



Greatness Comes from Within

Oleh
Jennie S. Bev

Jennie S. Bev adalah penulis buku, kolumnis *Forbes* dan *The Jakarta Post*, serial *entrepreneur* dan pengajar bermukim di California. Ia bisa dijumpai di JennieSBev.org



Greatness alias "kebesaran" berasal dari dalam diri. Setiap orang bisa menjadi "besar" alias mengoptimalkan potensi diri, atau bahkan memaksimalkannya. Intinya ada delapan cara yang dijalankan dengan kesadaran dalam waktu yang sama. MK Muller dalam buku *8 to Great: The Powerful Process for Positive Change*, menjabarkannya: gambarkan dalam pikiran dan hati (*get the picture*), miliki dengan kesungguhan dan jalankan walaupun berisiko (*own it and take risk*), lakukan dengan tanggung jawab (*full responsibility*), rasakan di keseluruhan tubuh, jiwa dan hati (*feel all your feelings*), komunikasikan dengan besar hati dan jujur (*honest communication*), ampuni masa lalu (*forgive the past*), bersyukur akan masa kini (*gratitude for the present*), dan berharap untuk masa depan (*hope for the future*).

Get the picture

Gambaran kesuksesan baik dalam bentuk angka maupun wujud dari *output*. Kate Winslet dan Hilary Swank pernah membayangkan memenangkan piala Oscar ketika mereka masih kanak-kanak. Ini "mencuci" bawah sadar mereka untuk membangun jalan menuju tujuan yang telah digambarkan ini. Setiap perbuatan mereka menuju ke arah ini, walaupun dilakukan dengan "otomatis."

Own it and take risk

Sering kali kita menyalahkan orang lain akan "kegagalan" kita, termasuk juga "kekurangan-kekurangan fisik" yang kita miliki, seperti *dyslexia* dan ADHD. Padahal banyak orang sukses yang memiliki kekurangan serupa. Apa

perbedaannya? Mereka mengakui kekurangan ini. Istilahnya "*own it*" dan tidak menyalahkan (*not blaming others*).

Setelah "*own it*," perlu ditambah dengan suatu aksi, yaitu: mengambil risiko dengan berani. Jalankan apa yang perlu dijalankan dalam langkah mewujudkan apa yang digambarkan di dalam pikiran. Rasa berani memuncak dan terus dipertahankan, walaupun akan terjadi pasang surut dan kesalahan-kesalahan dalam melangkah. *Own your mistakes*, miliki kesalahan-kesalahan Anda. Belajar lagi dan kembali mengambil risiko dalam langkah-langkah selanjutnya. *We run to the prize, not run away from*. Kita berlari menuju tujuan, bukan berlari menghindari dari sesuatu.

Full responsibility

Mengambil risiko pasti mengandung tanggung jawab. Ini perlu disadari dengan sepenuh hati. Kesadaran ini menjadi fondasi atau tonggak perbuatan-perbuatan kita menuju tujuan yang telah digambarkan di benak. Perjalanan ini penuh dengan risiko dan tanggung jawab, karena hal-hal yang kelihatannya "instan" hanyalah momentum yang datang tiba-tiba, bukan turun dari langit begitu saja. Bahkan hujan pun sesungguhnya adalah perjalanan yang panjang dari butir-butir air yang menguap hingga ke awan dan menjadi hujan yang turun ke bumi. *When time comes, your wish will materialize*. Ketika waktunya tiba, harapanmu akan mewujudkan.

Feel all your feelings

Keyakinan dengan pikiran berbeda dengan keyakinan akan sesuatu dengan sepenuh hati dan sepenuh-penuhnya diri kita. Ketika kita percaya sungguh-sungguh, maka saya menjadi tujuan itu dan tujuan itu menjadi saya. Kita bisa "merasakan" sampai di mana kaliber seseorang hanya dengan berbicara beberapa kali. Intuisi dan daya analisa bekerja bersamaan dalam "meraba" kelebihan dan kekurangan kawan bicara kita. Kita bisa dengan mudah "merasakan" apabila kawan bicara kita bersungguh-sungguh atau hanya berbicara sekadarnya. Kita juga bisa "merasakan" bahwa seseorang itu benar-benar seperti yang ia proyeksikan kepada orang lain atau hanya "promosi diri" saja.

Ketika kita telah "*feel all our feelings*" alias sudah merasakan gambaran tujuan akhir, maka kita menjelma menjadi gambaran itu dan sebaliknya. Orang lain pun bisa "merasakan" betapa apa yang kita katakan dan perbuat adalah yang sesungguhnya. Muhammad Ali petinju "*the greatest*" berhasil "mencuci pikiran"-nya sendiri bahwa ia-lah yang terbesar, sehingga seluruh dunia pun mengingatnya sebagai "yang terbesar." Benarkah ia tidak pernah kalah? Silakan Anda cari tahu sendiri.

Honest communication

Ketika kita "jatuh," akui bahwa sekarang adalah waktu untuk belajar. Kita baru bisa bangkit apabila kita mengakui bahwa sekarang kita berada di bawah. Yang banyak terjadi di masyarakat yang "gengsian" adalah menyangkal kegagalan dan kejatuhan kita. Jujurlah kepada diri sendiri dan lingkungan kita bahwa sekarang

adalah waktu bagi kita untuk belajar dari kegagalan. Dengan demikian, sekali lagi *we own our failure*.

Tidak perlu merasa malu karena setiap orang pasti pernah gagal. Yang memalukan adalah apabila kita menyalahkan orang lain untuk kegagalan dan kejatuhan kita. Dengan menerima kegagalan sebagai bagian dari diri kita, kita membuka hati kepada diri kita sendiri. Antoine de Saint-Exupery berkata, "*Love is the process of my leading you back to yourself*." Dan Thomas Jefferson juga berkata, "*Honesty is the first chapter in the book of wisdom*."

Forgive the past

Memaafkan adalah melepaskan kebencian dan penyesalan. Memaafkan adalah melepaskan keinginan untuk membalas dendam. Memaafkan juga melembutkan kekerasan di dalam hati. Sesuatu yang membeku menjadi cair dan tidak lagi menjadi momok. Memaafkan sesungguhnya memberi diri sendiri awal yang baru bagi kehidupan. Memaafkan masa lalu adalah untuk kepentingan diri Anda sendiri, Anda yang "memenangkan" hidup kembali sehingga kualitas hidup kembali menjadi baik dan tidak dinodai dengan kebencian.

Masa lalu yang telah dilepaskan memberikan kesempatan bagi saat ini dan masa datang untuk muncul dan mengambil alih. Energi yang tercurah untuk menggenggam kemarahan di masa lalu bisa digunakan untuk mencapai tujuan di masa depan. Ingat tujuan yang telah Anda gambarkan di dalam benak.

Gratitude for the present

Mereka yang hidup dengan penuh syukur biasanya lebih sehat, optimis, gembira, dan berkarya dengan produktif. Kegembiraan bisa dirasakan apabila kita bersyukur dengan apa yang kita miliki, bukan semata-mata karena memiliki saja. Rasa syukur bisa membuat hati gembira melebihi kepemilikan materi belaka. Materi bisa dengan mudah membuat kita bosan dan tidak lagi memiliki arti apa-apa. Namun rasa syukur bisa dengan segera membuat kita merasa istimewa. Keistimewaan ini membentuk kebahagiaan akan hal-hal lain.

Hope for the future

Ekspektasi positif memberikan semangat dalam usaha pencapaiannya. Dan ini adalah satu-satunya cara menuju pencapaian. Ketika, pikiran, perasaan, dan tindakan sudah menjadi satu, maka masa lalu, masa kini, dan masa sekarang membentuk garis lurus. Tercapailah tujuan. Salam sukses selalu. **LB**

EKSPETASI POSITIF MEMBERIKAN SEMANGAT DALAM USAHA PENCAPAIANNYA. DAN INI ADALAH SATU-SATUNYA CARA MENUJU PENCAPAIAN.