

trust
media
publishing

Fifi Hafizhah Nurul Fikri, Novy E.R.,
Wildan Wahid Hasim dan Penulis Lainnya

GOOD VIBES ONLY

Segala upaya untuk mengubah keadaan
agar tidak sekadar baik-baik saja,
tetapi juga bersinar dan menerangi
gelapnya kehidupan.

GOOD VIBES ONLY (Segala upaya untuk mengubah keadaan agar tidak sekadar baik-baik saja, tetapi juga bersinar dan menerangi gelapnya kehidupan.)

viii+166 hal.; 15 x 23 cm

Hak Cipta © 2022 pada Penulis

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang.

Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun, baik secara elektrinis maupun mekanis, termasuk memfotocopy, merekam atau dengan sistem penyimpanan lainnya, tanpa izin tertulis dari Penyusun dan Penerbit.

Penulis:

Fifi Hafizhah Nurul Fikri

Novy E.R.

Wildan Wahid Hasim, dkk

Editor:

Elliya

Cetakan ke 1, Maret 2022

ISBN: 978-602-5599-58-3

Penerbit:

Trustmedia Publishing

Jl. Cendrawasih No. 3 Maguwo Banguntapan

Bantul, D.I. Yogyakarta 55198

Telp. +62 81329827456

E-mail: dwilogi@gmail.com

Kata Pengantar

Setiap orang selalu berada di dua fase. *Pertama*, fase saat kita hanya fokus dengan diri sendiri dan lebih mengutamakan kepentingan pribadi. Pada fase ini, kita melakukan apa pun untuk menyenangkan diri sendiri tanpa peduli dengan keadaan di sekitar kita. Ini memang terdengar egois dan sangat disayangkan kalau kita hanya berhenti pada fase ini. Namun, mau tidak mau, fase pertama ini memang harus kita lalui dan wajar adanya.

Bila kita sudah memaksimalkan potensi diri dan terus-menerus meningkatkan kualitas diri sendiri, sudah seharusnya kita naik tingkat ke fase *kedua*, yakni kepedulian sosial. Ini adalah bukti bahwa kita sewajarnya manusia yang diciptakan Tuhan sebagai makhluk sosial—yang tidak hanya butuh berinteraksi dengan sesama, tetapi memberikan manfaat seluas-luasnya. Tentu saja manfaat tersebut banyak wujudnya, bisa dalam bentuk ide atau gagasan, kontribusi materi, sumbangsih tenaga, waktu dan lainnya.

Oleh Gus Mus, sapaan akrab K.H. Mustofa Bisri, kedua fase tersebut sering beliau sebut sebagai kesalehan pribadi dan kesalehan sosial. Intinya sama, siapa pun tidak bisa lepas dari dua fase tersebut. Peningkatan kualitas pribadi tetap harus dibarengi dengan adanya kontribusi sosial. Karena pada dua fase tersebut, peluang untuk menabung pahala tentu sangat terbuka sekali. Ada ibadah personal dan ada pula ibadah berjamaah (sosial).

Lantas, apa kaitannya kedua fase tersebut dengan isi konten buku ini?

Sangat erat. Karena secara keseluruhan, tulisan di dalam buku ini memberikan gagasan pada dua ranah tersebut. Sebagian besar gagasan penulis berpusat pada fase pertama, dan sebagian

lagi menjabarkan ide-ide terkait dengan dorongan untuk memperbaiki kondisi sosial kita. Bukankah itu sesuatu yang lengkap? Di satu sisi, banyak wejangan yang bisa kita dapatkan untuk melatih diri kita sendiri untuk mencapai derajat insan mulia. Di sisi lain, kita diajak untuk lebih *care* dengan apa pun yang terjadi di sekitar kita.

Pertanyaannya sekarang, apakah sekarang kita sudah siap diajak untuk memperbaiki diri sendiri sekaligus bergerak untuk lebih peduli dengan kondisi lingkungan kita? Jangan dijawab dulu sebelum kita tuntaskan membaca seluruh tulisan di dalam buku ini. Jadi, selamat membaca, ya!

Dwi Suwiknyo, penulis buku *bestseller*.

Daftar Isi

Kata Pengantar.....	iii
Daftar Isi.....	v
Kebiasaan Baik Berbuah Baik <i>Fifi Hafizhab Nurul Fikri</i>	1
Vibrasi Kebaikan Lewat Kata <i>Sitti Rachmi Masie</i>	8
Oase Al-Qur'an di Tengah Kesibukan <i>Syamil Azkiya</i>	13
Percaya Gusti Allah <i>Novy E.R</i>	19
Anak-Anak Istimewa Belajar Al-Qur'an <i>Atin Sumaryani</i>	26
Kehilangan yang Belum Sempat Memiliki <i>Dona Ningrum Mawardi</i>	33
Pentingnya Jurnal Syukur <i>Liza Dewi</i>	38
Doa Dulu, Ikhtiar Kemudian <i>Dwi Suwiknyo</i>	43
Belajar Mandiri ala Anak Rantau <i>Mardhatillah Muhammad</i>	48
Teka-Teki Jalan Takdir <i>Sidik Sujendro</i>	53
Perjuangan Meraih Kesuksesan <i>Euis Masruroh</i>	57

Vibrasi Kebaikan Lewat Kata

Sitti Rachmi Masie

Berpikir sebelum bicara. Apakah Anda percaya tentang kekuatan kata? Kata keluar dari lisan seseorang dapat memberi dampak untuk dirinya sendiri. Pentingnya menata kata yang keluar dari lisan seseorang sebelum kata itu keluar diterima oleh orang lain. Orang lain akan menafsirkan dari beragam sudut pandang apakah dengan makna negatif atau makna positif.

Kekuatan kata melahirkan energi. Jadi teringat sebuah penelitian Yvonne Oswald tentang *Every Word has Power*. Penelitiannya tentang kekuatan perkataan. Keajaibannya tentang kata melahirkan energi bagi penutur. Kata positif diyakini akan selalu mengeluarkan tindakan yang positif. Sehingga pentingnya bagi seseorang untuk bisa memasukan informasi yang sangat bagus dengan energi yang berkualitas, karena secara otomatis energi itu yang akan dipancarkan menjadi pikiran dan tindakan yang berujung pada nasib seseorang.

Seorang motivator, Nasrullah dalam konsep Rahasia Magnet Rezeki, *Garbage in, garbage out*, yang masuk sampah yang keluar sampah juga. *Diamond in, diamond out*, yang masuk berlian yang keluar berlian. Kebiasaan seseorang dengan lingkungan dan komunitas yang baik akan melahirkan perilaku yang baik melalui adab, yaitu adab lisan dan adab tindakan.

“Aku bersyukur, dikasih kesempatan untuk berbuat baik.”

“Aku mencintainya, karena kasih sayang Allah.”

“Aku ridha atas ujian yang menimpaku, karena Allah telah memilihku untuk belajar ikhlas.”

“Sabar atas keterbatasanku, karena Allah menyayangiku.”

“Kita saling menguatkan.”

“Aku selalu bahagia, apa pun yang terjadi.”

Ucapan kalimat positif selalu dibiasakan, karena setiap kata adalah doa, rasa pun adalah doa, dan setiap doa dikabulkan oleh Allah.

Sangat berbeda ketika terbiasa dengan kalimat negatif.

“Mengapa mereka selalu rugi, tidak seberuntung kamu?”

“Kenapa dia selalu sial?”

“Dia punya banyak hutang, yang tidak sanggup dibayarnya.”

“Mereka sangat pelit dan norak lagi!”

“Mengapa gajinya selalu terlambat? Karena lagi kesusahan sekarang.”

“Mengapa pikiranmu buntu? Kog, bodohnya!”

Pikiran yang negatif akan berdampak pada perilaku yang negatif. Jika perilaku tersebut diulang-ulang secara terus menerus maka akan menjadi kebiasaan, sehingga dengan kebiasaan itu akan menentukan nasib baik dan buruknya seseorang.

Seorang manusia adalah bagian dari peradaban dan peradaban manusia terdiri atas kumpulan-kumpulan nasib. Ada nasib yang baik dan ada nasib yang kurang baik. Mengapa nasib berbeda-beda? Karena setiap manusia punya karakter yang berbeda. Karakter tertentu akan mengakibatkan nasib tertentu. Untuk mengubah nasib, maka karakter perlu diubah. Karena kebiasaan dalam hidup, yang membawa perjalanan nasib seseorang. Kata atau kalimat yang biasanya terucap dapat mengiringnya membawa pada nasib untuk kehidupannya yang nyata. Baik melalui pikiran, perasaan, dan tindakan.

Pikiran berproses hingga melahirkan tindakan. Sangat mudah ketika pikiran dibawa tergelincir dalam kalimat pesimisme atau kalimat kotor lewat lisan seseorang, dan akan menghasilkan tindakan yang pesimisme juga. Tidak percaya diri, tidak berani, merasa takut, dan sebagainya. Jangan biarkan berkubang dengan perenungan pesimistis atau mencari berita-berita buruk, menerima informasi yang hoax bahkan melebih-lebihkan dengan kalimat negatif. Tetapi jika berpikiran positif dan realistis maka akan melahirkan kalimat yang santun dan bijak, mencermati setiap informasi yang diterima, menyaring beragam informasi, dan serta berperilaku dengan tindakan yang bijak.

Ketika kita mengungkapkan kata lewat perasaan terkadang lebih bergejolak rasanya. Dengan merasakan sesuatu dan hanya diungkapkan tanpa suara atau munculnya gejala perasaan, lebih diyakini kuat dibandingkan pikiran. Perasaan sangat mempengaruhi tindakan seseorang. Perasaan melahirkan sikap dan perilaku yang baik dan yang buruk. Sehingga diperlukan pengelolaan kata yang lebih bijak. Membiasakan lingkungan yang positif atau mengubah *mindset* dari negatif ke positif. Menciptakan rasa yang bahagia, walaupun merasakan pahitnya kehidupan. Berusaha membatasi pengaruh negatif, karena dikhawatirkan akan menimbulkan penyakit psikis atau klinis. Berada dengan lingkungan positif, orang-orang yang sukses dan menciptakan kebahagiaan akan memberikan rasa yang positif.

Banyak orang melihat tindakan, karena tindakan melahirkan kata. Tindakan kebaikan kecil dapat memiliki dampak besar pada pemberian dan penerimaan. Suatu kebahagiaan tersendiri, ketika bertemu dengan seseorang yang tidak dikenal, tetapi langsung menyapa dengan senyum manisnya, atau memberikan sapaan salam, bahkan dengan doa tulusnya, “Semoga Anda bahagia hari ini!”, “Semoga rezeki Anda bertambah”, “Semoga keselamatan dan kebahagiaan selalu menyertai Anda!”, “Sukses dan berkah selalu!”.

Bahkan pernah mewawancarai seorang pengusaha yang sukses di Gorontalo, tentang inspirasi hidupnya, *habit* yang dilakukan adalah menuliskan orang-orang di sekelilingnya, keluarga, sahabat, teman kerja, lewat jurnal doanya. Selain punya target yang harus dicapai, pengusaha ini memiliki prinsip bahwa “Jika ingin bahagia, maka berdoalah untuk kebahagiaan orang lain”. Dalam suatu riset menunjukkan bahwa orang yang baik dan penyayang kepada orang lain lebih puas dengan kehidupan mereka, menikmati kesehatan fisik mental yang lebih baik dan memiliki hubungan yang lebih kuat.

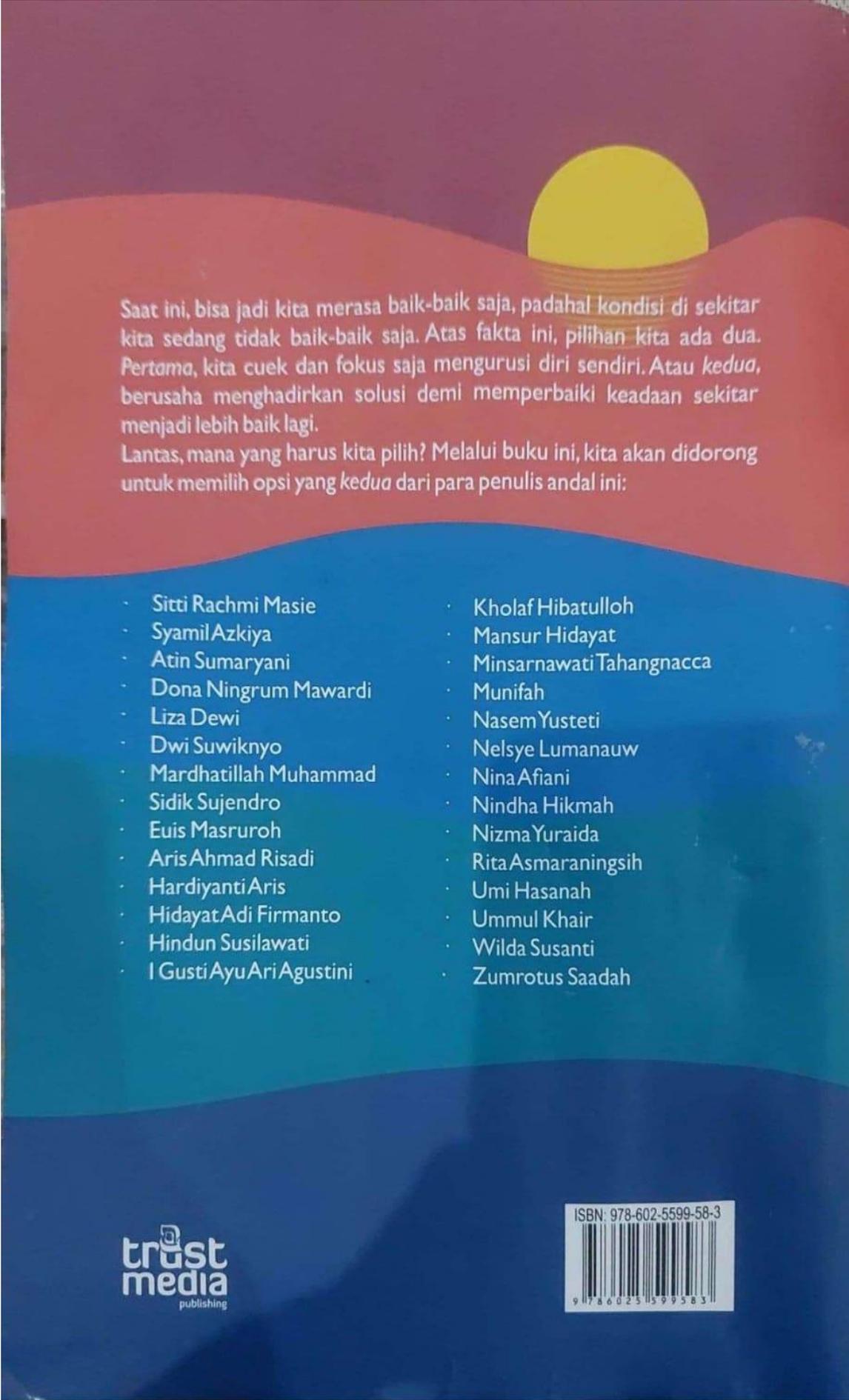
Berjuang untuk menata kata, hati dan tindakan adalah bagian dari amar makruf, mengajak kepada orang lain untuk berbuat kebaikan. Sesekali ada jalan terjal, hambatan, untuk melewatinya. Rintangan untuk mengawasi lisan tidak sedikit. Namun buahnya sungguh ranum, hasilnya akan bisa dinikmati. Allah SWT menyebutnya sebagai perkataan yang terbaik yang pernah diucapkan oleh manusia. Dalam surat Fushilat:33, “*Siapakah yang lebih baik perkataannya dari pada orang yang menyeru kepada Allah, mengerjakan amal shalih, dan berkata: “Sesungguhnya aku termasuk orang-orang yang menyerahkan diri?”*” Ketika kita memberikan keteladan dengan mengajak kebaikan lewat lisan dapat memberikan manfaat kepada diri seseorang, secara langsung maupun tidak langsung.

Perkataan yang baik memunculkan vibrasi. Vibrasi adalah sebuah getaran energi yang memancar ke diri seseorang. Yakinlah apa pun yang dilakukan lewat lisan, hati, atau tindakan akan memunculkan vibrasi di semesta. Saat melakukan sesuatu yang negatif maka akan memunculkan getaran negatif yang merusak. Pernahkan Anda bertemu dengan seseorang yang setiap hari mengeluarkan kalimat kotor, pikiran negatif kepada teman-temannya, bahkan dalam sehari menulis status tiga sampai lima status yang menggambarkan rasa kegalauannya. Kemudian memberikan komentar-komentar negatif di beragam media sosial, datang bertemu dengan mengungkapkan kalimat “*Mengapa kesedihan ini selalu menyertaiku?*”, “*Mengapa sial selalu?*”, “*Apakah dengan uang aku bisa bahagia?*” Tanpa disadarinya energi negatif diucapkan, dan hasilnya kembali ke dirinya sendiri.

Berbeda ketika merasakan vibrasi positif, suasana bahagia akan melingkupi hati dan jiwa penutur. Pikiran positif, hati bahagia, senyum merekah, niat ikhlas dalam segala amal membentuk sel dan energi yang memancar ke semesta. Semangat dalam beramal, santun dalam berucap, syukur yang tertunaikan, dan dapat meningkatkan daya tahan fisik yang kuat. Selain itu vibrasi positif dapat menularkan kebaikan di lingkungan sekitar. Apa pun posisinya, profesinya, dapat memberikan dampak besar dan mengubah lingkungan menjadi lebih baik.

Ketika menjalani aktivitas sehari-hari, mengirim energi ke semesta dan menerima kembali energi tersebut. Sebab pikiran, tubuh, dan roh terdiri dari energi, yang bergetar keluar dan bisa dirasakan oleh orang lain. Jadi, getaran apapun yang terjadi dalam diri akan berdampak pada simpanan energi ke diri sendiri.

Sitti Rachmi Masie. Asal dari Talaga Jaya Kabupaten Gorontalo Provinsi Gorontalo. Pengajar di Fakultas Sastra dan Budaya Universitas Negeri Gorontalo. Pendidikan terakhir S3 Pendidikan Bahasa Indonesia di Universitas Negeri Malang. Punya karya 2 buku fiksi dan 3 buku nonfiksi. Saat ini sangat bersyukur dan berbahagia bisa belajar menulis di Pesantren Menulis. Dapat menghubungi saya melalui email: sittirachmi@ung.ac.id



Saat ini, bisa jadi kita merasa baik-baik saja, padahal kondisi di sekitar kita sedang tidak baik-baik saja. Atas fakta ini, pilihan kita ada dua. *Pertama*, kita cuek dan fokus saja mengurus diri sendiri. Atau *kedua*, berusaha menghadirkan solusi demi memperbaiki keadaan sekitar menjadi lebih baik lagi.

Lantas, mana yang harus kita pilih? Melalui buku ini, kita akan didorong untuk memilih opsi yang *kedua* dari para penulis andal ini:

- Sitti Rachmi Masie
- Syamil Azkiya
- Atin Sumaryani
- Dona Ningrum Mawardi
- Liza Dewi
- Dwi Suwiknyo
- Mardhatillah Muhammad
- Sidik Sujendro
- Euis Masruroh
- Aris Ahmad Risadi
- Hardiyanti Aris
- Hidayat Adi Firmanto
- Hindun Susilawati
- I Gusti Ayu Ari Agustini
- Kholaf Hibatulloh
- Mansur Hidayat
- Minsarnawati Tahangnacca
- Munifah
- Nasem Yusteti
- Nelsye Lumanauw
- Nina Afiani
- Nindha Hikmah
- Nizma Yuraida
- Rita Asmaraningsih
- Umi Hasanah
- Ummul Khair
- Wilda Susanti
- Zumrotus Saadah

**trust**
media
publishing

ISBN: 978-602-5599-58-3

