

365 renungan

## Stop mengeluh mulai berkarya

Mazmur 6

Lesu aku karena mengeluh; ... - Mazmur 6:7a

Apa itu mengeluh? Mengeluh adalah ungkapan yang keluar karena perasaan susah, menderita atau kesakitan. Mengeluh sebenarnya lebih banyak disebabkan karena mindset (pikiran), bukan karena perasaan. Kenapa saya katakan demikian? Karena ada banyak orang yang keadaannya jauh lebih susah, menderita karena penyakit berat, kondisi ekonomi kurang dan sebagainya, tapi tidak mengeluh. Perasaan mereka tentu merasa berat, tapi bisa tetap bersukacita, tidak patah semangat, dan terus berkarya.

Orang yang mengeluh mindset-nya tidak terfokus pada apa yang mereka punya. Mereka mengeluh bukan karena tidak punya, tapi karena berpikir tidak punya seperti yang orang lain punya. "Ah.. aku tidak punya apa-apa," lalu merasa diri paling sengsara, menderita di dunia. Mereka mengeluh tidak bisa ini-itu karena tidak punya ini-itu. Padahal ada! Punya motor manual mengeluh ngga punya motor matic. Punya motor matic mengeluh ngga punya mobil. Akhirnya, punya mobil ehh mengeluh lagi, kenapa ngga punya mobil matic. Mereka mengeluh tidak ada habisnya sehingga lupa mensyukuri apa yang dipunyai.

Orang yang banyak mengeluh sedang menghambat diri sendiri untuk berkarya dan merusak lingkungan orang-orang di sekitarnya. Hidup bersama orang yang suka mengeluh itu menyerap energi positif di dalam diri kita.

Tahun lalu, Indonesia sempat digemparkan oleh seorang dengan mindset luar biasa. Seorang pemuda berusia delapan belas tahun, yatim piatu, dari keluarga tidak mampu. Rumahnya hampir ambruk, tapi ia tidak terpuruk. Ia tidak fokus pada apa yang tidak dipunyai.

Ia tidak punya sepatu, tapi fokus pada kemampuan kakinya.

Ia tidak punya rumah bagus, tapi fokus pada tubuh yang sehat.

Ia berlari, melawan beratnya tekanan hidup.

Ia berlari, berlatih mengatur nafas dan belajar berdamai dengan situasi yang dihadapinya.

Ia berlari dengan tujuan.

Ia tidak terjebak dengan kondisi yang tidak punya ini-itu.

Ia terus berlari dan menjadi manusia tercepat dengan catatan waktu 10,18 detik!

Ia adalah Mohamad Zohri, sprinter asal NTB, juara dunia U-20 di Finlandia.

Berhentilah mengeluh, mulailah berkarya.

Berhentilah mengeluh, mulailah melangkah.

Berprestasilah maka dunia akan mengenang Anda.

## Refleksi Diri:

- Hal apa yang sering Anda keluhkan? Mindset (pikiran) apa yang menyebabkan Anda mengeluh?
- Cobalah mensyukuri apa yang Anda miliki. Sekarang, tindakan apa yang Anda akan lakukan untuk mulai berkarya?