

Pandangan Positif



PO Box 1090/JKS
Jakarta 12010

email: info@fcindo.com
website: www.fcindo.com



Daftar Isi:

Tuhan itu Baik	4
Topeng Ajaib	7
Apakah Kekurangan Berarti Lebih Banyak? ..	10
Dua Saku	12
Doa dan Menghafal Menyenangkan ..	14
Keluar dari Lobang	15
Cari dan Temukan	16
Kacamata Pandangan Positif	17
Moral	19



Ingatlah selalu untuk melupakan apa yang membuat kita sedih, namun jangan lupa mengingat apa yang membuat kita gembira.

Oleh Amber Darley dan Agnes Lemaire

Copyright © 2009, Aurora Production AG, Switzerland.
Hak Cipta dilindungi oleh Undang-undang.

Tuhan itu Baik!

Dua orang lelaki bersiap-siap untuk melakukan perjalanan jarak jauh yang agak berbahaya, untuk bertemu dengan seseorang yang dengannya mereka akan berurusan. Kedua orang itu mempunyai perangai yang sangat berbeda seperti siang dan malam. Yang satu bernama Percaya dan yang satu Peragu. Mereka menaruh perlengkapan di punggung seekor keledai, berdoa agar perjalanan mereka selamat dan berangkat.

Percaya sangat mengasihi Tuhan, percaya bahwa Dia memegang kendali dan tahu yang terbaik untuk mereka serta akan menjagai mereka apabila ada yang tidak beres. Sebaliknya, Peragu, mengalami kesulitan percaya sesuatu yang tidak dapat dilihat dengan mata kepalanya. Percaya sering bersaksi kepada temannya itu dan menyemangati dia agar mempunyai iman. "Tuhan itu sangat baik. Aku sejak tadi sudah berdoa dan aku tahu Tuhan akan mengurus kita dalam perjalanan ini," ujarnya.

Mereka terus berjalan hingga akhirnya matahari sudah hampir terbenam. Lelah akibat perjalanan mereka, keduanya berhenti di sebuah desa kecil dimana mereka mencari tempat untuk bermalam. Meskipun sudah memohon, tak ada seorang pun di desa itu yang mau memberi mereka tumpangan.

"Katamu Tuhan akan mengurus kita?" kata Peragu kepada temannya.
"Membiarkan kita tidur di hutan, kau bilang itu namanya mengurus kita?"

"Tuhan pasti punya alasan yang belum kita pahami," jawab Percaya dengan yakin.
"Tuhan pasti tahu bahwa hutan adalah tempat yang terbaik untuk kita bermalam."

Kedua orang itu menyiapkan tempat berbaring mereka di bawah sebatang pohon yang besar, di jalan yang menuju ke desa. Mereka mengikat keledai sedikit lebih jauh dan merebahkan diri. Belum lagi mereka sempat tertidur di bawah bintang-bintang yang bersinar dengan terangnya, terdengar suara auman yang keras. Seekor singa liar menyerang keledai mereka. Untung mereka tidak mengikat keledai itu terlalu kuat sehingga keledai itu dapat melepaskan diri sambil mengembik berlari ke dalam hutan sementara singa itu mengejarnya. Takut singa itu akan kembali jika tidak berhasil menangkap keledai, kedua orang itu lekas-lekas memanjat pohon dan menyalakan obor.

"Terima kasih Tuhan, Engkau begitu baik terhadap kami!", akhirnya Percaya berkata.

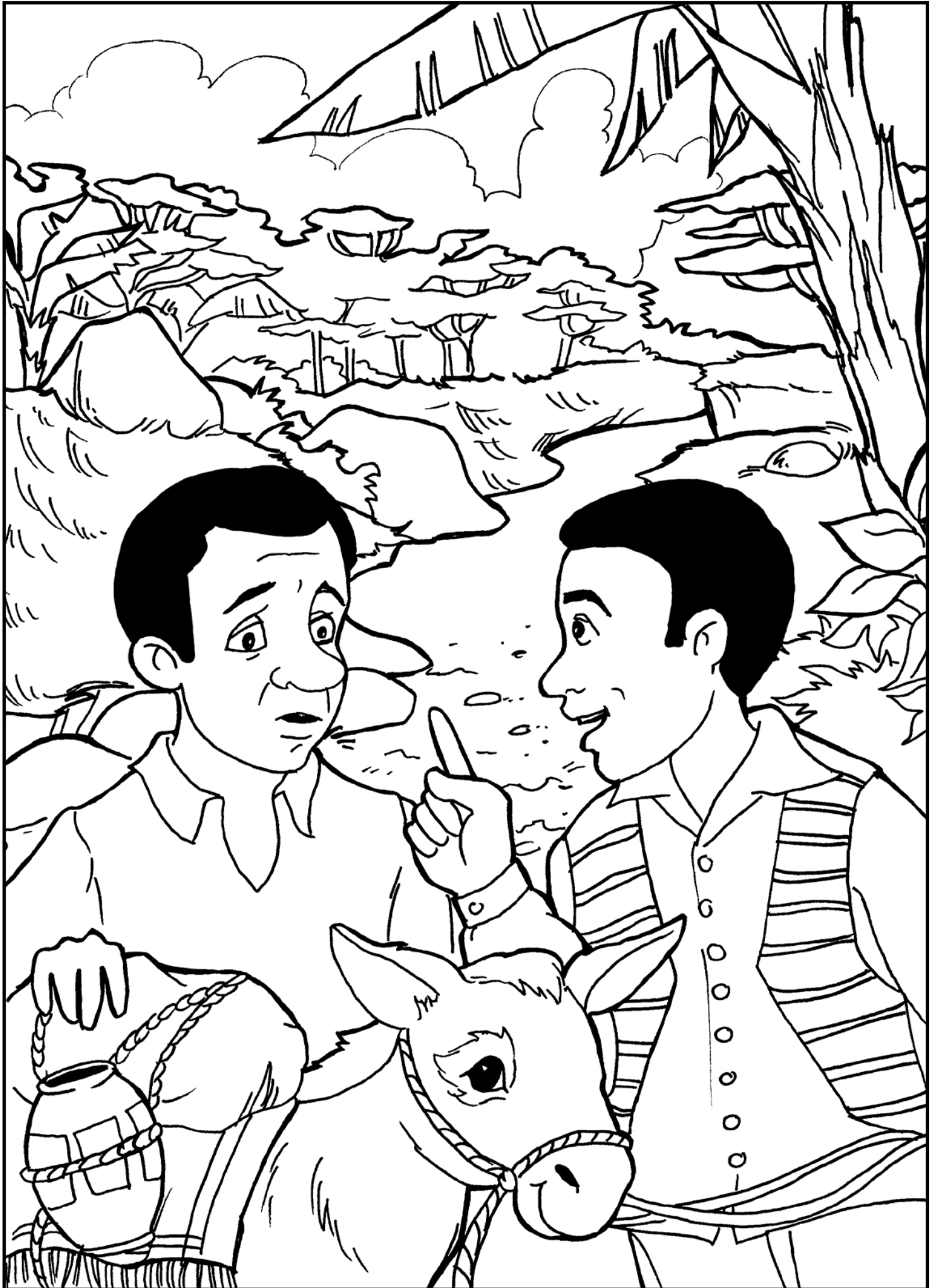
"Apa?" bentak Peragu dengan marah. "Bagaimana kamu menganggap itu baik?"

"Tuhan menjagai kita hingga tetap selamat dan membiarkan singa itu mengejar keledai! Tidakkah kamu bersyukur karenanya?" Percaya menjawab.

Tiba-tiba angin kencang bertiup. Obor mereka mati, sehingga mereka berada dalam kegelapan, di pohon yang tinggi. "Kamu pasti berpikir ada yang baik juga dari kejadian ini. Ini malam yang menyebalkan!" Peragu bersungut-sungut.

Percaya tidak menjawab, namun memutuskan untuk mencoba beristirahat, meskipun mereka tidak bisa tidur nyenyak karena takut jatuh dari pohon.

Tiba-tiba Percaya melihat gambaran tempat tidur berayun. "Terima kasih Tuhan, atas gagasan yang bagus itu!" katanya dan segera mengikat tali pada ujung-ujung



selimutnya dan membuat tempat tidur berayun di antara dua batang cabang pohon yang besar. Peragu merasa itu adalah gagasan yang dungu, namun keesokan harinya Percaya bangun setelah puas beristirahat dan riang gembira seperti biasa.

Peragu tidak bisa tidur dan menggerutu sepanjang perjalanan menuju ke desa dimana mereka berharap bisa membeli sarapan. Ketika mereka tiba, segenap desa kacau balau. Ketika malam hari, sekelompok perampok datang dan merampok setiap rumah.

Percaya menoleh ke temannya. "Betapa baiknya Tuhan terhadap kita. Seandainya kita ada di sini tadi malam, kita juga sudah dirampok! Dan seandainya Tuhan tidak mengirimkan angin kencang yang meniup obor kita hingga padam, tentulah para perampok telah melihat kita dalam perjalanan ke desa dan sudah merampok kita juga. Sobat, benarlah kataku, Tuhan sangat baik terhadap kita bahkan apabila kita tidak memahami sepenuhnya. Alangkah luar biasa rancangan-Nya!"

Percakapan mereka terhenti dengan datangnya seorang lelaki yang menanyakan jika mereka kehilangan keledai mereka. Nampaknya binatang yang ketakutan itu masuk ke kandangnya untuk mencari perlindungan. Selang beberapa saat mereka mendapatkan keledai mereka lagi dan akan melanjutkan perjalanan mereka. Mereka mengucapkan terima kasih kepada petani itu dan mengatakan bahwa mereka sedang dalam perjalanan untuk menemui Pak Kaya Raya, untuk membahas urusan.

Yang mengejutkan, petani itu mengatakan bahwa mereka tidak harus mengadakan perjalanan lagi. "Kalian mencari Pak Kaya Raya?" tanya pak petani. "Beliau akan datang ke sini besok! Dia memiliki banyak tanah di daerah ini dan akan datang untuk memeriksa sebelum mengadakan perjalanan panjang ke negeri yang jauh."

Percaya dan Peragu sadar mereka pastilah akan kehilangan kesempatan bertemu dengan Pak Kaya Raya dan perjalanan mereka akan menjadi sia-sia, jika keledai mereka tidak diserang singa dan melarikan diri ke kandang pak petani ini.

Peragu hanya bisa menggeleng-gelengkan kepala tanpa berkata-kata. Percaya melihat bahwa dia tidak harus mengingatkan temannya tentang Siapa yang telah menolong mereka. Dia hanya tersenyum dan matanya yang bersinar dengan jenaka mengucapkan segala-galanya—Tuhan sangat baik terhadap kita, bukankah demikian?



- Menurut kami siapa yang punya waktu lebih menyenangkan dalam cerita ini, Peragu atau Percaya?
- Apakah menilai situasi yang sukar secara positif membantu membuat kita merasa lebih baik atau lebih buruk?
- Jika kamu berada dalam perjalanan bersama dengan Peragu dan Percaya, kamu ingin seperti yang mana?
- Menurut kamu apa yang terjadi pada kisah yang berikutnya? Untuk senang-senang saja, karanglah kisah yang mirip seperti di atas tentang dua teman sekelas dan persoalan yang mereka hadapi.
- Bahaslah kutipan, "Selama hidup, sobat, jika ingin gembira, tujukanlah matamu ke kue donatnya dan bukan ke lubang yang ada di tengahnya." Apa artinya itu? Kamu yang mana, optimis atau pesimis?

Topeng Ajaib

Pada suatu ketika adalah seseorang yang sangat berkuasa membawahi ribuan tentara dan bersama bala tentaranya, dia telah menaklukkan banyak tempat yang kini dikuasainya. Dia bijak dan berani, dihormati dan ditakuti, tetapi tak ada seorang pun yang mengasihi dia. Setiap tahun dia menjadi semakin marah, menjadi semakin kesepian dan wajahnya memantulkan jiwanya, sebab tertera garis yang tidak menyenangkan di wajahnya, di dekat mulutnya yang tidak pernah tersenyum dan pada keningnya tertera garis-garis yang mendalam.

Kebetulan di salah satu kota yang dikuasainya adalah seorang gadis cantik yang telah diperhatikannya selama berbulan-bulan selagi gadis itu berjalan di antara rakyatnya, dan dia mengasihi gadis itu dan ingin menjadikannya istrinya. Dia memutuskan untuk mendapati gadis itu dan mengungkapkan perasaan hatinya. Mengenakan pakaian yang paling bagus dan mahkota emas di kepalanya, dia menatap dirinya di cermin untuk melihat gambaran seperti apa yang akan dilihat oleh gadis cantik itu. Tapi dia tidak dapat melihat apa-apa kecuali sesuatu yang mungkin akan menyebabkan ketakutan dan ketidak sukaan—wajah yang keras dan kejam yang bahkan terlihat semakin buruk ketika dia mencoba tersenyum.

Kemudian terlintas di benaknya sebuah gagasan yang menggembirakan dan dia memanggil tukang sihirnya. "Buatlah bagiku sebuah topeng yang paling tipis sehingga menuruti garis wajahku, tapi beri cat ajaib sehingga terlihat ramah dan menyenangkan. Tempelkan ke wajahku sehingga aku tidak usah melepaskannya lagi. Buatlah menjadi tampan dan menarik. Kerahkan segenap kemampuanmu dan aku akan membayar berapa pun yang kamu minta."

"Aku bisa melakukan ini," kata tukang sihirnya, "dengan satu syarat."

"Apa syaratnya? Kamu mau minta banyak emas?"

"Tidak, Tuan. Tuan harus menjaga agar garis wajah Tuan berada persis seperti topeng yang kucat kalau tidak topeng itu akan rusak. Satu kali saja ada wajah beramarah, maka topeng itu akan rusak untuk selama-lamanya dan aku tidak bisa menggantikannya."

"Aku akan melakukan apa pun yang kau katakan," kata tuan itu dengan keinginan besar, "apa saja agar dapat memenangkan kekaguman dan kasih gadis pujaanku. Beritahukanlah bagaimana cara menjaga agar topengku tidak akan menjadi rusak."

"Tuan harus memikirkan pikiran yang baik dan ramah," jawab si tukang sihir, "dan untuk melakukan itu Tuan harus berbuat hal-hal yang baik dan ramah. Tuan harus menjadikan daerah kekuasaan Tuan gembira dan bukannya berkuasa. Tuan harus menggantikan kemarahan dengan pengertian dan kasih



sayang. Bangunlah sekolah dan rumah sakit untuk rakyat, dan bukan hanya penjara dan kapal perang. Bersikaplah sopan dan santun kepada setiap orang.”

Jadi topeng yang ajaib itu pun dibuat dan tak ada seorangpun yang dapat menduga bahwa itu bukanlah wajah asli dari sang tuan. Berbulan-bulan berlalu dan meskipun topeng itu seringkali hampir rusak, orang tersebut berjuang dengan keras untuk menjaga keutuhannya. Gadis itu menjadi mempelainya dan rakyatnya terpesona akan perubahan yang terjadi terhadap dirinya. Mereka memberi pujian kepada istrinya yang cantik dan manis itu, yang kata mereka, telah membuat tuan itu menjadi seperti dirinya.

Seraya sikap lemah lembut dan tenggang rasa memasuki diri orang ini, kejujuran dan kebaikan juga turut serta dan tak lama kemudian dia menyesal telah mempedayai istrinya dengan topeng ajaib itu. Pada akhirnya dia tidak tahan lagi dan memanggil tukang sihirnya.

“Buanglah wajah palsu ini!” serunya. “Lepaskanlah! Topeng penipu ini yang bukanlah diriku sendiri!”

“Jika itu kulakukan,” kata si tukang sihir, “aku tidak bisa membuatnya lagi dan Tuan harus memakai wajah asli Tuan sepanjang hidup Tuan.”

“Itu lebih baik,” kata tuan itu, “daripada mempedayai orang yang kasih dan kepercayaannya telah kuperoleh dengan tidak jujur. Lebih baik aku dihina olehnya daripada terus melakukan apa yang tidak layak demi dirinya. Lepaskanlah, lepaskanlah!”

Tukang sihir itu melepaskan topeng tersebut dan tuan itu dengan ketakutan dan penderitaan melihat pantulan dirinya di cermin. Matanya bersinar dan bibirnya menyungging senyum, sebab garis-garis yang jelek itu sudah tidak ada lagi, wajah cemberutnya sudah hilang—dan lihatlah, wajahnya persis seperti topeng yang telah dikenakannya sekian lama! Dan ketika dia kembali ke istrinya, istrinya hanya melihat wajah suami yang dikasihinya.

Benar, ini adalah legenda tua yang mengungkapkan: wajah seseorang mengungkapkan apa yang tertera di dalam hatinya, apa yang dipikirkannya dan apa yang dirasakannya, pikiran hatinya.

Benarlah pepatah yang mengatakan, “Sebab seperti orang yang membuat perhitungan dalam dirinya sendiri demikianlah ia.”



- Bagaimana topeng itu membantu tuan tadi merubah wajahnya yang kejam?
- Apa yang harus dilakukan oleh tuan itu, yang berbeda dari kebiasaannya, untuk menjaga agar topeng itu tidak pecah?
- Apa yang terjadi pada tuan itu setelah dia menanggalkan topengnya?
- Apa yang menyebabkan orang itu berubah dari seseorang yang jahat dan kejam sehingga menjadi seseorang yang baik budi dan tampan?
- Pernahkah kamu merasa tidak gembira, namun kamu berusaha untuk bersikap gembira dan akhirnya kamu merasa lebih baik? Cobalah tersenyum pada suatu hari tanpa menghiraukan bagaimana perasaan kamuda lihatlah apa yang terjadi. Apakah itu membuat kamu lebih gembira?

Apakah Kekurangan Berarti Lebih Banyak?

Pada suatu hari seorang ayah dari keluarga yang kaya raya membawa anaknya ke suatu negeri dengan maksud agar si anak melihat bagaimana ada orang yang sangat miskin. Mereka melewati waktu sehari dan semalam di rumah seorang petani yang sangat miskin.

Ketika mereka kembali dari perjalanan itu, ayahnya bertanya kepada si anak, "Bagaimana perjalanannya?"

"Bagus sekali, Ayah!"

"Apakah kamu melihat bagaimana ada orang yang sangat miskin?" tanya sang ayah.

"Ya!"

"Dan hikmah apa yang kamu peroleh?"

Anak itu menjawab, "Aku melihat kita punya seekor anjing di rumah dan mereka punya empat. Kita punya kolam renang yang memanjang hingga ke tengah taman, mereka punya sungai yang tak berujung. Kita punya lampu kebun yang diimpor dari luar negeri, mereka punya bintang-bintang di langit. Emperan kita terbuka hingga ke halaman depan, mereka punya seluruh cakrawala."

Ketika anaknya selesai berbicara, ayahnya tak dapat berkata-kata.

Bukankah benar bahwa segalanya itu tergantung dari bagaimana kita memandangnya?

Jika kamu punya Tuhan, kasih, iman dan sikap positif tentang hidup, kamu punya segala-galanya!



- Apa manfaat dari sikap positif si anak itu baginya?
- Apa yang lebih penting daripada kekayaan jasmani?
- Bahaslah situasi yang terlihat sangat berbeda jika kamu mengambil sikap positif dan bukan negatif.



Dua Saku

Seorang gadis muda sedang mencuci celana panjang ayahnya dan melihat salah satu saku celana itu berlubang. Dia tidak ingat sampai keesokan harinya. Dia bertanya kepada ayahnya, "Ketika aku mencuci celana panjang Ayah, aku melihat salah satu sakunya berlubang. Berikanlah kepadaku Ayah. Aku akan memperbaikinya."

Ayahnya menjawab, "Kamu baik sekali. Tapi, lubang itu sangat membantu Ayah."

Gadis itu tidak mengira jawaban ayahnya akan seperti itu, dan mengira dia salah dengar, "Maaf, aku tidak mengerti."

Ayahnya menjelaskan, "Nak, Ayah punya dua saku. Yang satu berlubang dan Ayah memastikan agar yang satunya lagi jangan sampai berlubang."

Masih tidak paham apa maksud ayahnya, dia bertanya, "Ya? Lalu..."

Ayahnya melanjutkan, "Setiap kali Ayah mendengar ada orang berbicara tentang sesuatu yang buruk tentang orang lain—jika itu berupa hinaan, kata-kata pedas, gosip, gagasan yang curang, atau apa saja yang seperti itu—Ayah menuliskannya pada selembar kertas kemudian menyimpannya di saku yang berlobang."

Gadis itu masih terlihat bertanya-tanya, "Tapi, kertas itu akan hilang bukan?"

Sang ayah menikmati raut wajah putrinya yang mencoba memahami mengapa dirinya menginginkan lubang di sakunya dan melanjutkan permainan itu, "Memang itulah gagasannya."

"Dan saku yang satunya?" tanya putrinya dengan perasaan ingin tahu.

Ayahnya menjelaskan sambil tersenyum, "Itu saku kesayangan Ayah. Segala sesuatu yang Ayah dengar tentang orang lain, yang baik, yang benar dan bermanfaat, Ayah menuliskannya pada selembar kertas dan menyimpannya di saku yang tidak berlobang. Pada malam hari Ayah mengeluarkannya dan membacanya. Dengan cara itu Ayah menikmati segala ucapan yang manis, yang Ayah dengar hari itu."

Putrinya masih keheranan, "Apa yang Ayah lakukan dengan saku yang satunya lagi?"

"Ayah merogoh saku yang berlobang itu dan tidak menemukan apa-apa di situ, jadi Ayah tertawa dan bersyukur karena tidak ada yang buruk yang harus Ayah pikirkan dari hari itu," ujarnya sambil masih tetap tersenyum.

Keduanya tertawa bersama karena gagasan yang jenaka itu. Putrinya berkata sambil memeluk ayahnya, "Gagasan yang sangat baik. Aku akan mencobanya."

Ingatlah selalu untuk melupakan
apa yang membuat kita sedih,
dan jangan lupa mengingat
apa yang membuat kita gembira.

- Bagaimana lobang di satu saku membantu sang ayah mempunyai sikap positif dalam kesehariannya?
- Memikirkan tentang hal-hal yang buruk membuat kita gembira atau sedih?
- Apa yang dapat kamu lakukan untuk membantu kamu menilai segala sesuatu dari sisi yang lebih positif?
- Ada sebuah syair singkat yang berbunyi, "Dua orang melihat melalui jeruji besi, yang seorang melihat lumpur di tanah dan yang seorang lagi melihat bintang di langit." Apa artinya?

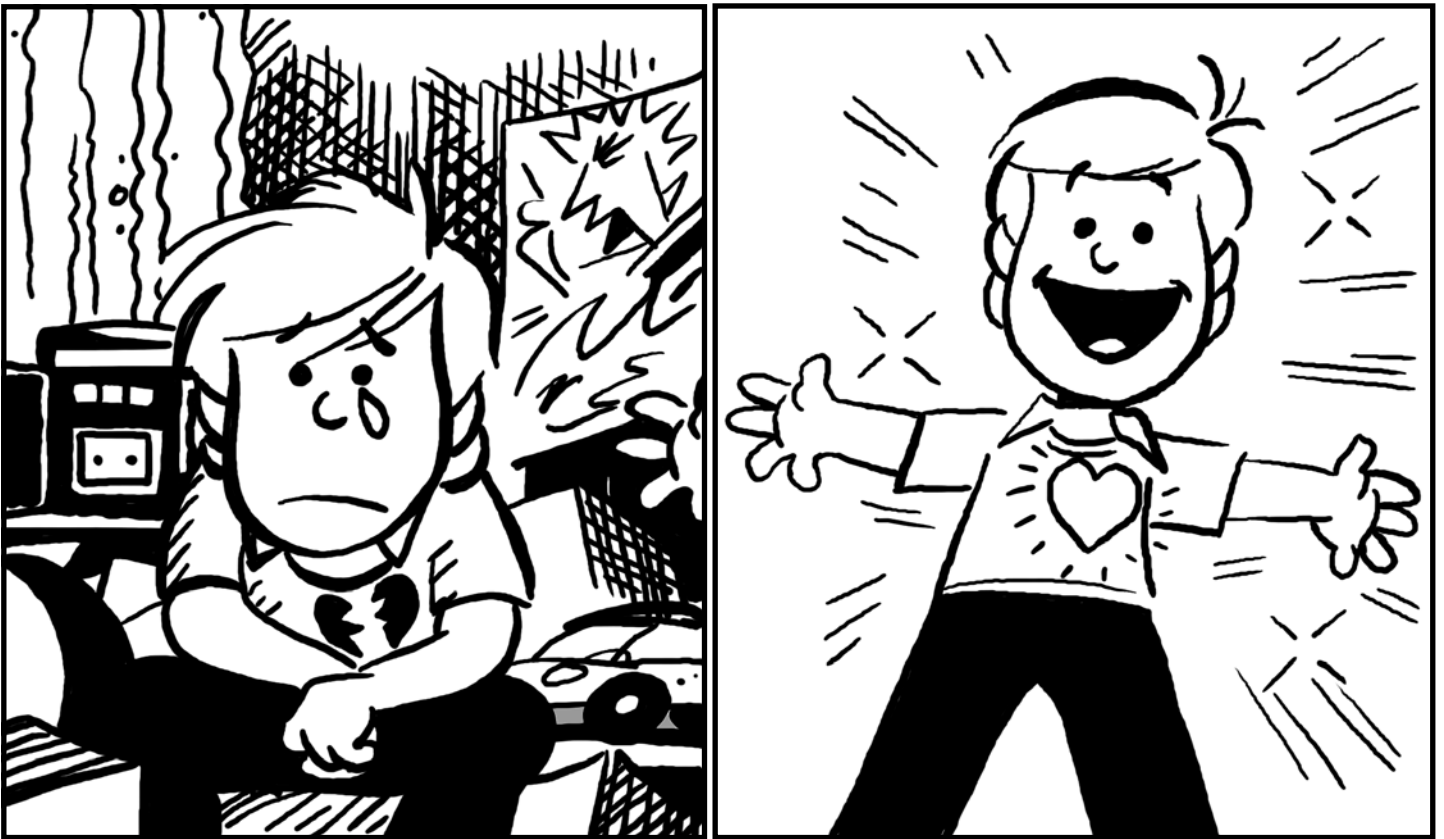


Doa

Tuhan, aku ingin belajar untuk memiliki pandangan yang positif dalam hidup. Tolong perlihatkan kepadaku cara untuk berpikiran baik sebalik daripada berpikiran buruk dan melihat sisi yang baik dari setiap situasi.

Amin.

Menghafal Menyenangkan

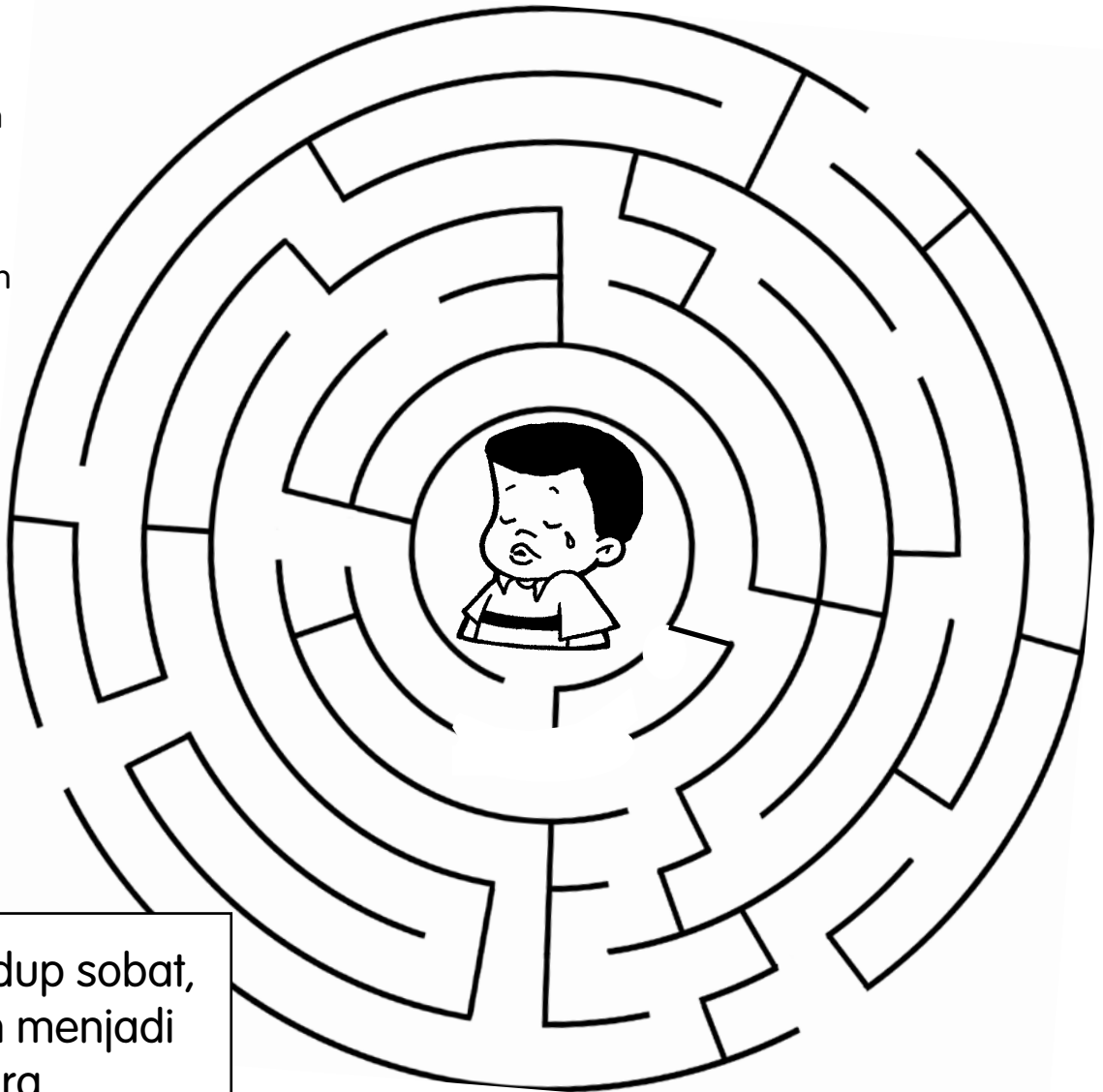


Jadi akhirnya, saudara-saudara, semua yang benar, semua yang mulia, semua yang adil, semua yang suci, semua yang manis, semua yang sedap didengar, semua yang disebut kebajikan dan patut dipuji, pikirkanlah semuanya itu.

Lembar Aktivitas

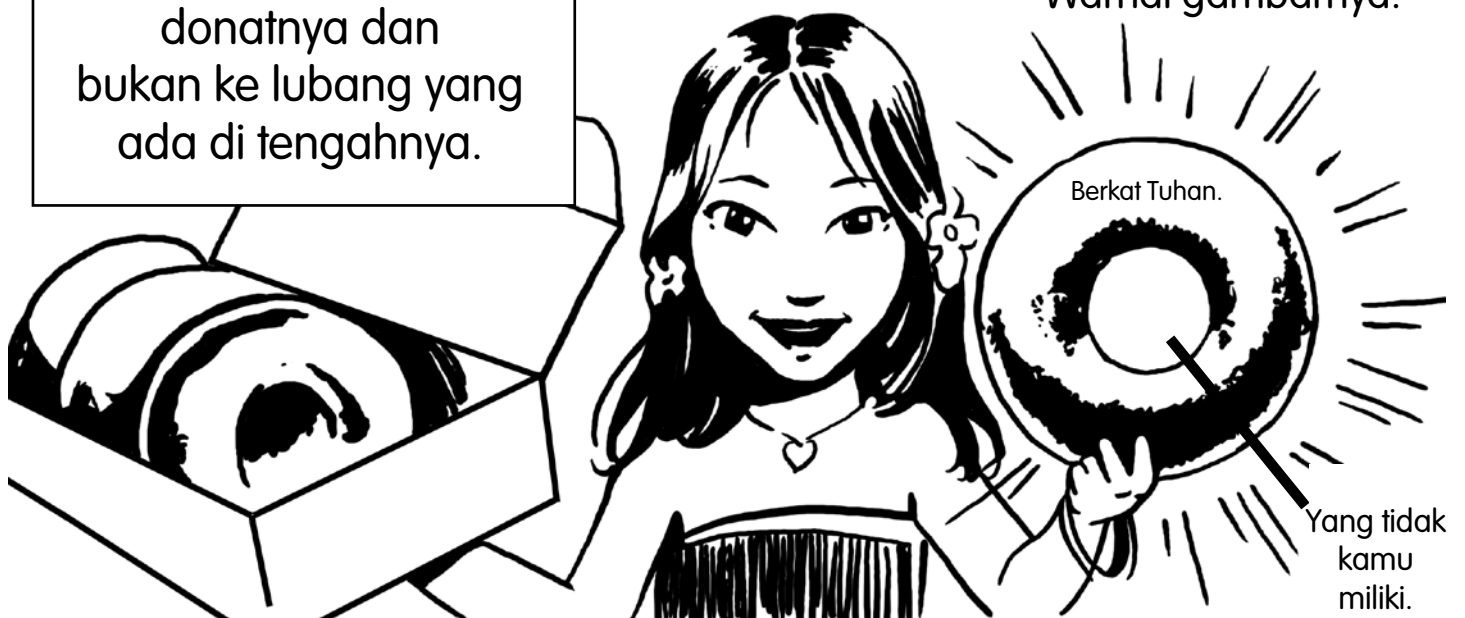
Keluar dari Lobang

Bantulah anak yang sedang bersedih ini keluar dari lobang dan melalui simpang siur. Bersyukurlah kepada Tuhan atas apa yang kamu miliki dan jangan bersedih karena apa yang tidak kamu miliki. Sebutkanlah tiga berkat!



Sepanjang hidup sobat,
jika kita ingin menjadi
gembira,
Tujukanlah mata ke kue
donatnya dan
bukan ke lubang yang
ada di tengahnya.

Warnai gambarnya.



Yang tidak
kamu
miliki.

Lembar Aktivitas

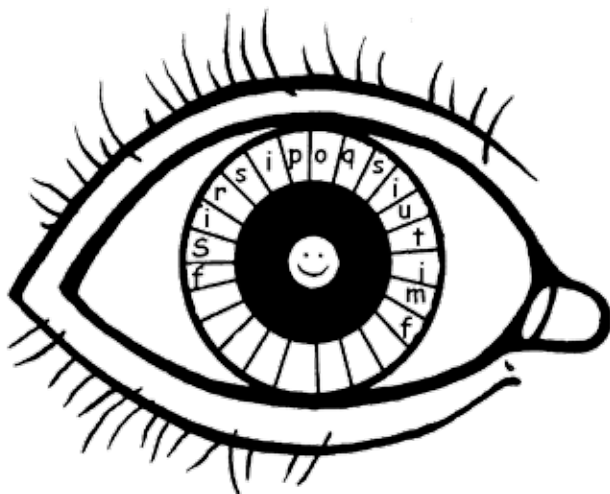
Cari dan Temukanlah



Pada gambar mata di bawah, buanglah huruf-huruf berikut:

frqum

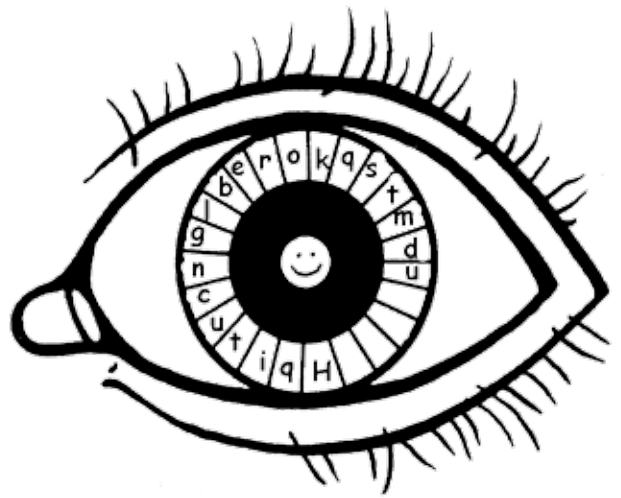
Nah sekarang mulai dengan huruf Besar dan searah jarum jam. Tulislah huruf-huruf yang masih tersisa pada titik-titik di bawah ini untuk mencari pesan tersembunyi.



Pada gambar mata di bawah, buanglah huruf-huruf berikut:

qclosd

Nah sekarang mulai dengan huruf Besar dan searah jarum jam. Tulislah huruf-huruf yang masih tersisa pada titik-titik di bawah ini untuk mencari pesan tersembunyi.



Warnai gambar. Isilah titik-titik dengan mengikuti petunjuk dari gambar.



Kita bisa menggerutu karena semak bunga mawar _____
Atau bersukacita karena semak berduri mempunyai _____.

Hastakarya

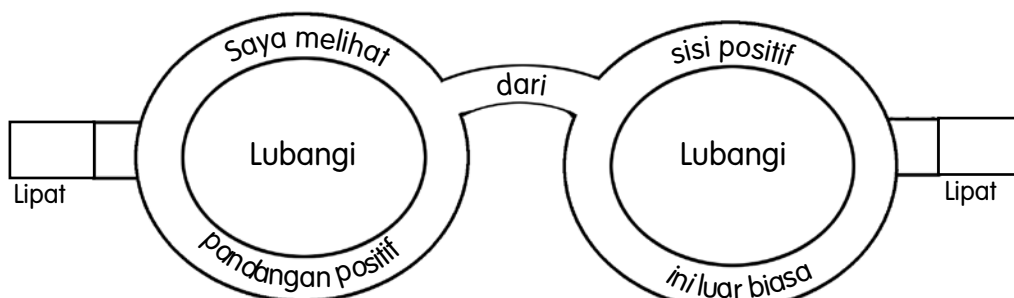
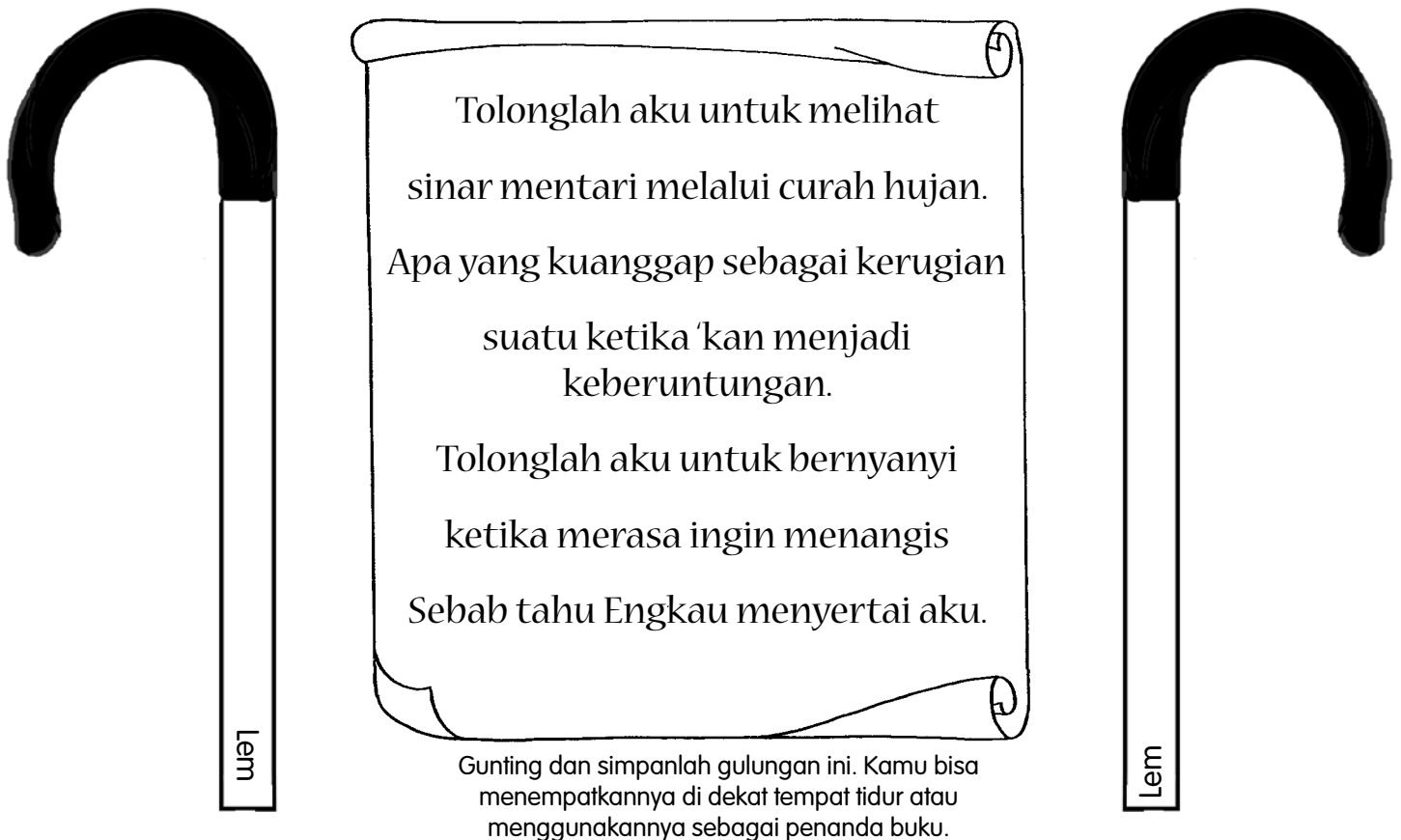
Kacamata Pandangan Positif

Caranya:

- Warnailah "Kaca mata Pandangan Positif." Gunakan kreatifitas dan warna-warni! Kamu bisa memakai krayon atau spidol, cat warna atau warna gemerlap.
- Tempatkan kaca matamu pada selembar kertas karton.
- Optional: Lapsi kaca matamu dengan plastik yang berperekat sebagai perlindungan ekstra.
- Guntinglah kacamatamu dan rekatkan gagangnyanya.
- Apabila kamu merasa sedang melihat hal-hal dari sisi yang negatif, kenakanlah "Kacamata Pandangan Positif" milikmu!

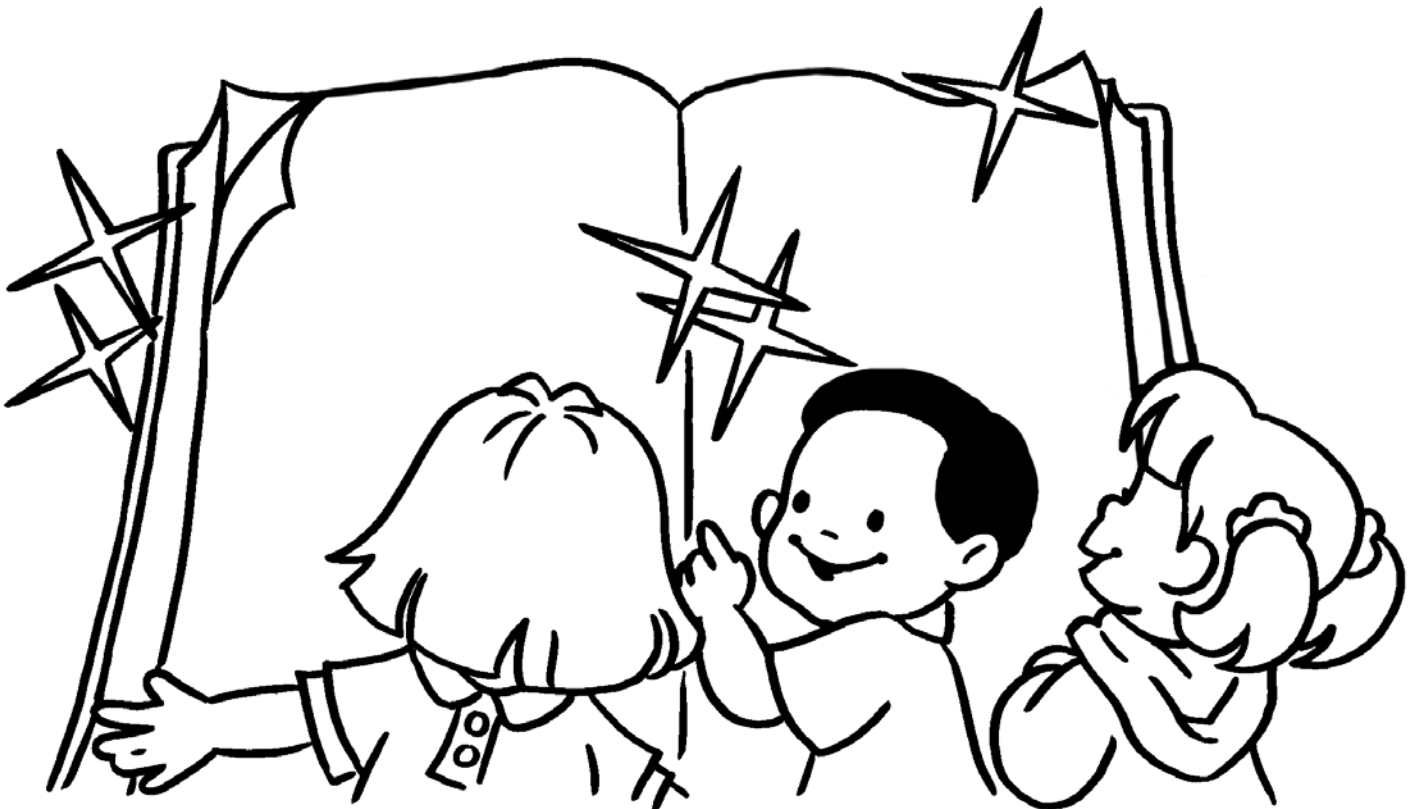
Yang diperlukan:

Karton
Pensil berwarna
atau krayon,
spidol
cat air atau gemerlap
gunting
lem



Moral

Orang yang bersikap positif lebih menikmati kesenangan daripada orang yang bersikap negatif. Contohnya, jika kita menggerutu karena hujan, kita tidak punya peluang untuk menikmatinya. Ada banyak kesenangan yang bisa kita lakukan sewaktu hujan, dan kita perlu hujan sama seperti kita perlu sinar matahari, sebab hujan membantu pepohonan untuk bertumbuh dan mencuci segala sesuatu. Mari mencoba permainan gembira. Rubahlah pikiran buruk atau negatif menjadi pikiran yang menggembirakan, menyenangkan dan buktikanlah bagaimana kita akan merasa lebih baik. Berpikir tentang sesuatu menyenangkan membuat kita tersenyum dan membantu hari kita menjadi jauh lebih baik dan lebih menyenangkan. Jadi mari bersikap positif!



PROGRAM

LANGKAH

TUMBUH
KEMBANG

Serial Pembentukan Karakter

Membantu anak-anak membentuk karakter dan nilai-nilai yang baik melalui 20 pelajaran Pembentukan Karakter yang terdapat dalam program ini.

Serial Pembentukan Karakter **LANGKAH** adalah program pembelajaran keterampilan sehari-hari yang dimaksudkan untuk dipergunakan di rumah, sebagai kegiatan ekstra kurikuler atau di sekolah, oleh orang tua, konselor, pengurus dan guru. Setiap buku dalam serial ini menempatkan fokus pada pengembangan kecakapan dalam diri individu atau antara individu, nilai-nilai sosial atau karakter yang diperlukan untuk merasa percaya diri secara positif dan untuk menjalankan hidup dengan gembira dan memuaskan dalam suasana damai dan serasi dengan satu sama lain.



 **aurora**
www.auroraproduction.com