

PULIH LEBIH CEPAT, BANGKIT LEBIH KUAT

“Seekor kupu-kupu tidak akan leluasa terbang jika hidupnya didalam stoples kaca. Kupu-kupu itu harus lebih lepas supaya sayapnya tumbuh makin Tangguh saat mengelilingi dunia. Begitupun kita yang harus membebaskan diri dari belenggu bila tidak ingin menjadi katak dalam tempurung yang mengira dunia hanya sebesar tempat tinggalnya.”

Karena focus pada kesengsaraan diri sendiri, seseorang bisa saja menjadi sangat egois. Padahal, ada yang tampak pada orang lain, selalu ada yang tidak bisa kita lihat. Terlebih dalam dunia maya. Ada banyak orang yang hanya menggugah kesedihannya sekian persen, supaya hidupnya tampak Bahagia. Ada orang-orang yang tekun memfilter aktivitasnya supaya mencitrakan apa yang mereka inginkan. Sementara kesedihan kita, rasa susah hati kita, perasaan iri kita, nyata. Mengapa pandangan kita yang seperti itu harus dipertahankan? Jika kebahagiaan kita tidak terletak pada mereka? Mengapa kita harus bersedih karena mereka?

Kita bisa saja berada ditempat yang sama, tetapi mengalami pengalaman yang berbeda. Hanya dengan berusaha memahami, kita akan dapat merasakan kondisi orang lain. Seseorang bisa dengan mudah memandang remeh orang lain hanya karena tidak mengalami pengalaman yang sama. Namun, orang bijak tidak akan terburu menjatuhkan praduga dan melemparkan kecaman pada seseorang yang dikenal sebatas permukaan. **HARGAI USAHA ANDA, HARGAI DIRI ANDA. PENGHARGAAN KEPADA DIRI SENDIRI AKAN MEMBAWA ANDA MENUJU DISIPLIN DIRI.**

Dan ingat, mengeluh itu manusiawi, kalau orang mengeluh bukan berarti tidak bersyukur. Setiap orang punya fase kesedihannya masing-masing, makanya mengeluh bukan berarti tidak bersyukur. Mengeluh hanya menandakan kita manusia dan tidak apa-apa sesekali untuk runtuh. Sejatinya seseorang akan mampu menghargai orang lain dengan tulus, hanya setelah ia selesai dengan urusan menghargai diri sendiri. Sekali waktu, beri reward pada tubuh kita. Secukupnya saja, selama itu sudah membuat diri Bahagia. Setiap orang punya standar penghargaan sendiri pada dirinya. Begitu pula kita. Dan, kita berhak untuk melawan bila tidak mendapat kebebasan untuk menyelamatkan kejiwaan sendiri.

Pertumbuhan yang baik akan terjadi jika diusahakan dan dipelihara. Tidak ada yang salah dari sebuah pilihan, yang salah adalah Ketika kita memilih dan mengeluh, dan yang bodoh adalah Ketika sudah mengeluh tidak mencoba pilihan lain, mencoba bukan pindah kepilihan lain, setidaknya mencoba untuk memilih yang lain. **Suatu konsekuensi dari Komitmen adalah konsisten. Pulih lebih cepat, bangkit lebih kuat. Sayangi dirimu, berhentilah menyenangkan semua orang.**

Catatan Juli

Jevall