

ASLAMUDDIN LASAWEDY

Jangan Atur Tuhan



Jangan Atur Tuhan

Aslamuddin Lasawedy



Jangan Atur Tuhan

Indramayu © 2025, Penerbit Adab

Penulis: Aslamuddin Lasawedy
Editor : Muhamad Khoirul Anam
Desain Cover : Difiyani Puspitasari
Layouter : Muhamad Khoirul Anam

Diterbitkan oleh Penerbit Adab

CV. Adanu Abimata

Anggota IKAPI : 354/JBA/2020
Jl. Intan Blok C2 Pabean Udik Indramayu Jawa Barat
Kode Pos 45219 Telp : 081221151025
Surel : penerbitadab@gmail.com
Web: <https://Penerbitadab.id>

Referensi | Non Fiksi | R/D
x + 100 hlm. ; 14 x 20cm
No. ISBN : 978-634-216-491-4
No. E-ISBN : 978-634-216-492-1(PDF)
Cetakan Pertama, September 2025
Edisi Digital, September 2025



Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun, secara elektronik maupun mekanis termasuk fotokopi, merekam, atau dengan teknik perekaman lainnya tanpa izin tertulis dari penerbit.

All right reserved

A grayscale background image showing the silhouette of a person from behind, looking out a large window with multiple panes. The light from the window creates a soft glow around the person's head and shoulders.

KATA PENGANTAR

Tuhan melampaui kehendak manusia. Tuhan, dalam banyak keyakinan adalah pencipta dan penguasa segala sesuatu. Manusia seharusnya tunduk pada kehendak-Nya, bukan mencoba mengatur-Nya sesuai dengan keinginan atau logikanya sendiri.

Sejatinya, manusia tidak boleh “mengatur” Tuhan, karena hal itu bertentangan dengan hakikat hubungan antara manusia dengan Tuhannya. Ada sejumlah alasan mengapa manusia tidak seharusnya mencoba mengatur Tuhannya.

Dalam banyak ajaran agama, Tuhan adalah sumber segala sesuatu, sementara manusia adalah ciptaan-Nya. Sebagai makhluk, manusia tidak dalam posisi untuk mengatur atau mengendalikan Sang Pencipta. Justru, manusialah yang seharusnya tunduk pada kehendak-Nya.

Akal, pengetahuan, dan pengalaman manusia sangat terbatas dibandingkan dengan kebijaksanaan Tuhan yang tak ada batasnya. Jika manusia mencoba mengatur Tuhan. Mereka akan menciptakan konsep Tuhan yang sesuai dengan keinginannya, bukan sebagaimana Tuhan yang sebenarnya.

Tatkala seseorang mencoba menentukan bagaimana

Tuhan “seharusnya” bertindak atau menyesuaikan Tuhan dengan keinginan pribadinya. Itu bisa menjadi bentuk kesombongan spiritual. Sikap ini bisa menjauhkan seseorang dari kebenaran dan merusak hubungannya yang tulus dengan Tuhannya.

Sepanjang sejarah, banyak orang dan kelompok yang mencoba mengatur Tuhan untuk kepentingan pribadi, politik, atau kepentingan ideologisnya. Ini bisa mengarah pada penyalahgunaan agama, pemaksaan doktrin yang keliru, bahkan menimbulkan konflik horizontal antar manusia.

Mencoba mengatur Tuhan bisa berarti manusia merasa lebih tahu atau lebih berhak menentukan bagaimana Tuhan seharusnya bertindak. Ini bisa menjadi bentuk kesombongan yang justru menjauhkan seseorang dari pemahaman yang lebih dalam tentang Tuhan.

Hubungan yang sehat dengan Tuhan melibatkan kepercayaan, kerendahan hati, dan penerimaan. Bukan mencoba mengontrol atau memanipulasi Tuhan agar sesuai dengan keinginan manusia. Sehingga manusia seharusnya berserah diri dan mengikuti kehendak Tuhannya, bukan sebaliknya.

Jika seseorang mencoba mengatur Tuhannya, maka ia bisa kehilangan esensi dari iman sejati, yaitu keterhubungan yang mendalam dengan Tuhannya melalui kepercayaan dan kepasrahan.

Nah, buku ini memberikan perspektif baru tentang bagaimana menjalani hidup penuh keikhlasan dan keyakinan. Segala sesuatu terjadi berjalan sesuai dengan kebijaksanaan dan ketentuan-Nya. Jangan atur Tuhan adalah sikap yang harus diperjuangkan seorang hamba, agar ia senantiasa

berusaha menerima, menjalani dan bersyukur atas segala karunia dan ketentuan-Nya.

Kepada berbagai pihak yang telah banyak membantu hingga buku ini terbit, kami haturkan berjuta rasa terima kasih. Secara khusus saya ingin mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada kedua orang tua saya yang sangat saya sayangi. Melalui mereka, cakrawala berpikir saya mulai diasah hingga bertumbuh dan berkembang.

Akhirnya, besar harapan kami, buku ini akan memberi manfaat sebesar-besarnya kepada kita semua. Bila ada kesalahan dalam buku ini, itu adalah kesalahan saya. Mohon koreksinya.



DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	vii
BAGIAN PERTAMA	
KETIKA HIDUP TAK SESUAI HARAPAN	1
A. Mengapa Manusia Sering Ingin Mengatur Jalan Hidupnya Sendiri ?	3
B. Perasaan Kecewa, Marah, dan Frustrasi Muncul Ketika Rencana Tidak Berjalan Sesuai Keinginan	6
C. Memahami Ketidakpastian dan Misteri dalam Hidup	7
BAGIAN KE DUA	
TUHAN BUKAN ASISTEN PRIBADI KITA	11
A. Kesalahan Berpikir Menganggap Tuhan Sebagai Pemberi Apa pun yang Kita Inginkan.	15
B. Perbedaan Antara Doa dan Perintah Beribadah Kepada Tuhan.	19
C. Bagaimana Seharusnya Kita Berdoa dan Berserah ?	22

BAGIAN KETIGA

MENEMUKAN KESEIMBANGAN :

TAKDIR, USAHA, DAN IKHTIAR..... 25

- A. Apakah Manusia Bisa Mengubah Takdir ?28
- B. Peran Usaha dan Doa dalam Kehidupan 31
- C. Kisah-Kisah Inspiratif Tentang Kesabaran dan Keikhlasan35

BAGIAN KE EMPAT

MENERIMA KEHENDAK TUHAN,

ANTARA UJIAN ATAU BERKAH..... 41

- A. Cara Menghadapi Ujian Hidup Dengan zhati Yang Lapang..... 44
- B. Menyadari Bahwa Rencana Tuhan Lebih Baik Dari Rencana Manusia..... 48
- C. Membedakan Antara Ujian dan Hukuman Dalam Kehidupan..... 50

BAGIAN KE LIMA

BELAJAR DARI KEGAGALAN DAN KEHILANGAN..... 53

- A. Mengapa Kegagalan Sering Kali Menjadi Berkah Tersembunyi 56
- B. Kisah-Kisah Orang Sukses Yang Pernah Mengalami Kegagalan Besar 58
- C. Cara Bangkit dari Keterpurukan Tanpa Menyalahkan Tuhan..... 60

BAGIAN KE ENAM	
MENJALANI HIDUP PENUH PERCAYA DIRI,	
JAUH DARI KEKHAWATIRAN	63
A. Menguatkan Keyakinan Kepada Tuhan	
Dalam Setiap Keadaan	66
B. Meninggalkan Kekhawatiran Berlebihan	
Tentang Masa Depan.....	68
C. Menjalani Hidup Dengan Lebih	
Tenang dan Harmoni	70
BAGIAN KE TUJUH	
KETIKA SEMUA TAK BERJALAN SESUAI RENCANA.....	75
A. Mengapa Tuhan menunda atau	
menggagalkan sesuatu yang	
kita inginkan ?	78
B. Cara berdamai dengan	
ketidaksempurnaan dan ketidakpastian	81
C. Menerima Bahwa Rencana Tuhan Selalu	
Lebih Baik.....	82
BAGIAN KE DELAPAN	
HIDUP SELARAS DENGAN PENGATURAN TUHAN	85
A. Bagaimana cara membangun hubungan	
yang lebih baik dengan Tuhan ?	88
B. Mengubah cara berpikir agar lebih	
berserah, bukan mengatur Tuhan	91
C. Hidup lebih damai dengan menerima	
apa pun yang terjadi.....	93
TENTANG PENULIS	96
SERTIFIKAT HAKI.....	99



BAGIAN PERTAMA
KETIKA HIDUP TAK
SESUAI HARAPAN



Ketika hidup tak sesuai harapan. Ini bisa menjadi momen refleksi. Apakah ini ujian, atau bahkan petunjuk bahwa ada rencana Tuhan yang lain, yang belum kita pahami.

Kadang, saat harapan kita tidak terwujud, bisa jadi itu adalah cara Tuhan mengajarkan kita untuk lebih berserah dan percaya bahwa ada jalan yang lebih baik yang telah disiapkan oleh Tuhan. Bila kita mengambil hikmahnya, maka inilah kesempatan yang Tuhan beri, agar kita senantiasa berserah diri.

Itulah sebabnya, kegagalan atau kekecewaan dalam hidup ini, bisa menjadi sarana bagi kita untuk terus bertumbuh menjadi manusia paripurna. Dalam banyak tradisi spiritual, penderitaan dianggap sebagai jalan menuju kebijaksanaan dan kedewasaan. Sebuah pelajaran penting untuk menguji kesabaran dan daya tahan kita dalam mengarungi bahtera hidup ini.

Apa yang kita rencanakan dan inginkan dalam hidup ini belum tentu yang terbaik bagi kita. Dalam ajaran agama, manusia diajarkan untuk percaya bahwa segala sesuatu terjadi atas izin-Nya dan ada hikmah di baliknya. Sehingga penting bagi kita untuk menyadari bahwa rencana Tuhan itu lebih baik dan akan indah pada waktunya.

Terkadang, kita perlu meninjau ulang beragam rencana dan harapan kita. Apakah rencana dan harapan kita itu benar-benar kita butuhkan atau itu semua hanyalah keinginan sesaat kita? Boleh jadi, apa yang kita anggap buruk saat ini, di kemudian hari justru membawa keberkahan dan kebaikan. Boleh jadi juga, apa yang kita anggap sangat menguntungkan justru sangat merugikan kita.

Saat rencana kita gagal, mungkin itulah saatnya bagi

kita untuk introspeksi diri atau mencari jalan baru yang lebih selaras dengan jiwa dan raga kita. Sehingga kian hari kualitas diri kita akan semakin meningkat.

Tatkala kita ikhlas menerima segala ketentuan-Nya. Dada akan terasa lega. Ikhlas disini bukan berarti pasrah tanpa usaha. Tetapi menerima dengan hati lapang bahwa segala sesuatu mengalir begitu saja dan memiliki waktunya sendiri.

Hidup yang tak sesuai dengan rencana dan harapan, bukanlah akhir dari segala-galanya. Namun bisa menjadi awal dari sesuatu yang lebih baik dan bermakna. Teruslah berusaha dan berdoa. Percaya saja bahwa setiap kejadian membawa makna yang tak terkira dalam perjalanan hidup kita.

A. Mengapa Manusia Sering Ingin Mengatur Jalan Hidupnya Sendiri ?

Sejatinya manusia memang ingin mengatur jalan hidupnya sendiri. Alasannya sangat manusiawi, lantaran manusia memiliki kehendak bebas untuk mencapai kebahagiaan dan tujuan hidupnya. Ia bebas memilih dan bertindak. Inilah sifat dasar manusia yang ingin hidup sesuai dengan nilai-nilai dan prinsip hidupnya sendiri.

Manusia merasa lebih aman, tenang dan nyaman, saat bisa mengendalikan hidupnya. Ia tidak ingin membiarkan hidupnya ditentukan atau bahkan didikte oleh orang lain. Kebanyakan manusia berpandangan bahwa ia bisa mencapai potensi terbaiknya, saat ia mengambil keputusan sendiri terhadap hidupnya,

Manusia diberikan kehendak bebas untuk memilih dan menentukan jalan hidupnya. Sehingga manusia harus menentukan sendiri apakah ia akan mengikuti kebijaksanaan

Ilahi atau menuruti keinginannya sendiri. Inilah anugerah sekaligus ujian bagi manusia.

Dalam pencarian makna dan tujuan hidupnya, manusia cenderung ingin mengatur jalan hidupnya sendiri. Alasannya sederhana, dengan mengatur hidupnya sendiri, seseorang bisa belajar dan menimba pengalaman dari kisah sukses dan kegagalan dalam hidupnya.

Keinginan untuk mengatur hidup sendiri ini, muncul dari ego yang merasa lebih tahu segalanya tentang apa yang terbaik dalam hidup ini. Hal inilah yang terkadang menjauhkan manusia dari kepasrahan dan kepercayaan kepada kekuatan yang lebih agung yang melampaui dirinya.

Keinginan manusia untuk mengatur jalan hidupnya sendiri sering kali berasal dari sejumlah faktor. Ini menjadi sifat dasar manusia dalam hubungannya dengan Tuhannya dan alam semesta.

Saat masih di bangku sekolah, sering kita dengarkan, guru kita berbicara tentang pentingnya merencanakan masa depan. Saat itu, kita merasa sangat yakin dengan apa yang ingin kita capai dalam hidup ini. Tak heran kita kemudian mematok cita-cita besar di masa depan, seperti ingin jadi dokter, arsitek, penyanyi, tentara dan seterusnya.

Namun ketika kita beranjak dewasa, kita mulai menyadari bahwa hidup ini tidak selalu berjalan sesuai rencana kita. Begitu banyak rintangan, begitu banyak kegagalan, dan keputusan yang sulit yang harus kita hadapi dan jalani. Sehingga kita mulai merasa bahwa hidup ini tidak sepenuhnya bisa kita kendalikan.

Orang bijak berkata, "Manusia memang sering ingin mengatur jalan hidupnya sendiri. Mereka ingin mengontrol

nasibnya. Mereka ingin menentukan sendiri apa yang terjadi dalam hidup mereka.”

Namun ternyata hidup yang kita jalani, tidak selalu berjalan sesuai rencana kita. Ada banyak hal yang terjadi begitu saja, diluar kontrol kita.

Adanya ketidakpastian di masa depan ini, sering kali memunculkan kecemasan dan ketakutan. Sehingga manusia cenderung merasa lebih aman, nyaman dan tentram tatkala memiliki kendali total atas hidupnya sendiri.

Keinginan untuk mengendalikan hidup sendiri sebetulnya menjadi ujian dalam menjalani hidup ini. Hikmah dibalik semua itu, membuat seseorang belajar memilih apakah menyerahkan diri secara total kepada Tuhannya atau justru mengikuti hawa nafsunya.

Pada akhirnya, penting untuk menjaga keseimbangan antara usaha dan kepasrahan diri. Tetap berusaha sebaik mungkin sebaiknya mungkin dalam hidup ini. Pun percaya bahwa ada kekuatan yang lebih besar yang mengatur segalanya, yang melampaui diri kita.

Mengikuti alur hidup ini, sepertinya kita dituntut untuk menikmati prosesnya, bukan fokus pada pencapaian tujuan akhirnya. Hidup menjadi lebih indah tatkala kita dapat menerima dan menikmati prosesnya, dan tidak berusaha untuk mengontrolnya.

Sebagian orang percaya bahwa perjalanan hidup ini adalah tentang pembelajaran dan evolusi jiwa menuju keabadian. Dengan mengatur hidupnya sendiri, manusia belajar dan menimba pengalaman spiritual dari kegagalan dan kisah suksesnya.

Terlalu ingin mengontrol segalanya dalam hidup ini, bisa

menyebabkan stres atau kekecewaan, bila kenyataan tidak sesuai harapan. Keseimbangan antara keinginan mengatur hidup sendiri dan ikhlas menerima hal-hal di luar kendali kita menjadi kunci ketenangan hidup.

B. Perasaan Kecewa, Marah, dan Frustrasi Muncul Ketika Rencana Tidak Berjalan Sesuai Keinginan

Ada beberapa alasan psikologis, mengapa perasaan kecewa, marah, dan frustrasi muncul ketika rencana kita tidak berjalan sesuai keinginan kita. Saat kita merencanakan sesuatu, saat itu juga kita membangun harapan sekaligus gambaran ideal tentang hasilnya. Ketika kenyataan berbeda dengan harapan. Otak merespons dengan kekecewaan, lantaran terjadi ketidaksesuaian antara ekspektasi dan realitas.

Manusia memang secara alami ingin merasa memiliki kendali atas hidupnya. Ketika sesuatu mengalir di luar kendalinya dan mengganggu rencananya. Muncul perasaan kecewa, marah, dan frustrasi sebagai ekspresi ketidakberdayaannya.

Tatkala usaha dan pengorbanan kita terasa sia-sia. Kegagalan akan terasa lebih menyakitkan, lantaran kita telah menginvestasikan waktu, energi, dan emosi kita dalam merealisasikan segala rencana itu.

Rasa marah dan frustrasi itu muncul sebagai reaksi terhadap ketidakpastian dan ketakutan akan akibatnya. Sebut saja takut akan konsekuensi negatifnya.

Kegagalan atau perubahan rencana sering kali membawa dampak yang tidak diinginkan, seperti keterlambatan, hambatan, atau bahkan kerugian.

Kadang-kadang, kita mengaitkan keberhasilan rencana

kita dengan harga diri kita. Tatkala sesuatu tidak berjalan sesuai harapan. Rasanya seperti diri ini yang gagal, yang memicu emosi negatif.

Nah, cara mengatasinya bisa beragam. Pastinya, apa yang sudah terjadi harus diterima apa adanya, dan fleksibel meresponsnya. Rencana yang berubah bukan berarti segalanya gagal. Mungkin semua itu, hanya butuh penyesuaian diri. Sehingga emosi harus dikelola sebaik mungkin dan tenangkan diri. Fokus pada solusi, bukan pada masalah. Gunakan kegagalan sebagai pelajaran dan sarana evaluasi diri untuk koreksi diri di masa depan.

Perasaan kecewa itu wajar, tapi bagaimana kita meresponsnya yang menentukan apakah kita akan terus bertumbuh dan berkembang atau kita justru terjebak dalam frustrasi yang berkepanjangan.

C. Memahami Ketidakpastian dan Misteri dalam Hidup

Ketidakpastian dan misteri dalam hidup ini adalah dua hal yang tak bisa kita hindari. Keduanya mencerminkan keterbatasan manusia dalam memahami realitas secara utuh. Pun merefleksikan ketidakmampuan manusia menavigasi dunia yang terus berubah.

Sejatinya jangan melihat ketidakpastian dan misteri sebagai beban. Kita justru harus melihatnya sebagai peluang untuk bertumbuh. Ketidakpastian dan Misteri itu bisa menjadi jalan menuju pencerahan.

Ketidakpastian mengajarkan kepasrahan, bahwa ada kekuatan yang begitu besar yang mengatur kehidupan ini. Misteri mengajarkan kita tentang kekaguman. Bahwa hidup ini lebih luas dari yang bisa kita pahami. Kata orang bijak, dunia

ini tak selebar daun kelor. Dan disitulah letak keindahannya.

Ketidakpastian bukan hanya tentang sesuatu yang harus kita hindari. Ketidakpastian sering kali menjadi sumber inspirasi. Menjadi pendorong kreativitas dalam dunia seni dan inovasi. Misteri, di sisi lain, memberi kita alasan untuk terus mencari, bertanya, dan bereksplorasi. Tanpa misteri, hidup ini akan kehilangan daya tariknya. Misteri dalam kehidupan adalah sesuatu yang harus diterima dengan hati terbuka. Bukan sesuatu yang harus selalu dipahami secara rasional. Misteri menjadi pintu gerbang menuju puncak kebijaksanaan.

Menerima ketidakpastian dan misteri dalam hidup ini sama saja dengan menerima keterbatasan kita sebagai manusia, sekaligus membuka diri terhadap beragam kemungkinan yang belum terungkap. Seperti kata Rainer Maria Rilke, "Jalani pertanyaan-pertanyaan itu sekarang. Mungkin suatu hari nanti, tanpa sadar, kamu akan hidup dalam jawabannya."

Ketidakpastian dan misteri dalam hidup ini adalah aspek yang menghubungkan manusia dengan sesuatu yang lebih besar yang melampaui dirinya sendiri. Baik itu alam semesta, maupun kesadaran tertinggi atau Tuhan. Misteri dan ketidakpastian mengajarkan banyak hal, seperti ; kerendahan hati, percaya diri, dan penerimaan akan keterbatasan manusia dalam memahami realitas yang begitu luas.

Dalam banyak tradisi spiritual, ketidakpastian bukanlah sesuatu yang harus ditakuti, tetapi justru menjadi jalan menuju keyakinan yang hakiki

Dalam Islam, konsep Tawakkal mengajarkan bahwa manusia harus berusaha. Namun pada akhirnya, segala sesuatu berada dalam genggamannya Tuhan. Ketidakpastian adalah bagian dari rencana Ilahi yang tidak selalu bisa kita

pahami.

Dalam agama Kristen, Yesus mengajarkan bahwa iman itu berarti mempercayai Tuhan atas segala sesuatu yang akan terjadi di hari esok. "Jangan kuatir tentang hari esok, karena hari esok mempunyai kesusahannya sendiri" (Matius 6:34).

Dalam Buddhisme, ketidakpastian adalah bagian dari sifat dunia yang tidak kekal (Anicca). Dengan menerima bahwa segala sesuatu berubah, kita bisa melepaskan keterikatan dan mencapai kedamaian batin.

Dalam Taoisme, Laozi mengajarkan bahwa Tao atau prinsip tertinggi alam semesta, adalah sesuatu yang tidak bisa dijelaskan sepenuhnya. "Tao yang dapat diucapkan bukanlah Tao yang sejati." Misteri adalah bagian dari harmoni kehidupan.

Dalam Hinduisme, konsep Lila (permainan kosmis) menggambarkan bahwa dunia ini adalah misteri yang dimainkan oleh Tuhan. Kita tidak selalu bisa memahami alasan di balik setiap peristiwa. Tetapi kita bisa berpartisipasi dalam tarian kehidupan dengan kesadaran penuh.

Dalam Sufisme, Jalaluddin Rumi mengatakan bahwa misteri adalah jalan menuju Tuhan. "Berhentilah mencari jawaban, dan biarkan dirimu mengalir dalam keajaiban." Misteri bukan sesuatu yang harus dilawan, tetapi sesuatu yang harus direnungkan dengan cinta dan keheningan.

Dengan menerima bahwa kita tidak tahu segalanya. Kita justru bisa mengalami dan menjalani kehidupan yang puspawarna, dengan riang gembira. Menjalaninya dengan hati terbuka, dengan jiwa yang tenang, disertai rasa syukur yang yak terhingga atas segala karunia yang Tuhan telah beri.

BAGIAN KE DUA
TUHAN BUKAN ASISTEN
PRIBADI KITA



Malam itu, Alex dan Roni berdebat sengit soal hubungan manusia dengan Tuhannya. "Saat kita berdoa agar segala keinginan kita dikabulkan Tuhan. Maka pada saat itu juga kita menempatkan Tuhan sebagai asisten pribadi kita," jelas Alex, dengan nada serius. "Tuhan bukanlah alat untuk menghindarkan manusia dari kesulitan hidup. Justru melalui tantangan dan ujian, seseorang menjadi semakin dekat dengan Tuhannya dan mencapai kematangan spiritual."

Roni tak menampik apa yang diungkapkan Alex. Ia setuju dengan pernyataan bahwa "Tuhan bukan asisten pribadi kita." Tuhan bukanlah entitas yang semata-mata ada untuk memenuhi keinginan atau kebutuhan manusia.

Tatkala seseorang tidak berusaha dalam kehidupan kesehariannya, dan hanya berdoa saja, saat membutuhkan sesuatu. Maka hubungannya dengan Tuhan menjadi dangkal dan tidak berkembang.

Dalam berbagai tradisi agama, Tuhan merupakan sumber kehidupan, bukan pelayan keinginan manusia. Tuhan dipandang sebagai sumber inspirasi, kasih sayang, dan kebijaksanaan. Tuhan bukan sekadar pemberi bantuan instan, tetapi lebih sebagai pemandu yang mengarahkan manusia menuju pertumbuhan spiritual dan kesadaran yang kian hari semakin dewasa dan matang.

"Tuhan bukan asisten pribadi kita" menjelaskan bahwa hubungan manusia dengan Tuhannya, bukanlah transaksi satu arah di mana manusia hanya meminta dan Tuhan wajib mengabulkan. Manusia harus bertanggung jawab atas kehidupannya. Berserah pada segala kebijaksanaan dan ketetapan-Nya. Pun memahami bahwa Tuhan memiliki kehendak yang lebih besar daripada sekadar memenuhi

permintaan individu.

Jika manusia menganggap Tuhan sebagai asisten pribadinya, itu bermakna bahwa ia telah menempatkan Tuhan dalam posisi yang lebih rendah. Seolah-olah Tuhan hanya bertugas memenuhi permintaan manusia, bukan sebagai pencipta yang berdaulat.

Dalam agama-agama monoteistik (Islam, Kristen, Yahudi), Tuhan digambarkan sebagai Maha Bijaksana yang memahami apa yang terbaik bagi manusia. Bahkan sekalipun itu bersebrangan dengan keinginan manusia.

Filsafat eksistensialisme menjelaskan bahwa manusia harus bertanggung jawab atas hidupnya sendiri dan tidak bergantung pada kekuatan eksternal untuk mengatur nasibnya. Tatkala seseorang hanya berdoa atau meminta bantuan Tuhan tanpa usaha nyata, itu bertentangan dengan gagasan eksistensialis tentang kebebasan dan tanggung jawab individu. Filsuf Søren Kierkegaard, misalnya, membicarakan hubungan manusia dengan Tuhannya sebagai sesuatu yang penuh dengan kebebasan dan tanggung jawab.

Jika seseorang menganggap Tuhan sebagai asisten pribadi, itu merefleksikan bahwa ia hanya beribadah atau berdoa saat ia membutuhkan sesuatu. Ini mengesankan bahwa Tuhan dijadikan alat untuk memenuhi keinginan manusia, bukan sebagai pusat nilai moral dan kebenaran.

Pernyataan bahwa "Tuhan bukan asisten pribadi kita" menjelaskan bahwa hubungan manusia dengan Tuhannya bukanlah hubungan transaksional yang didasarkan pada permintaan dan pemenuhan keinginan semata.

Dalam ajaran sufi di dunia Islam, manusia diajak untuk mencari Tuhan dalam dirinya sendiri dan mendekat kepada-

Nya melalui cinta dan ketulusan.

Dalam tradisi Hindu dan Buddha, Tuhan atau kesadaran ilahi bukanlah entitas yang bertugas memenuhi keinginan duniawi manusia. Dia adalah energi yang membantu manusia lepas dari keterikatan duniawi agar mencapai pencerahan batin.

Dalam banyak tradisi mistik, hubungan dengan Tuhan lebih bersifat pengabdian (devosi) daripada tuntutan. Sebuah bentuk spiritualitas yang terpusat pada pengabdian, yang tidak mengabdikan pada kepentingan pribadi

Dalam Agama Kristen misalnya, Yesus mengajarkan doa "Jadilah kehendak-Mu, bukan kehendakku", yang menekankan pada pentingnya sikap menerima dan selaras dengan kehendak Tuhan.

Ajaran Taoisme menjelaskan bahwa seseorang yang terlalu banyak menuntut atau memaksa kehendaknya sendiri justru akan kehilangan keseimbangan dengan Tao (jalan semesta).

Dari sisi spiritual, manusia dituntun untuk mengalami transformasi batin, bukan sekadar mendapatkan apa yang mereka inginkan. Proses spiritual adalah proses transformasi diri, bukan proses pemenuhan keinginan nafsu pribadi.

Semakin tinggi kesadaran seseorang, semakin ia memahami bahwa Tuhan memiliki rencana yang lebih besar terhadap dirinya.

Dalam banyak tradisi agama dan filsafat teologi, Tuhan dipandang sebagai entitas yang memiliki kehendak dan tujuan-Nya sendiri.

Konsep tawakal (berserah diri) dalam Islam, menekankan bahwa manusia harus senantiasa berusaha. Seraya menerima

dengan hati terbuka apa pun hasilnya yang menjadi kehendak Tuhan.

Dalam Bhagavad Gita, Krishna mengajarkan bahwa seseorang harus bertindak dengan penuh kesadaran, tanpa keterikatan pada hasilnya. Karena Tuhan lebih mengetahui apa yang terbaik bagi manusia.

Singkatnya, pernyataan "Tuhan bukan asisten pribadi kita" menerangkan bahwa Tuhan bukan hanya tempat meminta sesuatu ketika kita membutuhkan. Tuhan lebih merupakan sumber inspirasi, kebijaksanaan dan cinta kasih.

Perjalanan spiritual manusia bukanlah tentang memaksa Tuhan mengikuti keinginan manusia. Melainkan proses belajar untuk selaras dengan kehendak-Nya, bertumbuh dalam kesadaran iman yang kuat, dan menjalani hidup dengan penuh pengabdian dan ketulusan.

A. Kesalahan Berpikir Menganggap Tuhan Sebagai Pemberi Apa pun yang Kita Inginkan.

Di sudut kamarnya yang gelap, Irwan termenung. Dalam diamnya, kata demi kata dari pembimbing spiritualnya mengiang-ngiang di telinganya, meresap dalam kepalanya. "Tuhan akan beri apa yang kita butuhkan, bukan apa yang kita inginkan," kata pembimbing spiritualnya. "Namun, menganggap Tuhan sebagai pemberi apa pun yang kita inginkan adalah sebuah kesalahan berpikir yang dapat menyesatkan hubungan manusia dengan Tuhannya."

Irwan tersadar bahwa ada yang salah dengan pemahamannya selama ini. Kesalahan ini muncul ketika ia memperlakukan Tuhan seperti "mesin pengabul doa" atau "jin dalam lampu ajaib." Irwan selama ini salah sangka,

menganggap tugas Tuhan itu, hanya memenuhi segala permintaan manusia tanpa memperhitungkan kebijaksanaan-Nya dan rencana-Nya bagi kehidupan manusia.

Kesalahan berpikir Irwan ini, yang menganggap Tuhan sebagai pemberi apa pun yang ia inginkan disebut *fallacy of false expectations* (kekeliruan ekspektasi yang salah). Kesalahan ini muncul ketika seseorang berpikir bahwa Tuhan bekerja seperti pemenuh keinginan (*wish fulfillment*), tanpa mempertimbangkan aspek kebijaksanaan, keadilan, atau kehendak bebas manusia.

Akar kesalahan berpikir ini, dapat ditelusuri dalam pandangan *antroposentris*, di mana manusia merasa dirinya sebagai pusat alam semesta dan Tuhan ada hanya untuk melayani mereka. Ini disebut sebagai *projection theory*, yang dikemukakan oleh filsuf Ludwig Feuerbach, yang berpendapat bahwa manusia sering kali menciptakan gambaran Tuhan berdasarkan keinginan mereka sendiri, bukan berdasarkan realitas-Nya.

Banyak orang berpikir bahwa doa atau permintaan tertentu pasti akan menghasilkan sesuatu yang diinginkan (*causal determinism*). Ini sebuah kesalahan memaknai konsep Sebab-Akibat. Pasalnya hubungan antara doa, usaha manusia, dan keputusan Tuhan tidak selalu bersifat linear atau langsung. Jika Tuhan bekerja hanya untuk memenuhi permintaan manusia, maka kebebasan manusia untuk berusaha dan menghadapi konsekuensi dari pilihan mereka sendiri akan kehilangan maknanya.

Tuhan bukanlah sekadar alat pemenuh keinginan manusia tetapi juga menjadi sumber kebijaksanaan. Tuhan bebas memberikan apa saja, yang bisa jadi berbeda dengan

yang kita harapkan. Manusia adalah yang memberi respon atau menilai apakah itu positif atau negatif, merugikan atau menguntungkan, dan seterusnya.

Dalam banyak tradisi filsafat dan teologi, Tuhan dipahami bukan hanya sebagai sumber keberadaan (*causa prima*). Pun juga sebagai entitas yang memiliki kebijaksanaan tertinggi. Jika seseorang berpikir bahwa Tuhan akan memberikan apa pun yang ia minta. Maka itu mengasumsikan bahwa Tuhan semata-mata bertugas memenuhi keinginan manusia, bukan menjalankan kebijaksanaan-Nya yang begitu agung. Ini asumsi yang keliru tentang Kehendak Tuhan

Jika Tuhan selalu memberikan apa yang manusia inginkan, maka konsep ujian, perjuangan hidup, dan pengalaman spiritual kehilangan maknanya. Dalam kajian filsafat, justru penderitaan dan ketidakterpenuhan keinginan manusia sering kali menjadi sarana pembelajaran dan perbaikan moral manusia. Ini juga selaras dengan pandangan filsuf seperti Friedrich Nietzsche, yang melihat tantangan sebagai bagian dari proses manusia menjadi lebih kuat.

Dalam banyak tradisi spiritual, iman bukanlah tentang mendapatkan apa yang diinginkan, tetapi tentang mempercayai Tuhan dalam segala keadaan, baik ketika doa dikabulkan maupun tidak. Jika seseorang beriman karena ingin mendapatkan sesuatu, maka imannya bersifat transaksional, bukan hubungan yang tulus dengan Tuhannya.

Doa seharusnya bukan hanya alat untuk meminta sesuatu kepada Tuhan, tetapi juga sarana untuk berkomunikasi, mendekatkan diri, sekaligus memahami kehendak-Nya. Jika seseorang hanya berdoa ketika butuh sesuatu, maka hubungan spiritualnya dengan Tuhan menjadi tidak seimbang

dan dangkal.

Menganggap Tuhan sebagai pemberi segala keinginan berarti menempatkan keinginan pribadi di atas kehendak-Nya. Padahal, dalam banyak ajaran spiritual, kehendak Tuhan sering kali lebih besar dan lebih bijaksana daripada keinginan manusia. Tuhan tidak selalu memberikan apa yang kita inginkan Tuhan justru memberi apa yang kita butuhkan untuk pertumbuhan spiritual kita.

Ketika seseorang beranggapan bahwa Tuhan harus selalu mengabulkan permintaannya, maka ia bisa mengalami kekecewaan yang besar ketika kenyataan tidak sesuai dengan harapannya. Hal ini bisa menyebabkan seseorang kehilangan imannya, didera rasa putus asa. Bahkan ia menjauh dari Tuhannya, karena merasa doa-doanya tidak "didengar" atau "tidak dijawab."

Dalam banyak ajaran spiritual, manusia diajarkan untuk berusaha dan menerima ujian sebagai bagian dari perjalanan hidupnya. Jika Tuhan selalu mengabulkan semua keinginan manusia, tanpa usaha dan tanpa ujian, maka manusia tidak akan belajar tentang ketekunan, kesabaran, dan kebijaksanaan. Justru dalam ketidakterpenuhan keinginan sering kali terdapat hikmah, pelajaran dan pengalaman spiritual yang sangat bermakna.

Ringkasnya, menganggap Tuhan sebagai pemberi segala keinginan manusia adalah kesalahan berpikir yang dapat merusak hubungan manusia dengan Tuhannya. Tuhan bukan sekadar pemberi, tetapi juga pembimbing dan pendidik manusia. Doa dan iman seharusnya bukan tentang mendapatkan semua yang kita inginkan, tetapi tentang memahami kehendak-Nya, menerima rencana-Nya, dan tetap

percaya meskipun keinginan kita tidak mesti selalu terpenuhi.

B. Perbedaan Antara Doa dan Perintah Beribadah Kepada Tuhan.

Doa dan perintah beribadah kepada Tuhan memiliki perbedaan mendasar dalam esensi, tujuan, dan relasi antara manusia dan Tuhannya. Doa adalah ekspresi jiwa yang mendambakan hubungan yang intim dengan Tuhan. Sedangkan perintah ibadah adalah bentuk kepatuhan terhadap aturan yang ditetapkan oleh Tuhan. Keduanya berinteraksi dalam spiritualitas manusia. Membentuk keseimbangan antara harapan dan ketaatan.

Doa adalah bentuk komunikasi personal antara manusia dan Tuhannya. Dalam doa, manusia menyampaikan harapan, permohonan, rasa syukur, atau bahkan keluh kesahnya. Doa lahir dari dorongan hati dan kebutuhan spiritual individu.

Perintah ibadah adalah kewajiban yang ditetapkan oleh Tuhan kepada manusia sebagai bentuk ketaatan dan pengabdian. Ibadah sering kali memiliki aturan tertentu yang harus diikuti sebagai manifestasi kepatuhan kepada hukum Ilahi. Doa bertujuan untuk menghubungkan manusia dengan Tuhannya dalam dialog yang penuh kesadaran. Dalam doa, manusia mengekspresikan ketergantungan, harapan, dan rasa tunduk kepada Tuhannya.

Ibadah bertujuan untuk menguji ketaatan manusia kepada Tuhannya. Ibadah tidak selalu berbasis pada kebutuhan manusia, tetapi lebih kepada kepatuhan terhadap perintah-Nya. Dalam doa, relasi antara manusia dan Tuhannya bersifat lebih personal dan interaktif. Manusia meminta, berharap, dan berbicara kepada Tuhannya dengan harapan doa mereka

dikabulkan.

Dalam perintah ibadah, relasi ini bersifat normatif dan lebih menekankan aspek penghambaan (*abdiyyah*). Ibadah menegaskan bahwa manusia bukan hanya makhluk yang meminta, tetapi juga yang harus tunduk pada aturan Tuhan. Doa bersifat bebas; manusia bisa berdoa kapan saja, dalam bentuk apa saja, tanpa aturan baku. Doa lahir dari kesadaran dan kebutuhan individu.

Perintah ibadah bersifat wajib dan memiliki aturan yang jelas. Manusia tidak bisa menentukan sendiri bagaimana cara beribadah tanpa merujuk pada ketentuan Tuhan. Doa menunjukkan bahwa manusia memiliki kelemahan dan selalu bergantung pada sesuatu yang lebih besar.

Perintah ibadah menunjukkan manusia memiliki tanggung jawab spiritual yang harus dijalankan sebagai bagian dari tatanan kosmik dan ketertiban Ilahi.

Doa dan perintah beribadah kepada Tuhan memiliki perbedaan dalam pengalaman batin, kedalaman hubungan dengan Tuhan, serta dampaknya terhadap jiwa manusia. Doa adalah panggilan hati manusia kepada Tuhannya. Sedangkan perintah ibadah adalah panggilan Tuhan kepada manusia untuk mendekat kepada-Nya. Doa menumbuhkan rasa kasih, harapan, dan kelembutan jiwa. Sementara ibadah menanamkan kepatuhan, disiplin, dan kedekatan yang lebih terarah kepada Tuhan. Keduanya saling melengkapi dalam perjalanan spiritual manusia.

Doa adalah curahan hati yang tulus dari manusia kepada Tuhannya. Doa bersifat spontan, personal, dan penuh dengan emosi yang mendalam. Saat berdoa, seseorang bisa merasakan kelembutan kasih sayang Tuhan. Penghiburan

dalam kesedihan, atau harapan dalam keputusan.

Perintah ibadah adalah jalan yang telah ditetapkan oleh Tuhan untuk membawa manusia lebih dekat kepada-Nya. Ibadah adalah bentuk kepatuhan yang tidak selalu didasari oleh keinginan hati, tetapi karena kesadaran bahwa ketaatan kepada Tuhan adalah bagian dari perjalanan spiritual manusia.

Dalam doa, hubungan dengan Tuhan terasa lebih pribadi dan langsung. Seseorang merasa berbicara langsung kepada-Nya, tanpa perantara. Dalam momen ini, jiwa dapat mengalami ketenangan, keikhlasan, dan keyakinan bahwa Tuhan mendengar segala permohonan kita.

Dalam perintah ibadah, hubungan dengan Tuhan lebih terstruktur dan terarah. Ibadah mengajarkan disiplin spiritual, memperkuat ketundukan, dan mengingatkan manusia bahwa mereka adalah hamba yang harus menjalankan tugas-tugas spiritual sesuai kehendak-Nya.

Doa memberikan kelegaan emosional dan spiritual. Dalam doa, manusia bisa merasa lebih ringan karena menyerahkan segala beban kepada Tuhan. Ada pengalaman ketulusan, pasrah, dan keberserahan total.

Perintah ibadah membentuk kedisiplinan jiwa, mengajarkan ketundukan, serta menghubungkan manusia dengan ritme spiritual yang lebih besar. Dengan menjalankan ibadah, manusia tidak hanya mengasah kesadaran individual, tetapi juga mengharmoniskan dirinya dengan kehendak Tuhan dan tatanan spiritual semesta.

Doa adalah ruang kebebasan dalam spiritualitas. Manusia bisa berdoa kapan saja, dalam keadaan apa pun, dengan cara yang sesuai dengan keadaan hatinya.

Ibadah memiliki aturan dan tata cara tertentu. Ini

mengajarkan bahwa hubungan dengan Tuhan tidak hanya tentang permohonan pribadi, tetapi juga tentang disiplin, keteraturan, dan ketekunan dalam menjalani kehidupan spiritual.

C. Bagaimana Seharusnya Kita Berdoa dan Berserah ?

Tengah malam itu Ilham belum bisa tertidur. Kata-kata guru spiritualnya, mengguncang batinnya. "Untuk apa kita berdoa ? tanya guru spiritualnya. "Doa itu tidak lebih sekadar ungkapan daftar keinginan kita."

Menurut guru spiritualnya, Tuhan itu tidak tuli. Sehingga untuk apa kita selalu mengulang-ulang doa kita. "Emangnya Tuhan itu *budeg* (tuli). Sehingga kita harus mengulang-ulang doa, agar Tuhan paham apa yang kita inginkan," ungkap guru spiritual Ilham, sambil tersenyum.

Ilham terdiam. Batinnya berguncang. Ada hal yang selama ini ia anggap sudah begitu adanya. Ternyata harus ia pertanyakan kembali.

Ilham tafakur. Menyimak lebih dalam makna berdoa sekaligus berserah diri yang lebih otentik.

Doa memiliki makna yang lebih dalam daripada sekadar meminta sesuatu kepada Tuhan. Doa bukan hanya komunikasi satu arah, tetapi juga sarana untuk refleksi, bertumbuh secara spiritual, dan selaras dengan kehendak Tuhan.

Filsuf eksistensialis seperti Kierkegaard menjelaskan bahwa doa yang sejati adalah doa yang mengubah si pendoa. Bukan doa sebatas memohon perubahan dari Tuhan. Doa merupakan sarana transformasi diri.

Dalam tradisi mistik dan sufi, doa dipandang sebagai cara untuk menyucikan hati dan mendekatkan diri kepada Tuhan.

Doa yang efektif bukanlah tentang memaksa Tuhan untuk mengikuti keinginan kita, melainkan tentang bagaimana menyelaraskan keinginan kita dengan kebijaksanaan-Nya.

Dilain pihak, berserah diri bukanlah kepasrahan buta, yang berarti menyerah atau tidak berusaha. Berserah diri mengandaikan kesadaran penuh sekaligus memahami bahwa ada hal-hal yang berada di luar kendali manusia.

Konsep tawakal dalam Islam mengajarkan bahwa setelah melakukan usaha yang maksimal, seseorang harus menerima apa pun hasilnya dengan keikhlasan.

Doa bukan sekadar meminta sesuatu kepada Tuhan, tanpa ada usaha. Namun mengandaikan manusia tetap berusaha dengan penuh tanggung jawab. Doa selain digunakan sebagai sarana untuk transformasi diri, juga menjadi sarana belajar menyelaraskan keinginan pribadi dengan kebenaran yang lebih tinggi. Doa adalah sarana kontemplasi dan refleksi diri.

Dalam agama Kristen, Yesus mengajarkan ; "Jadilah kehendak-Mu, bukan kehendakku," sebagai bentuk doa yang paling ekspresif.

Dalam tradisi Hindu dan Buddha, meditasi dan doa digunakan untuk menyelaraskan diri dengan kesadaran ilahi.

Berserah diri bukan berarti menyerah dan berhenti berusaha atau pasrah tanpa usaha. Berserah diri berarti melepaskan kontrol ego dan menyerahkan kendali hidup ini kepada kebijaksanaan Tuhan.

Ajaran Taoisme menjelaskan bahwa berserah diri berarti hidup selaras dengan aliran semesta (Tao). Tidak memaksakan kehendak pribadi yang bertentangan dengan harmoni alam.

Filsafat Hindu (Bhagavad Gita), Krishna mengajarkan bahwa seseorang harus bertindak dengan penuh kesadaran,

dan tidak melekat pada hasilnya. Karena Tuhan memiliki rencana yang lebih besar.

Doa sejatinya adalah sarana untuk terkoneksi dengan Tuhan. Sarana komunikasi batin antara manusia dengan Tuhannya. Dengan cara ini, doa menjadi proses perjalanan spiritual yang lebih bermakna. Bukan sekadar ritual untuk meminta-minta sesuatu.

Dalam filsafat Stoa, doa bisa menjadi sarana untuk memahami apa yang bisa dikendalikan dan apa yang harus diterima dengan lapang dada.

Socrates percaya bahwa doa seharusnya lebih banyak meminta kebijaksanaan daripada sekadar meminta keberuntungan.

Doa yang sejati bukan hanya tentang mengubah keadaan eksternal, tetapi lebih kepada mengubah batin manusia agar lebih selaras dengan nilai-nilai spiritual.

Ringkasnya doa dan berserah diri adalah bentuk hubungan yang mendalam antara manusia dengan Tuhannya. Keduanya bukan sekadar sarana untuk meminta sesuatu, tetapi lebih kepada proses pelepasan ego, pencarian makna hidup, sekaligus proses penyatuan diri dengan kehendak ilahi.

BAGIAN KETIGA
MENEMUKAN
KESEIMBANGAN :
TAKDIR, USAHA, DAN
IKHTIAR



Takdir adalah ketetapan atau realitas yang tak terhindarkan (*determinisme*). Dalam banyak tradisi filsafat dan spiritualitas, takdir dipandang sebagai sesuatu yang sudah ditentukan oleh kekuatan yang lebih besar, baik itu Tuhan, hukum alam, atau prinsip kausalitas.

Pandangan deterministik (misalnya dalam Stoikisme) menjelaskan bahwa ada bagian dari hidup ini, yang berada di luar kendali manusia. Sehingga menghadapinya dengan cara menerima (*amor fati* dalam filsafat Stoik) adalah kunci kedamaian batin.

Dalam banyak ajaran agama, takdir adalah ketetapan Ilahi yang harus diterima. Ini adalah Kehendak Tuhan yang sudah tertulis dan tak bisa diubah.

Konsep Islam soal Qada dan Qadar mengungkapkan bahwa meski Tuhan telah menentukan segala sesuatu, manusia tetap diberi ruang untuk berusaha.

Dalam Hindu dan Buddha, konsep karma menjelaskan bahwa tindakan masa lalu mempengaruhi kehidupan saat ini. Meski begitu, manusia masih diberi ruang menciptakan masa depan yang lebih baik.

Usaha adalah wujud kebebasan manusia dalam bertindak menentukan arah hidupnya (*indeterminisme*). Dalam eksistensialisme, sebagaimana pandangan Sartre, manusia adalah “terkutuk untuk bebas,” artinya kita harus memilih dan bertanggung jawab atas hidup kita.

Dalam konteks ini, usaha adalah bentuk kebebasan kita untuk bertindak, dan membuat pilihan, serta mengubah keadaan sesuai dengan potensi yang kita miliki.

Usaha adalah bentuk tanggung jawab manusia dalam

menjalani hidup. Meski ada takdir, manusia tetap memiliki kehendak untuk memilih dan berusaha.

Dalam Islam, Rasulullah SAW mengajarkan bahwa seseorang harus berusaha sebaik mungkin, seperti dalam hadits: "Ikatlah untamu, lalu bertawakallah kepada Allah." (HR. Tirmidzi).

Dalam filsafat spiritual Timur, usaha (*karma yoga*) adalah bagian dari perjalanan menuju pembebasan, yaitu bertindak tanpa keterikatan pada hasil.

Ikhtiar adalah jembatan antara ketetapan dan kebebasan. Ikhtiar merupakan upaya sadar manusia dalam menghadapi ketetapan hidupnya dengan sikap terbaik. Ini mencerminkan prinsip keseimbangan antara takdir (yang harus diterima) dan usaha (yang harus dilakukan).

Dalam filsafat Islam dan tasawuf, ikhtiar sering dikaitkan dengan tawakal, yaitu keyakinan bahwa setelah berusaha sebaik mungkin, hasilnya diserahkan kepada Tuhan. Sebuah bentuk kesadaran spiritual bahwa setelah berusaha, manusia harus berserah kepada Tuhannya.

Dalam tasawuf, konsep tawakal mengajarkan bahwa setelah melakukan yang terbaik, hati harus tenang dan percaya bahwa Tuhan menentukan yang terbaik.

Dalam ajaran Zen dan Buddhisme, kesadaran penuh (*mindfulness*) adalah cara untuk menerima apa yang terjadi tanpa perlawanan batin yang berlebihan.

Keseimbangan antara takdir, usaha, dan ikhtiar dapat dipahami melalui hubungan antara determinisme, kebebasan, dan keharusan bertindak. Sebuah keseimbangan dalam

konteks menerima, berusaha, dan berserah. Ini adalah harmoni antara ketentuan Ilahi (Qadar), kerja keras manusia, dan sikap berserah diri kepada Tuhan.

Dalam berbagai tradisi spiritual, keseimbangan ini melibatkan keyakinan, kesadaran, dan ketundukan kepada kehendak Tuhan tanpa meninggalkan peran manusia sebagai pelaku dalam hidupnya.

Nah, ada banyak cara menemukan keseimbangan spiritual dalam mencapai harmoni antara ketiganya. Semisal, terima takdir dengan hati yang tenang. Yakini bahwa segala yang terjadi ada hikmahnya. Lakukan usaha dengan niat yang tulus. Berusahalah sebaik mungkin, tanpa rasa malas atau pasrah sebelum berupaya. Berserah dalam ikhtiar dan tawakal. Setelah berusaha, jangan terobsesi dengan hasil. Yakinkan bahwa Tuhan memberikan yang terbaik.

Keseimbangan ini membawa ketenangan, karena kita tidak terbebani oleh masa depan yang di luar kendali kita, tetapi juga tidak menyerah tanpa berbuat apa-apa. Ini adalah jalan spiritual menuju ketenangan batin dan kebijaksanaan hidup.

A. Apakah Manusia Bisa Mengubah Takdir ?

Secara filosofis, pertanyaan tentang apakah manusia bisa mengubah takdir telah menjadi perdebatan panjang dalam berbagai tradisi pemikiran, baik dalam filsafat Barat maupun Timur. Jawabannya bergantung pada bagaimana kita mendefinisikan "takdir" dan bagaimana kita memahami konsep kehendak bebas.

Dalam filsafat, ada dua pandangan utama tentang takdir. Pandangan pertama adalah determinisme. Pandangan

ini menyatakan bahwa segala sesuatu, termasuk tindakan manusia, telah ditentukan sebelumnya oleh hukum sebab-akibat atau kekuatan metafisik tertentu. Dalam perspektif ini, manusia sebenarnya tidak memiliki kebebasan sejati untuk mengubah takdir mereka, karena setiap kejadian sudah terikat oleh rangkaian sebab yang tak terelakkan.

Sebaliknya, filsafat eksistensialisme dan beberapa pemikiran lain berpendapat bahwa manusia memiliki kehendak bebas untuk menentukan nasibnya sendiri. Jean-Paul Sartre, misalnya, menekankan bahwa "eksistensi mendahului esensi," yang berarti manusia lahir tanpa takdir tetap dan membentuk dirinya melalui pilihan-pilihannya.

Jika takdir dipahami sebagai sesuatu yang sepenuhnya tetap, maka manusia tidak bisa mengubahnya. Namun, jika takdir mencakup unsur kemungkinan dan pilihan, maka manusia memiliki peran dalam membentuk kehidupannya.

Dalam banyak pandangan filsafat, kehidupan manusia dilihat sebagai perpaduan antara keadaan yang telah diberikan (seperti kelahiran dan lingkungan) dan kebebasan untuk menanggapi keadaan tersebut dengan tindakan dan keputusan.

Manusia mungkin tidak bisa mengubah segala aspek dari takdirnya, tetapi ia tetap memiliki kebebasan untuk membentuk jalannya sendiri dalam batas-batas yang ada.

Dalam perspektif teologis, pertanyaan apakah manusia bisa mengubah takdir tergantung pada konsep ketetapan Tuhan dalam agama yang dianut.

Mayoritas ajaran agama menjelaskan bahwa ada bagian dari takdir yang tidak bisa diubah, tetapi manusia tetap memiliki ruang untuk menentukan nasibnya melalui usaha, doa, dan

perbuatan baik. Sehingga, manusia bukanlah makhluk yang sepenuhnya dikendalikan oleh takdir, melainkan memiliki peran aktif dalam membentuk kehidupannya.

Dalam Islam, konsep takdir dikenal sebagai qada (ketetapan Allah) dan qadar (ketentuan Allah). Namun, Islam juga mengajarkan bahwa manusia memiliki kehendak bebas (ikhtiar), sehingga takdir terbagi menjadi dua jenis. Takdir Mubram (takdir yang tidak bisa diubah) dan Takdir Mu'allaq (takdir yang bisa berubah).

Takdir Mubram atau takdir yang tidak bisa diubah adalah hal-hal yang telah ditentukan secara mutlak oleh Allah, seperti kelahiran, kematian, dan hukum-hukum alam. Takdir Mu'allaq atau takdir yang bisa berubah adalah takdir yang bergantung pada usaha manusia, seperti rezeki, kesuksesan, dan kesehatan, yang bisa berubah dengan doa, usaha, dan amal perbuatan. Sebagaimana disebutkan pada QS. Ar-Ra'd : 11 : "Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri." Dipertegas lagi oleh Hadis Nabi bahwa ; "Tidak ada yang dapat menolak takdir kecuali doa." (HR. Tirmidzi)

Kesimpulan dalam Islam: Manusia bisa mengubah takdir mu'allaq melalui usaha dan doa, tetapi takdir mubram tetap berada di luar kendali manusia.

Dalam ajaran Kristen, ada perdebatan antara predestinasi (takdir yang telah ditetapkan Tuhan) dan kehendak bebas manusia. Calvinisme meyakini bahwa Tuhan telah menetapkan siapa yang akan selamat (predestinasi mutlak). Arminianisme menekankan bahwa manusia memiliki kehendak bebas untuk memilih keselamatan dan jalan hidupnya. Seperti yang dijelaskan dalam injil, Ulangan 30:19 ; "Aku menghadapkan

kepadamu kehidupan dan kematian, berkat dan kutuk. Pilihlah kehidupan, supaya engkau hidup...”

Kesimpulan dalam Kristen, bahwa Tuhan memiliki rencana, tetapi manusia masih diberi kebebasan untuk memilih jalan hidupnya. Sehingga dalam batas-batas tertentu manusia dapat mengubah takdirnya.

Dalam Hindu dan Buddhisme, konsep takdir berhubungan erat dengan karma (hukum sebab-akibat). Karma masa lalu mempengaruhi kehidupan saat ini, tetapi manusia tetap bisa mengubah masa depannya dengan perbuatan baik (dharma).

Dalam Buddhisme, seseorang bisa membebaskan diri dari siklus reinkarnasi dengan mencapai nirwana melalui kebijaksanaan dan moralitas.

Kesimpulan dalam Hindu dan Buddhisme: Takdir bukan sesuatu yang tetap, melainkan hasil dari perbuatan manusia, yang bisa diubah dengan usaha dan kesadaran spiritual.

B. Peran Usaha dan Doa dalam Kehidupan

Dalam kehidupan keseharian kita, usaha dan doa adalah dua elemen yang saling melengkapi. Seperti dua sayap burung yang memungkinkan kita terbang menuju tujuan. Keduanya mencerminkan keseimbangan antara tindakan manusia dan keterbatasannya di hadapan kekuatan yang Maha Agung.

Secara teologis, usaha dan doa adalah dua aspek fundamental dalam kehidupan manusia yang mencerminkan hubungan antara kebebasan manusia dan ketergantungan manusia kepada Tuhannya. Keduanya bukanlah hal yang berlawanan, tetapi saling melengkapi dalam mencapai kesejahteraan dunia dan akhirat.

Usaha adalah manifestasi atau bentuk nyata dari

kehendak manusia. Ia mencerminkan tekad, kerja keras, dan ketekunan dalam mencapai sesuatu. Filosofi eksistensialisme menekankan bahwa manusia adalah arsitek dari takdirnya sendiri. Melalui usaha, ia membentuk jalan hidupnya. Seperti kata Nietzsche, manusia harus menjadi *Übermensch* (manusia unggul) dengan cara terus berjuang melampaui batas dirinya.

Dalam banyak tradisi agama, manusia dianggap sebagai hamba (*abdullah*) sekaligus khalifah (wakil Tuhan di bumi). Ini berarti manusia diberi kebebasan untuk berusaha, dalam koridor yang telah ditetapkan oleh Tuhan. Usaha adalah amanah dan tanggung jawab sebagai hamba dan khalifah di muka bumi ini.

Dalam Islam, usaha (ikhtiar) adalah bagian dari sunnatullah, atau hukum sebab-akibat yang telah ditetapkan oleh Allah. Sebagaimana firman Allah SWT dalam Al-Qur'an : "Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri." (QS. Ar-Ra'd: 11)

Ayat ini menegaskan bahwa perubahan dan kesuksesan tidak akan datang tanpa usaha manusia sendiri.

Dalam agama Kristen, ada konsep *faith and works* (iman dan perbuatan), yang menekankan bahwa iman sejati harus diwujudkan dalam tindakan nyata. Dalam Yakobus 2:26 dikatakan: "Sebab seperti tubuh tanpa roh adalah mati, demikian juga iman tanpa perbuatan adalah mati."

Ini menegaskan bahwa manusia tidak bisa hanya mengandalkan iman tanpa berusaha.

Dalam agama Hindu dan Buddha, konsep karma mengajarkan bahwa perbuatan manusia menentukan hasil yang akan diterima di masa depan, baik di dunia ini maupun

dalam kehidupan berikutnya. Usaha manusia adalah bagian dari perjalanan dharma (kewajiban suci) untuk mencapai pencerahan.

Dengan demikian, usaha adalah bentuk tanggung jawab manusia atas anugerah akal, tenaga, dan kesempatan yang diberi oleh Tuhan.

Namun begitu, usaha juga memiliki keterbatasan. Ada faktor-faktor di luar kendali manusia, seperti ; keberuntungan, lingkungan, atau bahkan kondisi sosial, yang bisa menjadi penghalang. Inilah titik di mana doa masuk sebagai bentuk kesadaran akan keterbatasan manusia.

Di lain pihak, Doa, dalam makna filosofis, bukan sekadar permintaan kepada kekuatan yang lebih tinggi, tetapi juga ekspresi dari harapan, refleksi diri, dan ketenangan batin. Doa adalah kesadaran akan keterbatasan sekaligus sarana koneksi spiritual. Doa mencerminkan pemahaman bahwa tidak semua hal dapat dikendalikan oleh manusia. Dalam filsafat Stoikisme, Marcus Aurelius menekankan bahwa kita harus menerima apa yang tidak bisa kita ubah dan fokus pada apa yang bisa kita kendalikan.

Doa adalah pengakuan bahwa manusia memiliki keterbatasan dan tidak bisa mengendalikan segala hal. Secara teologis, doa bukan hanya sekadar meminta, tetapi juga sarana mendekatkan diri kepada Tuhan, memperoleh bimbingan, dan mencari ketenangan batin.

Doa juga merupakan bentuk penyerahan diri. Ia adalah jeda dalam usaha. Tempat manusia menemukan makna di balik segala perjuangannya. Dalam pemikiran Kierkegaard, doa bukan sekadar meminta sesuatu, tetapi juga menjadi jalan untuk menyelaraskan diri dengan kehendak yang lebih besar.

Dalam Islam, doa (du'a) adalah bentuk ibadah yang menunjukkan ketergantungan manusia kepada Allah SWT. Rasulullah SAW bersabda: "Doa adalah inti dari ibadah." (HR. Tirmidzi)

Ini menunjukkan bahwa berdoa bukan hanya tentang meminta sesuatu, tetapi juga sebagai bentuk kepasrahan dan keimanan kepada Allah.

Dalam agama Kristen, Yesus mengajarkan pentingnya doa dalam hubungan dengan Tuhan, seperti dalam Matius 7:7 : "Mintalah, maka akan diberikan kepadamu; carilah, maka kamu akan mendapat; ketuklah, maka pintu akan dibukakan bagimu."

Ini menunjukkan bahwa doa adalah sarana komunikasi langsung dengan Tuhan yang penuh kasih.

Dalam Hindu dan Buddha, doa sering dikaitkan dengan meditasi dan mantra untuk mencapai kedamaian dan kebijaksanaan spiritual. Ini adalah bentuk pencarian hubungan yang lebih dalam dengan yang ilahi.

Dalam kehidupan yang penuh ketidakpastian ini. Keseimbangan antara usaha dan doa adalah jalan menuju kebijaksanaan dan ketenangan batin.

Jika hanya mengandalkan usaha, manusia bisa terjebak dalam kelelahan dan keputusasaan tatkala menghadapi kegagalan. Jika hanya mengandalkan doa tanpa usaha, maka ia jatuh dalam pasivitas dan ketidakberdayaan. Keduanya harus berjalan bersamaan. Ada harmoni antara usaha dan doa. Usaha adalah bentuk tanggung jawab terhadap kehidupan, sedangkan doa adalah kesadaran akan makna yang lebih tinggi dalam hidup.

Seperti kata pepatah lama: "Bekerjalah seolah-olah

segala sesuatu bergantung padamu, dan berdoalah seolah-olah segala sesuatu bergantung pada Tuhan.”

Dalam ajaran agama, usaha dan doa tidak bisa dipisahkan. Antara usaha dan doa harus ada keselarasan. Usaha tanpa doa bisa membuat manusia sombong dan merasa mampu tanpa Tuhan. Sedangkan doa tanpa usaha adalah bentuk ketidakbertanggungjawaban.

Dalam Islam, konsep tawakal mengajarkan keseimbangan. Sebagaimana Rasulullah SAW bersabda: “Ikatlah untamu, lalu bertawakallah kepada Allah.” (HR. Tirmidzi)

Artinya, manusia harus melakukan usaha maksimal (ikhtiar), tetapi tetap berserah kepada Allah karena hasil akhirnya adalah ketetapan-Nya.

Ringkasnya, usaha adalah bentuk tanggung jawab manusia sebagai makhluk yang diberi kebebasan dan akal. Sedangkan doa adalah bentuk ketundukan dan pengakuan manusia bahwa segala sesuatu tetap bergantung pada Tuhan. Keduanya harus berjalan seiring agar manusia bisa mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.

C. Kisah-Kisah Inspiratif Tentang Kesabaran dan Keikhlasan

Kesabaran dan keikhlasan adalah dua pilar utama dalam kehidupan yang sering diuji oleh situasi dan kondisi tertentu. Berikut ini sejumlah kisah inspiratif yang menggambarkan makna yang puspas ragam dan hikmah yang tak terduga dari kesabaran dan keikhlasan.

1. Kisah Nabi Ayyub: Kesabaran dalam Penderitaan

Nabi Ayyub adalah lambang atau ikon kesabaran dalam menghadapi cobaan. Ia awalnya dikaruniai kekayaan

berlimpah, keluarga yang bahagia, dan kesehatan yang prima. Saat diuji, ia harus menerima kenyataan pahit. Ia kehilangan segalanya. Hartanya hilang begitu saja. Anak-anaknya meninggal. Sekujur tubuhnya diserang penyakit kulit, yang membuat dirinya dikucilkan.

Dalam Islam, kisahnya diceritakan dalam Al-Qur'an: "Dan (ingatlah kisah) Ayyub, ketika ia berdoa kepada Tuhannya: 'Ya Tuhanku, sesungguhnya aku telah ditimpa penyakit, dan Engkau adalah Tuhan Yang Maha Penyayang di antara semua penyayang.' Maka Kami memperkenankan doanya, lalu Kami lenyapkan penyakit yang ada padanya, dan Kami kembalikan keluarganya kepadanya dan (Kami lipatgandakan jumlah mereka) sebagai rahmat dari Kami dan untuk menjadi peringatan bagi orang-orang yang beribadah." (QS. Al-Anbiya: 83-84)

Dalam Alkitab, Ayub berkata: "Tuhan yang memberi, Tuhan yang mengambil, terpujilah nama Tuhan!" (Ayub 1:21)

Makna yang terkandung dalam kisah ini bahwa kesabaran sejati bukanlah sekadar menahan diri dari keluhan, tetapi menerima ujian dengan lapang dada, bahwa segala sesuatu berasal dari Tuhan dan akan kembali kepada-Nya. Meski ditimpa musibah bertubi-tubi, Nabi Ayyub tetap bersyukur dan tidak kehilangan keikhlasan. Hingga akhirnya kesehatannya dipulihkan oleh Tuhan, lantaran kesabarannya yang tak tergoyahkan.

Kesabaran bukan sekadar bertahan dalam ujian, namun juga menyangkut keyakinan dan kepercayaan kepada kebijaksanaan Tuhan. Ayyub tidak pernah

mengeluh kepada Tuhan atau mempertanyakan keadilan-Nya. Ia tetap yakin bahwa segala sesuatu yang terjadi pada dirinya adalah bagian dari rencana Ilahi.

Kesabaran bukan sesuatu yang pasif, melainkan sikap aktif menerima kenyataan dengan hati lapang. Pun percaya bahwa di balik setiap penderitaan ada hikmah yang begitu sarat makna.

Kesabaran sejati lahir dari keyakinan bahwa Tuhan tidak pernah meninggalkan hamba-Nya. Ujian adalah bentuk kasih sayang Tuhan, sekaligus sarana untuk meningkatkan derajat spiritual.

2. Kisah Habil dan Qabil: Keikhlasan dalam Pengorbanan (Islam & Kristen)

Habil dan Qabil (Cain dan Abel dalam Kristen) adalah dua anak Nabi Adam yang diuji dengan keikhlasan. Keduanya diperintahkan mempersembahkan kurban kepada Tuhan. Habil niatnya begitu tulus. Ia memberikan hewan ternaknya yang terbaik. Sementara Qabil memberi dengan hati yang tidak ikhlas. Ia menyerahkan hasil pertaniannya yang kualitasnya jelek.

Dalam Al-Qur'an disebutkan: "Sesungguhnya Allah hanya menerima (kurban) dari orang-orang yang bertakwa." (QS. Al-Maidah: 27)

Dalam Alkitab disebutkan :

"Dan Tuhan mengindahkan korban Habel serta persembahannya itu; tetapi Kain dan korban persembahannya tidak diindahkan-Nya." (Kejadian 4:4-5)

Dari kisah ini, keikhlasan dalam beramal menjadi kunci diterimanya ibadah. Habil tidak hanya memberikan

kurban secara fisik, tetapi juga melakukannya dengan hati yang penuh keikhlasan. Sedangkan Qabil melakukan ibadah tanpa ketulusan, yang akhirnya membawa dirinya kepada iri hati dan kejahatan.

Pesan cerita ini bahwa Keikhlasan adalah syarat utama dalam setiap perbuatan baik. Tuhan menerima amal bukan berdasarkan besar kecilnya pemberian, tetapi dari ketulusan hati.

3. Kisah Maryam (Maria): Kesabaran dalam Cobaan (Islam & Kristen)

Maryam, ibu Nabi Isa (Yesus), adalah contoh perempuan yang memiliki kesabaran luar biasa dalam menghadapi fitnah dan ujian. Dalam Islam, disebutkan bahwa Maryam mengandung Nabi Isa tanpa disentuh oleh seorang laki-laki. Kenyataan ini membuatnya menghadapi tuduhan dan fitnah keji dari kaumnya.

"(Ingatlah) ketika Malaikat berkata, 'Wahai Maryam! Sesungguhnya Allah telah memilihmu, menyucikanmu, dan melebihkanmu atas semua perempuan di dunia.'" (QS. Ali Imran: 42)

Dalam Alkitab disebutkan :

"Lalu malaikat itu berkata kepadanya: 'Jangan takut, hai Maria, sebab engkau beroleh kasih karunia di hadapan Allah.'" (Lukas 1:30)

Maryam menerima takdirnya dengan sabar dan ikhlas, meskipun manusia mencelanya. Kesabarannya berbuah kemuliaan. Ia menjadi salah satu perempuan paling dihormati dalam sejarah agama-agama samawi.

Pesan cerita ini bahwa kesabaran dalam menghadapi

fitnah adalah bukti keimanan yang kuat. Tuhan selalu membela hamba-Nya yang sabar dan tulus dalam menerima takdir.

4. Kisah Nabi Muhammad dan Penduduk Thaif: Kesabaran dalam Dakwah (Islam)

Nabi Muhammad pernah mengalami cobaan berat saat berdakwah di Thaif. Penduduk Thaif menolak dakwahnya dengan kasar. Mereka melempari Nabi Muhammad dengan batu hingga terluka. Saat malaikat Jibril menawarkan untuk membinasakan mereka, Rasulullah menjawab : "Jangan! Aku berharap semoga dari keturunan mereka akan lahir orang-orang yang menyembah Allah." (HR. Bukhari & Muslim)

Ini adalah contoh kesabaran dan keikhlasan tingkat tinggi dalam berdakwah. Nabi Muhammad tidak mendendam, tetapi justru mendoakan kebaikan bagi orang-orang yang menyakitinya.

Pesan dari cerita ini bahwa kesabaran dalam menghadapi penolakan dan hinaan adalah bagian dari misi suci. Ikhlas dalam berjuang berarti tidak mengharap balasan duniawi, tetapi menyerahkan segala hasilnya kepada Tuhan.

BAGIAN KE EMPAT
MENERIMA KEHENDAK
TUHAN, ANTARA UJIAN
ATAU BERKAH



Menerima kehendak Tuhan adalah sebuah perjalanan batin yang menghubungkan manusia dengan kebijaksanaan tertinggi. Dalam banyak tradisi spiritual dan filsafat kehidupan, kehendak Tuhan sering dipahami sebagai suatu ketetapan yang harus diterima dengan lapang dada. Namun biasanya manusia menafsirnya berbeda-beda. Bisa jadi itu ujian atau malah sebuah berkah. Semua itu tergantung dari sudut pandang mana kita melihatnya, dan seberapa matang kedewasaan kita meresponnya.

Nah, ujian dalam kehidupan kita sering kali datang dalam bentuk kesulitan, kehilangan, atau penderitaan. Inilah cara Tuhan “menempa” manusia agar menjadi lebih kuat, lebih bijak, dan lebih dekat dengan-Nya. Sehingga dalam banyak ajaran agama, penderitaan bukanlah hukuman, tetapi justru sarana untuk memurnikan hati dan pikiran manusia.

Bagi Socrates, penderitaan adalah bagian dari perjalanan manusia dalam mencari kebijaksanaan. Filsafat Stoikisme percaya bahwa ujian adalah cara untuk melatih kendali diri dan menerima kenyataan dengan penuh kebijaksanaan. Dalam konteks agama, ujian adalah bentuk kasih sayang Tuhan yang hikmahnya membuat kita berserah dan menemukan makna penting dalam hidup ini, di balik setiap kesulitan.

Ujian juga membangun kepekaan kita terhadap hakikat kehidupan yang fana di dunia ini. Kesulitan mengajarkan kita bahwa segala sesuatu bersifat sementara. Sehingga kita belajar untuk tidak terikat secara berlebihan pada kehidupan dunia.

Di sisi lain, kehendak Tuhan juga dapat dipandang sebagai berkah, bahkan saat kesulitan hidup membelit kita. Ada hikmah dibalik setiap kejadian, yang mungkin belum kita

pahami saat sesuatu terjadi pada kita.

Ibn 'Arabi, seorang filsuf sekaligus sufi, menjelaskan bahwa segala sesuatu yang datang dari Tuhan, baik yang tampak sebagai kebahagiaan maupun penderitaan, pada hakikatnya adalah ekspresi atau bentuk cinta-Nya. Yang membedakan adalah sudut pandang kita. Jika kita melihatnya dengan mata batin yang terbuka, maka kita akan menemukan bahwa ada berkah yang tak terduga di sana.

Dalam filsafat Timur, konsep *wu wei* dalam Taoisme mengajarkan kepada kita untuk mengalir bersama kehendak alam semesta tanpa harus melawannya. Dengan menerima kehendak Tuhan sebagai berkah berarti mempercayai bahwa segala sesuatu ada dalam keteraturan-Nya.

Pada akhirnya, ujian dan berkah bukanlah dua hal yang bertentangan, melainkan dua sisi dari koin yang sama. Apa yang hari ini tampak sebagai ujian bisa berubah menjadi berkah di kemudian hari. Dan apa yang kita anggap berkah hari ini, bisa jadi adalah ujian dalam bentuk lain.

Kebijaksanaan sejati terletak dalam kemampuan kita menerima kehendak Tuhan dengan ikhlas, tanpa syarat. Seraya menyadari bahwa semua yang terjadi adalah bagian dari rencana Tuhan yang terbaik. Dalam filsafat eksistensialisme, Viktor Frankl mengatakan bahwa makna hidup ditemukan saat kita merespons keadaan dan situasi hidup yang terjadi.

Maka, apakah sesuatu itu ujian atau berkah bukanlah soal perbedaan realitasnya, melainkan bagaimana kita menafsirnya dan meresponnya. Jika kita melihat dengan mata iman dan kebijaksanaan, segala sesuatu pada akhirnya adalah berkah yang membawa kita lebih dekat kepada Tuhan.

A. Cara Menghadapi Ujian Hidup Dengan zhati Yang Lapang

Menghadapi ujian hidup dengan hati yang lapang adalah sebuah seni yang berakar dalam kebijaksanaan filosofis dari berbagai tradisi filsafat. Dari sudut pandang filsafat, sejumlah pendekatan bisa membantu kita menerima cobaan hidup ini dengan batin yang damai.

Filsafat Stoik mengajarkan bahwa dalam hidup ini, ada hal yang bisa kita kendalikan dan ada hal yang tidak bisa kita kendalikan. Ujian hidup misalnya, sering kali datang dari hal-hal yang di luar kendali kita. Jika kita terus berusaha mengubah sesuatu yang memang bukan dalam kuasa kita, kita hanya akan menambah penderitaan. Kuncinya adalah bagaimana kita bisa menerima dan mengendalikan apa yang bisa kita kendalikan. Terima kenyataan apa adanya dan fokus pada bagaimana kita meresponsnya dengan hati yang tenang dan bijaksana.

Taoisme, mengibaratkan hidup ini seperti air yang mengalir. Air tidak pernah melawan rintangan, tetapi menyesuaikan diri dengannya. Air dengan lentur menemukan jalannya. Begitu juga dalam menghadapi ujian hidup, bila kita terlalu kaku menghadapinya, kita akan mudah patah. Namun, jika kita belajar untuk mengalir dan beradaptasi dalam hidup ini, kita akan tetap tenang dan tidak mudah terguncang.

Filsuf seperti Viktor Frankl berpendapat bahwa penderitaan hanya bisa dihadapi dengan baik jika kita menemukan maknanya. Tatkala mengalami ujian hidup, kita bisa bertanya: Apa pelajaran yang bisa kita ambil dari peristiwa itu? Bagaimana caranya agar ujian itu membentuk kita menjadi pribadi yang lebih baik? Dengan mencari makna dalam penderitaan atau ujian hidup, kita tidak hanya melewatinya

dengan lapang, tetapi juga bertumbuh lebih baik.

Dalam berbagai tradisi keagamaan, ujian hidup dipandang sebagai bagian dari perjalanan spiritual yang bertujuan untuk menguatkan iman, membersihkan hati, dan mendekatkan manusia kepada Tuhannya.

Dalam Islam, ujian hidup adalah bagian dari takdir Allah yang bertujuan menguji keimanan dan kesabaran hamba-Nya.

Sabar bukan sekadar menahan diri, tetapi juga menerima takdir dengan keyakinan bahwa ada hikmah di balik setiap ujian. Sebagaimana firman Allah SWT dalam Al-Qur'an: "Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan berilah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar." (QS. Al-Baqarah: 155)

Selain sikap sabar, manusia juga harus selalu bersyukur dalam setiap keadaan. Bahkan dalam kesulitan sekalipun, ada hal yang masih bisa disyukuri. Dengan bersyukur, hati menjadi lebih lapang dan terhindar dari keputusasaan.

Setelah berusaha, seorang mukmin diajarkan untuk menyerahkan hasilnya kepada Allah dengan bertawakkal atau berserah diri kepada Allah SWT. Dan yakin saja bahwa Allah SWT Maha Mengetahui apa yang terbaik untuk hamba-Nya.

Dalam ajaran Kristen, penderitaan sering kali dipandang sebagai bagian dari rencana Tuhan yang terbaik untuk membentuk karakter dan iman seseorang.

Dalam Yakobus 1:2-3 tertulis, "Anggaplah sebagai suatu kebahagiaan, saudara-saudaraku, apabila kamu jatuh ke dalam berbagai-bagai pencobaan, sebab kamu tahu bahwa ujian terhadap imanmu menghasilkan ketekunan."

Dengan iman yang teguh, seseorang bisa menghadapi

ujian hidup dengan penuh keyakinan bahwa Tuhan menyertai dan tidak akan membiarkan hamba-Nya sendirian.

Ujian hidup bukan akhir dari segalanya, melainkan bagian dari rencana Tuhan yang lebih besar. Seperti tertulis dalam Roma 8 : 28, "Segala sesuatu bekerja bersama-sama untuk mendatangkan kebaikan bagi mereka yang mengasihi Allah."

Yesus mengajarkan bahwa kasih kepada sesama dan kasih kepada Tuhan, bisa memberi ketenangan dan penghiburan, dalam menghadapi penderitaan dan ujian hidup

Dalam Hindu, ujian hidup dipahami dalam konteks hukum karma (sebab-akibat) dan dharma (kewajiban hidup). Ujian hidup bisa jadi merupakan hasil dari karma masa lalu. Sehingga menjadi penting bagaimana meresponsnya di masa kini.

Menghadapi ujian dengan hati yang lapang berarti menjalankan dharma dengan ikhlas, tanpa terlalu terikat pada hasilnya. Dalam dharma, setiap individu memiliki tugas atau kewajiban moral dalam hidup.

Selain itu penting juga untuk menanamkan kesadaran bahwa hidup ini bersifat sementara. Sehingga tujuan tertinggi dalam hidup ini tidak lain adalah mencapai moksha (pembebasan dari penderitaan duniawi). Hal ini membantu seseorang menghadapi dan menerima ujian hidup dengan lebih tenang.

Buddhisme mengajarkan bahwa penderitaan muncul karena keterikatan terhadap harapan, ekspektasi, atau keinginan tertentu. Ketika kita terlalu menginginkan sesuatu berjalan sesuai dengan rencana kita, maka kekecewaan akan lebih mudah muncul.

Buddhisme memahami ujian hidup ini sebagai bagian dari

dukkha (penderitaan) yang merupakan sifat dasar kehidupan. *Dukkha* atau penderitaan adalah bagian dari eksistensi manusia. Memahami penyebabnya, yaitu keterikatan dan keinginan, membuat kita menghadapinya dengan lebih lapang. Dengan melepaskan keterikatan terhadap hasil, kita bisa menerima segala ujian dengan hati yang lebih ringan.

Sebab itu, agar tidak terlalu terpaku pada penderitaan yang datang dan pergi. Praktik meditasi dan kesadaran akan membantu seseorang menerima hidup ini apa adanya.

Jalan tengah agar dapat menjalani kehidupan yang seimbang adalah tidak terlalu terikat pada kesenangan duniawi dan tidak tenggelam dalam penderitaan. Sehingga seseorang bisa menghadapi ujian hidup ini dengan lebih tenang.

Dalam ajaran Yahudi, ujian hidup sering dipahami sebagai bagian dari proses pembentukan karakter dan ujian iman. Sebagaimana disebutkan kitab Ayub, Ayub diuji dengan penderitaan yang berat tetapi tetap setia kepada Tuhan. Ini mengajarkan bahwa ujian hidup bukan hukuman, tetapi kesempatan untuk menunjukkan keteguhan iman. Layaknya seperti ibadah dalam penderitaan:

Konsep *Tikkun Olam* berarti "memperbaiki dunia." artinya bahwa ujian hidup ini, bisa menjadi dorongan untuk melakukan perbaikan, baik untuk diri sendiri maupun untuk masyarakat pada umumnya. Ada keyakinan disana bahwa dibalik setiap ujian ada maksud ilahi yang terbaik disana. Itulah yang pasti bahwa Tuhan selalu menyertai umat-Nya.

Pada akhirnya, hati yang lapang bukanlah sesuatu yang datang begitu saja, tetapi sebuah keputusan dan latihan mental yang terus-menerus. Dengan memahami bahwa hidup penuh dengan ketidakpastian, kita bisa belajar menerima, mengalir,

melepaskan keterikatan, memberi makna pada penderitaan, dan mempercayakan diri pada kehendak yang lebih besar. Dengan cara ini, ujian hidup bukan lagi beban, melainkan bagian dari perjalanan yang memperkaya pengalaman batin kita.

Secara teologis, hampir semua agama mengajarkan bahwa ujian hidup adalah bagian dari perjalanan spiritual yang harus dihadapi dengan sabar, iman, dan penerimaan. Dengan memahami bahwa ujian bukanlah hukuman, melainkan proses untuk mendewasakan, akan membuat kita bisa menghadapi hidup ini, dengan hati yang lebih lapang dan tenang.

B. Menyadari Bahwa Rencana Tuhan Lebih Baik Dari Rencana Manusia.

Pada dasarnya manusia memiliki keterbatasan dalam memahami realitas secara utuh. Dalam filsafat skeptisisme, manusia tidak bisa sepenuhnya mengetahui semua sebab-akibat dalam hidup ini. Rencana manusia sering kali didasarkan pada pengetahuan yang terbatas. Sementara Tuhan, sebagai entitas yang Maha Mengetahui, memahami segala kemungkinan dan konsekuensi dalam jangka panjang.

Gottfried Wilhelm Leibniz menyatakan bahwa dunia ini adalah "*the best possible world*" (dunia terbaik yang mungkin ada) karena Tuhan menciptakannya dengan kebijaksanaan-Nya. Meski manusia mengalami penderitaan dan kekecewaan, tetap saja ada harmoni dibalik itu semua, yang tidak selalu bisa kita mengerti atau lihat secara langsung.

Dalam filsafat Aristotelian, filsafat agama, dan teleologi menjelaskan bahwa segala sesuatu dalam alam semesta ini memiliki tujuan akhir. Manusia mungkin merencanakan

sesuatu. Namun, bilamana rencana itu tidak selaras dengan tujuan yang lebih besar, maka bisa jadi ada rencana Tuhan yang lain yang lebih baik.

Filsafat Stoikisme berpendapat bahwa manusia harus menerima apa yang terjadi dengan hati yang tenang. Ada keteraturan dan rasionalitas di balik setiap kejadian. Epictetus mengatakan, "Jangan mencari agar segala sesuatu terjadi seperti yang kamu inginkan, tetapi terimalah segala sesuatu sebagaimana adanya, maka kamu akan menemukan ketenangan." Ini sejalan dengan konsep menerima bahwa rencana Tuhan lebih baik meskipun tidak selalu sesuai dengan harapan kita.

Eksistensialisme, seperti yang dikembangkan Viktor Frankl, menekankan bahwa manusia harus menemukan makna hidup dalam penderitaan dan perubahan rencana hidupnya. Kadang, manusia baru menyadari bahwa rencana Tuhan lebih baik setelah melewati pengalaman sulit yang mengubah perspektifnya.

Ringkasnya, menerima bahwa rencana Tuhan lebih baik dari rencana manusia berarti memahami keterbatasan diri, percaya pada kebijaksanaan yang lebih tinggi, serta bersikap terbuka terhadap perubahan dan makna yang tersembunyi dalam setiap kejadian. Hal ini bukan berarti pasrah tanpa usaha, tetapi berusaha dengan penuh keikhlasan dan kebijaksanaan dalam menghadapi hasil yang mungkin berbeda dari ekspektasi kita.

C. Membedakan Antara Ujian dan Hukuman Dalam Kehidupan

Di lintasan kehidupan ini, seringkali kita menghadapi beragam cobaan dan kesulitan. Terkadang, hal itu membuat kita sulit membedakan apakah yang menimpa kita itu coban, ujian atau hukuman.

Nah, bagaimana cara kita menyikapi cobaan tersebut, itulah yang akan menentukan apakah cobaan tersebut akan menjadi ujian atau hukuman.

Bila itu ujian, ia seringkali datang dalam bentuk tantangan yang harus diatasi, seperti masalah keuangan, masalah kesehatan, atau masalah hubungan dengan sesama.

Dalam konteks agama, ujian dapat dilihat sebagai cara Tuhan untuk menguji keimanan dan kesabaran seseorang. Sehingga ujian adalah kesempatan bagi seseorang untuk terus bertumbuh dan berkembang. Kesempatan untuk menguji karakternya, kekuatannya, dan ketahanan mentalnya dalam mengarungi kerasnya kehidupan.

Hukuman, di sisi lain, adalah konsekuensi dari pilihan-pilihan yang telah diambil. Tidak ada yang benar-benar "menghukum" manusia selain dirinya sendiri yang terjebak dalam pilihan buruknya.

Hukuman kerap datang dalam berbagai bentuk, seperti kehilangan, kesakitan, atau kesulitan. Karena itu, hukuman dapat dilihat sebagai cara Tuhan untuk menghukum orang-orang yang telah melakukan kesalahan. Jika seseorang melakukan kesalahan, maka ia kemungkinan besar akan menghadapi konsekuensi yang tidak menyenangkan.

Ujian adalah peluang bagi seseorang untuk memaknai hidupnya. Sedangkan hukuman adalah hasil dari pilihan yang

bertentangan dengan nilai-nilai moral dan religius yang hidup di masyarakat.

Ujian dikirim Tuhan untuk meningkatkan derajat seseorang, menguatkan imannya, serta mengajarkannya pelajaran hidup. Sehingga ujian bisa dimaknai sebagai ekspresi atau bentuk kasih sayang Tuhan, agar seseorang bisa berkembang menjadi lebih baik.

Hukuman biasanya bertujuan untuk memberi peringatan agar seseorang menyadari kesalahannya dan kembali ke jalan yang benar. Hukuman boleh jadi merupakan akibat dari kesalahan atau dosa yang dilakukan seseorang.

Ujian, jika dihadapi dengan sabar, maka seseorang akan merasakan ketenangan batin, lantaran menyadari bahwa ada hikmah atau pelajaran penting di balik ujian itu

Hukuman, biasanya berupa kesulitan yang terasa begitu berat lantaran ada dosa disana, yang membuat hatinya gelisah, dan perasaan terhimpit.

Ujian, jika dilewati dengan baik, akan membuat seseorang menjadi lebih kuat, lebih bijaksana, serta lebih dekat dengan Tuhannya.

Hukuman terjadi akibat kelalaian dalam menjalankan perintah Tuhan atau akibat perbuatan buruk yang belum disadari. Hukuman, jika tidak disadari dan tidak segera bertobat, akan membuat situasi semakin bertambah sulit. Bahkan bisa menjerumuskan seseorang kedalam kondisi yang lebih buruk. Namun, jika disadari bahwa itu salah, lantas bertaubat, akan membuat seseorang mengambil pembelajaran berharga dari peristiwa tersebut.

Ujian biasanya datang kepada orang-orang yang sudah berusaha hidup dalam kebaikan. Sebagaimana kisah para nabi

dan orang-orang saleh yang diuji dengan berbagai kesulitan hidup, tetapi mereka tetap bersabar dan tawakal.

Perbedaan utama antara ujian dan hukuman terletak pada penyebabnya dan cara menyikapinya. Jika seseorang merasa diuji, maka cara terbaiknya adalah bersabar dan tetap berprasangka baik kepada Tuhan. Jika merasa dihukum, maka bertaubat dan memperbaiki diri adalah jalan terbaik agar kesulitan yang dihadapi berubah menjadi rahmat.

**BAGIAN KE LIMA
BELAJAR DARI
KEGAGALAN DAN
KEHILANGAN**



Setiap pengalaman, manis maupun pahit, hikmahnya begitu berharga, yang berguna bagi seseorang untuk berkembang menjadi pribadi yang matang dan dewasa. Dari perspektif ini, kegagalan dan kehilangan tidak bisa lagi dipandang sebagai sesuatu yang buruk. Ia menjadi alat untuk mendewasakan seseorang, membangkitkan kesadarannya, dan mendekatkan dirinya kepada Tuhannya.

Pengalaman melewati masa-masa sulit, akan membuat mental seseorang menjadi lebih kuat dan lebih selaras dengan tujuan hidupnya. Seperti kata Khalil Gibran ; "Semakin dalam kesedihan mengukir jiwa Anda, semakin banyak kegembiraan yang dapat Anda tampung."

Salah satu pelajaran penting dari kegagalan dalam hidup ini, bukanlah tentang proses mencapai sesuatu di masa depan. Tapi tentang bagaimana mengalami setiap momen dengan penuh kesadaran. Ketika seseorang berhenti menganggap kegagalan sebagai sesuatu yang harus diperbaiki, melainkan melihatnya sebagai bagian dari perjalanan hidupnya, maka ia akan menemukan kedamaian dalam hidupnya. Kata pepatah "Lepaskan dan biarkan hidup mengalir. Percayalah bahwa segala sesuatu terjadi untuk kebaikan yang lebih besar."

Kegagalan membantu seseorang menyadari betapa terbatasnya dirinya sebagai manusia. Pun mengajarkan betapa pentingnya untuk selalu rendah hati dan berserah diri kepada Tuhan. Kegagalan bukanlah sesuatu yang harus ditakuti, tetapi sesuatu yang harus diterima dengan lapang dada dan tangan terbuka. Dengan mengalami kegagalan, seseorang dipaksa untuk melepaskan keterikatannya dengan hal-hal duniawi dan menemukan makna hakiki dalam hidupnya.

Dalam banyak tradisi spiritual, kehilangan sering kali

dipandang sebagai penanda bahwa seseorang sedang diarahkan ke jalur yang lebih sesuai dengan misi kehadirannya di dunia. Apa yang dianggap sebagai kehilangan sering kali bermanfaat melindungi diri kita dari sesuatu yang tidak sesuai dengan perjalanan hidup kita. Pesan bijak Dalai Lama ; "Terkadang tidak mendapatkan apa yang kamu inginkan adalah keberuntungan yang luar biasa." Ketika satu pintu tertutup, itu mungkin karena pintu yang lebih baik sedang dipersiapkan.

Kegagalan dan kehilangan adalah cara Tuhan membersihkan diri kita dari ego, kesombongan, dan ilusi yang menghambat pertumbuhan spiritual kita. Kegagalan adalah proses pembersihan jiwa. Sebagaimana diungkapkan Jalaluddin Rumi ; "Kegelapan adalah tempat di mana cahaya baru lahir."

Ringkasnya, kegagalan dan kehilangan adalah guru terbaik, yang membantu kita melihat kebenaran yang lebih hakiki. Mengajarkan kita tentang kesabaran, keikhlasan, kerendahan hati, dan bagaimana melepaskan keterikatan terhadap hal hal yang bersifat duniawi. Dengan menerima kegagalan sebagai bagian dari perjalanan dan pengalaman hidup kita, maka kita akan menjalani hidup ini penuh kesadaran, penuh kenyamanan, dan lebih damai.

A. Mengapa Kegagalan Sering Kali Menjadi Berkah Tersembunyi

Kegagalan sering dianggap sebagai sesuatu yang negatif, menyakitkan, dan memalukan. Namun, bila dilihat dari perspektif yang lebih luas, kegagalan sebenarnya dapat menjadi berkah tersembunyi yang memberi pelajaran berharga dan membentuk karakter dan kedewasaan berpikir seseorang.

Meski menyakitkan, kegagalan memiliki sisi positif yang sangat penting dalam proses perkembangan diri seseorang. Kegagalan mengingatkan kita bahwa kita tidak sempurna. Ini membantu kita menghargai usaha dan pencapaian orang lain, serta membuat kita lebih rendah hati. Kegagalan memberi pelajaran berharga, membentuk karakter seseorang, dan bisa menjadi langkah awal menuju kesuksesan yang sejati. Oleh karena itu, jangan takut untuk gagal. Anggaplah setiap kegagalan sebagai berkah tersembunyi yang sedang membimbing kita menuju versi terbaik dari diri kita sendiri.

Seseorang yang pernah mengalami kegagalan akan belajar untuk bangkit setelah jatuh. Mereka cenderung lebih tangguh dan mampu menghadapi tantangan hidup dengan lebih baik. Banyak tokoh besar dunia seperti Thomas Edison, J.K. Rowling, dan Steve Jobs misalnya mengalami kegagalan sebelum akhirnya mereka meraih sukses yang luar biasa. Ini membuktikan bahwa kegagalan bukanlah akhir dari segalanya, melainkan permulaan bagi perjalanan hidup seseorang menuju kematangan dan kedewasaan.

Kegagalan mengajarkan kita untuk lebih mengenal diri sendiri. Mengajarkan apa yang salah dan apa yang tidak berhasil kita lakukan. Hal ini memperluas cakrawala kita bagaimana

mencapai tujuan dengan lebih baik di masa depan. Saat mengalami kegagalan, seseorang dipaksa untuk merenung, mengevaluasi kelemahannya. Proses ini membantu seseorang membangun kesadaran diri dan ketangguhan mental. Tanpa kegagalan, seseorang mungkin tidak akan pernah mengetahui potensi atau batas kemampuan dirinya.

Kegagalan juga membentuk sikap pantang menyerah. Ketika seseorang terus berusaha meskipun berkali-kali gagal, itu menunjukkan tekad yang kuat dan semangat untuk terus maju. Ketika sesuatu tidak berjalan sesuai rencana, kita dipaksa untuk berpikir di luar kebiasaan dan menemukan solusi kreatif. Itulah kenapa banyak inovasi besar lahir dari kegagalan. Sikap inilah menjadi kunci utama menuju keberhasilan sejati. Kegigihan yang dibentuk dari kegagalan menjadikan seseorang lebih siap menghadapi tantangan yang lebih besar di masa depan.

Terkadang, sesuatu yang kita kejar dengan sungguh-sungguh, ternyata gagal di tengah jalan. Kegagalan ini bisa menjadi sinyal bahwa ada jalan lain yang lebih sesuai dengan kemampuan dan tujuan hidup kita. Dengan kata lain, kegagalan bisa menjadi panduan untuk menemukan arah yang benar. Ketika kita menyadari bahwa kegagalan tidak selalu buruk, kita belajar melihat segala sesuatu dengan lebih positif. Ini membantu kita menerima kehidupan apa adanya dan terus melangkah maju. Pada akhirnya, kegagalan adalah bagian alami dari perjalanan hidup. Jika kita mampu melihatnya sebagai peluang untuk tumbuh, maka kegagalan tidak lagi menjadi akhir dari segalanya, tetapi awal dari sesuatu yang lebih baik.

B. Kisah-Kisah Orang Sukses Yang Pernah Mengalami Kegagalan Besar

Kegagalan adalah bagian dari proses menuju kesuksesan. Sejumlah tokoh terkenal pernah jatuh berkali-kali. Namun mereka tidak menyerah. Mereka justru menjadikan kegagalan sebagai bahan bakar untuk terus melaju menuju puncak kesuksesan. Kisah-kisah mereka menjadi pengingat bahwa selama kita tetap berusaha dan tidak berhenti bermimpi, kegagalan hanyalah langkah menuju keberhasilan yang lebih besar.

Berikut adalah beberapa kisah inspiratif sejumlah orang sukses yang pernah mengalami kegagalan besar :

1. Walt Disney – Dianggap Tidak Kreatif

Walt Disney, pencipta kerajaan hiburan Disney, pernah dipecat dari pekerjaan sebagai kartunis di sebuah surat kabar karena dianggap “kurang imajinatif dan tidak punya ide bagus.” Ia juga mengalami kegagalan saat membuka perusahaan animasi pertamanya, Laugh-O-Gram Studio, yang bangkrut karena kehabisan dana. Namun, ia tidak menyerah. Dengan tekad yang kuat, ia menciptakan karakter Mickey Mouse dan akhirnya membangun salah satu perusahaan hiburan terbesar di dunia.

2. Oprah Winfrey – Dipecat dari Stasiun TV

Oprah, yang kini dikenal sebagai ratu talk show dan miliarder, pernah mengalami masa sulit. Di awal kariernya, ia dipecat dari pekerjaannya sebagai pembaca berita karena dianggap tidak cocok untuk televisi. Ia mengalami trauma dan keraguan diri. Namun, ia bangkit

dan membuktikan bahwa kelembutannya justru menjadi kekuatannya. The Oprah Winfrey Show menjadi salah satu acara televisi paling berpengaruh sepanjang masa.

3. Michael Jordan – Dikeluarkan dari Tim Basket Sekolah

Michael Jordan, legenda NBA, pernah ditolak dari tim basket sekolah menengah karena dianggap tidak cukup tinggi dan kurang berbakat. Ia merasa sangat kecewa, bahkan menangis. Tapi ia menjadikan kegagalan itu sebagai motivasi untuk berlatih lebih keras. Hasilnya, ia menjadi salah satu pemain basket terhebat sepanjang sejarah.

4. Soichiro Honda – Gagal Diterima di Toyota

Pendiri Honda Motor Company, Soichiro Honda, pernah melamar kerja di Toyota dan ditolak. Ia menganggur selama beberapa waktu. Namun, ia tidak berhenti di situ. Dengan semangat dan inovasi, ia membangun perusahaannya sendiri, yang kemudian menjadi salah satu produsen otomotif terbesar di dunia.

5. Colonel Sanders – Ditolak Ratusan Kali

Colonel Harland Sanders, pencipta resep ayam goreng KFC, yang memulai bisnisnya di usia 60-an. Resep ayam gorengnya ditolak lebih dari 1.000 kali oleh restoran dan investor. Namun, ia terus mencoba. Akhirnya, resepnya diterima, dan KFC kini menjadi waralaba makanan cepat saji yang terkenal di seluruh dunia.

C. Cara Bangkit dari Keterpurukan Tanpa Menyalahkan Tuhan

Keterpurukan adalah pengalaman hidup yang nyaris tak terhindarkan. Ia datang dalam berbagai rupa seperti ; kehilangan, kegagalan, atau kehancuran harapan. Keterpurukan ini menghantam dan menggoncang kehidupan kita. Membuat kita limbung dan mempertanyakan segalanya, termasuk meragukan keyakinan kita terhadap kebesaran Tuhan. Tidak jarang, di tengah kepedihan, muncul bisikan: "Mengapa Tuhan membiarkan ini terjadi padaku ?" Namun, apakah menyalahkan Tuhan akan membawa kita keluar dari gelapnya keterpurukan? Atau justru menjauhkan kita dari makna sejati dari penderitaan?

Sejatinya, penderitaan adalah bagian dari eksistensi manusia. Dalam pandangan filsuf seperti Søren Kierkegaard dan Friedrich Nietzsche, penderitaan bukanlah musuh, tetapi guru yang paling jujur. Kierkegaard menyebut penderitaan sebagai jalan menuju kedewasaan spiritual, sementara Nietzsche mengatakan, "Apa yang tidak membunuhku, membuatku lebih kuat." Dalam perspektif ini, keterpurukan bukanlah kutukan, melainkan undangan untuk menyelami kedalaman diri, menggali makna yang lebih dalam dari sekadar "mengapa ini terjadi."

Bangkit dari keterpurukan tanpa menyalahkan Tuhan dimulai dengan keberanian untuk menerima kenyataan. Penerimaan bukan berarti pasrah tanpa daya, melainkan pengakuan bahwa hidup memang penuh ketidakpastian. Seperti yang diajarkan oleh filsafat Stoikisme, kita tidak bisa mengendalikan apa yang terjadi pada kita, tapi kita bisa mengendalikan bagaimana kita meresponnya. Dalam momen

paling gelap, justru kita diuji apakah kita mampu tetap menjaga nilai, harapan, dan kepercayaan.

Alih-alih menyalahkan Tuhan, kita bisa memilih untuk menjadikan hubungan dengan Tuhan sebagai tempat berpijak, bukan pelampiasan kekesalan kita terhadap hidup ini. Dalam doa yang sunyi, dalam keheningan batin, kita mungkin tidak menemukan jawaban instan, tetapi kita menemukan kekuatan untuk melangkah lagi. Tuhan, dalam banyak keyakinan, bukanlah mesin pengabul keinginan, tetapi sumber inspirasi dan cahaya dalam kegelapan kehidupan kita.

Menyalahkan Tuhan hanya menambah beban batin. Tapi menjadikan-Nya teman dalam perjalanan luka, menjadikan kita tidak pernah benar-benar sendiri. Dan dari titik itu, lahirlah kekuatan baru. Kekuatan yang bukan berasal dari penolakan penderitaan, tetapi dari keberanian untuk menatap penderitaan dan keterpurukan dengan kepala tegak, lalu berjalan perlahan, langkah demi langkah.

Akhirnya, bangkit dari keterpurukan adalah seni berdamai—dengan diri sendiri, dengan kenyataan, dan dengan Tuhan. Bukan karena kita mengerti segalanya, tetapi karena kita memilih untuk tetap percaya meski tak ada jaminan. Di situlah kematangan sejati yang lahir dari reruntuhan harapan lama. Dan pelajaran terpentingnya adalah bahwa akan tumbuh kehidupan yang jauh lebih kuat dan matang.

BAGIAN KE ENAM
MENJALANI HIDUP
PENUH PERCAYA
DIRI, JAUH DARI
KEKHAWATIRAN



Hidup ini yang begitu indah dengan segala kerumitannya adalah perjalanan yang tak pernah pasti. Saat menghadapi beragam tantangan dan pilihan hidup, kita seperti berada di persimpangan jalan. Ada harapan sekaligus ketakutan disana. Sehingga muncul pertanyaan mendasar soal bagaimana caranya agar kita dapat menjalani hidup ini penuh percaya diri, jauh dari bayang-bayang kekhawatiran ?

Percaya diri bukan dalam artian kita bersikap angkuh menafikan kelemahan kita. Namun itu merupakan ungkapan kesadaran terdalam tentang siapa diri kita sebenarnya. Seperti diungkap Jean-Paul Sartre bahwa manusia itu tidak memiliki esensi yang baku. Ia adalah proyek yang terus dibentuk oleh berbagai macam pilihan. Sehingga dari rasa percaya diri itulah tumbuh keberanian untuk memilih, bertindak, dan bertanggung jawab atas segala keputusan yang diambil ditengah ketidakpastian dalam hidup ini.

Kekhawatiran, di sisi lain, muncul dari hasrat ingin mengontrol segala sesuatu. Sebut saja ; ingin mengontrol masa depan agar bisa diprediksi, ingin hasil yang dicapai sesuai ekspektasi, dan seterusnya. Namun, jalan hidup sering berbicara lain, sebagaimana dijelaskan filsuf Stoik Epiktetos, bahwa banyak hal dalam hidup ini berada di luar kuasa kita. Sehingga kebijaksanaan sejati tidak lain adalah kemampuan kita membedakan mana yang bisa kita kendalikan dan mana yang harus kita lepaskan.

Nah, menjalani hidup penuh percaya diri berarti berani melangkah walau tak ada kepastian ke arah mana perjalanan hidup ini akan berakhir. Ini adalah bentuk penerimaan radikal terhadap ketidaksempurnaan diri kita dan dunia tempat

kita hidup. Percaya diri sejati bersumber dari keheningan batin yang memahami bahwa nilai hidup tidak terletak pada pencapaian yang gemerlap. Melainkan pada keutuhan sikap kita dalam menjalani setiap momen hidup ini dengan penuh kesadaran dan kejujuran.

Dalam filsafat Timur, seperti Zen, menganjurkan kita untuk hadir sepenuhnya pada hari ini, saat ini juga. Sebab bayangan masa depan yang belum tentu datang, sering kali menimbulkan kekhawatiran. Saat kita mampu hidup “di sini dan saat ini” kita tidak lagi dikuasai oleh ketakutan yang berakar pada ilusi. Kepercayaan diri pun muncul secara alami. Bukan karena kita tahu segalanya akan baik-baik saja. Namun, karena kita tahu bahwa apapun yang akan terjadi, kita mampu menjalaninya.

Maka, hidup penuh percaya diri bukanlah hidup yang tanpa rasa takut. Tapi hidup yang tidak dikendalikan oleh rasa takut. Ia lahir dari keberanian untuk hidup otentik yang bersedia menerima ketidakpastian. Teguh untuk terus melangkah, sekalipun kabut menutupi jalan di depan.

Percaya diri yang sejati tumbuh dari pemahaman bahwa kita tidak perlu menjadi sempurna untuk merasa cukup. Saat kita menerima bahwa hidup ini memang tidak selalu pasti, maka kekhawatiran akan kehilangan kekuatannya. Sehingga apapun yang terjadi dalam hidup ini menjadi layak dijalani dengan penuh keberanian dan penuh kasih sayang.

A. Menkuatkan Keyakinan Kepada Tuhan Dalam Setiap Keadaan

Keyakinan kepada Tuhan dalam sejarah panjang peradaban manusia telah menjadi fondasi moral, fondasi spiritual, dan fondasi eksistensial manusia, yang tak tergantikan. Manusia dalam suka dukanya, senantiasa memandang ke langit, mencari makna, pengharapan, dan penguatan. Namun, tidak sedikit pula yang mengalami krisis iman di tengah badai kehidupan. Di sinilah letak pentingnya refleksi diri dan pendekatan naratif dalam membahas bagaimana manusia dapat menguatkan keyakinannya kepada Tuhan dalam setiap keadaan.

Keyakinan kepada Tuhan ini, bukan sekadar dogma atau warisan budaya. Ia adalah hubungan yang hidup. Sebuah dialog terus-menerus antara hati manusia dan realitas yang tak sepenuhnya dapat dijelaskan oleh akal. Dalam filsafat eksistensialisme, tokoh seperti Søren Kierkegaard menekankan bahwa iman adalah "lompatan." Sebuah komitmen personal yang melampaui logika rasional. Keyakinan bukanlah hasil dari bukti empiris, melainkan keberanian untuk mempercayai kebaikan dan keberadaan Tuhan bahkan ketika bukti dalam kehidupan keseharian seakan tak berpihak pada nasib baik manusia.

Dalam konteks ini, keyakinan sejati diuji bukan saat segala sesuatunya berjalan lancar, melainkan ketika dunia tampak runtuh. Melalui penderitaan, kehilangan, dan ketidakpastian, manusia diajak masuk ke ruang batin yang lebih dalam. Tempat di mana logika berhenti dan jiwa berlutut.

Ambil contoh kehidupan seorang petani kecil yang tanah pertaniannya dilanda banjir. Banjir bandang mengakibatkan

tanamannya rusak, rumahnya hancur, dan masa depannya seolah suram. Namun dalam lirik doanya, ia berkata, "Tuhan, aku tidak mengerti mengapa ini terjadi. Tapi aku percaya Engkau tahu apa yang terbaik." Dalam kalimat sederhana itu, tersimpan kekuatan iman yang tak ternilai harganya. Ia telah melampaui pengertian dari akal sehatnya dan bersandar penuh pada kepercayaan dan keyakinan yang teguh pada Tuhannya.

Narasi seperti ini bukan fiktif. Ribuan manusia menghadapi dan menjalani cerita serupa dalam berbagai bentuk. Sebagai misal, seorang ibu yang kehilangan anaknya. Meski ia bersedih, namun ia tetap menghibur sesamanya. Atau, seorang tahanan yang menderita di sel tahanannya, namun ia selalu bersyukur atas setiap napas yang Tuhan beri. Atau misalnya, seorang dokter yang bekerja tanpa pamrih di tengah wabah covid yang melanda dunia. Mereka semua adalah saksi hidup bahwa keyakinan kepada Tuhan tidak bisa dilumpuhkan oleh keadaan apapun. Justru keimanan mereka diperkuat oleh berbagai masalah dan badai kehidupan yang menerpa mereka.

Filsuf besar seperti Al-Ghazali, Immanuel Kant, hingga Paul Tillich menekankan bahwa keberadaan Tuhan bukanlah sekadar objek diskusi metafisika, melainkan menjadi pondasi bagi makna kehidupan dan moralitas. Kant menulis bahwa meskipun kita tidak bisa membuktikan Tuhan secara empiris. Namun kita perlu mempercayainya agar moralitas manusia tetap memiliki landasan yang kokoh.

Dalam realitas kehidupan sehari-hari, keyakinan kepada Tuhan menghadirkan ketenangan batin dan arah hidup. Ia menjadi pusat gravitasi yang menarik manusia kembali dari kekacauan hidup. Tanpa keyakinan yang kuat, manusia

bisa terjebak dalam absurditas dan nihilisme. Dengan keyakinan yang kokoh, penderitaan pun bisa menjadi sumber transformasi diri dan pemurnian jiwa.

Ringkasnya, menguatkan keyakinan kepada Tuhan bukan berarti mengabaikan kenyataan pahit. Justru itu membuat manusia berani menghadapi dan menjalani kenyataan hidupnya dengan mata terbuka dan hati yang bersandar sepenuhnya kepada Tuhan. Sehingga dalam setiap keadaan apapun, baik maupun buruk, iman yang sejati tumbuh seperti pohon yang tumbuh dari akarnya yang kokoh.

B. Meninggalkan Kekhawatiran Berlebihan Tentang Masa Depan

Dalam dunia yang terobsesi pada masa depan, kita hidup seperti pengungsi spiritual yang terus mencari dan mengejar "nanti" dan kehilangan "sekarang". Kita mengira masa depan adalah menara yang harus didaki. Padahal ia lebih menyerupai kabut. Semakin kita mengejarnya, semakin ia menjauh. Kekhawatiran adalah upaya kita memeluk bayangan. Dan tentu saja, bayangan itu tak bisa dipeluk tanpa kehilangan cahaya.

Kekhawatiran adalah bentuk halus dari kesombongan. Kita ingin tahu, ingin kendali, ingin menjamin bahwa masa depan kita akan berjalan sesuai peta yang kita gambar. Namun kenyataannya, hidup itu bukan proyek arsitektur. Hidup itu lebih seperti puisi yang ditiupkan sebaris demi sebaris oleh roh alam semesta.

Kekhawatiran berlebihan adalah tanda bahwa kita diam-diam menganggap masa depan sebagai tanggung jawab pribadi yang absolut. Bukan ruang di mana kekuatan yang

lebih besar sedang bekerja. Ia adalah keinginan untuk menjadi nabi bagi diri sendiri. Padahal tak satu pun dari kita benar-benar tahu apa yang akan terjadi besok.

Dalam tradisi mistik dari berbagai agama, ada satu benang merah yang percaya bahwa masa depan itu bukan beban hari ini. Seorang petapa Zen berkata, "Lepaskan apa yang tidak nyata. Masa depan belum nyata. Maka jangan membawa ranselnya hari ini." Demikian pula dalam ajaran sufi, masa depan diibaratkan seperti angin yang tak bisa ditangkap. Dan hanya bisa dihirup dengan syukur.

Tuhan, dalam banyak tradisi agama, tidak memperlihatkan seluruh jalan kepada kita. Ia memberi cahaya hanya untuk satu langkah ke depan. Mengapa ? Karena iman tumbuh bukan dalam kepastian. Ia justru tumbuh dalam ketidakpastian yang dirangkul.

Melepaskan kekhawatiran bukan berarti menyerah, melainkan percaya bahwa Tuhan yang mengatur kehidupan kita itu, lebih bijak daripada kecemasan kita. Maka tugas kita bukan meramal apa yang akan terjadi, melainkan menjadi hadir sepenuhnya. Hari ini, di detik ini juga.

Sehingga waktu bukanlah musuh yang harus ditaklukkan. Ia menjadi misteri yang harus ditinggali. Ketika kita terus-menerus memikirkan masa depan, kita seolah menganggap sekarang ini tidak cukup, tidak utuh, dan tidak sempurna. Padahal, hanya sekaranglah satu-satunya ruang di mana kita bisa mengalami Tuhan.

Filsuf Heidegger berpandangan bahwa masa depan sebagai bagian dari *care*, dan kecemasan adalah konsekuensi dari kesadaran akan waktu. Namun di dunia spiritualitas mengajarkan bahwa kesadaran waktu yang benar bukanlah

kegelisahan, melainkan ketundukan. Dimana hidup itu bukan untuk menguasai waktu, tetapi untuk diselaraskan dengan waktu.

Lepaskanlah kekhawatiranmu. Jadilah seperti sungai, yang tidak membawa seluruh laut di punggungnya. Ia hanya mengalir, mempercayai gravitasi. Ia tidak bertanya ke mana arah muara, tapi tahu ia akan sampai.

Kita pun begitu. Hidup bukan soal memegang kendali, tetapi tentang mengalir bersama arus ilahi yang lebih besar. Kekhawatiran adalah upaya kita berenang ke hulu, menuju sesuatu yang tak bisa kita ubah.

Ringkasnya, Kita tidak diminta untuk tidak memikirkan masa depan. Pun tidak diperbudak olehnya. Kekhawatiran yang berlebihan membuat kita hidup setengah hati. Seolah menulis surat tapi tak pernah mengirimnya.

Sejatinya kita tidak perlu menghindari realitas. Apa pun yang terjadi besok, ada hikmahnya dan kita tidak sendirian. Bahwa di balik kabut masa depan, ada “tangan lembut” yang menata arah angin.

Maka, tinggalkanlah kekhawatiranmu di tepi pagi. Ambillah satu langkah kecil, seperti seorang tua yang berjalan di atas embun.

Dan katakan pada dirimu. “Aku tidak tahu apa-apa tentang masa depan.”

C. Menjalani Hidup Dengan Lebih Tenang dan Harmoni

Hidup, pada dasarnya, adalah sebuah orkestra raksasa. Setiap detik adalah denting dawai. Setiap napas adalah tiupan seruling. Dan setiap masalah adalah nada sumbang yang menguji keseimbangan harmoni. Namun, seperti maestro yang

telah matang oleh waktu, mereka yang memahami simfoni kehidupan tidak lagi menggertakkan gigi saat nada meleset. Mereka membiarkannya mengalir. Menerima disonansi sebagai bagian dari komposisi agung bernama eksistensi.

Menjalani hidup dengan tenang bukan berarti menyingkir dari riuhnya kehidupan. Ia adalah seni menemukan makna hidup di tengah hiruk-pikuknya kehidupan. Seperti danau yang tetap jernih meski hujan mengguyurnya. Ketenangan sejati adalah ketika jiwa tidak ikut mendidih meski dunia di luar sedang terbakar oleh amarah, ambisi, dan kegaduhan berita yang tak kunjung hening.

Tenang bukan berarti pasif, melainkan sadar. Ia adalah keheningan yang aktif. Dalam keheningan itu, kita belajar mendengar bisikan semesta. Mendengar desir angin yang menyapu daun kering. Mendengar denyut nadi yang berdetak mengikuti tempo alam. Pun mendengar isyarat halus dari hati yang sering dikalahkan oleh logika atau dikebiri oleh ego.

Lebih jauh lagi, harmoni bukan semata-mata keselarasan diluar diri, melainkan sebuah kesetimbangan dalam batin. Harmoni adalah ketika rasa syukur dan sabar duduk berdampingan di dalam hati. Ketika harapan tidak melompat terlalu jauh, dan kenangan tidak menyeret terlalu dalam. Harmoni adalah saat kita menyadari bahwa tidak semua harus dimiliki. Tidak semua harus dimenangkan. Tidak semua harus dimengerti.

Mereka yang hidup dalam ketenangan dan harmoni adalah para pelancong batin yang telah meletakkan senjatanya. Mereka tidak lagi berperang melawan kenyataan, tetapi menari bersamanya. Mereka tidak terobsesi mengejar cahaya, karena mereka telah menemukan lentera di dalam

dada mereka. Sebuah nyala lembut yang tidak menyilaukan, namun cukup hangat untuk mengusir bekunya kesepian.

Di zaman yang serba cepat seperti saat ini, di mana semua orang berlomba seolah-olah waktu akan habis esok pagi. Menjalani hidup dengan tenang adalah tindakan radikal. Harmoni adalah bentuk pemberontakan terhadap budaya gaduh yang mengukur nilai manusia dari pencapaian dan kepemilikan. Meski dunia menjerit dalam derap ambisi, mereka yang tenang justru berjalan perlahan, mendengarkan suara tanah dan berbicara dengan langit dalam diam.

Kadang, untuk menemukan harmoni, kita harus rela kehilangan simbal dan drum yang memekakkan telinga. Kita harus belajar kembali memainkan suling lembut dan membiarkan alunan alam mengambil alih panggung dunia. Setelah itu barulah kita sadar, bahwa tidak semua harus keras untuk menjadi berarti. Tidak semua harus gemilang untuk menjadi bermakna.

Mereka yang hidup dengan tenang tidak berarti hidupnya tanpa badai. Justru mereka telah belajar menjadi pohon tua, yang akarnya masuk ke tanah. Daunnya menari mesra bersama angin yang berdesir. Mereka tahu, badai akan berlalu, dan pelangi bukan sesuatu yang bisa dipaksa hadir. Mereka menikmati hujan, seperti seseorang menikmati puisi, tanpa tergesa-gesa.

Begitulah cara menjalani hidup dengan lebih tenang dan harmoni. Bukan dengan cara mengatur dunia agar sesuai dengan keinginan kita. Justru kita mestinya menyelaraskan diri dengan irama semesta. Karena pada akhirnya, kita semua bukan komposer tunggal atas kehidupan. Melainkan bagian dari simfoni agung yang hanya bisa dimengerti oleh mereka

yang mau mendengar dengan hati dan diam dengan jiwa.

Tatkala seseorang telah menemukan tempat duduknya di antara nada-nada itu. Ia akan tersenyum dalam diam. Sebab ia tahu, meski hidup tidak selalu sempurna. Ia telah menjadi bagian dari musik yang indah. Sebuah simfoni yang indah, yang hanya bisa didengar oleh mereka yang telah berdamai dengan hidupnya.

BAGIAN KE TUJUH
KETIKA SEMUA TAK
BERJALAN SESUAI
RENCANA



Ada kalanya hidup seperti kapal yang telah kita bangun dengan megah. Layarnya berkibar indah. Kompasnya siap menunjuk arah. Namun, tiba-tiba badai datang. Angin melawan arah kapal. Gelombang ombak menghancurkan semua yang kita rancang. Di titik itu, kita berhadapan dengan kenyataan yang pahit sekaligus indah, bahwa rencana manusia tidak selalu sejalan dengan rencana Tuhan.

Pada momen ini, kita paham, bahwa ilmu pengetahuan ada batasnya. Teori chaos mengingatkan bahwa dunia tidak pernah sepenuhnya dapat diprediksi. Kupu-kupu yang mengepakkan sayapnya di satu benua bisa menimbulkan badai di benua lain. Maka, ketika rencana kita gagal, itu bukan sekadar kesalahan manusia, melainkan kenyataan bahwa hidup terlalu luas untuk sepenuhnya bisa dikalkulasi dan dikendalikan.

Heidegger menyebut manusia sebagai Dasein atau ada yang "terlempar" ke dunia. Kita memang lahir tanpa peta yang lengkap. Di sinilah iman menambahkan lapisan yang sarat makna, bahwa manusia boleh merencanakan apapun. Namun Tuhanlah yang menentukan segalanya. Al-Qur'an mengingatkan, "Mereka merencanakan, Allah juga merencanakan, dan Allah adalah sebaik-baik perencana" (QS. Ali Imran: 54).

Sering kali gagalnya rencana membuat kita panik. Seperti peziarah yang kehilangan arah di tengah kabut. Dalam momen itu, Kierkegaard menegaskan perlunya *leap of faith* atau lompatan iman. Islam meneguhkan hal yang sama dalam konsep tawakkal. Menyerahkan hasil kepada Allah setelah ikhtiar. Kabut bukan tanda kehancuran, melainkan undangan untuk percaya.

Dalam tradisi sufistik, kabut adalah metafora hijab atau

tirai antara manusia dan rahasia ilahi. Yang tampak seperti kegagalan rencana mungkin hanyalah jalan yang ditutup agar kita tidak salah melangkah. Jalaluddin Rumi berbisik lewat syairnya: "Jangan bersedih ketika pintu tertutup, sebab sering kali ia menutup agar kita menemukan pintu lain yang lebih benar."

Apapun itu, sejarah manusia memang penuh dengan kegagalan yang berbuah jalan baru. Fleming menemukan penisilin karena ketidaksengajaan. Ibn Sina menulis *Al-Qanun fi al-Thibb* setelah berkali-kali gagal menemukan metode pengobatan yang tepat. Dalam Islam, Nabi Muhammad pun mengalami "gagal rencana" di Thaif. Namun justru penolakan di Thaif itulah yang membuka jalan hijrah ke Madinah, yang menjadi tonggak penting sejarah peradaban Islam.

Dalam pandangan tasawuf, kegagalan bukan sekadar ujian, melainkan *tarbiyah* ilahiyah atau pendidikan dari Tuhan. Al-Ghazali menekankan bahwa kehendak Allah lebih tinggi daripada ikhtiar manusia. Maka, saat rencana kita patah, bukan berarti kita kalah, melainkan kita sedang digiring pada jalan yang lebih sesuai dengan hikmah-Nya.

Stoikisme menyebutnya *amor fati*, atau cinta pada takdir. Islam menyebutnya ridha atau menerima dengan lapang dada apa pun yang digariskan Allah. Bukan pasrah yang buta, melainkan batin yang tenang karena yakin bahwa ada kebijaksanaan di balik setiap rencana yang gagal.

Seperti air yang tidak pernah menolak bentuk bejana. Seorang mukmin pun diajak untuk lentur. Jika jalan lurus tertutup, ia mencari jalan melingkar. Jika satu pintu ditutup, ia percaya ada pintu lain yang akan terbuka. Tuhan, dalam kasih-Nya, tidak pernah menutup jalan tanpa menyiapkan jalan lain.

Ketika semua tak berjalan sesuai rencana, kita belajar bahwa rencana adalah peta, sementara Tuhan adalah lautan itu sendiri. Kita hanya bisa meraba sebagian kecil dari hidup ini, sementara keseluruhan arus kehidupan tetap berada dalam genggaman-Nya.

Hidup bukan tentang memastikan semua sesuai rencana kita, melainkan tentang menyeimbangkan ikhtiar dengan tawakkal, logika dengan iman, rencana dengan ridha. Seperti penulis yang menulis di atas pasir. Ia sadar bahwa ombak akan menghapus coretan di pasir pantai. Kita pun belajar menulis ulang dengan sabar. Hingga mengerti bahwa justru dalam coretan yang terhapus itulah tersimpan keindahan yang tidak bisa kita rancang sendiri.

A. Mengapa Tuhan menunda atau menggagalkan sesuatu yang kita inginkan ?

Di sudut waktu yang tidak bernama, seorang musafir jiwa berjalan dengan lentera doa di tangannya. Melintasi gurun harapan yang panjang dan berdebu. Ia melangkah di bawah langit yang tampak bisu. Tangannya telah lelah terangkat. Lidahnya basah oleh permohonan. Namun langit tak kunjung mengirim hujan jawaban, meski ia ingin sekali segala sesuatu hadir dalam hidupnya, entah itu cinta, rezeki, kesembuhan, atau keberhasilan. Namun seperti ditulis dalam tinta gaib, segala keinginan itu tak juga terwujud. Lalu ia bertanya ; "Mengapa Tuhan menunda, bahkan menggagalkan apa yang telah kupinta dengan sepenuh jiwa ?"

Di balik tirai waktu yang tak bisa kita singkap, Tuhan menyulam realitas dengan benang hikmah. Tuhan bukan pedagang yang bertukar permintaan dengan doa. Bukan pula

tukang sulap yang mengabulkan segala keinginan kita agar kita bertepuk tangan. Tuhan adalah pelukis takdir yang bekerja dengan warna-warna yang tak selalu kita mengerti. Kadang kelam. Kadang terang. Kadang samar abu-abu. Penundaan dari-Nya bukanlah sesuatu yang tak ada maknanya. Justru itu merupakan proses fermentasi. Seperti anggur yang butuh waktu untuk menjadi manis. Atau, fajar yang butuh gelap agar bisa bermakna.

Seringkali, ketika sesuatu tak diberikan kepada kita, itu bukan berarti Tuhan telah menutup pintunya. Justru disaat itulah, Tuhan sedang membangun jendela di tempat lain, yang belum bisa kita lihat hikmahnya, karena kita terlalu terpaku pada satu gerbang yang tak terbuka. Penolakan dari Tuhan bukanlah penindasan. Itu justru bentuk tertinggi dari kasih sayang Tuhan, yang tak ingin kita hancur oleh apa yang belum layak kita pegang.

Tuhan itu seperti seorang ayah yang mengerti bahwa tidak semua permintaan anaknya itu baik. Ia menunda bukan karena lupa, tapi karena tahu bahwa waktu yang kita anggap terbaik, seringkali adalah ilusi. Kita meminta hujan, padahal tanah belum siap menampungnya. Kita memohon cahaya, padahal mata kita belum siap menerima silau. Dalam cinta-Nya yang agung, penundaan adalah penyelamatan yang tersembunyi. Dan gagalnya rencana adalah keberhasilan yang belum disadari.

Sejatinya, ada rahasia dalam cara Tuhan bekerja. Ia menyembunyikan jawaban atau hikmah dalam sebuah peristiwa yang menyakitkan. Menyisipkan pertumbuhan kematangan pribadi dalam kekecewaan. Menanam kekuatan jiwa di ladang kegagalan. Kadang Ia menunda bukan untuk

menyiksa, tapi untuk membuat kita berhenti menggenggam terlalu erat sesuatu yang tak kita pahami sepenuhnya. Dalam keterlambatan-Nya, Ia melatih sabar. Dalam penolakan-Nya, Ia mengajarkan ikhlas.

Tuhan bukan mesin pemenuh permintaan. Ia adalah komposer agung yang mengatur simfoni hidup dengan harmoni yang kita baru pahami di akhir lagu. Saat kita meminta sesuatu dan tak diberi, mungkin Tuhan sedang menjawab: "Aku ingin engkau lebih dulu menjadi seseorang yang siap menerimanya." Atau mungkin Ia hanya berkata pelan, dalam bahasa cinta yang tak terucap, "Aku punya sesuatu yang lebih baik, tunggulah."

Dalam keterlambatan Tuhan, ada ruang bagi kita untuk menumbuhkan akar iman, untuk belajar bahwa hidup bukan soal memiliki, tetapi soal menjadi. Tuhan menunda agar kita belajar bertahan hidup. Ia menggagalkan agar kita belajar berserah. Dan di antara pupusnya rencana kita, Tuhan menyusun kembali jiwa kita agar lebih utuh, lebih lapang, dan lebih selaras dengan tujuan penciptaan kita sendiri.

Maka ketika langit terasa senyap dan harapan seolah karam, barangkali saat itulah Tuhan sedang berbicara dengan lembutnya, "Percayalah pada waktu-Ku, bukan hanya pada keinginanmu."

Dan di situlah kita akhirnya mengerti, bahwa penundaan Tuhan bukan kekalahan doa, tapi undangan untuk bertumbuh lebih hebat lagi, dalam iman yang tak bersyarat.

B. Cara berdamai dengan ketidaksempurnaan dan ketidakpastian

Hidup, pada hakikatnya, adalah sebuah lukisan yang tidak pernah selesai. Setiap goresan yang kita buat adalah usaha untuk mendekati keindahan, dimana selalu ada titik kabur, garis yang melenceng, atau warna yang tumpah di luar bingkai. Kita memang sering kali menginginkan kesempurnaan. Seperti rumah yang rapi tanpa retakan. Rencana yang berjalan sesuai alurnya. Hati yang bebas dari luka. Namun, kenyataan berbicara lain. Ia menghadiahkan kita celah, retak, dan kabut. Dari situlah kita belajar berdamai dengan ketidaksempurnaan, dan menari bersama ketidakpastian.

Ketidaksempurnaan adalah cermin yang retak. Justru karena retaknya itu, ia mampu memantulkan wajah kita dari sudut yang berbeda. Ia mengajarkan bahwa manusia bukanlah dewa yang menguasai segalanya. Manusia hanyalah peziarah yang meraba-raba jalan yang terbaik dengan langkah yang kerap tersandung. Setiap kegagalan adalah kerikil kecil yang melukai telapak kaki kita. Meski begitu, luka, cacat, dan kekurangan bukan noda yang harus disembunyikan, melainkan guratan emas yang menjadikan kita unik.

Ketidakpastian adalah kabut yang menutupi jalan di depan. Ia membuat kita cemas, sebab manusia menyukai peta yang jelas dan garis takdir yang tegas. Namun, justru dalam kabut itulah ruang iman, harapan, dan keberanian tumbuh. Burung yang terbang di antara badai tidak tahu arah angin berikutnya, tetapi ia terus mengepakkan sayapnya. Kita, seperti burung itu, tak perlu menunggu kabut llenya. Cukup melangkah dengan keyakinan bahwa jalan akan terbuka seiring kita maju.

Berdamai dengan ketidaksempurnaan berarti melepaskan genggamannya pada citra ideal yang mustahil tercapai. Berdamai dengan ketidakpastian berarti menerima bahwa masa depan adalah taman liar, bukan kebun yang bisa kita tata seluruhnya. Ada yang tumbuh sesuai rencana kita. Ada yang mekar tanpa kita minta. Ada pula yang layu meski kita rawat sepenuh hati. Tugas kita bukan mengendalikan semua, melainkan menjaga hati agar tetap bisa bersyukur atas apa yang hadir, dan ikhlas terhadap apa yang pergi.

Ketidaksempurnaan dan ketidakpastian bukan musuh, melainkan guru. Mereka mengingatkan kita bahwa keindahan bukanlah hasil dari garis lurus tanpa cela. Ia justru menjadi tarian zig-zag yang penuh kejutan. Dalam keterbatasan, kita belajar rendah hati. Dalam ketidakpastian, kita belajar percaya.

Maka, berdamai dengan keduanya bukan berarti menyerah, tetapi justru menemukan seni dalam mengarungi hidup ini, untuk dapat menerima cacat sebagai warna, pun menerima kabut sebagai misteri. Hidup bukan tentang menunggu langit cerah tanpa awan, melainkan tentang menari di bawah hujan yang tak bisa kita prediksi. Sebab pada akhirnya, yang membuat hidup indah bukan kesempurnaan atau kepastian, melainkan keberanian kita untuk mencintai yang rapuh dan menyapa yang tak pasti.

C. Menerima Bahwa Rencana Tuhan Selalu Lebih Baik

Rina menangis dalam sujudnya. Ia tak kuasa menahan beban deritanya. Air matanya mengalir deras. "Ampuni dosa hamba ya Allah," desis Rina, meluapkan deritanya. "Sepertinya hamba tak kuat lagi menjalaninya. Sungguh cobaan-Mu begitu berat."

Rina merasakan hidup ini tidak berpihak kepadanya. Segala rencana dan harapannya, pupus dihantam gelombang masalah kehidupan. Setelah suaminya meninggal dunia. Ia kehilangan pekerjaannya lantaran perusahaan tempat ia bekerja bangkrut. "Ya Allah, apakah ini ujian atau justru kutukan bagi diriku," jerit Rina di dalam hatinya.

Sesaat Rina terdiam. Dirinya mulai tersadarkan bahwa hidup yang ia jalani ini, tidak mesti sesuai dengan harapan dan keinginannya. Ia mulai introspeksi diri. "Ini mungkin momen yang tepat bagi diriku untuk melakukan refleksi," ungkap Rina, sambil menyeka air matanya.

Dalam renungannya, Rina bertanya-tanya, saat takdir tak berpihak pada impian dan harapannya. Lantas kenapa Tuhan menciptakan takdir ? Apakah ini ujian, atau malah petunjuk bahwa ada rencana Tuhan yang lain yang belum ia pahami ?

Rina perlahan tersadar. Sepertinya inilah cara Tuhan mengajarkannya untuk lebih berserah dan percaya bahwa ada jalan yang lebih baik yang telah Tuhan siapkan bagi dirinya. Sebuah kesempatan yang Tuhan beri, agar ia senantiasa berserah diri.

Perlahan Rina mulai *move on* dan percaya bahwa kegagalan atau kekecewaan dalam hidupnya, bisa menjadi sarana baginya untuk terus bertumbuh menjadi manusia paripurna.

Dalam ajaran agama, manusia memang diajarkan untuk percaya bahwa segala sesuatu terjadi atas izin-Nya dan ada hikmah di baliknya. Sehingga di alam bawah sadarnya, Rina meyakini bahwa apa yang ia rencanakan dan inginkan dalam hidup ini belum tentu yang terbaik baginya. Ini membuat Rina menyadari bahwa rencana Tuhan itu lebih baik dan akan indah

pada waktunya.

Dalam refleksinya, Rina meninjau ulang beragam rencana dan harapannya. Apakah rencana dan harapannya itu benar-benar ia butuhkan ? atau itu semua hanyalah keinginan sesaatnya ? Boleh jadi, apa yang ia anggap buruk saat ini, di kemudian hari justru membawa keberkahan dan kebaikan. Boleh jadi juga, apa yang ia anggap sangat menguntungkan justru sangat merugikannya.

Dalam banyak tradisi spiritual, penderitaan seperti yang Rina alami, sering dianggap sebagai jalan menuju kebijaksanaan dan kedewasaan. Sebuah pelajaran penting untuk menguji kesabaran dan daya tahan seseorang dalam mengarungi bahtera hidup ini.

Saat rencananya gagal, Rina mulai menyimpulkan, mungkin itulah saatnya bagi dirinya untuk introspeksi diri atau mencari jalan baru yang lebih selaras dengan jiwa raganya. Ini akan membuat kualitas dirinya kian hari semakin meningkat.

Ketika Rina mulai ikhlas menerima segala ketetapan-Nya. Dadanya mulai terasa lega. Ia ikhlas dan menerima dengan lapang dada segala sesuatu yang terjadi atas dirinya. Semuanya mengalir begitu saja sesuai kehendak-Nya dan memiliki waktunya sendiri.

Bagi Rina, hidup yang tak sesuai dengan rencana dan harapannya, bukanlah akhir dari segala-galanya. Namun bisa menjadi awal dari sesuatu yang lebih baik dan bermakna. Dalam doanya Rina senantiasa memohon agar diberi kekuatan dan kemampuan untuk dapat menerima, menjalani dan mensyukuri segala ketetapan-Nya. Ia percaya bahwa setiap kejadian membawa makna yang tak terkira dalam perjalanan hidupnya.

BAGIAN KE DELAPAN
HIDUP SELARAS
DENGAN PENGATURAN
TUHAN



Ada sebuah irama yang lebih tua daripada waktu. Sebuah simfoni yang tak pernah ditulis dalam partitur manusia. Namun, ia selalu dimainkan dalam denyut semesta. Irama itu adalah pengaturan Tuhan. Sebuah komposisi tak terlihat yang menyatukan keteraturan bintang di langit, detak jantung makhluk hidup, hingga jatuhnya sehelai daun yang terlepas dari tangkainya.

Hidup selaras dengan pengaturan Tuhan bukanlah soal menaklukkan takdir. Ibaratnya seperti menari mengikuti irama kosmik yang sudah lebih dahulu ada sebelum kita belajar mengeja arti kehidupan.

Manusia memang sering merasa dirinya pusat dari segalanya. Semisal merancang, memproyeksikan, bahkan memprediksi masa depan dengan angka-angka, grafik, dan model matematis. Namun, sejarah pengetahuan memperlihatkan keterbatasan manusia dalam banyak hal. Ambil contoh, menghadapi bencana alam yang tak terduga, perubahan iklim yang melampaui skenario, atau peristiwa pribadi yang meruntuhkan semua rencana yang tampak sempurna. Filosof Yunani, Heraclitus, pernah berujar bahwa "semuanya mengalir." Sementara pandangan teologis menganggap arus kehidupan itu bukanlah chaos. Ia justru mencerminkan sebuah desain yang menuntun kita ke arah tertentu, yaitu arah yang ditentukan oleh Kehendak Ilahi.

Hidup selaras dengan pengaturan Tuhan berarti mengakui bahwa manusia bukanlah pengendali utama. Manusia tak lebih hanya sebagai navigator di samudra takdir. Manusia diberikan akal sebagai kompas. Usaha sebagai layar. Doa sebagai jangkar. Namun arah angin tetaplah menjadi hak Tuhan. Hidup itu ibarat sebuah perahu kecil yang berlayar di

lautan luas. Manusia boleh mengatur tali layarnya, tetapi tidak bisa memerintah ombak atau menahan badai.

Ilmu psikologi modern menyebutnya acceptance atau sebuah sikap menerima realitas tanpa kehilangan daya juang. Sedangkan dalam sufisme, ia disebut tawakal atau kepercayaan penuh kepada Tuhan setelah ikhtiar. Dua disiplin ilmu berbeda ini berjumpa dalam satu simpul, bahwa ada kebijaksanaan dalam pasrah. Ada kekuatan dalam menerima keterbatasan.

Tak heran, Kierkegaard menekankan pentingnya leap of faith atau lompatan iman yang membawa manusia melampaui absurditas hidupnya. Sementara ajaran Islam, berkeyakinan pada qadarullah, yang bukan berarti pasif, tetapi memahami bahwa segala sesuatu berada dalam genggamannya. Dengan kata lain, hidup selaras dengan pengaturan Tuhan adalah seni menyeimbangkan usaha dengan penerimaan. Keberanian dengan kerendahan hati. Dan perencanaan dengan kepasrahan.

Ketika manusia mencoba hidup di luar pengaturan Tuhan, ia ibarat ikan yang ingin hidup di daratan. Nafasnya tersengal. Langkahnya tertatih-tatih, dan ia kehilangan jati dirinya. Sebaliknya, ketika ia selaras dengan aturan ilahi, ia menemukan harmoni disana. Bukan harmoni yang selalu mudah untuk dijalani, melainkan harmoni yang menumbuhkan kedewasaan spiritual. Melalui pengalaman hidupnya, manusia belajar bahwa kegagalan bukan sekadar musibah. Ia hanya jeda dalam komposisi simfoni kehidupan. Keterlambatan terkabulnya doa manusia, bukanlah sebuah kerugian, melainkan tempo yang diatur Tuhan agar kita tidak salah masuk pada melodinya.

Pada akhirnya, kita bukanlah pengarang naskah. Kita

hanyalah aktor yang memainkan peran dalam panggung kehidupan. Sementara Tuhan adalah sutradara agung yang telah menyiapkan alur ceritanya. Lengkap dengan konflik, klimaks, dan resolusinya. Selaras dengan pengaturan-Nya berarti menjalani peran itu dengan kesungguhan, tanpa merampas kendali yang bukan milik kita.

Sebab hidup bukan sekadar tentang apa yang kita rencanakan. Hidup itu tidak lain tentang bagaimana kita berdamai dengan apa yang ditentukan Tuhan. Dan di sanalah kita menemukan kebebasan sejati. Kebebasan yang di luar kendali kita. Kebebasan dari kegelisahan. Kebebasan untuk hidup sepenuhnya dalam harmoni dengan Tuhan yang mengatur segalanya.

A. Bagaimana cara membangun hubungan yang lebih baik dengan Tuhan ?

Dalam denyut nadi kehidupan, manusia selalu berhadapan dengan pertanyaan abadi, yaitu bagaimana menjalin hubungan yang lebih baik dengan Tuhan ? Pertanyaan ini bukan sekadar pertanyaan teologis. Ini juga merupakan pertanyaan ilmiah, psikologis, dan filosofis. Ia adalah jembatan yang menghubungkan nalar dan rasa, laksana sungai mengalir menuju laut tanpa pernah kehilangan sumbernya.

Penelitian psikologi religius menunjukkan bahwa keterhubungan spiritual memiliki implikasi nyata bagi kesehatan mental dan kebahagiaan manusia. Kenneth Pargament (1997) dalam *The Psychology of Religion and Coping* menegaskan bahwa praktik religius dan relasi dengan Tuhan dapat menjadi mekanisme penyangga dalam menghadapi stres. Sementara itu, Harold Koenig (2012)

dalam kajian *Handbook of Religion and Health* menegaskan bahwa spiritualitas dan iman berkontribusi signifikan dalam membangun ketahanan psikologis dan kualitas hidup. Dengan kata lain, sains mengonfirmasi bahwa hubungan dengan Tuhan bukan hanya urusan transendental. Ia juga menjadi kebutuhan eksistensial yang berpengaruh pada kesejahteraan manusia.

Martin Buber (1923) dalam karyanya *I and Thou* mengajukan konsep relasi "*Aku-Engkau*," yang dalam hhubungannya dengan Tuhan, manusia dipanggil untuk membangun relasi yang otentik. Bukan sekadar melihat-Nya sebagai objek. Namun, menghadirkan-Nya sebagai Subjek yang menyapa. Hubungan dengan Tuhan dalam kerangka ini, adalah dialog eksistensial yang memiliki makna tak terkira dalam kehidupan.

Hubungan dengan Tuhan ini, dapat digambarkan seperti cahaya yang menyinari jendela jiwa. Tuhan diandaikan seperti matahari, sementara manusia hanyalah kaca jendela yang sering tertutup debu kesombongan, kabut keraguan, dan noda amarah. Sehingga semakin jendela itu dibersihkan, semakin terang sinar yang masuk. Maka membangun hubungan dengan Tuhan adalah proses membersihkan batin, dan bukan menambah cahaya, karena cahaya itu sudah ada, hanya saja terhalang.

Paling tidak Ada empat cara mendekati Tuhan. Pertama, Kesadaran akan keterbatasan diri, sebagaimana dijelaskan dalam Filsafat eksistensial, khususnya pemikiran Søren Kierkegaard (1849) dalam *The Sickness Unto Death*, yang menekankan bahwa manusia akan menemukan dirinya justru ketika ia menyadari keterbatasannya di hadapan Tuhan.

Kesadaran ini melahirkan kerendahan hati yang menjadi dasar spiritualitas.

Kedua, Dialog batin melalui doa dan ibadah, sebagaimana dijelaskan Psikologi religius bahwa doa itu merupakan bentuk komunikasi interpersonal dengan Yang Ilahi (Spilka & Ladd, 2013). Doa bukan sekadar kata-kata, melainkan ekspresi keintiman, mirip surat cinta abadi antara jiwa dan Penciptanya.

Ketiga, tindakan nyata dalam etika dan kasih sayang, sebagaimana yang ditekankan Emmanuel Levinas (1961) bahwa wajah orang lain adalah panggilan etis untuk bertanggung jawab. Dengan demikian, hubungan dengan Tuhan tidak pernah berhenti dalam ruang privat, melainkan meluas ke kepedulian terhadap sesama dan semesta.

Ke empat, penerimaan atas misteri, sebagaimana dijelaskan Teologi negatif (*apophatic theology*) bahwa Tuhan tak pernah bisa dipahami sepenuhnya oleh akal (*Pseudo-Dionysius*, abad ke-5). Justru keterbatasan manusia itulah yang melatih manusia untuk percaya, tunduk, dan merasakan keintiman yang tak bisa dijelaskan dengan bahasa rasional.

Pada akhirnya, membangun hubungan dengan Tuhan adalah perjalanan panjang, laksana musafir yang melangkah di padang pasir menuju oasis. Kadang sangat melelahkan. Kadang ditemani fatamorgana keraguan. Namun, setiap langkah membawa jiwa lebih dekat kepada sumber kehidupan sejati. Relasi ini bukan soal selalu mengerti jalan-Nya, melainkan soal setia berjalan bersama-Nya, meski jalan itu misterius.

Di situlah manusia menemukan ketenangan yang melampaui batas duniawi. Sebuah ketenangan yang hanya bisa lahir dan diberi oleh Sang Pemilik Keabadian.

B. Mengubah cara berpikir agar lebih berserah, bukan mengatur Tuhan

Ada saat-saat dalam hidup ini, ketika kita merasa seperti menjadi nakhoda yang harus mengendalikan kapal di lautan kehidupan yang tak bertepi. Alasannya sederhana, lantaran peta, kompas, dan layar, ada dalam genggaman kita. Seolah-olah semua arah dan tujuan ada dalam kendali kita. Namun, laut kehidupan terlalu luas. Arusnya terlalu misterius. Pun anginnya sering tak searah dengan keinginan kita. Di titik inilah kita menyadari bahwa manusia bukanlah pengatur arah angin. Manusia hanyalah pelayar yang belajar membaca tanda-tanda semesta.

Ilmu psikologi kontemporer menyebut hal ini sebagai *locus of control* atau keyakinan mengenai siapa yang memegang kendali atas hasil hidup. Mereka yang terlalu terikat pada internal locus sering kali terjebak pada ilusi bahwa segala sesuatu bisa ditentukan oleh upaya pribadi. Padahal, ada faktor eksternal, ada sistem, ada sejarah, bahkan ada dimensi transenden yang tidak pernah bisa sepenuhnya kita atur. Di sinilah batas antara manusia dan Tuhannya, dimana manusia bekerja, berusaha, dan merencanakan sementara Tuhanlah yang menentukan irama semesta.

Namun, cara berpikir kita sering terbalik. Kita kerap bersikap seolah-olah Tuhan adalah pegawai kosmik yang harus mengikuti jadwal, rencana, dan keinginan kita. Doa berubah menjadi daftar belanja. Ibadah menjadi kontrak dagang, dengan pengandaian ; "jika aku berbuat baik, Engkau wajib memberi balasan." Padahal, berserah bukanlah pasrah buta. Ia adalah seni meletakkan kendali di tangan Yang Maha Kuasa tanpa harus menghentikan langkah.

Perumpamaan tentang sungai memberi kita gambaran yang jernih. Air selalu mencari muaranya, meskipun dibendung, dialihkan, atau ditahan. Tugas kita bukan memaksa sungai mengalir sesuai keinginan kita, melainkan belajar berenang di arusnya. Berserah berarti memahami bahwa arah sungai sudah ditetapkan, tetapi kita masih punya pilihan. Apakah melawan arus hingga lelah? Atau mengikuti alirannya dengan bijaksana.

Dalam filsafat Timur, khususnya Taoisme, dikenal konsep *wu wei* atau bertindak tanpa melawan alur alam. Dalam tradisi Islam, ada konsep tawakkal atau berusaha sebaik mungkin, lalu menyerahkan hasilnya kepada Allah. Keduanya, sejatinya, berbicara tentang hal yang sama, bahwa hidup menjadi harmonis ketika manusia berhenti mengatur 'langit,' dan mulai menyelaraskan langkahnya dengan hukum-hukum yang ditetapkan Sang Pencipta.

Secara kognitif, mengubah pola pikir dari "mengatur Tuhan" menuju "berserah" memerlukan reframing. Kita mengganti pertanyaan, dari: "Mengapa Engkau tidak mengikuti keinginanku?" menjadi "Apa yang Engkau ingin aku pelajari dari kejadian ini?" Perubahan kecil dalam bingkai berpikir ini, membuka ruang luas bagi ketenangan batin. Neurosains modern menunjukkan bahwa sikap menerima (*acceptance*) mampu menurunkan stres, mengaktifkan sistem saraf parasimpatik, dan menenangkan badai hormon kortisol. Dengan kata lain, berserah itu tidak hanya bernilai spiritual, tapi juga menyehatkan jasmani.

Pada akhirnya, hidup bukan tentang menulis skenario dan memaksa langit memproduksinya sesuai jadwal kita. Hidup adalah teater, dan kita bukan sutradaranya. Kita hanyalah

aktor yang memainkan peran sementara. Dan justru di situlah letak keindahannya. Setiap adegan, ada yang tak terduga. Setiap dialog, ada yang keluar dari rencana. Semua itu adalah bagian dari kisah yang maha indah.

Maka, mengubah cara berpikir agar lebih berserah berarti berani menanggalkan ego. Berani membuka tangan yang menggenggam terlalu kuat. Pun menyadari bahwa yang kita sebut kendali hanyalah ilusi. Seperti daun yang jatuh ke tanah yang bukan karena dirinya memilih, tetapi karena angin dan waktu yang menuntunnya. Berserah adalah seni menari bersama takdir, tanpa berhenti melangkah. Seraya mempercayai bahwa irama yang dimainkan Tuhan selalu lebih indah dari musik yang kita karang sendiri.

C. Hidup lebih damai dengan menerima apa pun yang terjadi

Hidup seringkali menyerupai sebuah panggung drama, di mana kita memainkan perannya tanpa naskah lengkap. Kita bisa berlatih, merancang, dan merencanakan, tetapi tetap ada improvisasi semesta yang mengubah jalan cerita. Di titik inilah, menerima apa pun yang terjadi menjadi seni hidup yang paling bijaksana.

Dalam filsafat Stoikisme, Epiktetos menegaskan bahwa "bukan peristiwa yang melukai kita, melainkan penilaian kita terhadapnya." Seperti seseorang yang mencoba menghentikan hujan dengan tangan kosong. Semakin ia melawan, semakin ia frustrasi. Namun, ketika ia menerima hujan sebagai bagian dari siklus alam, ia menemukan kedamaian, meski dirinya basah kuyup. Dari pandangan Stoikisme ini, kita belajar bahwa kendali kita hanya sebatas pada sikap, bukan pada nasib.

Ajaran Timur juga menyingkapkan kearifan serupa. Buddha mengajarkan konsep *upekkhā* atau keseimbangan batin yang lahir dari menerima naik turunnya kehidupan tanpa terikat. Hidup ibarat ombak di lautan yang datang dan pergi, tinggi dan rendah. Orang yang memaksa ombak berhenti akan tenggelam dalam keletihan. Namun, orang yang menerima dan menari bersama ombak akan terapung lebih lama.

Dalam tradisi sufisme, penerimaan disebut *ridha*. Sebuah keadaan hati yang ikhlas terhadap apa pun keputusan Tuhan. Rumi pernah menulis, "Cobalah menjadi tanah yang menerima hujan, bukan batu yang menolaknya." Rumi mengajarkan kita bahwa penerimaan bukan pasrah yang kaku, melainkan keterbukaan hati yang memungkinkan kita tumbuh, meski kondisi tak selalu ideal.

Dari perspektif psikologi modern, penerimaan juga menjadi inti dari *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT). Konsep ini menekankan bahwa kebahagiaan bukan berasal dari menghapus penderitaan. Kebahagiaan adalah kemampuan hidup berdampingan dengan realitas, sambil tetap bertindak sesuai dengan nilai-nilai hidup. Dengan kata lain, damai bukan berarti tanpa masalah, melainkan tetap berdaya meski masalah ada.

Maka, menerima bukan berarti menyerah. Ia justru adalah puncak kebijaksanaan. Seperti pelukis yang tak bisa mengatur cahaya matahari. Namun ia bisa menentukan warna kuasnya. Penerimaan membuka ruang bagi kita untuk memilih respons yang lebih bijak, bukan reaksi yang terburu-buru.

Pada akhirnya, kedamaian hadir bukan karena badai berhenti, melainkan karena hati kita berhenti menolak. Hidup akan tetap membawa kejutan, tetapi hati yang menerima apa

adanya, menjadi pelabuhan yang teduh. Tempat segala kapal pulang, apa pun arah angin membawanya.

TENTANG PENULIS



Lahir di Makassar, 03 Desember 1966. Pria apa adanya ini, menempuh pendidikannya dari TK, SD, SMP, hingga SMA di kota Palu, Sulawesi Tengah. Hingga akhirnya Lulus S1 Manajemen di Universitas Tadulako, Palu di tahun 1992. Antara Tahun 2000 hingga 2003 sempat kuliah S2 Filsafat di Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Indonesia, namun tak selesai.

Dari kecil lelaki ini gemar berorganisasi. Saat masih berseragam putih biru (SMP, red) ia sudah aktif di organisasi seperti OSIS, Pramuka dan organisasi extra sekolah, Pelajar Islam Indonesia (PII). Dan menjadi Sekretaris Umum Pengurus Wilayah (PW-PII) Sulawesi Tengah periode 1990/1991. Sewaktu di kampus, ia aktif di Senat Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Tadulako dan Himpunan Mahasiswa Islam (HMI).

Ketika hijrah ke Jakarta, ia aktif di GPII hingga menjadi Sekretaris Jendral Pimpinan Pusat Gerakan Pemuda Islam Indonesia (PP-GPII) periode 2008-2013.

Debutnya sebagai wartawan di Jakarta di mulai dari wartawan hingga menjadi Pimpinan Redaksi tabloid mingguan Manusia dan Peristiwa (MAP), dari tahun 1998 hingga 2001. Setelah itu, ia menjadi wartawan sekaligus Pimpinan Perusahaan tabloid bulanan Koran2an Slank, yang bermarkas di Potlot, Jakarta Selatan, dari tahun 2002 hingga 2003.

Saat bekerja di PT Rana Indah Cemerlang dari tahun 2004 hingga 2007, lelaki ini menjadi sutradara film pendek, seperti video profil LSM Partnership, DPD RI, dll. Juga menjadi sutradara videografi, yang kemudian dikemas dalam bentuk buku digital (CD-ROM). Sebut saja, profil kabupaten Pinrang, profil bupati Sleman. Pun, profil kabupaten Buol, dan profil kabupaten Parigi Moutong di Sulawesi Tengah.

Setelah meraih gelar profesi Certified Financial Planner di FISIP UI, tahun 2013. Sejumlah kursus telah ia ikuti. Diantaranya pelatihan sekolah pasar modal level 1 dan level 2 di Bursa Efek Indonesia. Juga mengikuti sekolah pasar modal syariah level 1 dan level 2, yang diselenggarakan oleh BEI bekerja sama dengan sejumlah sekuritas ternama di Jakarta. Di tahun yang sama, persisnya April 2013, ia mengikuti Futures Trading Basic Class yang merupakan program edukasi JFX Academy. Tahun itu juga, ia berhak atas gelar profesi QWP (Qualified Wealth Planner) yang diselenggarakan oleh QWP Academy.

Nah, selama kurun waktu 2013 hingga 2017, ia menjadi penulis kolom di harian Media Alkhairaat yang mengulik seputar topik tentang perencanaan keuangan syariah. Kumpulan tulisannya kemudian di bukukan di tahun 2022, dengan judul ; "Tata Keuangan Keluarga Anda Secara Syariah." Buku lainnya tentang keuangan keluarga, terbit tahun 2025, berjudul ; "Bijak Kelola Keuangan Keluarga Sesuai Syariah



Islam,” dan “Lika-Liku Keuangan Keluarga.”

Ia juga banyak menulis seputar budaya dan politik khususnya relasi budaya pop dan pilkada serentak 2024, di sejumlah media online seperti ; Nusantata News dan Kaidah. Id. Kumpulan tulisannya itu, kemudian dijadikan buku yang diterbitkan tahun 2025, dengan judul : “Mengulik Geliat Budaya dan Politik.”

Selain itu, ia juga rajin menulis puisi, cerpen dan berbagai isu ekonomi, budaya, dan politik di sejumlah media online seperti Kompasiana, Kumparan, dan Tribun Palu. Puisi dan cerpennya dimuat di sejumlah buku antologi, seperti buku antologi puisi berjudul ; “Kenangan.” Begitu juga sejumlah cerpennya dimuat di buku antologi cerpen, seperti ; “Berani Bahagia,” “Cinta Tanpa Syarat,” “Menangis Dalam Doa,” “Binar Mata, Di Setiap Cahaya, Terdapat Namamu, Ibu,” “Menuju Terang,” Dan “Kopi & Manusia.” Selain itu, buku kumpulan cerpennya berjudul : “Manusia dan Peristiwa, dengan segala kerumitan emosinya,” terbit tahun 2025.

Buku lainnya yang terbit di tahun 2025 berjudul ; “Lebih Dekat Dengan Sulawesi Tengah, dan “ Prioritas Kepuasan Kerja di Industri Asuransi.”()*

SERTIFIKAT HAKI


REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Didalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal pendaftaran: **EC0021343707, 14 Oktober 2024**

Pencipta	Adanandita Lasevody
Nama	Adanandita Lasevody
Alamat	Jl. Baru 1/2 RT 009/01 s 005, Pasar Melayu, Kota Adu, Jakarta Selatan, DKI Jakarta, 12510
Kewarganegaraan	Indonesia
Pemegang Hak Cipta	Adanandita Lasevody
Nama	Adanandita Lasevody
Alamat	Jl. Baru 1/2 RT 009/01 s 005, Pasar Melayu, Kota Adu, Jakarta Selatan, DKI Jakarta, 12510
Kewarganegaraan	Indonesia
Jenis Ciptaan	Buku
Judul Ciptaan	Jangan Ada Tebeas
Tanggal dan tempat diumumkan secara resmi ke dalam Daftar Indikasi atau di Luar Daftar Indikasi	13 September 2024, di Kota Bandung
Jangka waktu perlindungan	Hasilnya selama hidup Pencipta dan terus berlangsung selanjutnya 70 (tujuh puluh) tahun setelah Pencipta meninggal dunia, selanjutnya selama tanggal 1 Januari tahun berikutnya
Nomor Pendaftaran	000991078

Salah satu tanda tangan dan stempel resmi Direktorat Cipta dan Hak Cipta.

a.n. MENTERI HUKUM
DIREKTUR JENDERAL KEKAWAAN INTELEKTUAL

Direktori Hak Cipta dan Desain Industri


Ageng Dhanarwaningrum, S.H., A.B.H.
NID 198512011994011001


KEMENTERIAN HUKUM
DIREKTUR JENDERAL KEKAWAAN INTELEKTUAL

Peringatan:

- Salah satu prosedur pendaftaran pencatatan Hak Cipta, Seni dan Sastra secara elektronik.
- Salah satu prosedur pendaftaran pencatatan Hak Cipta, Seni dan Sastra secara elektronik.
- Salah satu prosedur pendaftaran pencatatan Hak Cipta, Seni dan Sastra secara elektronik.
- Salah satu prosedur pendaftaran pencatatan Hak Cipta, Seni dan Sastra secara elektronik.

Jangan Atur Tuhan

Menyoroti bagaimana sikap manusia dalam menghadapi rencana dan ketetapan Tuhan, sungguh sangat menarik. Lihat saja, bagaimana manusia sering kali mencoba "mengatur" Tuhan dengan doa dan harapannya, agar keinginan dan nafsu pribadinya bisa terwujud.

Pastinya, Tuhan memiliki rencana yang lebih baik daripada yang manusia bayangkan. Bagaimana mewujudkan rencana Tuhan dalam kehidupan keseharian, menjadi tugas mulia seorang hamba. Sikap berserah diri, percaya pada proses, dan menerima dengan ikhlas setiap ketentuan-Nya adalah inti dari keimanan sejati.

Buku ini memberikan perspektif baru tentang bagaimana menjalani hidup dengan penuh keikhlasan dan keyakinan. Bahwa segala sesuatu terjadi sesuai dengan kebijaksanaan dan ketentuan-Nya. Jangan atur Tuhan adalah sikap yang harus diperjuangkan seorang hamba, agar senantiasa menerima, menjalani dan bersyukur atas segala karunia dan ketentuan-Nya.

