

Cara meningkatkan kembali motivasi diri

BICARA KAMPUS

Oleh ZAITON MOHAMAD
zaiton mohamad@yahoo.com

UB 24/4/2013 84
SETIAP insan di muka bumi ini sering kali terjadi perkara-perkara yang tidak diingini berlaku ke atas diri. Namun sebagai seorang makhluk Allah seharusnya akur dengan sebarang kejadian yang menimpa diri. Seharusnya kena redha dan pasrah namun sedaya upaya mencari kekuatan untuk bangkit semula. Kekuatan untuk bangkit semula itulah yang diberikan sebagai motivasi dari dalam diri oleh Allah di atas ujian yang diberinya.

Ini disebabkan semua kejadian manusia adalah sama yang cuma

membezakan hanyalah ilmu dan cara membawa amalan terhadap ilmunya sendiri. Ilmu yang dipelajari juga tidak akan berguna sekiranya tidak beramal dengan sebaik-baiknya. Sebagai contohnya dari kecil anda telah diberikan didikan agama dengan sempurna, malah dihantar lagi ke sekolah agama untuk mendalami ilmu sedalam-dalamnya. Namun apabila tamat persekolahan ilmu tersebut tidak diamalkan dengan sebaik mungkin malah solat yang menjadi nadi kepada amal ibadat juga tidak dilaksanakan apatah lagi dengan aurat yang wajib dijaga. Begitu lah lumrah manusia yang senantiasa lupa kepada asal usulnya dan janji-janjinya dengan Allah. Namun dengan adanya ujian-ujian yang

menimpa diri, maka sebenarnya itulah peringatan Nya untuk kembali mengingati Pencipta.

Justeru kadang-kala sebagai insan biasa kita mudah lentur kepada hasutan syaitan terutamanya dalam bentuk manusia yang separas rupanya menjadi igauan ramai. Namun apabila diredakan tidak ada yang boleh dijadikan pegangan dalam hidup kecuali dengan sentiasa kembali kepada ajaran Agama.

Setiap insan yang diciptakan sebenarnya mempunyai motivasi dalaman untuk bangkit semula sekiranya memahami konsep manusia itu sendiri. Dalam perkara yang paling mudah ialah mendapatkan ilmu pengetahuan motivasi melalui pembacaan samada melalui buku, jurnal,

majalah mahupun artikel-artikel yang banyak dipaparkan dilaman-laman blog. Malah mungkin sesekali menyertai aktiviti yang menyeronokkan dalam majlis ilmu.

Kadang kala sebagai seorang insan biasa yang terlalu sibuk dengan urusan dunia sehinggakan tidak mempunyai masa untuk merehatkan diri dan mental. Urusan tersebut menyebabkan banyak tenaga digunakan sehinggakan kadangkala melemaskan diri sendiri dan penat. Ada juga yang merasakan kesibukan dalam tugas itu sebagai satu nikmat dan peluang untuk mendampingi golongan-golongan yang berpengaruh terutamanya di dalam sesebuah organisasi.

Namun yang menjadi

persoalannya adakah kaedah tersebut sesuai dengan peradaban akhlak yang telah ditetapkan di dalam ajaran agama. Orang yang meninggalkan peradaban akan mudah leka dengan keseronokan yang bersifat sementara dan sentiasa layu ditelan usia. Malah mungkin juga menjadi mangsa kepada fesyen semasa dalam menarik perhatian sesama manusia.

Sesungguhnya Rahmat dan Kasih Sayang Allah terlalu luas untuk kita semua dan tiada tolok bandingannya. Cara kita bersyukur dan menghargai akan segala Rahmat dan Nikmat Allah s.w.t adalah dengan mencari keredhaannya, melaksanakan apa yang disuruh dan tinggalkan apa yang dilarang

dengan menjadikan Al Quran dan Hadis sebagai panduan hidup. Perhatikan setiap amal perbuatan dan tindakan dalam kehidupan seharian. Walau sesibuk mana sekalipun carilah tempat untuk menenangkan diri dan bermuhasabah seperti mencari tenaga baru untuk kembali kepada ketenangan yang abadi demi menemui Allah SWT. Hidup tanpa hidayah Illahi ibarat manusia zaman batu yang tidak mempunyai ketamadun dalam dunia. Hidup bukan sekadar hidup namun hiduplah dengan penuh erti dalam meninggalkan legasi yang boleh dibanggakan oleh generasi yang akan datang mengikut peradaban Islam yang sebenar.

* Penulis adalah Pegawai Psikologi HEP UMS