

# Mari Berbagi Semangat!

2009-05-25 08:48:18

Hore,  
Hari Baru!  
Teman-teman.

Pernahkah Anda merasa sedemikian malasnya untuk melakukan sesuatu? Seolah-olah kita kehilangan gairah. Seluruh otot tubuh kita seakan enggan untuk digerakan. Apalagi jika ditambah dengan hati yang gundah. Rasa lemas ini menjadi semakin bertambah parah. Kemanakah perginya semangat itu?

Pagi itu music media player saya tengah memutar salah satu lagu pavorit. Rupanya, visual modenya diset pada tampilan skin mode view. Hasilnya, dilayar komputer saya muncul sebuah window berisi indikator gelombang suara berupa bar-bar yang bergerak naik dan turun. Ketika frekuensi nada sedang tinggi, maka ketinggian bar itu bertambah. Sedangkan ketika alunan nada itu turun maka bar itupun ikut turun. Dan karena gelombang suara pada musik itu terus berubah, maka tinggi dan rendah setiap bar yang mewakili setiap gelombang suara yang dihasilkannya juga berubah naik dan turun.

Saya jadi teringat dengan sang semangat itu. Rupanya, seperti bar-bar indikator nada itu; semangat memang tidak statis. Dia bersifat dinamis. Dia bergerak naik dan turun. Sehingga, kalau semangat kita sedang turun, itu tidak selalu merupakan indikasi buruk. Sebab, selama kita masih bisa menaikkannya kembali; maka itu tidak akan menjadi masalah serius. Bayangkan seandainya musik yang Anda dengar tidak memiliki nada-nada rendah. Maka semua bar nada akan diam, atau terus meninggi. Sehingga musik itu terdengar monoton, dan semakin lama semakin memekakan telinga. Keindahan musik itu, justru timbul dari naik dan turunnya irama dan nada untuk membentuk sebuah komposisi musik yang anggun. Bukankah hidup juga demikian? Naik dan turunnya semangat adalah gambaran dinamika hidup. Kita tidak perlu terlampau mengkhawatirkannya, selama senantiasa bersedia untuk menaikkannya kembali.

Tetapi, bukakah bagus jika semangat kita tetap tinggi? Mungkin memang bagus. Tetapi, apakah itu â€™mungkinâ€™ bagi ukuran manusia seperti kita? Semangat merupakan gambaran rasa hati. Jika kita sedang berduka, atau bersuka cita; maka itu akan tercermin dalam semangat kita. Jika kita memiliki semangat yang terus-menerus tinggi, layak dipertanyakan; apakah kita menjalani kehidupan ini secara normal? Misalnya, dalam keadaan berduka, bar indikator semangat manusia secara normal akan bergerak kebawah. Sedangkan ketika kita sedang bersukacita, bar itu naik kembali. Jika kita tidak pernah berduka, ada dua kemungkinan; kita tidak pernah kehilangan. Apakah berupa kehilangan orang yang kita cintai, benda-benda yang kita sukai, atau harapan kita yang kandas. Kemungkinan kedua, kita bukan manusia yang berperasaan, sehingga semua yang terjadi tidak mempengaruhi jiwa kita. Bukankah kedua kemungkinan itu bukan untuk manusia normal? Bahkan seorang motivator paling hebat sekalipun tidak dapat lari dari fitrah ini.

Jadi, bagaimana seandainya kita tengah memasuki periode berkurangnya semangat itu? Diri sendiri memang merupakan sumber paling ampuh untuk mengembalikan semangat itu. Itulah sebabnya, mengapa ada orang-orang yang bisa segera menaikkan kembali semangatnya tanpa bantuan orang lain. Dan hal itu bisa dilakukan dengan beberapa langkah berikut ini:

Pertama, menerima fakta bahwa naik dan turunnya semangat merupakan hal yang normal sebagai bagian dari dinamika hidup. Dengan demikian, kita tidak menyalahkan diri sendiri ketika kehilangan semangat. Sebab menghukum diri tidak pada tempatnya hanya akan semakin membenamkan kita kepada keterpurukkan yang semakin dalam.

## **Dadang Kadarusman**

Mari Berbagi Semangat!

Kedua, memahami penyebab menurunnya semangat kita. Pemahaman terhadap akar masalah membantu kita untuk menyelesaikan sumber utamanya, sehingga kita bisa melakukan langkah yang tepat untuk mengurangi efek negaitfnya.

Ketiga, memfokuskan diri kepada tujuan atau sesuatu yang ingin kita raih. Mengharapkan segala sesuatu yang kita inginkan agar tercapai dengan mudah tidaklah cukup bijaksana. Bahkan orang paling berpengaruh dan paling kaya seduniapun tidak mungkin bisa mendapatkan "semua" keinginannya. Sehingga untuk itu, kita mesti berjuang. Dan perjuangan bukanlah perjuangan jika bisa kita lakukan dengan cara yang mudah. Jika itu terlalu mudah, mungkin karena tujuan kita kurang menantang. Sedangkan kesulitan yang kita hadapai mengindikasikan bahwa tujuan kita itu cukup berbobot.

Keempat, bergaul dengan orang-orang yang bersedia untuk berbagi semangat. Itu berarti bahwa ada kalanya Anda berkesempatan untuk menerima tambahan semangat dari orang lain. Dan pada saat lain, Anda bersedia untuk untuk berbagi semangat kepada mereka. Sebab, didunia ini; tidak ada satu manusiapun yang benar-benar bisa berdiri sendiri. Jika Anda bisa berdiri sendiri, misalnya; mengapa Anda masih mengharapkan orang lain membeli produk Anda? Keinginan kita untuk berbisnis pun menunjukkan kebutuhan kita kepada orang lain. Selama kita belum memutuskan untuk melepaskan segala hal duniawi dan memilih untuk bersemedi, maka kita masih membutuhkan orang lain.

Kita tahu bahwa musik hanya bisa dihasilkan dari kombinasi beragam nada yang naik dan turun silih berganti; sehingga nada-nada itu bisa saling mengisi dan melengkapi. Kehidupan kita juga hanya bisa dibangun dari kesediaan untuk meramu naik dan turunnya semangat yang kita miliki. Dan itu merupakan panggilan bagi kita, untuk saling berbagi semangat satu sama lain.

Mari Berbagi Semangat!

Dadang Kadarusman

<http://www.dadangkadarusman.com>

Managing Partner □ Learning Facilitator of IFSHA Strategic

### **Catatan Kaki:**

Persahabatan adalah tentang orang yang selalu bersedia memberi kita semangat ketika kita membutuhkannya. Dan dengan lapang dada menerima semangat yang kita berikan, ketika dia membutuhkannya.

Jika Anda membutuhkan Artikel Gratis untuk Mading kantor silakan hubungi kami japri dengan subjek "Artikel Mading" ke [dkadarusman@yahoo.com](mailto:dkadarusman@yahoo.com)

Jika ingin mengundang Dadang Kadarusman untuk In-House Program di perusahaan Anda, silakan kirim email ke [undang@dadangkadarusman.com](mailto:undang@dadangkadarusman.com) atau hubungi 0812-19899-737