahan fatal. Oleh karenanya, waspadalah sepanjang perjalanan kehidupan hingga akhir terhadap kesalahan apalagi yang fatal."

Kutipan 9.28

"Jika ada yang mendukung kita dalam perjuangan kebajikan, terimalah. Jika ada yang tidak mendukung kita dalam perjuangan kebajikan, biarkanlah. Teruslah berjalan di jalan kebajikan meskipun tidak semua orang dapat mengerti dan mendukung kebajikan-kebajikan yang kita lakukan."

Kutipan 9.29

"Empat fenomena umum kehidupan, yakni lahir, tua, sakit dan mati, belum tentu terjadi pada setiap manusia. Namun dua dari empat tersebut yang pasti terjadi pada setiap manusia adalah lahir dan mati. Sejak dilahirkan sampai kematian menjemput, ingatlah untuk mengisi jarak di antara keduanya dengan sebaik-baiknya. Jangan sia-siakan kehidupan yang berharga ini."

Kutipan 9.30

"Menunda-nunda adalah penyakit kronis yang banyak diderita oleh manusia di muka bumi ini. Menunda-nunda dengan tidak mengambil tindakan apa-apa terhadap hal baik yang ingin dilakukan, sama dengan menyia-nyiakan diri dan kehidupan ini."

Kutipan 9.31

"Cinta level paling dasar adalah mencintai diri sendiri. Cinta level selanjutnya adalah mencintai orang-orang terdekat. Cinta di level lebih tinggi adalah mencintai semuanya tanpa pilih kasih dan pandang bulu. Dibutuhkan cinta level paling dasar untuk mampu merealisasikan cinta di level-level berikutnya."

Renungan 9.1

“Masih Ada Besok”

Sewaktu kecil, aku sering mengganggu saudara dan temanku. Ingin minta maaf tapi, "Besok saja deh".

Sewaktu sekolah, aku sering mengabaikan pelajaranku. Ingin belajar lebih serius tapi, "Ah masih bisa besok".

Sewaktu bekerja, aku sering menjelekkkan rekan kerjaku. Mau minta maaf tapi, "Besok masih bisa koq".

Sewaktu ingin menelepon dan mengunjungi orang tua, terpikir, "Besok saja kalau sudah tidak sibuk".

Sering marah dan berkata kasar kepada pasangan dan anak-anak, terpikir untuk minta maaf dan menyatakan cintaku kepada mereka, tapi, "Besok lebih tepat waktunya".

Di ujung usia, ternyata “besok” yang kuinginkan untuk melakukan banyak hal tersebut sudah tidak memungkinkan lagi.

Kenapa tunda besok kalau bisa sekarang.

HuKuRe

10

Humor 10.1

“Jawaban Dari Lubuk Hati”

Orang yang menjawab dari lubuk hati terdalam, berarti jawabannya adalah yang sesungguhnya, benar-benar adanya.

Orang yang menjawab dari lubuk hati setengah dalam, berarti jawabannya bukan yang sungguh-sungguh, akan tetapi juga bukan bohong.

Orang yang menjawab dari lubuk hati terdangkal, berarti jawabannya tidak benar adanya alias bohong.

Kutipan 10.1

"Diperlukan dua tangan dalam pemberian. Tangan satu yang memberi dan tangan lain yang menerima. Kedua tangan harus saling berterima kasih karena pemberian takkan terjadi jika hanya ada satu tangan saja, hanya ada tangan yang memberi atau hanya tangan yang menerima."

Kutipan 10.2

"Tidak ada jaminan seorang manusia pasti berhasil di dalam kehidupannya di dunia ini. Namun ada satu hal yang setiap manusia pasti berhasil dan takkan pernah gagal, yakni mati. Karena kematian itu pasti, pergunakan segenap daya dan kemampuan diri untuk berbuat baik selagi masih ada waktu dan kesempatan."

Kutipan 10.3

"Banyak orang takut hartanya akan berkurang karena dicuri. Ini memang benar adanya jika terkait dengan harta duniawi atau fisik. Namun tidak berlaku untuk harta non duniawi atau non fisik berupa perbuatan baik, takkan pernah bisa dicuri oleh orang lain. Meski harta duniawi penting, namun harta non duniawi jauh lebih penting."

Kutipan 10.4

"Ada aksi ada reaksi. Segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupan kita merupakan akibat karena adanya sebab. Terimalah apapun yang datang dan terjadi kepada kita. Lalu jagalah respon kita sebaik mungkin karena dapat menjadi sebab baik bagi akibat baik selanjutnya."

Kutipan 10.5

"Zaman sekarang tidak ada lagi perbudakan. Setiap orang memiliki kemerdekaan untuk menentukan kehidupannya sendiri. Jangan menyandarkan diri dan kehidupan kita kepada orang lain karena pada akhirnya kita sendiri yang harus mempertanggungjawabkan kehidupan yang sudah kita mulai, bangun, bentuk, dan jalani."

Kutipan 10.6

"Segala sesuatu akan menjadi indah pada waktunya jika dan hanya jika ada tindakan aktif yang diambil. Tanpa bertindak, janganakan indah, hasilpun tak ada. Ingatlah bahwa panen hanya dimungkinkan terjadi jika ada yang telah ditanam sebelumnya."

Kutipan 10.7

"Orang-orang yang serakah, mudah membenci, dan tidak berupaya meningkatkan kebijaksanaannya adalah orang-orang yang sedang sakit. Mereka seharusnya dikasihani dan didoakan semoga segera mendapatkan 'obat' yang tepat supaya tidak menyesal di ujung kehidupannya nanti. Jangan menyia-nyiakan kehidupan ini dengan terus menjadi orang sakit"

Kutipan 10.8

"Kemarahan hanya akan bisa dikalahkan dengan cinta kasih, bukan dengan kemarahan juga ataupun dengan hanya berdiam diri. Hanya di dalam cinta kasihlah ada ketenangan dan kedamaian yang akan mampu memadamkan api kemarahan. Memang tidak mudah, namun bukan mustahil untuk dilakukan."

Kutipan 10.9

"Ukuran kedewasaan manusia bukanlah dari usia semata. Ada ukuran kedewasaan yang lebih baik, yakni dari keberanian untuk mengemban tanggung jawab atas diri dan kehidupannya. Meski seseorang sudah dewasa bahkan tua secara usia, namun jika tidak berani mengambil tanggung jawab atas diri dan kehidupannya, dia belum dapat dikatakan dewasa."

Kutipan 10.10

"Apapun yang pernah kita lakukan sebelumnya, yang baik maupun tidak baik, yang benar maupun tidak benar, yang pantas maupun tidak pantas, yang bermanfaat maupun tidak bermanfaat, semuanya sudah berlalu. Terus mengingat yang sudah berlalu, hanya membuat kita melupakan yang sekarang, yang seharusnya kita hadapi dan jalani sebaik mungkin."

Kutipan 10.11

"Bukan hanya satu kekayaan yang harus dikumpulkan oleh seorang manusia sepanjang kehidupan, melainkan tiga. Selain kaya harta atau materi, seorang manusia juga harus kaya dalam pengetahuan dan keterampilan, dan kaya dalam kebajikan. Niscaya hidupnya akan lengkap dan takkan muncul penyesalan di ujung kehidupannya nanti."

Kutipan 10.12

"Harga diri seorang manusia terbentuk salah satunya oleh berbagai pencapaian yang sudah diraih. Banyak orang yang berpikir bahwa pencapaian tersebut haruslah yang besar. Padahal sederhana atau sekecil apapun pencapaian seseorang, bahkan cukup dengan mengalahkan diri sendiri tanpa perlu mengalahkan orang lain, sudah termasuk pencapaian."

Kutipan 10.13

"Hidup takkan seimbang jika hanya kecerdasan intelektual yang dibina. Harus bersamaan mengembangkan kecerdasan emosional, yang meliputi kesadaran diri, manajemen diri, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial. Keberhasilan, kesuksesan, dan kebahagiaan akan lebih mudah diraih jika terdapat keselarasan di antara kedua kecerdasan ini."

Kutipan 10.14

"Warisan paling berharga dari generasi sebelum kita kepada kita adalah ilmu pengetahuan dan keterampilan, bukanlah harta benda. Warisan fisik bisa sirna segera, warisan ilmu pengetahuan dan keterampilan tak lekang oleh waktu. Hormati dan hargailah guru-guru kita, yang formal maupun non formal, siapapun dia adanya."

Kutipan 10.15

"Jangan melepas burung di tangan karena tergoda oleh burung-burung yang masih berterbangan. Jika memungkinkan, gunakan burung yang ada di tangan untuk mendapatkan burung-burung yang masih berterbangan. Jangan mengabaikan yang sudah pasti ada di genggaman demi mengejar yang tidak pasti di luar genggaman. Gunakan yang ada dalam genggaman untuk meraih yang di luar genggaman."

Kutipan 10.16

"Manusia yang utuh bukan hanya segala sesuatunya untuk diri sendiri tetapi juga paling tidak untuk orang-orang terdekat. Akan semakin utuh jika bisa juga untuk orang-orang lainnya meskipun tidak dikenal. Urusan kemanusiaan tidak mensyaratkan harus saling mengenal satu dengan yang lain."

Kutipan 10.17

"Kesombongan dan keminderan bukanlah dua kutub yang berseberangan. Di lubuk hati terdalam seseorang yang sombong, sangat mungkin tersimpan keminderan karena ada sesuatu yang kurang dalam diri atau kehidupannya. Inilah uniknya manusia, seringkali yang terlihat, jauh berbeda atau malah berkebalikan dengan yang tidak terlihat."

Kutipan 10.18

"Untuk melihat apa yang sudah dilakukan sebelumnya oleh seseorang, lihatlah kehidupannya sekarang. Untuk memperkirakan masa depan orang tersebut, lihatlah apa yang dilakukannya sekarang. Bersabarlah, terus belajar, meningkatkan kualitas diri, dan berupaya. Hasil baik biasanya akan mengikuti, meski butuh proses dan waktu."

Kutipan 10.19

"Kehidupan itu sesungguhnya sesederhana nafas masuk dan keluar. Kehidupan menjadi kompleks dan bermasalah karena nafsu keinginan yang berlebihan. Jika merasa ada dorongan kuat dari nafsu keinginan, berfokuslah ke nafas, sambil terus mengingatkan diri bahwa karena nafas masuk dan keluarlah kehidupan ini bisa terus berlangsung, bukan karena nafsu keinginan."

Kutipan 10.20

“Semakin tinggi keinginan atau harapan, jika tidak diimbangi dengan kemampuan diri untuk mencapainya, bersiaplah gigit jari alias kecewa yang berujung kepada kegalauan. Turunkan keinginan atau harapan, dan/atau naikkan kemampuan diri, walaupun pasti akan enggan berkunjung.”

Kutipan 10.21

"Ambisi adalah dorongan kuat untuk meraih atau mencapai sesuatu yang jauh lebih tinggi atau jauh lebih baik. Ambisi tidaklah salah atau buruk sepanjang cara yang dilakukan untuk memenuhi ambisi tersebut tidak melanggar norma dan aturan yang berlaku."

Kutipan 10.22

"Banyak sekali 'pasangan' yang pasti di dunia ini, misal siang-malam, terang-gelap, tinggi-rendah, besar-kecil, baik-buruk, sehat-sakit, kaya-miskin, dan sebagainya. Salah satu 'pasangan yang pasti' lainnya adalah kelahiran-kematian, yang pernah lahir pasti akan mati. Namun, banyak orang yang hidup seakan-akan tidak akan pernah mati sehingga tidak membuat persiapan kematian yang cukup."

Kutipan 10.23

"Cinta kasih berbeda dengan cinta nafsu. Sebagian cinta antar pasangan adalah cinta nafsu bukan cinta kasih. Kedua cinta ini sangatlah berbeda. Cinta nafsu ingin memiliki atau mendapatkan, sedangkan cinta kasih ingin melepas atau memberikan. Yang terbaik dan pasti mendatangkan kebahagiaan adalah cinta kasih."

Kutipan 10.24

"Alam bukanlah obyek bagi manusia. Terdapat hubungan saling menguntungkan (simbiosis mutualisme) antara manusia dengan alam. Manusia dapat memanfaatkan alam untuk kebaikannya. Namun alam harus dijaga oleh manusia supaya alam bisa memberikan manfaat yang dibutuhkan oleh manusia. Hanya dengan keselarasan di antara keduanya yang dapat menjamin manfaat bersama dalam jangka panjang."

Kutipan 10.25

"Kemuliaan manusia bukan dinilai dari seberapa banyak benda mulia yang dimilikinya. Kemuliaan manusia dinilai dari seberapa banyak manfaat dan kebaikan yang dibuatnya untuk diri sendiri, orang-orang terdekat, dan orang banyak. Kemuliaan manusia dinilai dari seberapa banyak dia memberi bukan seberapa banyak dia mendapat."

Kutipan 10.26

"Orang kaya tulen bukan diukur dari berapa banyak harta yang dimiliki. Orang kaya tulen juga bukan diukur dari berapa banyak harta yang dibagikan kepada orang lain. Orang kaya tulen diukur dari berapa besar porsi hartanya yang diberikan kepada orang lain dibandingkan dengan total harta yang dimiliki."

Kutipan 10.27

"Kita tidak tahu persis apa yang akan terjadi sepanjang perjalanan kehidupan ini. Yang kita tahu persis adalah akhir dari perjalanan kehidupan ini, yakni kematian. Jangan takut membicarakan kematian karena kematian itu pasti. Persiapkan dan bekali diri kita sebaik mungkin sehingga siap saat kematian itu tiba."

Kutipan 10.28

"Dalam setiap pertandingan penentuan juara, harus ada yang menang dan yang kalah. Kemenangan terasa indah dan menyenangkan bagi yang menang. Kekalahan terasa suram dan menyedihkan bagi yang kalah. Jika yang kalah mampu menerima kekalahan dengan lapang dada dan ikhlas, dialah pemenang yang sesungguhnya."

Kutipan 10.29

"Kita mengerti teori tentang kewajiban harus dipenuhi terlebih dahulu baru bisa menerima hak. Sayang praktiknya seringkali berkebalikan dengan teori. Sebagian orang meminta hak sebelum memenuhi secara tuntas kewajibannya, atau malah sama sekali tidak memenuhi kewajibannya. Pastikan diri kita tidak termasuk ke dalam kelompok orang-orang tak tahu diri seperti itu."

Kutipan 10.30

"Pernikahan dimulai dengan janji untuk hidup berpasangan.

Janji pernikahan adalah komitmen untuk hidup bersama, untuk berbagi suka, duka, keceriaan, kesedihan, kesuksesan, kegagalan, dan banyak hal lain sepanjang kehidupan bersama. Pernikahan bukan hanya seremoni belaka. Pernikahan dimulai dengan janji yang harus dijalani dengan komitmen dan upaya bersama."

Kutipan 10.31

"Tujuan yang baik dan cara yang baik dalam mencapai tujuan akan mendekatkan kita kepada apa yang ingin diraih. Namun, keduanya belum lengkap tanpa adanya keyakinan yang baik sewaktu menjalani prosesnya. Saat ketiganya hadir, akan lebih mudah bagi keberhasilan dan kesuksesan untuk turut serta hadir."

Renungan 10.1

“Kelahiran Dan Kematian”

Sewaktu kelahiran, seharusnya si bayi menangis dan orang-orang di sekitarnya tertawa.

Sewaktu kematian, seharusnya yang meninggal tersenyum tenang dan orang-orang di sekitarnya menangis.

Bayi tidak bisa menentukan akan lahir seperti apa. Dia hanya bisa menerima desain kelahiran yang disiapkan untuknya.

Berbeda dengan yang meninggal. Dia bisa menyiapkan diri dan segala sesuatunya sebelum kematiannya. Kendali ada pada dirinya apakah mau lebih banyak berbuat baik sepanjang hidup sehingga bisa meninggal dengan tersenyum tenang dan ditangisi oleh orang banyak, ataukah sebaliknya.

HuK uRe

11

Humor 11.1

“Jasa Transportasi Yang banyak Dicari Orang”

Jasa transportasi ini dicari oleh banyak orang dari dulu, sekarang, maupun yang akan datang.

Sayangnya sampai sekarang belum ada yang menyediakannya.

Karena itu, kalau kita mampu menyediakan jenis transportasi ini, kita bisa kaya raya dengan cepat.

Jenis transportasi tersebut adalah yang bisa membawa orang ke masa lalu atau ke masa depan.

Kutipan 11.1

"Memang indah kebersamaan dalam sebuah cinta kasih yang utuh. Memulai cinta tak semudah menumbuhkannya. Setelah dimulai, ditumbuhkan, cinta harus dirawat. Cinta haruslah dirawat dengan selalu mengingat bahwa cinta itu mengandung kerelaan untuk berkorban dan kemauan untuk memberi. Cinta kasih yang utuh tidaklah egois."

Kutipan 11.2

"Memang menyenangkan bersama dengan orang yang kita cinta. Memang tidak menyenangkan bersama dengan orang yang kita benci. Memang menyedihkan berpisah dengan orang yang kita cinta. Memang menggembirakan tidak bersama dengan orang yang kita benci.

Sayangnya kehidupan mengajarkan kita bahwa berbagai harapan 'memang' itu seringkali realitanya tidak sesuai."

Kutipan 11.3

"Cita-cita yang dengan upaya sedikit sudah bisa dicapai, bukanlah cita-cita yang sesungguhnya. Diperlukan upaya yang lebih bahkan kadang keras dalam meraih cita-cita, barulah cita-cita tersebut dapat dikatakan sebagai cita-cita yang sesungguhnya. Tanpa tantangan dan kesulitan dalam meraihnya, cita-cita tersebut hanyalah keinginan biasa saja."

Kutipan 11.4

"Yakinlah bahwa setiap diri manusia itu harganya tak ternilai. Mulai dari berbagai bagian tubuh dan organ di dalam tubuh yang masing-masing tak ternilai harganya. Ditambah dengan berbagai kecerdasan yang dimiliki, tidakkah itu semua tak ternilai? Karenanya, tidak boleh seorang manusia pun memandang dan menilai diri sendiri dan orang lain rendah."

Kutipan 11.5

"Banyak manusia yang terhanyut dalam kemewahan materi dan nafsu indriawi. Mereka berlomba-lomba mengumpulkan harta kekayaan duniawi dengan berbagai cara, halal maupun tidak halal. Yang penting bisa segera memperlihatkan ke orang-orang lain bahwa mereka berlebih dan kaya. Padahal, kehidupan terdiri dari banyak aspek yang perlu diseimbangkan, bukan hanya materi dan nafsu indriawi saja."

Kutipan 11.6

"Apa yang menyebabkan manusia sulit mengalahkan diri sendiri dan lebih mudah mengalahkan orang lain? Jawabannya terletak di ego. Semakin besar ego seseorang, semakin mudah dia mengalahkan orang lain, namun semakin sulit dia mengalahkan dirinya sendiri. Dengan mengalahkan egonya, dia tidak hanya mengalahkan diri sendiri tetapi juga orang lain."

Kutipan 11.7

"Jika diteliti, dalam banyak percakapan antar manusia, akan ditemukan lebih banyak pembicaraan tentang kesulitan dan masalah, dibandingkan dengan kegembiraan dan kebahagiaan. Ketika kesulitan dan masalah datang, kita berupaya berbagi karena berharap bantuan dari orang-orang lain. Namun ketika kegembiraan dan kebahagiaan datang, kita cenderung menghabiskannya sendiri."

Kutipan 11.8

"Orang lain boleh-boleh saja memberikan penilaian atas diri kita. Tetapi penilaian paling tepat atas diri kita diberikan oleh diri kita sendiri. Kita menjadi obyek sekaligus subyek dalam penilaian diri kita. Karenanya, jangan terlalu bersandar kepada penilaian orang lain atas diri kita, baik penilaian negatif maupun positif."

Kutipan 11.9

"Ditraktir makan siang satu kali atau dua kali masih wajar. Namun ditaraktir makan siang berkali-kali alias berulang-ulang, kemungkinan ada pamrih yang diharapkan oleh pentraktir. Di kebanyakan kasus dalam kehidupan, butuh perjuangan, proses, dan waktu untuk memperoleh apa yang diinginkan. Hampir tidak ada keberhasilan instan atau ekspres."

Kutipan 11.10

"Kawan terhebat manusia adalah diri sendiri. Seorang manusia harus mengandalkan diri sendiri, tidak bisa sepenuhnya atau selamanya mengandalkan orang lain. Namun, diri sendiri juga bisa menjadi musuh terhebat, yang bisa mensabotase dan menggagalkan keberhasilan diri. Karenanya, berkawan dan mengerti sepenuhnya diri sendiri, sangatlah diperlukan oleh setiap orang."

Kutipan 11.11

"Mereka yang mau mendengarkan permasalahan kita, namun tidak membantu memberikan solusi adalah teman biasa. Mereka yang mau mendengarkan permasalahan kita, lalu memberikan solusi adalah teman baik. Mereka yang mau mendengarkan permasalahan kita, lalu memberikan solusi, dan membantu melaksanakan solusi yang diberikan adalah sahabat."

Kutipan 11.12

"Setiap orang memiliki waktu yang sama dalam sehari semalam. Akan tetapi panjang dan kecepatan berlalunya waktu tidak akan sama bagi setiap orang. Waktu akan terasa sangat pendek dan cepat berlalu bagi mereka yang aktif. Namun, waktu akan terasa sangat panjang dan lambat berlalu bagi mereka yang pasif."

Kutipan 11.13

"Ternyata 1 M jika ditambahkan dengan 1 M, hanya menghasilkan 1 M saja, bukan 2 M. M pertama adalah 'Mau' dan M kedua adalah 'Mampu'. Jika keduanya ditambahkan, hasilnya hanya 1 M saja, yakni 'Maju'. Kemauan saja tidak cukup, harus ditambah dengan kemampuan, barulah kemajuan dapat diraih."

Kutipan 11.14

“Fenomena unik namun banyak terjadi dalam kehidupan adalah ada orang-orang menganggap bahwa masalahnya adalah yang paling besar atau paling berat.

Sedemikian sibuk dengan masalahnya sehingga masalah orang lain dianggap tidak ada apa-apanya. Padahal, sesungguhnya masalahnya tidak ada apa-apanya dibandingkan dengan masalah orang lain.”

Kutipan 11.15

"Tiga kemampuan dasar terpenting dari setiap manusia untuk memastikan dirinya selalu relevan alias tidak ketinggalan zaman di sepanjang kehidupannya adalah kemampuan untuk 'LEARN' (belajar), 'UNLEARN' (melepas yang sudah dipelajari atau dialami sebelumnya), dan 'RELEARN' (belajar kembali cara-cara baru yang relevan dengan situasi dan kondisi yang sedang dihadapi)."

Kutipan 11.16

"Jangan bergaul dengan orang jahat, orang yang berperilaku buruk, dan orang yang berbudi rendah. Meski ada kemungkinan untuk mengubah mereka menjadi mengikuti kita, tetapi juga ada kemungkinan kita yang berubah menjadi mengikuti mereka. Sebaiknya, bergaullah dengan orang baik, orang yang berperilaku baik, dan orang yang berbudi luhur."

Kutipan 11.17

"Orang-orang yang mencela atau memuji kita sebetulnya hanya memahami diri kita sebagian saja. Orang-orang yang menerima diri kita apa adanya dan mendorong kita untuk terus menjadi lebih baik dari waktu ke waktu adalah orang-orang yang memahami diri kita seutuhnya."

Kutipan 11.18

"Di dalam setiap peristiwa yang terjadi sepanjang kehidupan kita, pasti terdapat pelajaran. Namun, pelajaran tersebut berharga atau tidak, tergantung kepada sudut pandang atas peristiwa tersebut, kelapangan dada, dan kedalaman hati kita untuk menerima pelajaran tersebut guna menjadi pribadi yang lebih baik ke depannya."

Kutipan 11.19

"Sampai kapan manusia hidup?
Akan ada berbagai jawaban
yang muncul terutama jika
ditilik dari segi usia hidup
manusia. Namun jawaban yang
paling tepat dan tak
terbantahkan adalah sampai
nafas berhenti. Artinya,
kehidupan manusia hanya
sepanjang tarikan dan
hembusan nafas, bukan hanya
salah satunya saja."

Kutipan 11.20

"Kecerdasan otak saja sangat tidak memadai bagi seseorang untuk sukses dalam kehidupan.

Ada berbagai kecerdasan lain yang menopang bangunan kehidupan yang sukses. Hanya mengandalkan kepintaran saja, apalagi lantas menjadi sombong dan merendahkan orang-orang lain, bangunan kehidupan akan cepat goyah dan roboh."

Kutipan 11.21

"Sebagian orang tanpa sadar menggali kuburannya sendiri dengan bersikap angkuh dan sombong. Keangkuhan dan kesombongan dapat membuat seseorang menutup diri dari perbaikan berkelanjutan karena menganggap dirinya sudah lebih baik dari orang-orang lain. Keangkuhan dan kesombongan juga akan membuat orang-orang lain menutup diri untuk menolong orang tersebut pada waktu dibutuhkan."

Kutipan 11.22

"Seringkali perbuatan baik tidak menghasilkan buah seketika, alias membutuhkan waktu. Namun demikian, teruslah melakukan perbuatan baik sepanjang kehidupan. Meskipun hukum yang dibuat manusia tidak memberikan imbalan untuk perbuatan baik, alam dan semesta takkan luput memberikan imbalan baik kepada pelaku perbuatan baik."

Kutipan 11.23

“Tanaman buah yang baik
pada waktunya akan berbuah.

Tanaman bunga yang baik
pada waktunya akan berbunga.

Perbuatan yang baik pada
waktunya akan memberikan
hasil yang baik kepada
pembuatnya. Tak perlu ada
penyesalan setelah melakukan
perbuatan baik. Tak perlu ada
keraguan akan buah dari
perbuatan baik yang sudah
dilakukan.”

Kutipan 11.24

“Setiap orang dilahirkan dengan membawa benih atau bibit kebaikan dan kesempurnaan. Seperti halnya benih atau bibit tanaman, harus diberikan kondisi yang sesuai dan membutuhkan waktu, baru akan bertumbuh kembang dan akhirnya memberikan hasil yang diinginkan. Demikian pula dengan benih atau bibit kebaikan dan kesempurnaan dalam diri manusia, harus diberikan kondisi yang sesuai sehingga bisa bertumbuh kembang dan merealisasikan manusia yang maksimal.”

Kutipan 11.25

"Kesabaran bukanlah solusi dari masalah. Namun, dalam sebagian besar masalah dibutuhkan kesabaran untuk menjalani proses dan menanti hasil dari solusi masalah yang sudah dilakukan. Orang harus berlatih tidak hanya menemukan solusi dan menerapkan solusi atas masalah yang dihadapi, tetapi juga mempraktikkan kesabaran dalam menghadapi setiap masalah."

Kutipan 11.26

"Kesuksesan dan kegagalan sebenarnya sudah tercetak dalam diri setiap orang tanpa kecuali. Tinggal mana yang dipilih maka itulah yang akan terjadi. Banyak orang yang memilih untuk gagal dengan sering memikirkan kegagalan yang mungkin terjadi dan tidak mengambil tindakan yang cukup sesuai dengan yang dibutuhkan untuk sukses."

Kutipan 11.27

"Setiap orang pasti pernah melakukan kesalahan. Belum pernah ada sebelumnya, sekarang, maupun di waktu mendatang, seseorang yang tidak pernah melakukan kesalahan. Meskipun kenyataan ini begitu terang benderang, namun begitu seseorang melakukan kesalahan maka dia harus bersiap menjadi pusat perhatian banyak orang."

Kutipan 11.28

"Kebodohan yang disadari bisa mengantarkan kepada kepintaran.

Kepintaran yang digunakan secara benar bisa mengantarkan kepada kebijaksanaan.

Kebijaksanaan yang memadai bisa mengantarkan kepada kebahagiaan. Namun, semuanya itu tidaklah terjadi secara serta merta. Diperlukan kesadaran, upaya, proses, dan waktu untuk merealisasikan itu semua secara bertahap."

Kutipan 11.29

"Berjalan kaki, bersepeda biasa, bersepeda motor, bermobil, berkereta api, dan berpesawat terbang adalah contoh berbagai cara untuk melakukan perjalanan. Semakin cepat perjalanan dilakukan, semakin sedikit yang bisa terlihat apalagi teramati. Kadang kita perlu memperlambat laju kehidupan untuk bisa menikmati segala sesuatunya dengan lebih baik. Niscaya kebahagiaan akan lebih mudah kita raih."

Kutipan 11.30

"Dimana pun hati merendah, di situ terbuka kesempatan untuk bertumbuh. Dimana pun hati meninggi, di situ tertutup kesempatan untuk bertumbuh. Pilihan ada pada diri kita sepenuhnya apakah mau bersikap rendah hati atau tinggi hati. Meskipun belum tentu selalu membawa kebaikan, kerendahan hati sudah pasti menjauhkan diri kita dari ketidakbaikan."

Kutipan 11.31

"Cobalah untuk membagi angka positif berapapun dengan nol.

*Kita takkan pernah
mendapatkan hasil baginya
karena yang terjadi adalah
'error' alias ada kesalahan. Hal
ini mengajarkan kita bahwa
berapa banyakpun yang kita
peroleh dalam kehidupan ini,
jika tidak pernah kita bagi,
kehidupan kita akan
mengalami 'error' alias akan
bermasalah."*

Renungan 11.1

“Modal Lahir Dan Modal Mati”

Sewaktu dilahirkan maupun sewaktu kematian, sebenarnya kita membawa modal.

Kita dilahirkan ke dunia bukanlah dengan tangan hampa, melainkan membawa modal berupa bakat dan faktor genetis dari keturunan.

Sepanjang kehidupan, kita menggunakan modal bakat dan faktor genetis ditambah pengetahuan dan kebijaksanaan yang kita akumulasi, untuk melakukan berbagai perbuatan baik maupun jahat.

Sewaktu kematian, modal yang kita bawa berupa “catatan” berbagai perbuatan baik dan jahat yang sudah dilakukan sepanjang hidup kita.

Modal lahir bukanlah kita yang menentukan, akan tetapi modal mati kitalah yang menentukan sepenuhnya.

Daftar Pustaka

Paulo Coelho. 1993. *The Alchemist*. New York: Harper Torch.

Toni Yoyo. 2016. *Unleash The Real You*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.

Toni Yoyo. 2020. *Becoming The Greatest You (e-book)*. Pontianak: PT. Taman Dandelion Indah.

Toni Yoyo. 2020. *Tips For Couples (e-book)*. Pontianak: PT. Taman Dandelion Indah.

Toni Yoyo dan Nancy Marduli. 2020. *Parenting Tips (e-book)*. Pontianak: PT. Taman Dandelion Indah.

Toni Yoyo dan Rudy Gunawan. 2021. *Pengaruh Hukum Karma Dan Angka Terhadap Kehidupan Manusia (e-book)*. Pontianak: PT. Taman Dandelion Indah.

Toni Yoyo dan Nancy Marduli. 2021. *Parenting Quotes (e-book)*. Pontianak: PT. Taman Dandelion Indah.

Toni Yoyo. 2021. *Quotes For Couples (e-book)*. Pontianak: PT. Taman Dandelion Indah.

Berbagai sumber dari *internet*.

Profil Penulis

Dr. Toni Yoyo, S.TP, M.M., M.T. (ELT, CPM®, CPS®, CG, C.Ht) menempuh berbagai jalan, melakoni berbagai peran, dan menjalani berbagai aktivitas dalam perjalanan menemukan kebahagiaan dalam kehidupannya.

Perjalanan berpuluh tahun, sebagai anak lalu menjadi orang tua, di berbagai pendidikan tinggi di beberapa universitas, di berbagai posisi di berbagai perusahaan besar, di beberapa posisi di organisasi sosial keagamaan, mengajarkannya bahwa kebahagiaan itu tidak terletak di “nanti” tetapi di “sekarang”.

Kebahagiaan itu bukanlah setelah meraih sesuatu tetapi di sepanjang perjalanan meraih sesuatu tersebut. Seringkali perjalanan lebih penting dari tujuan. Rasakan kebahagiaan dalam melakukan, terlepas dari apa yang akhirnya dicapai.

Penulis sudah menjalani kehidupan berpasangan dan berkeluarga selama lebih dari 23 tahun bersama seorang istri dan tiga orang anak. Saat ini bertempat tinggal di Tangerang Selatan, provinsi Banten.

Penulis memiliki lebih dari 25 tahun pengalaman kerja profesional di berbagai perusahaan besar yang bergerak di berbagai industri, seperti penjualan eceran (*retail*), perdagangan, manufaktur, agribisnis, jaringan restoran, perdagangan elektronik (*e-commerce*), dan konsultasi

mulai dari level staf sampai ke posisi manajemen puncak dalam berbagai bidang tanggung jawab.

Penulis menyelesaikan pendidikan formal S1 di bidang Teknologi Pangan, S2 di bidang Manajemen Keuangan, S2 di bidang Teknik Industri, dan S3 di bidang Manajemen Strategik dari berbagai universitas ternama di Indonesia. Semuanya diselesaikan dengan predikat *Cum Laude* dan hampir selalu menjadi lulusan terbaik.

Sertifikasi profesi yang sudah diselesaikan, membuat Penulis berhak menyandang gelar sebagai *Essential Licensed Trainer* (ELT), *Certified Professional Motivator - Registered* (CPM®), *Certified Public Speaker - Registered* (CPS®), *Certified Graphologist/Handwriting Analyst* (CG), dan *Certified Hypnotherapist* (C.Ht).

Selain sebagai pekerja profesional, aktivitas lain Penulis adalah sebagai pembicara agama, pembicara seminar, konsultan manajemen dan bisnis, *trainer*, narasumber televisi dan radio, pengajar, penulis, grafologis, dan hipnoterapis.

Saat ini Penulis sudah menghasilkan 13 karya buku berjudul “Penerang Kehidupan” (2006), “Bingkai Refleksi” (2008), “Metode Riset Bisnis Dan Konsumen” (2014, penulisan bersama), “*Unleash The Real You*” (2016), “Kisah Sukses Dengan Dhamma” (2018, penulisan bersama), “Manajemen Diri Buddhis” (2018), “*Becoming The Greatest You*” (2020, *e-book*), “*Tips For Couples*” (2020, *e-book*), “*Parenting Tips*” (2020, penulisan bersama, *e-book*), “Pengaruh Hukum Karma dan Angka

Terhadap Kehidupan Manusia” (2021, penulisan bersama, *e-book*), “*Parenting Quotes*” (2021, penulisan bersama, *e-book*), “*Quotes For Couples*” (2021, *e-book*), dan “*Daily Thoughts For A Happy Life*” (2021, *e-book*) yang saat ini berada di tangan Pembaca yang budiman.

Penulis bisa dihubungi di:

Email : toni.yoyo1128@gmail.com

Facebook : Toni Yoyo

Instagram : [@toni_yoyo1128](https://www.instagram.com/toni_yoyo1128)

Line : [toni_yoyo](https://line.me/tv/toni_yoyo)