

## POSITIF NEGATIF

Ada dua orang sakit di Rumah Sakit menempati satu kamar, A dan B. A tidur dekat jendela, setiap hari A bercerita tentang indahnya langit biru, pohon-pohon berdaun hijau, danau yang berair tenang, anak-anak kecil riang bermain, serta hal-hal yang indah lainnya. B tidur dekat pintu. Setiap hari kerjanya marah-marah: menyesali sakitnya, mengkritik perawat, termasuk menyalahkan rumah sakit yang menempatkan dia di sisi pintu sehingga tidak bisa melihat yang indah-indah seperti A.

A lebih cepat sembuh dari B. Usai A keluar dari kamar, B cepat-cepat minta dipindahkan ke bekas tempat tidur A. Kemudian B marah besar ke A karena ternyata apa yang dikatakan A tidak benar, yang dia lihat hanya tembok putih. Ketika A datang menjenguk B dia diprotes keras, bahkan disebut oleh B sebagai pembohong. Maka A menjelaskan ke B bahwa dia tidak berniat berbohong, yang dilakukannya adalah mencoba berpikir positif saat sakit.

Kisah A dan B hanyalah sebuah cerita ilustrasi. Tetapi dalam kehidupan nyata banyak sekali terjadi. Keadaan yang dihadapinya sama, tetapi menyikapinya berbeda. Ada yang berpikir positif, dan ada yang berpikir negatif. Ilustrasi lain yang sering kali dipergunakan adalah gelas yang berisi air setengah. Ada yang mengatakan sebagai setengah penuh, ada yang mengatakan sebagai setengah kosong. Konsekuensi dari bagaimana mensikapi situasi akan terkait dengan hasil yang diraih.

Dalam kegiatan bisnis misalnya terjadi kondisi perekonomian yang kurang bergairah. Sebagian orang berkeluh kesah mengutuk keadaan dan mencari orang-orang untuk dipersalahkan. Sebagian lagi menerima itu sebagai kenyataan dan berusaha mencari terobosan-terobosan baru atau mencipta inovasi-inovasi. Seperti yang kita sama-sama tahu keadaan yang dihadapi boleh sama tetapi ada yang mengalami kesulitan dan ada yang bukan hanya bisa bertahan bahkan berkembang.

Berpikir positif akan membuat seseorang melihat kesempatan-kesempatan, berpikir negatif akan membuat seseorang melihat masalah-masalah. Tetapi meskipun orang tahu bahwa demikian adanya dalam prakteknya tidak serta merta berjalan begitu. Ada yang disebut dengan “knowing-doing gap”, seseorang tahu apa yang seharusnya dilakukan tetapi sadar atau tidak sadar dia tidak melakukan dengan ataupun tidak dengan alasan yang jelas.

Pada saat seseorang membaca tulisan ini bisa jadi fenomena yang sama terjadi, misalnya: “Gini aja gue udah tahu!”, “Cerita lama...”, “Ini kan cuma teori”, atau komentar-komentar negatif yang sejenis yang muncul karena dasar pemikirannya negatif. Akan menjadi berbeda bila responnya adalah, misalnya: “Aku sudah tahu lama, rasanya aku harus mencoba sekarang”, “Semestinya aku sudah melakukannya, tetapi tidak terlalu terlambat untuk melakukannya sekarang”, dan sejenisnya.

Orang bijak berkata “We are what we think”, kita adalah yang kita pikirkan. Orang bijak juga berkata “We are what we do”, kita adalah apa yang kita kerjakan. Jika pada saat seperti sekarang seseorang menghadapi masalah atau tantangan maka yang pertama kali dilakukannya adalah memilih untuk berpikir positif dan berbuat positif. Dengan demikian seseorang tersebut akan melihat banyak kesempatan-kesempatan yang akan mengantarkannya menuju kesuksesan.

Handoko Wignjowargo  
Consultant-Coach-Communicator on People and Business Development  
Managing Partner MAESTRO Consulting-Coaching-Communicating  
Properti & Bank, April 2017