

# Berpikir Benar, Berpikir Positif

Oleh Elsa Sakina  
<http://inspirasi-motivasi.blogspot.com>



Hak Cipta 2008 © oleh Elsa Sakina

Produk ini boleh Anda sebar-luaskan secara cuma-cuma alias gratis. Dilarang keras memperjual-belikan eBook ini.

*Berpikir Benar, Berpikir Positif* hanya tersedia untuk informasi umum bagi Anda. Jangan perlakukan informasi yang tersedia dalam ebook ini sebagai pengganti nasihat medis, legal, atau hal lain yang membutuhkan seorang professional di bidangnya.

## **Berpikir Benar, Berpikir Positif**

Pikiran positif adalah pikiran yang dapat membangun dan memperkuat kepribadian atau karakter. Ini juga berarti bahwa kita bisa menjadi pribadi yang lebih matang, lebih berani menghadapi tantangan, dan melakukan hal-hal yang hebat. Pikiran positif tak akan membuat kita berhenti karena keterbatasan atau kelemahan kita, namun pikiran positif justru akan membuat kita mencari kekuatan kita hari demi hari.

Pascal pernah mengutarakan kalimat-kalimat bijak, yang kira-kira bunyinya seperti ini:

"Pikiran positif datang dari kepercayaan, pikiran negatif datang dari keragu-raguan; rasa takut yang benar adalah rasa takut yang digabungkan dengan harapan, karena itu lahir dari kepercayaan, serta kita berharap pada Tuhan yang kita yakini; sementara rasa takut yang salah digabungkan dengan keputusan, karena kita takut pada Tuhan; beberapa orang takut kehilangan-Nya, sementara yang lain takut mencarinya."

Jadi, kita tak perlu ragu-ragu akan kemampuan kita. Kita harus percaya pada kemampuan kita. Harga diri yang kita miliki seharusnya bisa membuat kita kuat dan terus bersikap positif. Kita juga seharusnya tak pantas untuk menjadikan 'membuat alasan' sebagai kebiasaan kita. Sikap seperti ini tak akan bisa membuat kita menjadi pemenang dalam kehidupan ini. Sikap seperti inilah yang akan **membunuh ambisi, melemahkan kemauan, dan membahayakan diri kita sendiri.**

Orang-orang yang terus menerus dikelilingi oleh ketakutan tak tahu betapa banyaknya pikiran-pikiran negatif yang mempengaruhi mereka tiap harinya. Mereka membatasi diri mereka sendiri dengan sugesti bahwa keterbatasan mereka menghalangi mereka untuk sukses, dan mereka juga percaya bahwa diri mereka tidak berharga. Mereka tidak berpikir bagaimana caranya agar sukses, tapi mereka justru berpikir bagaimana mereka bisa gagal.

Pernahkan Anda mendengar tentang Washington Irving? Irving adalah seorang sastrawan Amerika yang terkenal dengan karyanya yang berjudul "*The Legend of Sleepy Hollow*". Suatu ketika, Washington Irving pernah diminta untuk memimpin suatu cara makan malam untuk kedatangan Charles Dickens, namun dia merasa bimbang dan yakin bahwa dirinya tak akan berhasil. Irving ditunjuk sebagai seorang pemimpin perjamuan, dan akhirnya dia menerima tugas tersebut.

Tapi, Irving terus menerus mengatakan bahwa dia takut jika dia akan gagal. Saat malam perjamuan tiba, Irving membuat pembukaan yang bagus, tapi tiba-tiba dia berhenti dan menutup pembicaraannya. Ketika dia duduk, dia berbisik pada teman di sebelahnya, "Sudah saya bilang, saya pasti gagal... dan itu baru saja terjadi!"

Cara berpikir Irving tersebut adalah alasan mengapa ia gagal. Seandainya ia berpikir bahwa dia pasti bisa, bukan pasti gagal, maka saya yakin kejadiannya tidak akan seperti itu.

Dalam membangun kebiasaan berpikir positif – dengan hanya melihat yang terbaik dalam diri Anda dan orang lain, percaya bahwa Anda mampu melakukan hal-hal besar – perlu ditekankan bahwa pikiran kita memang

suatu hal yang akan menentukan keberhasilan kita. Apa yang Anda lakukan kemarin menentukan diri Anda hari ini, dan apa yang Anda lakukan hari ini akan menentukan jadi apa Anda besok.

Coba tanyakan pertanyaan berikut: Apakah Anda mendapat manfaat dari berpikir negatif? Apakah Anda ingin memikirkan sesuatu yang akan menghambat diri Anda untuk melakukan hal-hal hebat? Apakah Anda menginginkan pikiran negatif yang pasti akan membawa ketidakpuasan, kesedihan, dan kegagalan?

Jika Anda seperti saya, pasti jawaban Anda untuk semua pertanyaan tersebut adalah '**tidak**'. Namun jika Anda tidak waspada, pikiran semacam itu akan menyelundup masuk ke dalam kepala Anda. Cara yang terbaik untuk mencegahnya adalah dengan terus mengisi pikiran Anda dengan pikiran positif, dengan berpikir bahwa Anda adalah bagian dari ciptaan Tuhan yang hebat, yang punya kemungkinan tak terbatas, yang terus tumbuh baik secara mental maupun spiritual, serta terus berjalan menuju keberhasilan.

Memang sulit untuk terus berpikir positif ketika keadaan kita berlawanan dengan mimpi-mimpi kita. Namun, ketika kita membiasakan diri untuk terus berpikir positif, maka kebiasaan tersebut akan menjadi suatu **daya tarik** bagi kita. Pikiran baik kita lama kelamaan akan menjadi pikiran besar, sehingga kita akan bisa melakukan hal-hal yang kelihatannya mustahil.

Dalam buku digitalnya yang berjudul "*Guaranteed Success Thinking*", Jim Edwards mencontohkan bahwa kebiasaan berpikir kita bisa diibaratkan dengan bagaimana kita merawat sebuah taman. Benih tanaman adalah **pikiran** kita, dan bagaimana tukang kebun bekerja diibaratkan sebagai **tindakan** kita.

Kita, sebagai tukang kebun, harus selalu merawat benih yang ditanam dengan baik. Kita harus membersihkan taman dari kotoran, dan menyingkirkan rerumputan liar yang tumbuh. Kasus ini sama seperti pikiran, yaitu kita harus menyingkirkan hal-hal negatif yang ada dalam kepala kita. Jika kita bisa terus menjaganya, maka suatu saat nanti kita pasti akan mendapat hasil yang kita inginkan, yaitu bunga atau **buah yang manis** hasil dari kerja keras kita.

Oleh karena itu, Anda tak boleh meremehkan pikiran yang ada dalam kepala Anda sejak Anda bangun tidur. Pikiran positif ketika Anda mengawali hari akan dapat mengubah rasa takut menjadi keberanian. Pikiran tersebut dapat menggerakkan Anda untuk berbuat hal-hal besar.

Berpikir positif sangatlah penting diterapkan dalam hidup, karena pikiran tersebut dapat mempengaruhi Anda untuk melakukan hal-hal yang tepat. Ada banyak orang yang salah mengambil profesi atau bisnis karena mereka tidak berpikir dengan matang dan positif. Mereka tidak bisa membuat pilihan yang tepat bagi hidup mereka.

Sidney Smith pernah berkata:

"Jika kita mengibaratkan profesi dalam hidup sebagai lubang di sebuah meja, ada yang bundar, kotak, dan bujur sangkar; dan manusia sebagai potongan kayu yang bentuknya sesuai lubang tersebut, maka pada umumnya kita menemukan bahwa orang-orang yang berbentuk segitiga masuk ke dalam lubang yang kotak, yang bujur sangkar masuk ke lubang segitiga, sementara yang kotak memaksa diri untuk masuk ke lubang yang bundar."

### Kalimat Inspiratif

Untuk bisa terus berpikir positif, Anda bisa mencermati kutipan-kutipan atau kalimat-kalimat bijak dan inspiratif dari orang-orang ternama untuk menyegarkan pikiran Anda. Anda bisa melihatnya di situs-situs semacam **WikiQuote.org**.

Contohnya:

*"Mereka bisa menaklukkan apapun yang mereka percaya bisa taklukkan."*

*--John Dryden*

*"Pengetahuan menjadi pengetahuan sejati bila diperoleh dengan usaha pemikiran, bukan ingatan."*

*-- Leo Tolstoy*

*"Mereka yang tak tahu bagaimana melawan kekhawatiran akan mati muda."*

*-- Alexis Carrel*

*"Jika Saya memberi Anda satu sen, maka Anda akan menjadi lebih kaya satu sen, dan saya akan lebih miskin satu sen. Tapi jika saya memberi Anda sebuah ide, Anda akan punya ide baru, tapi saya juga masih memilikinya."*

*-- Albert Einstein*

*"Orang yang bijaksana berbicara karena ada sesuatu yang harus ia katakan, orang tolol berbicara karena ia harus mengatakan sesuatu."*

*-- Plato*

*"Harapan melihat yang tak terlihat mata, merasakan yang tak bisa diraba, dan meraih hal yang tidak mungkin."*

*-- Charles Caleb Colton*

Kalimat-kalimat tersebut akan memberi Anda **energi** untuk melakukan hal-hal besar. Pikiran Anda yang telah terisi dengan hal-hal positif semacam itu juga akan bisa membangun karakter sekaligus mengubah nasib Anda. Mengetahui bahwa pikiran kita punya andil besar dalam hidup kita, maka sudah seharusnya kita tidak menyia-nyiakannya.

### **Fokus Pada Kelebihan**

Orang yang berpikir positif akan mempunyai alasan untuk merasa bangga pada diri mereka sendiri, dan mereka akan bisa menjalani hidup dengan lebih bersemangat. Tak ada kekurangan, keterbatasan, kebimbangan, atau rasa takut; karena mereka menjadikannya sebagai **kekuatan**. Mereka telah terbiasa untuk bersikap selektif dalam berpikir, yaitu menerima pikiran positif dan membuang pikiran negatif.

Seperti yang telah saya utarakan tadi, pikiran positif juga dapat membangun karakter. Sebaliknya, pikiran yang negatif akan membawa kehancuran; yang tidak menghasilkan apapun kecuali rasa takut, keputusasaan, dan kegagalan yang sangat menyakitkan. Jika Anda berpikir

positif, maka Anda adalah orang **optimis** yang tidak akan fokus pada keburukan diri sendiri atau pun orang lain.

Bagaimana seseorang bisa menghilangkan pikiran negatif dalam hidupnya? Melakukan afirmasi seperti "Saya tidak takut," "Saya bukan orang lemah," atau "Saya bukan orang gagal." saja tidak cukup. Mengapa? Karena fokus pada hal positif akan lebih konstruktif. Maka, Anda perlu menghindari penggunaan kata-kata negatif seperti "takut", "lemah", dan "gagal". Katakan saja "Saya percaya diri," "Saya kuat," "Saya sukses," dan seterusnya. Lakukan afirmasi seperti ini dengan penuh semangat dan keyakinan.

Namun Anda harus ingat, bahwa afirmasi harus diikuti dengan perbuatan nyata. Seseorang bisa saja terus duduk di belakang meja dan terus menekankan bahwa dia adalah orang sukses, tapi jika dia tak melakukan apa-apa, pada akhirnya sukses tak akan dapat diraih. Ketika Anda berkata "saya berani," maka Anda harus mendemonstrasikannya dalam kehidupan nyata. Meyakini dan mempercayai apa yang Anda afirmasikan itu tidaklah cukup, melainkan Anda juga harus mempraktikkannya.

Cara lain adalah dengan memfokuskan diri pada potensi Anda. Mulailah dengan membuat penilaian yang jujur tentang kemampuan diri Anda sendiri. Namun, Anda harus fokus pada hal-hal yang bisa Anda lakukan. Jangan fokus pada hal negatif, yaitu kelemahan Anda. Sekali lagi, **fokuslah pada apa yang bisa Anda lakukan, fokuslah pada potensi Anda.**

Saya tidak bermaksud agar Anda mengabaikan kelemahan Anda, lho.... Saya beri contoh; Misalnya saja Anda ingin sekali menjadi pemain basket, tapi Anda terlalu pendek. Jika Anda fokus pada kelemahan Anda, yaitu terlalu pendek, maka Anda tidak akan mencoba bermain basket. Tapi jika Anda fokus



pada kemampuan Anda, maka Anda akan berusaha. Misalnya saja, Anda bisa fokus pada kemampuan Anda yang bisa berlari dengan cepat, atau stamina Anda bagus.

Jadi, bisakah Anda melihat perbedaannya? Jika Anda hanya memikirkan kelemahan, berarti Anda membiarkan **kelemahan** tersebut menentukan hasil yang akan Anda dapatkan. Sebaliknya, jika Anda memikirkan kekuatan atau kelebihan, maka **diri Anda sendiri** lah yang menentukan hasil yang akan Anda dapatkan.

Akhir kata, teruslah berpikir positif, karena "*keberanian sejati timbul dari kesabaran yang terus-menerus*". Marilah kita mengarahkan pikiran kita pada **hal-hal besar dan inspiratif**. Mari kita mencari inspirasi, sehingga pikiran besar dari orang lain bisa menjadi milik kita, sehingga kita bisa hidup dengan potensi kita yang sebesar-besarnya.



[www.TargetPositif.com](http://www.TargetPositif.com)

**Maksimalkan Potensi Diri!**  
Maksimalkan Potensi Diri!

Ubah pola pikir, tingkatkan **kepercayaan diri**, kondisi **finansial**, dan **kualitas hidup** Anda sekarang juga !



Dapatkan **Akses Eksklusif** untuk eBook // buku digital tentang motivasi dan pengembangan diri berkualitas dalam **Paket Motivator** TargetPositif.com

Raih pula kesempatan untuk mendapat **penghasilan tambahan** dari program bagi hasilnya. Anda berhak mendapat komisi **60%**, langsung ke rekening Anda.



**Bertindaklah Sekarang Juga!**