

Judul : Motivasi – Gede Prama
Sumber : Gede Prama Web Site

Keinginan Itu Membutakan

Salah satu acara tetap yang diadakan oleh pengelola web site saya adalah chatting. Diantara sekian chatting yang sudah berlalu, topik yang mendatangkan pengunjung paling banyak adalah topik 'hidup ini indah'. Sebagaimana biasa, selalu ada pro-kontra dalam setiap wacana. Saya tidak perlu lagi menjelaskan alasan-alasan orang yang pro terhadap konsep hidup ini indah. Terutama, karena sudah teramat jelas bagi saya. Akan tetapi, tidak sedikit orang yang menganggap saya 'melebih-lebihkan' kenyataan tentang hidup ini indah. Secara lebih khusus, mereka yang kurang terhibur oleh film Italia dengan judul Life Is Beautiful.

Tulisan ini bukan pledoi. Hanya renungan lebih lanjut dari pemikiran saya terdahulu tentang hidup ini indah. Mungkin saja tuduhan orang benar, bahwa saya suka melebih-lebihkan. Dan pengalaman yang berbeda bisa membawa kesimpulan yang berbeda juga. Di tengah pro-kontra ini, izinkan saya memperjelas lagi argumen-argumen terdahulu.

Coba cermati tempat Anda duduk saat ini. Dengan jabatan, kesehatan, uang, serta dukungan keluarga yang Anda miliki saat ini – sekali lagi saat ini. Saya tidak tahu posisi Anda dalam hal ini. Saat tulisan ini dibuat, ada problema dalam jabatan yang saya duduki. Kesehatan saya lumayan bagus. Uang tergantung pembandingnya. Dukungan keluarga saya, syukur alhamdulillah. Dan duduk di rumah di pinggir kali yang anginnya sedang bertiup kencang.

Anda boleh menyimpulkannya dengan indah atau tidak indah. Bagi saya pribadi, di hotel berbintang lima plus, maupun di rumah yang berlantai tanah liat serta beratap jerami, selalu tersembunyi keindahan dan kenikmatan. Dengan penuh rasa syukur saya ucapkan ke Tuhan, saya pernah hidup di perkampungan kumuh dengan baju berceceran di lantai – karena tidak punya lemari baju. Pernah juga hidup dalam standar orang-orang yang berpunya. Dan yang namanya kenikmatan, dia hadir baik ketika di tempat kumuh, maupun di tempat yang disebut orang mewah.

Dalam kejernihan saya ingin bertutur ke Anda, di kedua tempat tadi manusia sama-sama memakan sepiring lebih nasi dan lauknya. Tidur sekitar enam sampai delapan jam semalamnya. Menghirup udara dengan jumlah yang tidak jauh berbeda. Kalau bepergian, menggunakan apapun bisa sampai di tempat tujuan. Dalam kasus diri saya, ada sebuah tambahan yang membuatnya lebih indah lagi : hidup bersama anak mertua yang sama, serta sejumlah anak kecil yang juga sama.

Beda antara dua kehidupan ekstrim yang pernah saya lalui hanya satu : keinginannya yang berbeda. Dulu, karena belum pernah melewati kehidupan yang disebut orang mewah dan megah, ada keinginan untuk sesegera mungkin sampai di sana. Sekarang, ketika kehidupan tadi sudah sempat dilalui dan dinikmati, ada kesenangan kadang-kadang untuk membayangkan kehidupan yang serba sederhana dulu.

Nah, di sinilah inti ide yang mau saya bagi ke Anda : keinginan itu membutuhkan. Di tempat dan keadaan manapun – dari kandang kerbau sampai kamar hotel berbintang lima plus, dari naik angkot sampai naik Jaguar, dari mengenakan jam tangan murahan sampai memakai Rolex –

orang bisa dibutakan oleh keinginan. Dan tidak hanya keinginan untuk menaik yang membutuhkan, keinginan untuk turunpun membutuhkan.

Coba cermati sejumlah keluarga yang akan berangkat berlibur. Ketika mempersiapkan segala sesuatunya, semua fikiran tertuju pada tujuan wisata. Entah keindahan pemandangan, makanan yang enak, hotel yang nyaman, atau berbelanja barang-barang kebutuhan. Tatkala sudah sampai di tempat tujuan – lengkap dengan badan yang lelah – semua fikiran tertuju pada rumah yang menenteramkan. Dari lingkungan yang sudah biasa, tempat tidur yang menenteramkan, sampai dengan tiadanya beban untuk membawa tas kemana-mana. Anda lihat sendiri, fikiran lengkap dengan keinginannya, sudah membutuhkan banyak orang. Di rumah ketika mau berangkat membutuhkan kenikmatan tinggal di rumah. Di tempat wisata, keinginan membutuhkan orang untuk menikmati keindahan tempat wisata.

Di pojokan lain dari kehidupan, hal serupa teramat sering terjadi. Kenikmatan-kenikmatan hari ini, sering lewat percuma begitu saja, semata-mata karena banyak orang sudah buta oleh keinginan. Kalau kemudian saya mengajak orang untuk menyelami konsep 'hidup ini indah', pada fikiran yang dibutakan keinginan, tentu saja jauh panggang dari api.

Sebagai manusia biasa, sayapun kadang dibutakan oleh keinginan. Setelah jadi direktur ingin jadi presiden direktur. Sesudah anak-anak sekolah di salah satu sekolah terbaik di Jakarta, ingin agar mereka segera ke luar negeri. Dan bila sang keinginan diikuti terus, maka buta dan tulilah kita dari semua berkah dan rahmat Tuhan. Syukur adalah kata yang tidak pernah mampir dalam rumah jiwa kita. Dan tanpa rasa syukur, siapapun dan di tingkat kehidupan yang setinggi langitpun hidup kita pasti menderita.

Entahlah, apakah saya sudah berhasil meyakinkan sahabat-sahabat yang masih skeptis terhadap ide tentang hidup ini indah, atau malah membuat mereka tambah tidak percaya. Yang jelas, kata-kata dan logika bukanlah cara yang paling tepat untuk berguru tentang kehidupan. Ia tidak lebih dari daftar menu saja, atau petunjuk jalan saja. Untuk sampai di sana, kita tidak bisa hanya memandangi petunjuk jalannya. Jalan dan berangkatlah ke sana. Tugas saya memasang petunjuk jalan sudah selesai. Hanya Anda yang bisa membawa diri Anda ke sana.

Kaya Dengan Cara Berbagi

Terlanjur memiliki logat bicara seperti orang Batak, membuat banyak sahabat asli Sumatera Utara sana mudah akrab dengan saya. Salah satu hasil sampingannya, sering mendapat bocoran tentang lawakan orang Batak. Menurut seorang sahabat yang menghabiskan sekolah dasarnya di tanah Karo sana, suatu waktu guru bertanya dengan nada menguji ke murid : siapa pencipta lagu Indonesia Raya ?. Tidak ada murid yang menaikkan tangan sebagai tanda tidak ada yang tahu jawabannya. Sekali lagi gurunya mengajukan pertanyaan yang sama, karena khawatir pertanyaannya tidak jelas, sekali ini juga tidak ada yang menaikkan tangan.

Kesal dengan perilaku murid yang malas belajar di rumah, guru inipun kemudian menunjuk salah seorang murid sambil bertanya : 'Ucok, siapa pencipta lagu Indonesia Raya ?. Tentu saja si Ucok yang ditunjuk gelagapan dan ketakutan. Biasa, orang ketakutan kemudian menjawab dengan jawaban ngawur. Dengan spontan, Ucok menjawab : 'bukan saya Pak !'.

Ketika pertama kali bahan canda ini saya dengar, saya sempat terpingkal-pingkal sebentar. Namun, ketika memasuki banyak perusahaan klien untuk membenahi organisasi mereka, kerap saya bertemu dengan orang dengan jawaban sama : 'bukan saya Pak !'. Terutama kalau ada kesalahan, hampir semuanya serempak dengan jawaban khas ala Ucok. Untuk kemudian saling tuding dan saling tunjuk hidung. Sebagai akibatnya, meminjam argumen Rosabeth Moss Kanter dari Harvard, banyak organisasi terkena penyakit NIH (not in here).

Sekilas memang tidak ada yang keliru dari cara kerja dan cara hidup seperti ini, namun kalau didalami ia menyimpan persoalan potensial yang tidak kecil. Dalam pengelolaan pengetahuan, organisasi yang penuh dengan NIH sulit melakukan penyebaran pengetahuan. Dalam kematangan kepemimpinan, ia cermin dari banyaknya anak kecil yang berbadan besar. Dalam dinamika organisasi, NIH adalah tanda-tanda awal organisasi yang dimakan rayap.

Izinkan saya meneropongnya dari segi yang lain. Hampir semua karya fisikawan Einstein mencoba meyakinkan manusia, kalau apa yang kita sebut dengan benda padat (badan kita salah satunya) kebanyakan terdiri dari ruang kosong, lengkap dengan medan energinya. Dan mekanika kuantum menambahkan, perilaku partikel elementer (sebagai bagian kecil dari atom) berbeda ketika ada pengamat dengan tatkala tidak ada pengamat. Ini berarti, antara medan energi kita dengan medan energi orang lain dan juga semesta terjadi komunikasi dan interaksi yang mempengaruhi perilaku.

Meminjam argumen seorang sahabat penulis yang jernih, peradaban manusia sekarang ini ditandai oleh terlalu banyak perebutan energi antara satu manusia dengan manusia lain. Mudah dimaklumi, kalau perang, konflik, kebencian bertebaran di mana-mana. Dalam keadaan perebutan energi yang demikian memanas, kemudian banyak manusia yang putus hubungan dengan pusat energi. Sehingga tidak ada pilihan lain untuk mempertahankan energi (sebagai syarat survive dalam hidup) terkecuali merebut energi orang lain.

Di titik inilah, manusia memerlukan keberanian untuk keluar dari lingkaran setan saling berebut energi. Merebut energi orang, bukanlah satu-satunya cara untuk menghindari defisit energi. Ada cara lain yang lebih layak untuk direnungkan : membina kembali hubungan dengan pusat energi.

Bedanya dengan orang-orang yang demikian terikatnya pada lingkaran setan perebutan energi, siapa saja yang mau berhubungan kembali dengan pusat energi memerlukan gerakan balik. Pemerkos-pemerkos energi ingin mangakumulaskannya dengan merebut, tetapi manusia jernih yang mau berhubungan dengan pusat energi, ia dituntut untuk berbagi. Bedanya dengan

uang, kalau dibagi habis, energi yang sudah terkoneksi dengan pusat energi, justru akan semakin besar kalau kita bagi-bagi ke banyak orang.

Ada banyak peserta seminar yang bertanya : bagaimana berhubungan kembali dengan pusat energi ?. Sengaja saya berikan latar belakang fisika Einstein dan mekanika quantum, untuk menghindari kesan mistis dan tahayul dalam hal ini. Energi terbesar sebenarnya tersedia di alam semesta. Kendati setiap hari kita berhubungan dengan alam semesta (melalui udara, ibu pertiwi, air, cahaya matahari, pohon-pohonan dll), tetapi tidak setiap hari kita berhubungan dengan pusat energi. James Redfield dalam *The Secret of Shambala*, memberi saran sederhana namun mendasar : focus on the beauty. Ya dengan melihat segi-segi indah dari alam dan kehidupan, kita mulai melakukan hubungan dengan sumber energi. Syukur, dengan demikian, tidak saja menjadi sebetuk doa yang terbaik, tetapi langkah awal yang penting menuju pusat energi.

Dalam pelukan cahaya-cahaya keindahan (beauty) seperti ini, cinta tidak lagi menjadi konsep intelektual atau perintah moral. Ia adalah emosi latar belakang yang muncul ketika seseorang berhubungan dengan pusat energi. Dan berbagi, tidak lagi menjadi sebuah kewajiban yang memaksa, melainkan bagian dari aliran keindahan yang alami.

Hidup dengan berbagi energi seperti ini, memang tidak akan memuaskan semua orang. Kadang, ada sahabat yang menyebutnya dengan sikap kurang fight. Ada juga yang memberinya judul kebodohan. Ada rekan yang mencurigai seperti kaos kaki (baca : diinjak-injak orang). Yang paling menyedihkan, ada pemerkosa energi yang berani mengatakan kalau ini sebetuk kebodohan yang berbaju spiritualitas. Namun, begitu sampai di tingkatan 'berhubungan' dengan pusat energi, kita seperti berdiri tegak sembilan puluh derajat di bawah matahari. Tidak ada bayangan di belakang yang perlu ditakuti. Tidak ada bayangan di depan yang perlu dikejar. Dan Andapun tidak perlu mengemukakan : 'bukan saya Pak !'.

Melampaui Suka Dan Duka

Kalau sejarah manusia, dibentangkan dalam kurun waktu yang panjang dan lama, bisa jadi kebanyakan ditandai oleh siklus menaik dan menurun. Dalam spekulasi pikiran saya, mungkin tidak ada sejarah yang tidak ditandai siklus naik turun.

Coba perhatikan, kebanyakan manusia lahir sebagai anak-anak lengkap dengan sifat kekanak-kanakannya. Kemudian tumbuh dewasa – sebagian malah amat berkuasa, namun bagaimanapun hebat kekuasaannya, toh harus melewati masa-masa senja yang kekanak-kanakan lagi.

Demikian juga kisah banyak bangsa. Jepang, sebagai contoh, runtuh oleh kekalahan perang, kemudian pelan-pelan bangkit sebagai perekonomian yang berbasiskan barang murah dan kualitas rendah. Sekarang, sebagaimana kita tahu bersama, ia menjadi kekuatan ekonomi yang menentukan.

Di tengah-tengah sejarah yang by nature ditandai oleh siklus naik turun ini, kebanyakan orang hanya menjadi 'korban tidak berdaya'. Tatkala sejarah bergerak naik, tawa, bahagia yang kerap disertai kesombongan dan kecongkakanlah sahabatnya. Ketika sejarah bergerak turun, kesedihan dan air mata bergelimang di mana-mana. Jarang bahkan teramat jarang terjadi, ada manusia yang berhasil keluar dari perangkap naik turun ini.

Ini yang bisa menjelaskan, kenapa banyak bintang film/sinetron demikian cantik dan bersinar ketika masih jaya. Namun, janggankan kecantikan, yang lebih dalam dari penampilan fisikpun ikut pudar bersama ketidakterkenalannya. Atau, mereka yang demikian cepat meninggal ketika memasuki usia pensiun. Intinya cuma satu, ketika kehidupan bergerak naik, jarang ada orang yang sudah mempersiapkan diri – terutama secara kejiwaan – bahwa cepat atau lambat sang kehidupan pasti bergerak turun.

Dari seluruh ilustrasi ini, tampak jelas bahwa betapa lama kita manusia membiarkan diri menjadi korban tidak berdaya dari siklus suka dan duka. Hampir semua energi kita terkuras habis untuk naik turun bersama siklus tadi. Tidak sedikit persoalan manusia, justru berakar dari sini : hanya siap ketika naik, tidak siap tatkala turun.

Tidak hanya Anda, sebagai manusia biasa saya pun masih 'dipermainkan' oleh siklus tadi – kendati lewat meningkatnya kedewasaan dampak negatifnya semakin berkurang dan berkurang. Ada semacam kemanjaan untuk hanya menerima pujian, dan menolak kritikan orang lain. Ada sejenis kemaruk untuk hanya menerima kesenangan, dan menolak kesedihan. Ada dorongan dari dalam, agar keluarga menerima segala kelemahan saya, dan tidak siap menghadapi kenyataan bahwa ada segi hidup saya yang ditolak mereka.

Setelah lama dibuat amat lelah dengan siklus naik turun ini, saya sedang mempelajari hidup yang melampaui suka dan duka. Banyak rekan yang ragu, kalau saya bisa melakukannya. Belum sepenuhnya berhasil memang – karena kadang masih dipermainkan siklus tadi, namun ada banyak sekali yang berubah dalam kehidupan saya, setelah jalan melampaui suka dan duka mulai ditempuh. Dengan niat hanya untuk berbagi – tidak ada niat lain, dan bahkan kalau ada yang mau melengkapi it's more than welcome - izinkan saya berbagi cerita bagaimana jalan melampaui suka dan duka saya buka dan jalani.

Pertama, penting sekali menyadari secara amat dalam, kalau suka dan duka itu pasti – sekali lagi pasti – datang silih berganti. Hanya persoalan waktu saja. Ketika Anda berpelukan dengan rasa suka, sadari dan ingatkan diri kalau dia akan diganti duka. Demikian juga sebaliknya. Tidak ada

satupun mahluk Tuhan yang bisa membantahnya. Dengan kesadaran dan kesiapan seperti ini, pengaruh siklus suka-duka bisa dikurangi dalam kadar yang cukup menentukan. Di tingkatan yang lebih tinggi, belajarlh untuk berpelukan sama mesranya, antara berpelukan dengan suka maupun duka.

Kedua, meminjam logika dalam Roots of Wisdom yang ditulis Hong Yingming, manusia hidup seperti pemain teater. Ketika berpentas, aktor memiliki martabat dan rasa bangga – lebih-lebih kalau dia dipuja. Aktungnya mungkin bagus. Namun, ketika pertunjukan selesai, ia hanyalah orang biasa. Demikian juga kehidupan setiap orang. Berawal dari orang biasa dan berakhir sebagai orang biasa. Dengan menyadari akar dalam bentuk orang biasa, sehebat apapun siklus suka-duka, dia tidak akan bisa menghempaskan kita. Sebab, bagaimana bisa terhempas, kalau setiap saat kita mengingatkan diri akan asal muasal kita sebagai orang biasa.

Ketiga, baik suka dan duka sebenarnya tidak ada pada jabatan, uang maupun kejadian. Semuanya adalah hasil produksi fikiran. Fikiranlah yang membuatnya demikian. Nah, melampaui suka-duka berarti melampaui fikiran. Ada banyak rekan yang tidak percaya kalau fikiran bisa dilampaui. Seolah-olah, tidak ada dunia di luar fikiran. Dalam kesederhanaan ingin saya bertutur ke Anda, dengan mendalami bahwa ada suka dalam duka, dan ada duka dalam setiap suka, maka kita sudah membuat langkah pertama menuju melampaui sang fikiran.

Kalau kehidupan diibaratkan dengan perjalanan. Dalam kehidupan yang telah melampaui fikiran, di mana-mana tersedia 'petunjuk jalan'. Pada banyak kejadian terbukti, ada saja kekuatan yang membuat kehidupan mengalir tanpa paksaan. Ada memang orang yang menyebut kehidupan seperti ini seperti kaos kaki (baca : selalu diinjak). Ada juga orang yang bahkan menyebut kehidupan seperti ini dengan kehidupan yang tercerahkan. Saya sendiri kurang menyukai sebutan, karena dia juga output fikiran.

Hidup Secukupnya

Pemburu-pemburu kenikmatan. Mungkin itu sebutan yang tepat bagi tidak sedikit orang yang hidup di zaman modern ini. Mereka yang mempercayai kapitalisme sebagai mesin pendorong peradaban, malah menyebut kenikmatan sebagai awal dari pertumbuhan dan kemajuan. Kalau tanpa kenikmatan, bukankah semuanya jadi tidak hidup dan stagnan ? Demikianlah kira-kira pertanyaan awal mereka dalam melakukan pencaharian.

Dari sinilah kemudian lahir setiap hari jutaan pemburu kenikmatan. Ada yang memburunya melalui jalur seks. Ada yang mencarinya melalui hobi seperti motor gede, mobil built up, main golf, rumah mewah secara amat berlebihan. Ada yang mengejanya melalui tangga-tangga kekuasaan. Serta masih banyak lagi yang lainnya. Digabung menjadi satu, benar kata kaum kapitalis, kenikmatanlah awal dari kemajuan dan pertumbuhan.

Bukan kapasitas saya untuk meninjau persoalan ini secara ekonomi maupun sosiologi. Sebagaimana biasa, saya akan mengajak Anda berefleksi atau bercermin. Bukan untuk membenarkan atau menyalahkan kehidupan seperti ini, namun untuk menarik garis merah kehidupan ke depan dari sini.

Dalam sebuah perjamuan makan malam di hotel Borobudur beberapa waktu lalu, saya tumben bertemu es puter yang pas di selera. Karena sudah lama tidak makan es model terakhir, maka ada nafsu untuk memakan sepuas-puasnya. Dan lupa kalau memiliki penyakit maag. Tidak lama kemudian, penyakit maag datang menyiksa tidak kurang dari tiga hari.

Seorang sahabat bertutur tentang nasib keponakannya. Dengan latar belakang masa muda yang demikian ketat, maka begitu orang tuanya meninggal hampir semua kenikmatan – terutama kenikmatan seks – dikejanya habis-habisan. Tidak lama kemudian, tidak hanya sekolahnya yang berantakan. Diapun mulai kena penyakit seks yang amat menakutkan.

Sebenarnya masih ada banyak sekali cerita sejenis dengan makna serupa. Yang jelas, segala bentuk kenikmatan yang datang dari luar – entah makanan, seks, harta dan lain-lain – memerlukan kesiapan badan dan jiwa. Di tingkat yang tepat (tidak kurang dan tidak lebih), kenikmatan dari luar tadi menjadi sahabat. Di tingkatan yang tidak tepat – apa lagi amat berlebihan – maka dia menjadi musuh yang amat berbahaya. Bagi Anda yang suka sekali nasi goreng, makanlah sepuluh piring. Pencinta sate kambing, makanlah seribu tusuk. Dengan semua langkah ini, bukankah neraka langsung menghadang di depan mata ?

Sebagai ilustrasi lain, lihat saja sendiri, bagaimana banyak orang kaya dijebak dan dibuat menderita oleh kekayaannya. Harta yang berlimpah memproduksi ketakutan akan kehilangan yang bisa membuat insomnia. Asuransi kehidupan yang menggunung membuat sejumlah orang tua mencurigai anak-anaknya. Sisa harta kehidupan yang melimpah (baca : warisan) tidak jarang membuat anak cucu pecah berantakan. Demikian juga sebaliknya. Orang yang teramat miskin juga dibuat menderita oleh kemiskinan. Kelaparan, kekurangan gizi, penyakit hanyalah sebagian saja dari perangkat-perangkat kemiskinan yang mencelakakan.

Belajar dari sini, penting dan teramat penting untuk sesegera mungkin menemukan titik cukup dalam kehidupan. Titik ini memang tidak absolut, bisa diperdebatkan, dan berbeda dari satu orang ke orang lain. Makanya ada pertanyaan yang berbunyi : when is enough enough ?

Entah bagaimana Anda menemukan hidup yang cukup. Bagi saya, kata kuncinya ada pada pengeluaran. Sebab, dia lebih controlable dibandingkan dengan pendapatan. Dengan prosentase pengeluaran yang tidak boleh lebih dari lima puluh persen dari pendapatan, siapapun akan aman

secara keuangan. Garis pembatas cukup, dalam kehidupan saya adalah setengah dari pendapatan tadi. Sisanya, kami sisakan untuk persiapan hari depan.

Ada juga rekan yang bertanya tentang godaan untuk tidak melebihi limit lima puluh persen. Godaan sebenarnya bukan datang dari luar, tetapi seberapa cermat kita menjaga 'jendela-jendela' hawa nafsu. Mata, mulut, hidung, telinga, perasaan adalah jendela-jendela hawa nafsu yang sebaiknya kita jaga secara cermat.

Sebagai ilustrasi saja, saya dan keluarga mengurangi untuk datang ke pameran-pameran yang barangnya tidak kami butuhkan sekarang-sekarang ini. Ia hanya menimbulkan kebutuhan-kebutuhan baru yang membuat kami berhitung, untuk kemudian menyimpulkan bahwa uang tidak cukup. Saya mendidik diri untuk tidak membandingkan diri dengan teman maupun tetangga. Anak-anak kami didik sejak awal untuk hidup lentur. Ketika hidup naik, kita nikmati kenikmatan hidup di tingkat yang lebih tinggi. Demikian juga kalau sebaliknya. Dan yang paling penting, sesering mungkin mengatakan cukup pada jumlah uang yang kami miliki.

Awalnya memang tidak mudah. Namun dengan sedikit kesabaran dan disiplin diri, serta komitmen bersama, sinyal-sinyak hidup secukupnyapun cukup sering datang dalam kehidupan kami.

Mirip dengan tanaman, pupuk yang terlalu banyak bisa membuat dia mati. Tidak pernah diberi pupuk juga bisa membuatnya mati. Kadar pupuk yang cukup amatlah penting dalam hal ini. Kita manusia juga sama. Kekayaan dan kekuasaan yang kita kejar dengan kerja amat keras, menguras banyak energi, bahkan menanggung resiko sakit sekalipun, eh setelah kita peroleh ternyata hanya menciptakan racun dan petaka baru. Bukankah hidup akan penuh dengan kesia-siaan, kalau setelah berlari kencang amat jauh menghabiskan keringat, ternyata garis finishnya hanya sebuah tiang gantungan ?

Menemukan Kebaikan Di Mana-Mana

Ada sebuah keluhan yang hampir selalu muncul di setiap pembicaraan tentang stres. Tanpa mengenal kondisi dan situasi, ada banyak orang yang mengeluhkan peran orang lain. Dari tuduhan orang lain itu tidak mau mengerti, cenderung menipu, jahat, tidak mau membantu, bikin kesal, sampai dengan tuduhan orang lain sebagai biang stres. Ada bahkan yang menyebutkan bahwa dirinya jarang sekali bertemu orang baik.

Izinkan saya membagi eksperimen saya dalam kehidupan. Hampir setiap minggu saya terbang. Dan sekretaris saya hafal betul, kalau sebelum melakukan confirm terhadap tiket, ia harus menemukan tempat duduk agak di depan dan di lorong. Dulu, sering sekali setiap check in di bandara, saya menginformasikan bahwa sekretaris saya sudah book tempat duduk di depan dan lorong. Dan sering kali juga tidak kebagian tempat yang saya inginkan. Tidak jarang hati ini dibuat kesal. Sempat mengira kekeliruan ada di sekretaris. Namun, belakangan pendekatan saya dalam melakukan check in dirubah. Tidak lagi menyebutkan bahwa sekretaris sudah book tempat duduk, dengan ekspresi penuh senyuman saya katakan begini : 'saya akan senang sekali kalau dapat tempat duduk di depan dan di lorong'. Sebagai hasilnya, belum pernah sekalipun saya dikecewakan.

Apa yang mau diilustrasikan cerita ini sebenarnya sederhana, kalau kita mau merubah pendekatan kita pada orang lain, banyak orang dengan amat suka rela membagi kebaikan dengan kita. Modalnyapun tidak terlalu mahal : senyum, keyakinan bahwa orang lain baik, dan memperlakukan mereka sebagaimana kita ingin diperlakukan orang. Dan saya memetik banyak sekali manfaat dari cara ini. Bahkan orang yang tadinya amat tidak bersahabatpun bisa berubah menjadi baik dengan pendekatan ini.

Ada harga yang harus dibayar tentunya. Gengsi dan harga diri hanya sebagian saja dari kekuatan yang mesti dikelola dalam hal ini. Belum lagi emosi, marah dan sejenisnya.

Seorang guru meditasi pernah bertutur sebuah cara yang berhasil menurunkan gengsi saya secara amat drastis. Di tempat Anda duduk sekarang ini, cobalah tutup mata sebentar. Ajaklah sang fikiran melompat ke belakang seratus tahun, enam ratus dan bahkan dua ribu tahun. Kemudian, lompatkan lagi fikiran ke seribu tahu ke depan. Gambarkan secara jelas, kehidupan di tempat ini pada tahun-tahun tadi. Dalam perjalanan waktu tadi, kemudian lihat diri Anda yang sedang duduk. Bukankah diri ini tidak lebih dari sebutir pasir di tengah samudera ? Setetes air di lautan yang amat luas ? Pertanyaannya kemudian, layakkah membesar-besarkan diri dengan gengsi dan harga diri di tengah-tengah kekerdilan macam ini ?

Lama sempat saya dibuat merenung oleh latihan kecil ini. Sempat juga tidak percaya. Namun, dalam pemahaman yang lebih dalam, dia banyak menyelamatkan diri ini dari perangkap gengsi dan harga diri. Dulu, ada perasaan kurang enak kalau naik pesawat kelas ekonomi. Sekarang, ia bukan lagi menjadi halangan berarti. Dulu, ada kebutuhan agar dikagumi orang lain setelah menulis. Sekarang, dia tidak lagi menjadi syarat dan motivasi menulis. Dulu, ada perasaan tersinggung kalau ada pertanyaan orang dalam seminar yang memojokkan. Sekarang, dia malah menjadi sahabat kedewasaan dan kesabaran.

Setelah gengsi dan harga diri, sarana berikutnya agar menemukan sebanyak mungkin kebaikan adalah senyum. Inilah sarana murah namun amat meriah hasilnya. Baik mencakup materi maupun non materi. Pariwisata Bali, Singapore Airline hanyalah sebagian kecil contoh, bagaimana senyum bisa menghasilkan sejumlah kedahsyatan. Di tingkatan individu, senyum tidak saja merubah wajah seseorang menjadi lebih menarik, tetapi juga menciptakan magnet yang bisa menarik kebaikan orang lain.

Saya punya seorang rekan yang memiliki mimik muka selalu senyum. Lebih-lebih ditambah dengan lesung pipit kecil di pipinya. Didorong oleh keingintahuan akan dampak senyum, saya bertanya tentang jumlah sahabat yang dia miliki. Ternyata dia memiliki sahabat di mana-mana. Dalam banyak kejadian, dia bahkan dibantu banyak orang secara amat suka rela.

Di Amerika sana ada seorang tua yang berhasil merubah tidak sedikit anak amat nakal menjadi manusia biasa dan sebagian lagi menjadi anak baik. Tidak sedikit anak-anak pembunuh yang berhasil dirubahnya. Ketika ditanya rahasianya, dia mengatakan tidak punya rahasia. Kalaupun ada rahasia, rahasia tadi ditulis besar-besar di gerbang depan rumahnya yang bertuliskan : there is no such thing as bad kids. Tidak ada anak yang pada dasarnya nakal.

Nah inilah sarana terakhir – setelah menundukkan gengsi dan menebar senyum – dalam usaha menemukan kebaikan di mana-mana : meyakini bahwa orang lain itu baik. Kalau pembunuh saja bisa dirubah dengan cara ini, apa lagi orang biasa.

Saya masih teringat betul komentar rekan-rekan ketika saya dan isteri menikah di umur muda. Tidak sedikit yang meramalkan kami akan cerai tiga bulan kemudian – terutama karena saya memiliki banyak kekurangan. Sekarang, setelah puteri kami yang tertua sebentar lagi berumur tujuh belas tahun, tidak jarang isteri saya menelpon dari tempat yang amat jauh hanya untuk berucap singkat : dad I love you !. Kalau Anda tanya rahasianya, tentu saja semuanya sudah saya ungkapkan dalam tulisan pendek ini.

Burung Dengan Sebelah Sayap

Seorang teman dengan potensi tinggi, mengeluh berat setelah pindah-pindah kerja di lebih dari lima tempat. Tadinya, saya fikir ia mencari penghasilan yang lebih tinggi. Setelah mendengarkan dengan penuh empati, rekan ini rupanya mengalami kesulitan dengan lingkungan kerja. Di semua tempat kerja sebelumnya, dia selalu bertemu dengan orang yang tidak cocok. Di sini tidak cocok dengan atasan, di situ bentrok dengan rekan sejawat, di tempat lain malah diprotes bawahan.

Kalau rekan di atas berhobi pindah-pindah kerja, seorang sahabat saya yang lain punya pengalaman yang lain lagi. Setelah berganti istri sejumlah tiga kali, dengan berbagai alasan yang berbau tidak cocok, ia kemudian merasa capek dengan kegiatan berganti-ganti pasangan ini. Seorang pengusaha berhasil punya pengalaman lain lagi. Setiap kali menerima orang baru sebagai pimpinan puncak, ia senantiasa semangat dan penuh optimis. Seolah-olah orang baru yang datang pasti bisa menyelesaikan semua masalah. Akan tetapi, begitu orang baru ini berumur kerja lebih dari satu tahun, maka mulailah kelihatan busuk-busuknya. Dan iapun mulai capek dengan kegiatan berganti-ganti pimpinan puncak ini.

Digabung menjadi satu, seluruh cerita ini menunjukkan bahwa kalau motif kita mencari pasangan – entah pasangan hidup maupun pasangan kerja – adalah mencari orang yang cocok di semua bidang, sebaiknya dilupakan saja.

Bercermin dari semua inilah, maka sering kali saya ungkapkan di depan lebih dari ratusan forum, bahwa fundamen paling dasar dari manajemen sumber daya manusia adalah manajemen perbedaan. Yang mencakup dua hal mendasar : menerima perbedaan dan mentransformasikan perbedaan sebagai kekayaan.

Sayangnya, kendati idenya sederhana, namun implementasinya memerlukan upaya yang tidak kecil. Ini bisa terjadi, karena tidak sedikit dari kita yang menganggap diri seperti burung yang bersayap lengkap. Bisa terbang (baca : hidup dan bekerja) sendiri tanpa ketergantungan pada orang lain. Padahal, meminjam apa yang pernah ditulis Luciano de Crescendo, kita semua sebenarnya lebih mirip dengan burung yang bersayap sebelah. Dan hanya bisa terbang kalau mau berpelukan erat-erat bersama orang lain.

Anda boleh berpendapat lain, namun pengalaman, pergaulan dan bacaan saya menunjukkan dukungan yang amat kuat terhadap pengandaian burung bersayap sebelah terakhir. Di perusahaan, hampir tidak pernah saya bertemu pemimpin berhasil tanpa kemampuan bekerja sama dengan orang lain. Di keluarga, tidak pernah saya temukan keluarga bahagia tanpa kesediaan sengaja untuk 'berpelukan' dengan anggota keluarga yang lain. Di tingkat pemimpin negara, orang sehebat Nelson Mandela dan Kim Dae Jung bahkan mau berpelukan bersama orang yang dulu pernah menyiksanya.

Lebih-lebih kalau kegiatan berpelukan ini dilakukan dengan penuh cinta. Ia tidak saja merubah sesuatu yang tidak mungkin menjadi mungkin, mentransformasikan kegagalan menjadi keberhasilan, namun juga membuat semuanya tampak indah dan menyenangkan. Makanya, penulis buku Chicken Soup For The Couple Soul mengemukakan, cinta adalah rahmat Tuhan yang terbesar. Demikian besarnya makna dan dampak cinta, sampai-sampai ia tidak bisa dibandingkan dengan apapun. Rugi besarlah manusia yang selama hidupnya tidak pernah mengenal cinta. Ia seperti pendaki gunung yang tidak pernah sampai di puncak gunung. Capek, lelah, penuh perjuangan namun sia-sia.

Ini semua, mendidik saya untuk hidup dengan pelukan cinta. Di pagi hari ketika baru bangun dan membuka jendela, saya senantiasa berterimakasih akan pagi yang indah. Dan mencari-cari lambang cinta yang bisa saya peluk. Entah itu pohon bonsai di halaman rumah, ikan koi di kolam, atau suara anak yang rajin menonton film kartun. Begitu keluar dari kamar tidur, akan indah sekali hidup ini rasanya kalau saya mencium anak, atau istri. Melihat burung gereja yang memakan nasi yang sengaja diletakkan di pinggir kali, juga menghasilkan pelukan cinta tersendiri. Demikian juga dengan di kantor, godaan memang ada banyak sekali. Dari marah, stres, frustrasi, egois sampai dengan nafsu untuk memecat orang. Namun, begitu saya ingat karyawan dan karyawan bawah yang bekerja penuh ketulusan, dan menghitung jumlah perut yang tergantung pada kelangsungan hidup perusahaan, energi pelukan cinta entah datang dari mana.

Kembali ke pengandaian awal tentang burung dengan sebelah sayap, Tuhan memang tidak pernah melahirkan manusia yang sempurna. Kita selalu lebih di sini dan kurang di situ. Atau sebaliknya. Kesombongan atau keyakinan berlebihan yang menganggap kita bisa sukses sendiri tanpa bantuan orang lain, hanya akan membuat kita bernasib sama dengan burung yang bersayap sebelah, namun memaksa diri untuk terbang.

Sepintar dan sehebat apapun kita, tetap kita hanya akan memiliki sebelah sayap. Mau belajar, berjuang, berdoa, bermeditasi atau sebesar dan sehebat apapun usaha kita, semuanya akan diakhiri dengan jumlah sayap yang hanya sebelah. Oleh karena alasan inilah, saya selalu ingat pesan seorang rekan untuk memulai kehidupan setiap hari dengan pelukan. Entah itu memeluk anak, memeluk istri, memeluk kehidupan, memeluk alam semesta, memeluk Tuhan atau di kantor memulai kerja dengan 'memeluk' orang lain.

Orang Brengsek Guru Sejati

Entah apa dan di mana menariknya, Bank Indonesia amat senang mengundang saya untuk menyampaikan presentasi dengan judul Dealing With Difficult People. Yang jelas, ada ratusan staf bank sentral ini yang demikian tertarik dan tekunnya mendengar ocehan saya. Motifnya, apa lagi kalau bukan dengan niat untuk sesegera mungkin jauh dan bebas dari manusia-manusia sulit seperti keras kepala, suka menghina, menang sendiri, tidak mau kerja sama dll.

Di awal presentasi, hampir semua orang bernafsu sekali untuk membuat manusia sulit jadi baik. Dalam satu hal jelas, mereka yang datang menemui saya menganggap dirinya bukan manusia sulit, dan orang lain di luar sana sebagian adalah manusia sulit.

Namun, begitu mereka saya minta berdiskusi di antara mereka sendiri untuk memecahkan persoalan kontroversial, tidak sedikit yang memamerkan perilaku-perilaku manusia sulit. Bila saya tunjukkan perilaku mereka – seperti keras kepala, menang sendiri, dll – dan kemudian saya tanya apakah itu termasuk perilaku manusia sulit, sebagian dari mereka hanya tersenyum kecut.

Bertolak dari sinilah, maka sering saya menganjurkan untuk membersihkan kaca mata terlebih dahulu, sebelum melihat orang lain. Dalam banyak kasus, karena kita tidak sadar dengan kotornya kaca mata maka orangpun kelihatan kotor. Dengan kata lain, sebelum menyebut orang lain sulit, yakinlah kalau bukan Anda sendiri yang sulit. Karena Anda amat keras kepala, maka orang berbeda pendapat sedikitpun jadi sulit. Karena Anda amat mudah tersinggung, maka orang yang tersenyum sedikit saja sudah membuat Anda jadi kesal.

Nah, pembicaraan mengenai manusia sulit hanya boleh dibicarakan dalam keadaan kaca mata bersih dan bening. Setelah itu, saya ingin mengajak Anda masuk ke dalam sebuah pemahaman tentang manusia sulit. Dengan meyakini bahwa setiap orang yang kita temui dalam hidup adalah guru kehidupan, maka guru terbaik kita sebenarnya adalah manusia-manusia super sulit. Terutama karena beberapa alasan.

Pertama, manusia super sulit sedang mengajari kita dengan menunjukkan betapa menjengkelkannya mereka. Bayangkan, ketika orang-orang ramai menyatukan pendapat, ia mau menang sendiri. Tatkala orang belajar melihat dari segi positif, ia malah mencaci dan menghina orang lain. Semakin sering kita bertemu orang-orang seperti ini, sebenarnya kita sedang semakin diingatkan untuk tidak berperilaku sejelek dan sebengsek itu. Saya berterimakasih sekali ke puteri Ibu kost saya yang amat kasar dan suka menghina dulu. Sebab, dari sana saya pernah berjanji untuk tidak mengizinkan putera-puteri saya sekasar dia kelak. Sekarang, bayangan tentang anak kecil yang kasar dan suka menghina, menjadi inspirasi yang amat membantu pendidikan anak-anak di rumah. Sebab, saya pernah merasakan sendiri betapa sakit hati dan tidak enaknyanya dihina anak kecil.

Kedua, manusia super sulit adalah sparring partner dalam membuat kita jadi orang sabar. Sebagaimana sering saya ceritakan, badan dan jiwa ini seperti karet. Pertama ditarik melawan, namun begitu sering ditarik maka ia akan longgar juga. Dengan demikian, semakin sering kita dibuat panas kepala, mengurut-urut dada, atau menarik nafas panjang oleh manusia super sulit, itu berarti kita sedang menarik karet ini (baca : tubuh dan jiwa ini) menjadi lebih longgar (sabar). Saya pernah mengajar sekumpulan anak-anak muda yang tidak saja amat pintar, namun juga amat rajin mengkritik. Setiap di depan kelas saya diuji, dimaki bahkan kadang dihujat. Awalnya memang membuat tubuh ini susah tidur. Tetapi lama kelamaan, tubuh ini jadi kebal. Seorang anggota keluarga yang mengenal latar belakang masa kecil saya, pernah heran dengan cara saya menangani hujatan-hujatan orang lain. Dan gurunya ya itu tadi, manusia-manusia pintar tukang hujat di atas.

Ketiga, manusia super sulit sering mendidik kita jadi pemimpin jempolan. Semakin sering dan semakin banyak kita memimpin dan dipimpin manusia sulit, ia akan menjadi Universitas Kesulitan yang mengagumkan daya kontribusinya. Saya tidak mengecilkan peran sekolah bisnis, tetapi pengalaman memimpin dan dipimpin oleh manusia sulit, sudah terbukti membuat banyak sekali orang menjadi pemimpin jempolan. Rekan saya menjadi jauh lebih asertif setelah dipimpin lama oleh purnawirawan jendral yang amat keras dan diktator.

Keempat, disadari maupun tidak manusia sulit sedang memproduksi kita menjadi orang dewasa. Lihat saja, berhadapan dengan tukang hina tentu saja kita memaksa diri untuk tidak menghina balik. Bertemu dengan orang yang berhibi menjelekkkan orang lain tentu membuat kita berefleksi, betapa tidak enakny dihina orang lain.

Kelima, dengan sedikit rasa dendam yang positif manusia super sulit sebenarnya sedang membuat kita jadi hebat. Di masa kecil, saya termasuk orang yang dibesarkan oleh penghina-penghina saya. Sebab, hinaan mereka membuat saya lari kencang dalam belajar dan berusaha. Dan kemudian, kalau ada kesempatan saya bantu orang-orang yang menghina tadi. Dan betapa besar dan hebatnya diri ini rasanya, kalau berhasil membantu orang yang tadinya menghina kita.

Terakhir dan yang paling penting, manusia super sulit sebenarnya menunjukkan jalan ke surga, serta mendoakan kita masuk surga. Pasalnya, kalau kita berhasil membalas hinaan dengan senyuman, batu dengan bunga, bau busuk dengan bau harum, bukankah kemungkinan masuk surga menjadi lebih tinggi ?

Berlimpah Rezeki Setiap Hari

Ada sebuah pertanyaan yang sering menghadang saya sebagai pembicara publik. Yakni, bagaimana mengenali potensi diri kita yang sejati. Sebenarnya, pertanyaan ini lebih layak kalau ditanyakan ke psikolog, bukan ke orang 'liar' yang tidak mengenal batas-batas disiplin seperti saya. Namun, dasar pembicara publik yang harus menjawab semua pertanyaan yang datang, maka terpaksa keluarlah jawaban-jawaban enteng khas orang 'liar'.

Dalam logika yang amat sederhana, potensi sesuatu sebenarnya terkait erat dengan dari apa sesuatu tadi dibuat. Obat yang dibuat dari komposisi A,B,C dan D tentu saja khasiatnya sangat ditentukan oleh bahan dan interaksi antarbahan tadi. Demikian juga dengan kita sebagai manusia. Dengan sedikit kejernihan, badan serta jiwa kita sebenarnya dibentuk semuanya oleh komponen-komponen yang berasal dari alam semesta. Udara yang kita hirup, makanan yang kita makan, minuman yang kita minum semuanya berasal dari alam, dan memberikan warna yang amat dominan terhadap tubuh ini. Makanya, salah satu penulis buku kesehatan pernah menulis : 'we are what we eat'. Kita ini menjadi seperti apa-apa yang kita makan.

Itu baru badan. Aspek kejiwaan juga dipengaruhi oleh alam (fisik maupun sosial) tempat kita hidup. Ini bisa dilihat dari berbedanya sistim nilai, kepribadian, maupun gaya hidup manusia yang hidup dalam lingkungan yang berbeda.

Digabung menjadi satu, alam memiliki kekuatan yang amat menentukan terhadap potensi diri kita kini maupun nanti. Dengan demikian, untuk mengetahui potensi sejati kita kini, lihatlah unsur-unsur alam pembentuk kita kemaren dan sebelumnya. Dan guna mengetahui potensi sejati kita nanti, lihatlah unsur-unsur alam pembentuk kita kini.

Dengan menempatkan persoalan seperti ini, bukan berarti saya sedang menempatkan manusia pada posisi sangat tidak berdaya di depan alam. Manusia memang memiliki pilihan, terutama untuk membentuk dirinya dengan unsur-unsur alam pilihannya. Hanya saja, begitu pilihan dibuat, kita hanya bisa tunduk kepada hukum-hukum alam yang sejati.

Dalam kapasitas memilih inilah, maka kedalaman refleksi tentang sang aku menjadi amat menentukan. Disamping itu, keselarasan dengan alam akan berpengaruh dengan potensi kita kemudian. Mari kita mulai dengan faktor kedalaman refleksi dulu, kemudian kita akan lanjutkan dengan keselarasan bersama alam.

Ada banyak sekali manusia di zaman ini yang amat rajin berkomunikasi dengan orang lain, namun amat jarang – bahkan ada yang tidak pernah – berkomunikasi dengan sang aku. Makanya, ada banyak orang yang asing dalam tubuhnya sendiri. Semua hal datang dan pergi tanpa bisa dijelaskan sepenuhnya. Siklus mood maupun siklus hidup lainnya bergerak naik turun secara ekstrim tanpa bisa dimengerti, apa lagi dikelola.

Untuk itulah, maka kedalaman refleksi menjadi sebuah titik yang menentukan dalam perjalanan menuju medan potensialitas. Ada banyak jalan dan terowongan menuju ke situ. Izinkan saya membawa Anda menuju dua terowongan saja. Pertama, terowongan sepi dan diam. Kedua, terowongan non judgemental life.

Dalam sepi dan diam – tanpa ada yang didengar, dibaca, dilihat dan diajak bicara – sebenarnya kita sedang masuk ke dalam sumur sang aku. Di tahap-tahap awal, fikiran dan konsentrasi memang bisa lari kemana-mana tanpa kendali. Akan tetapi, begitu ia menjadi kebiasaan yang berulang dan berulang, ada saatnya kita sudah mulai masuk ke diri kita sendiri. Terasa aneh memang mulanya, namun kalau kita masuki terus terowongan tadi dengan penuh kesabaran,

ada semacam kesenangan tersendiri. Lebih-lebih kalau kita sudah mulai menyelami dan merasakan bahan-bahan yang membentuk tubuh ini. Menurut saya, nikmat dan memuaskan sekali. Saya melakukannya antara tiga puluh menit sampai satu jam setiap harinya.

Proses memasuki terowongan sepi dan diam tadi, bisa mudah bisa juga susah. Namun, perjalanan ke sana akan lebih mudah kalau kita berhenti hidup menghakimi (non judgemental life). Ini benar, itu salah. Saya hebat, orang lain goblok. Dan masih banyak lagi sikap-sikap menghakimi lainnya. Dengan fikiran kotor seperti ini, terowongan tadi menjadi penuh halangan dan rintangan. Dan sekali fikiran bersih dari kotoran menghakimi, maka perjalanan menuju sumur aku tadi seperti jalan bebas hambatan.

Setelah kedalaman refleksi, saya ingin mengajak Anda ke tahapan harmoni bersama alam. Sebelumnya sudah saya kemukakan bahwa diri kita terbuat dari unsur-unsur alam. Dan karena kita berasal dari sana, potensi akan lebih mudah berkembang kalau kita dekat dengan dunia asal tadi. Mirip dengan kita yang merasa nyaman dalam dekapan ibu, anak sapi yang tenteram di bawah ketiak induknya, kita juga memerlukan dekapan-dekapan nyaman dan menentramkan dari alam.

Entah itu sungai, gunung, hutan, danau atau pantai. Kita memerlukan dekapannya. Lebih-lebih kalau kita melakukan proses refleksi di atas – melalui diam dan tidak menghakimi – dalam dekapan hangat alam. Di situlah medan potensialitas sejati itu lebih mudah ditemukan. Limpahan rezeki setiap hari, mudah sekali dialami dalam alam potensialitas seperti ini. Kuantitas rezeki memang urusan Tuhan, namun kualitas rasa syukurnya akan amat berlimpah dalam medan magnet kehidupan seperti ini. Setidaknya, itulah yang saya lakukan dalam kehidupan saya. Dan Anda bebas memilih, untuk mengikutinya atau melupakannya.

Life Is Beautiful

Dulu, ketika Robin Williams membintangi film *Dead Poet Society* yang inspiratif itu, dan juga Tom Hanks membintangi film *Forrest Gump* yang menarik itu, saya pikir tidak akan ada lagi film inspirasi kehidupan yang seinspiratif ini. Akan tetapi, begitu menyaksikan film dengan judul *Life Is Beautiful*, lagi-lagi fikiran saya disentak oleh pilosofi kehidupan yang lain dari biasanya. Bagaimana tidak tersentak, hidup yang senantiasa ditandai oleh siklus naik turun, diikuti oleh mood, emosi dan rasa syukur yang juga naik turun, tiba-tiba saja ada orang yang menikmati baik siklus naik maupun turun kehidupan.

Itulah kira-kira pesan dasar film *Life Is Beautiful*. Lebih menyentuh lagi, pesan tadi disampaikan lewat tokoh seorang ayah yang mengajak anaknya untuk selalu melihat sisi menyenangkan dari kehidupan. Sebagai ayah yang teramat sibuk meniti karir, tiba-tiba saja saya merasa berutang banyak kepada ketiga anak saya. Sebab, film ini menghadirkan figur seorang ayah yang tidak hanya mencintai anaknya, tetapi senantiasa menyediakan waktu dan tenaga untuk membuat sang anak menikmati dan mensyukuri kehidupan. Hebat bukan ?

Saya memang masih jauh dari kualitas ayah yang sehebat itu, namun amat dan teramat penting untuk senantiasa menikmati dan mensyukuri kehidupan. Sebab dengan lebih banyak melihat sisi menyenangkan kehidupan, kita tidak saja sedang memproduksi tubuh dan jiwa yang sehat, namun juga menarik kehidupan untuk bergerak ke tempat indah tadi. Persis seperti film *Life Is Beautiful*, di mana sang ayah selalu bertutur kalau di akhir permainan anaknya menang akan mendapat hadiah tank, ternyata di luar dugaan sang anak betul-betul naik tank di akhir cerita.

Meminjam argumen David Weeks dan Jamie James dalam artikelnya yang berjudul *Secrets of the Super Young* di majalah *Reader's Digest* edisi Februari 2000, orang-orang yang amat awet muda dalam hidupnya, umumnya datang dari mereka yang selalu melihat kehidupan dalam aspeknya yang menyenangkan.

Coba perhatikan penemuan Weeks dan James setelah melakukan studi ilmiah yang amat intensif selama sepuluh tahun. Dibandingkan orang kebanyakan, manusia-manusia awet muda memiliki ciri-ciri unik. Dari memiliki hubungan yang lebih romantis dengan pasangan hidup, bersahabat dengan banyak kalangan, tidur cukup, banyak melakukan perjalanan, sampai dengan memiliki tekanan darah rendah hingga normal.

Yang jelas, fikiran dan cara kita menyimpulkan kehidupan memiliki peran yang tidak kecil dalam hal ini. Sebut saja hubungan romantis dengan pasangan hidup sebagai faktor pertamanya Weeks dan James. Ia tentu amat sangat dipengaruhi oleh seberapa bersyukur kita pada rezeki Tuhan yang satu ini. Orang boleh saja menyebutkan banyak ciri bagi pasangan hidup ideal. Dari harus mampu jadi teman, kekasih, ibu/bapak, pelacur sampai dengan manajer rumah tangga, namun tanpa kesediaan sengaja untuk menerima secara tulus pasangan hidup kita, kemanapun ia dicari di bawah kaki langit ini, tidak akan kita menemukan kehidupan yang romantis. Yang ada hanyalah pencaharian yang berulang-ulang, dan sering ditandai oleh kekecewaan dan frustrasi.

Lihat saja pengalaman banyak artis yang sudah bergelimang uang ketika berumur muda. Atau pengalaman orang yang sudah kaya sejak lahir. Atau juga orang yang hidupnya hanya mencari kenikmatan. Dalam mencari pasangan hidup, mereka menentukan standar setinggi-tingginya. Makanya, jangan heran kalau rasio kegagalan pernikahan paling banyak datang dari segmen masyarakat ini. Demikian juga frustrasi hidup.

Kembali ke cerita awal tentang hidup ini yang indah, saya amat terusik dengan pilosofi hidup seorang ayah dalam film *Life Is Beautiful*. Yang mengabdikan hampir seluruh hidupnya untuk

melihat aspek menyenangkan dari hidup dan kehidupan. Pertanyaan yang muncul berulang-ulang setelah menonton film ini, bisakah kita hidup stabil menyenangkan dalam siklus hidup yang mengenal gelombang ?

Saya pribadi memang belum menjawab positif maupun negatif terhadap pertanyaan ini. Namun, bukankah misi hidup adalah mendidik sang aku ? Bukankah ukurannya tidak apa yang kita capai, melainkan seberapa banyak kita berhasil memperbaiki sang aku lewat perjalanan waktu ?

Kalau ini ukurannya, maka saya tidak menyandang iri yang dalam ke film indah di atas. Demikian juga dengan Anda saya kira. Anda dan saya sama-sama menyandang kelemahan dan kekurangan. Namun seberapa negatifpun kekurangan kita, Tuhan masih memberikan kesempatan ke kita untuk mulai belajar melihat aspek menyenangkan dari kehidupan.

Coba perhatikan sekeliling Anda. Sebenarnya ada banyak sekali sumber yang membuat hidup ini indah dan menyenangkan. Ketika tulisan ini saya buat, burung gereja sedang ribut-ributnya memakan nasi yang diletakkan di pinggir kali, gemercik air kali berbunyi tidak henti-hentinya, anak saya yang terkecil yang baru berumur tiga tahun tidak henti-hentinya meminta ikut menekan key board komputer, bunga teratai sedang mengembang secara amat indahnyanya, demikian juga dengan bunga kamboja.

Anda boleh menyimpulkan lingkungan seperti ini dengan kesimpulan apapun, namun belajar dari film Life is Beautiful saya sedang mendidik diri untuk melihat hidup ini secara menyenangkan. Terserah Anda !.

Love Gives Us Wing

Entah dari mana datangnya kekuatan, setelah belajar jauh ke negeri orang bertahun-tahun, membaca ribuan buku, majalah, koran, mengumpulkan pengetahuan lewat internet, dicerahkan oleh pergaulan yang demikian luas, diperkaya oleh film yang sempat saya tonton, namun bolak-balik saya didamparkan pada puncak ide yang bernama cinta. Mirip dengan guru Aikido yang bernama Morihei Ueshiba, yang menyebut hanya ada satu puncak yaitu cinta, perjalanan ide saya juga demikian. Dari bacaan, pergaulan, maupun tontotan, semuanya berujung pada lorong yang bernama cinta.

Demikian juga ketika saya bersama anak-anak menonton film *The Theory of Conspiracy* di HBO suatu malam pertengahan Maret 2000. Film inspiratif yang dibintangi Mel Gibson dan Julia Roberts ini, memang dilatarbelakangi oleh dunia intelejen yang penuh teka-teki, menantang dan kadang kejam. Mel Gibson dan Julia Roberts memang bermain mengagumkan. Namun, yang lebih mengagumkan adalah cerita film ini. Untuk tujuan kekuasaan yang penuh kekejaman, kerakusan dan keserakahan, Mel Gibson memorinya diacak-acak dan dihancurkan. Kemudian, diformat ulang agar ia menjadi seorang pembunuh yang berdarah dingin. Yang diharapkan bisa membunuh seorang hakim yang membongkar kasus lama.

Akan tetapi, begitu Mel Gibson siap membunuh sang hakim, ia melihat cinta seorang hakim terhadap puterinya (Julia Roberts) yang menawan. Entah cinta sang hakim pada puterinya, atau cinta seorang pria kepada seorang wanita, yang jelas seluruh energi cinta ini menghentikan energi membunuh Mel Gibson yang penuh dengan format penguasa.

Merasa takut dan tidak puas dengan hasil format terhadap Mel Gibson, iapun dikejar dan disiksa. Bahkan sampai mengerahkan seluruh komponen aparat keamanan. Sekali lagi, ia selamat berkat sayap yang bernama cinta. Di akhir cerita, secara amat romantis Mel Gibson bertutur apik : *love gives us wing*.

Kalimat apik terakhir ini mengingatkan saya pada sejumlah pengalaman berat. Dalam presentasi di depan petinggi-petinggi Citibank Indonesia – dari country manager sampai dengan semua vice president – saya bertemu dengan banyak sekali orang pintar dengan jam terbang yang mengagumkan. Demikian juga ketika diajak keliling Indonesia oleh Tupper Ware. Saya bertemu dengan banyak manusia yang amat beragam. Hal yang sama juga terjadi, ketika melakoni diri menjadi konsultan yang harus berhadapan dengan pengusaha-pengusaha sukses yang kaya raya. Ada yang sombong, merendahkan, menghina sampai dengan kagum penuh pujian.

Akan tetapi, dengan modal sayap yang bernama cinta, semua itu lewat tanpa halangan yang menakutkan. Seorang peserta lokakarya yang amat sarkastis di awal, di akhir malah memeluk saya sambil memberikan hadiah sepasang sepatu mahal. Kerap saya ragu dan bingung, tanpa usaha yang terlalu keras, bagaimana orang yang demikian bermusuhan awalnya menjadi demikian bersahabat. Dalam politik perkantoran juga sama. Kepala saya pernah diinjak dan dikencingin orang lain. Bahkan ada yang melakukannya di depan umum. Entah dari mana datangnya kekuatan, orang-orang seperti ini belakangan tidak sedikit yang menaruh hormat yang tinggi.

Dan setelah mendengar pesan Mel Gibson bahwa *love gives us wing*, saya baru saja sadar. Bahwa cinta bisa membuat kita bersayap. Untuk kemudian, terbang tinggi-tinggi dalam kehidupan. Tidak hanya tinggi dalam prestasi materi, tetapi juga tinggi dalam prestasi spiritual. Lebih dari itu, sebagaimana burung yang bersayap, tubuh dan jiwa ini juga menikmati kebebasan yang demikian mengagumkan. Imajinasi, inovasi, inspirasi datang demikian mudahnya dalam kehidupan yang bersayapkan cinta.

Coba perhatikan lirik lagu Boyzone yang berjudul Every Day I Love You, It's a touch when I feel bad, It's a smile when I get mad. Cinta memang bisa demikian memabukkan kalau tidak dibingkai dengan kedewasaan dan kearifan. Namun begitu ia berada dalam bingkai kedewasaan dan kearifan, ia berfungsi persis seperti sayap besar dan tangguh. Dan siap membawa kita kemana saja kita pergi dalam kehidupan.

Bercermin dari filmnya Mel Gibson, pengalaman pribadi saya, maupun lagunya Boyzone, akan banyak gunanya kalau kita membanjiri diri kita dengan cinta. Dan ini sebenarnya tidak sulit. Energi cinta tersedia demikian melimpah di mana-mana. Istri, suami, anak, orang tua, tetangga, alam semesta, Tuhan adalah sumber dan sekaligus tempat penyaluran cinta. Kita bisa melakukannya kapan saja dan di mana saja baik dengan biaya mahal maupun murah.

Saya menyisakan sebagian kecil makanan di pinggir piring setiap kali makan, meletakkan segenggam nasi di pinggir taman rumah agar dimakan oleh burung-burung gereja yang datang setiap pagi, meletakkan daun talas di kolam ikan agar ikan makan dengan lahap, membagi sebagian kecil rejeki ke orang-orang bawah yang memerlukan, memberi semampu mungkin ke anak, isteri dan orang tua. Anda saya yakin punya cara yang jauh lebih banyak dibandingkan dengan saya. Mencitai juga lebih hebat dibandingkan dengan saya. Namun, jangan pernah lupa, cinta membuat kita bersayap. Dan kemudian membuat tubuh dan jiwa ini terbang demikian enteng dan ringan. Seperti Mel Gibson yang mengalahkan format teknologi yang demikian mengagumkan namun kejam.