

HIDUP: Perjalanan

*Tidak ada yang memberitahumu bahwa ini akan terasa seperti ini.
Tapi di sini — kita akan membicarakannya dengan jujur.*

TIMILEHIN IDOWU

Mentor Pemuda • Pendeta • Penulis Transformasional
Flourish Playhouse • Lagos, Nigeria • Edisi Pertama, 2026

JUGA OLEH TIMILEHIN IDOWU

Seri Menjadi Hebat:

Buku 1 — Aku Harus Bersinar

Identitas • Karakter • Tujuan • Proses

Buku 2 — Aku Adalah Juaranya

Disiplin • Keahlian • Konsistensi • Ketahanan

Buku 3 — Aku Akan Kaya dan Terkenal

Kekayaan • Pengaruh • Wirausaha • Warisan

Buku 4 — Jangan Lewatkan Ini

Karakter • Generasi • Mentoring • Warisan

© 2026 Timilehin Idowu. Hak cipta dilindungi.

Flourish Playhouse • Lagos, Nigeria • Edisi Pertama, 2026

Diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia dengan bantuan Claude AI (Anthropic).

WhatsApp: +234 703 055 5256 | timijos@yahoo.com | medewheidowu@gmail.com

DIDEDIKASIKAN UNTUK

Untuk Kembar Tiga A Aduwo, Kembar Tiga B Aduwo, dan Kembar Tiga C Aduwo

*Kalian datang ke dunia ini bersama — tiga nyala yang dinyalakan sekaligus —
dan pergi dengan lembut, satu per satu,
seolah masing-masing memerlukan waktunya sendiri.*

*Selama delapan hingga sembilan hari, kalian menganugerahi kami dengan kehadiran kalian.
Kalian mengisi rumah dengan keajaiban, hati seorang ayah dengan kebanggaan,
dan sebuah komunitas dengan perayaan.*

*Kalian dicintai sebelum tiba,
dan akan dicintai selamanya.*

*Kepada ibu mereka — yang tubuhnya menjadi rumah suci bagi tiga jiwa,
yang kekuatannya membawa mereka ke dunia, dan yang cintanya menopang mereka
di setiap momen kehadiran mereka di sini — engkau adalah, dan akan selalu menjadi,
detak jantung pertama, kehangatan pertama, rumah pertama mereka.
Mereka tidak akan pernah datang, jika bukan karena dirimu.*

*Kepada Bapak dan Ibu Oluwaseun Aduwo — yang telah berlari di setiap jalur,
mencari setiap sumber daya, dan tidak meninggalkan apa pun tanpa dilakukan —
persembahan ini adalah kesaksian atas keberanian dan anugerah kalian.*

Di kedalaman duka, kalian menemukan kata-kata yang menopang kami semua.

“Tuhanku telah memberi dan mengambil, dan itu tidak apa-apa.”

*Bukan panjang sebuah kehidupan yang mengukur nilainya,
tetapi cinta yang diilhaminya. Kalian mengilhami banyak hal.*

*Tidurlah dengan tenang, buah hati kecil.
Kalian selamanya ada di hati kami.*

*Untuk istriku Oluwakemi — kamu telah menyaksikan perjalananku secara nyata,
dengan segala tikungannya, rekalibrasinya, dan terobosannya.
Kamu tidak pernah sekalipun membuatku merasa perjalanan ini terlalu panjang.
Itu adalah hadiah yang tidak bisa kubayar, hanya bisa kuhormati.*

*Untuk Mojolaoluwa, Olaoluwatitomi dan Oluwafoyinsolami —
buku ini ditulis agar ketika kalian tiba di persimpangan yang aku hadapi,
kalian sudah memiliki peta.*

SEBELUM KAMU MULAI: SEBUAH KATA DAN SEBUAH JANJI

"Aku tidak akan melewatkan kebenaran-kebenaran sulit dalam buku ini. Aku tidak akan melewatkan orang yang telah aku jadikan — perlahan, tanpa disadari. Aku akan membaca. Aku akan duduk dengan apa yang membuatku tidak nyaman. Dan aku akan jujur tentang apa yang perlu berubah."

Namamu: _____

Tanggal hari ini: _____

Baik. Sekarang kita bisa mulai.

KATA PENGANTAR: MENGAPA AKU MENULIS BUKU INI

<i>Karena aku berharap bisa membacanya di usia dua puluh</i>

Izinkan aku jujur denganmu sebelum segalanya. Aku tidak menulis buku ini karena aku memahami kehidupan lebih awal. Aku menulisnya karena aku memahaminya terlambat — di usia empat puluhan — dan aku tidak bisa berhenti berpikir betapa berbedanya keadaan jika seseorang telah mendudukkanku dan memberitahuku apa yang akan aku katakan padamu sekarang.

Aku menemukan diriku — benar-benar menemukan, dengan cara yang mengubah segalanya — pada 9 Juni 2023. Aku berdiri di atas panggung yang sama tempat aku menjadi murid antara Oktober 1992 dan Juni 1998. Itu dua puluh lima tahun, teman-teman. Dua puluh lima tahun antara tempat pertanyaan-pertanyaan ditanam dan momen ketika jawaban-jawaban akhirnya datang.

Aku tidak memberitahumu ini agar kamu merasa kasihan padaku. Aku memberitahumu ini agar kamu tidak mengulanginya.

Inilah yang tidak ada yang memberitahumu ketika kamu masih muda: dunia telah dirancang dengan sangat hati-hati untuk mencegahmu menemukan siapa dirimu sebenarnya. Ini bukan sistem-sistem jahat — hanya sistem sekolah, sistem kerja, sistem sosial, sistem keluarga — yang dibangun untuk menghasilkan orang-orang yang berguna, dapat diprediksi, dan dapat dikelola. Dan dalam menghasilkan orang-orang seperti itu, mereka secara tidak sengaja menghasilkan orang-orang yang tidak terpenuhi.

Kamu dilahirkan ke dalam satu dunia — dunia yang sudah dibangun orang lain. Dan di suatu tempat di dalam dunia itu ada dunia lain — duniamu — yang ditempatkan di dalam dirimu sebelum kamu memiliki suara atas hal itu. Kebanyakan orang menghabiskan seluruh hidup mereka di dunia pertama dan tidak pernah menemukan yang kedua. Buku ini adalah peta menuju yang kedua.

Aku menulisnya untuk remaja di Lagos yang brilian tetapi tidak cocok dengan cetakan-cetakan yang disetujui. Untuk orang berusia empat puluhan di London yang telah mencapai semua yang seharusnya dicapai dan masih merasa kosong pada malam Minggu. Untuk wanita muda di Nairobi yang diberitahu, diam-diam dan terus-menerus, bahwa impiannya terlalu besar. Untuk pria di Mumbai yang tidak pernah mendapatkan bahasa untuk apa yang dia rasakan. Buku ini milik mereka semua. Dan juga milikmu.

<i>— Timilehin Idowu</i>

PENGANTAR

<i>Kisah Beberapa Kehidupan — dan Benang yang Menghubungkan Semuanya</i>

Kenali Dare. Delapan belas tahun. Terbaik di kelasnya. Nilainya membuat ibunya menangis dengan air mata bahagia. Dia disuruh belajar Kedokteran karena brilian + mobil dokter = persamaan yang disetujui. Dia bersemangat memperbaiki hal-hal, merancang solusi, mengubah masalah menjadi struktur. Tapi tidak ada yang memiliki peta untuk itu, jadi Kedokteranlah. Sepuluh tahun dari sekarang, Dare akan menjadi dokter. Dia juga akan diam-diam, tanpa penjelasan, tidak bahagia.

Kenali Amina. Tiga puluh empat tahun. Meninggalkan Nigeria di usia dua puluh tiga mencari peluang yang lebih baik dan menemukannya — gaji, apartemen, profil LinkedIn yang terhormat. Setiap malam Minggu, ada rasa berat yang disebutnya 'hanya stres'. Itu bukan stres. Itu adalah jarak antara kehidupan yang dia jalani dan kehidupan yang seharusnya menjadi miliknya.

<i>Dunia penuh dengan orang-orang sukses yang diam-diam tersesat. Buku ini untuk mereka. Dan untuk orang-orang yang masih bisa mengoreksi arah sebelum sampai di sana.</i>

Kamu dilahirkan dengan kehidupan yang seharusnya dijalani dengan cara yang sangat spesifik. Kebanyakan sistem

dunia — sistem yang baik, yang bermaksud baik — tidak dirancang untuk membantumu menemukan jalan itu. Jadi kamu harus menemukannya sendiri. Dan semakin cepat kamu mulai mencari, semakin baik.

Bab-bab berikut akan membantumu mencari. Bukan dengan slogan motivasi yang samar. Tapi dengan panduan yang jujur, praktis, kadang tidak nyaman tentang apa sebenarnya kehidupan itu, bagaimana melindunginya, bagaimana menemukan tujuanmu di dalamnya, dan bagaimana membangun sesuatu yang layak diwariskan. Perjalanan dimulai sekarang. Jangan biarkan dua puluh lima tahun lagi terbuang.

BAGIAN SATU

Hadiah yang Tidak Pernah Benar-Benar Dibuka

*<i>Kehidupan, Identitas, dan Satu-satunya Hal yang Tidak
Bisa Diberikan Dunia Kepadamu</i>*

BAB 1

Kehidupan Itu Sendiri

<i>Hal Paling Jelas yang Tidak Pernah Dijelaskan dengan Benar Kepadamu</i>

Mari mulai dengan hal yang paling mendasar. Bukan tujuan. Bukan sukses. Bukan kerja keras. Bukan rencana lima tahunmu. Kehidupan. Apa sebenarnya itu?

Aku tahu apa yang kamu pikirkan. 'Orang ini menulis satu bab penuh tentang apa itu kehidupan. Bukankah kita sudah membahas itu di sekolah dasar?' Bersabarlah denganku. Karena hal terpenting yang kamu miliki juga adalah hal yang paling sedikit kamu pikirkan dengan hati-hati. Dan kesenjangan itu — antara kepemilikan dan pemahaman — adalah tempat sebagian besar masalah orang dimulai.

■ BICARA JUJUR

Setiap definisi sukses yang pernah diberikan kepadamu — lebih banyak uang, nilai lebih baik, rumah lebih besar, centang lebih biru — mengasumsikan bahwa kamu sudah memiliki kehidupan. Tidak ada yang memberitahumu apa yang harus dilakukan dengan kehidupan itu sendiri.

Inilah hal paling sederhana dan terpenting yang aku temukan benar:

<i>Kehidupan adalah hadiah paling berharga yang harus dijaga — paling berharga di

dalam tubuh.</i>

Kehidupan bukanlah salah satu asetmu. Kehidupan adalah asetnya. Fondasi di bawah setiap hal lain.

Setiap pemerintah, di setiap negara, mencantumkan perlindungan kehidupan sebagai tugas utama mereka. Yang berarti — jika pemerintah memahami bahwa kehidupan itu utama — mengapa begitu banyak individu memperlakukan kehidupan mereka sendiri sebagai sekunder? Jawabannya, menurutku, adalah bahwa kita begitu sibuk menjalani hidup sehingga kita lupa memikirkan kehidupan. Buku ini adalah undangan untuk berhenti. Berpikir. Lalu hidup dengan lebih sengaja.

Refleksi

→ *Kapan terakhir kali kamu memperlakukan kehidupanmu sebagai hal terpenting yang kamu miliki — bukan secara simbolis, tapi secara praktis, dalam keputusan-keputusanmu?*

→ *Apa yang kamu korbankan kesehatan, kedamaian, atau dunia batinmu untuk mendapatkannya? Apakah itu sepadan?*

→ *Jika kehidupanmu berakhir besok, apa yang akan tersisa belum selesai? Dari hal-hal itu, mana yang benar-benar penting?*

<i>Aku tidak akan menganggap hadiah kehidupan sebagai hal yang biasa. Aku akan memperlakukannya sebagai aset utama yang memang demikian.</i>

BAB 2

Sang Pemberi dan Tujuan

<i>Mengapa Pertanyaan Terpenting Bukan 'Apa yang Aku Ingin?' — Tapi 'Mengapa Ini Diberikan Kepadaku?'</i>

Bayangkan skenario ini. Pukul 23.00 malam. Kamu ada di kamarmu. Ponselmu bergetar. Kamu mengecek saldo — dan satu juta dolar Amerika baru saja disetorkan. Tidak ada nama. Tidak ada pesan. Hanya: satu juta dolar. Milikmu. Terkonfirmasi. Apa yang kamu lakukan? Aku akan memberitahumu apa yang tidak kamu lakukan. Kamu tidak langsung mulai membelanjakan. Yang benar-benar kamu lakukan adalah mengajukan pertanyaan paling mendesak yang tersedia:

Siapa yang mengirim ini? Dan mengapa?

Kamu ingin tahu sumbernya karena sumber memberitahumu tujuan. Dan tujuan memberitahumu apa yang harus dilakukan dengan hadiah itu. Sekarang. Kehidupanmu adalah setoran itu. Kecuali jumlahnya jauh lebih besar. Dan sebagian besar dari kita menghabiskan tanpa pernah benar-benar bertanya siapa yang mengirimnya dan mengapa.

■ LINTAS TRADISI

Dalam Kekristenan, Roh Kudus digambarkan sebagai 'Tuhan dan Pemberi Kehidupan'. Dalam Islam, kehidupan (ruh) dihembuskan oleh perintah langsung Allah. Dalam pemikiran sekuler, kehidupan adalah kejadian paling tidak mungkin dan karenanya paling berharga di alam semesta yang luas. Tradisi-tradisi berbeda dalam perinciannya. Mereka setuju dalam hal ini: kamu tidak memberikan kehidupan kepada dirimu sendiri. Dan itu mengubah segalanya tentang cara menjalaninya.

Ketika kamu tidak dapat mengidentifikasi pengirimnya, kamu mempelajari hadiah itu sendiri. Kehidupanmu bekerja dengan cara yang sama. Hal-hal yang tidak kamu pilih tentang dirimu — temperamen yang kamu lahirkan dengannya, bakat yang datang secara alami kepadamu, hal-hal yang membuatmu hidup bahkan ketika tidak ada yang melihat — itu adalah sidik jari tujuan.

Dua Dunia — dan Dunia yang Kamu Lahir Untuknya

<i>Ketika kamu tidak dapat menemukan Pemberinya, pelajari hadiahnya. Desainnya akan mengungkapkan Desainernya.</i>

Kamu hidup di dua dunia secara bersamaan. Pertama adalah dunia yang terorganisir — dibangun oleh sistem, institusi, dan rencana orang lain. Kedua adalah duniamu — yang ditempatkan di dalam dirimu sebelum ada sistem yang menjangkaumu.

Kebanyakan orang yang sangat sukses dalam sejarah meninggalkan dunia pertama di suatu titik untuk hidup di dunia kedua. Bukan karena yang pertama salah, tapi karena yang kedua memanggil

terlalu keras untuk diabaikan. Tragedinya adalah orang-orang yang mendengar panggilan itu dan tidak pernah menjawabnya.

Refleksi

- *Jika kehidupanmu adalah hadiah anonim, petunjuk apa yang tertanam di dalamnya tentang tujuannya?*
- *Apa yang kamu lakukan yang tidak terasa seperti pekerjaan? Masalah apa yang membuatmu ingin segera memecahkannya?*
- *Di dunia mana kamu saat ini hidup? Apa yang diperlukan untuk menemukan keseimbangannya?*

<i>Aku tidak hanya akan menjalani hidupku. Aku akan memahami mengapa aku memilikinya.</i>

BAB 3

Duka yang Tidak Pernah Dinamai

<i>Apa yang Harus Dilakukan dengan Kehidupan yang Telah Kamu Jalani</i>

Ini adalah bab yang dilewatkan oleh sebagian besar buku tentang kehidupan. Karena lebih mudah membicarakan masa depan daripada duduk dengan masa lalu. Tapi aku ingin menamai sesuatu — dengan hati-hati, karena itu layak mendapat perhatian — yang telah aku lihat pada hampir setiap orang yang pernah duduk di hadapanku dalam sesi konseling:

Sebagian besar orang dewasa membawa duka diam-diam atas kehidupan yang tidak mereka jalani.

Bukan duka yang datang dari pemakaman atau tragedi. Jenis yang lebih halus. Duka atas jalan yang tidak diambil. Panggilan yang dikesampingkan. Versi dirimu yang kamu setuju untuk tinggalkan diam-diam demi sesuatu yang lebih aman. Duka ini tidak selalu memiliki nama. Orang-orang menyebutnya kegelisahan, krisis paruh baya, atau 'hanya lelah'. Itu bukan ketidakbersyukuran. Itu adalah cara jiwa untuk bersikeras bahwa sesuatu yang penting hilang.

■ CATATAN PASTORAL

Duka bukan hanya untuk apa yang hilang. Itu juga untuk apa yang tidak pernah ditemukan. Kedua jenis itu nyata. Keduanya perlu diakui sebelum dapat dilepaskan. Pelepasan bukanlah melupakan. Itu adalah integrasi.

Kata Khusus untuk Para Wanita

Banyak wanita telah membawa karunia mereka dalam bayangan kebutuhan orang lain. Untuk setiap wanita yang membaca buku ini: karuniamu tidak lebih kecil hanya karena dibawa dengan diam. Tidak terlambat, terlepas dari apa yang dikatakan kalender. Izin yang kamu tunggu tidak akan datang dari luar. Itu selalu ada di dalam dirimu.

Kata Khusus untuk Para Pria

Pria membawa duka mereka secara berbeda. Sering kali dalam keheningan. Sering kali sendirian. Hal paling berani yang banyak pria bisa lakukan sekarang adalah mengatakan kebenaran tentang bagaimana keadaan mereka.

Refleksi

→ *Apa versi kehidupanmu yang telah kamu diam-diam ratapi — jalan yang tidak diambil, karunia yang dikesampingkan?*

→ *Di mana ada kemarahan atau kesedihan yang tidak dapat dijelaskan dalam hidupmu sekarang? Sudahkah kamu melacak sumbernya?*

→ Apa artinya mengambil pena lagi dan terus menulis — dimulai dari tepat di mana kamu berada?

<i>Aku memberi masa lalu nama yang tepat dan musimnya yang tepat — kemudian aku memilih untuk terus melanjutkan.</i>

BAGIAN DUA

Petunjuk yang Kamu Lahir Dengannya

*<i>Tujuan, Identitas, dan Teka-teki yang Tidak Bisa
Dipecahkan Orang Lain Untukmu</i>*

BAB 4

Hal-hal yang Tidak Kamu Pilih

<i>Dan Mengapa Itu adalah Petunjuk Terkuatmu</i>

Ada sesuatu yang mungkin terdengar aneh, tapi tetaplah bersamaku. Sebagian besar hal yang kita obsesikan dalam kehidupan — pekerjaan kita, penghasilan kita, lingkaran sosial kita, status kita — adalah hal-hal yang kita pilih. Tapi beberapa hal terpenting dalam hidupmu tidak kamu pilih. Nol kontribusi. Tidak ada konsultasi. Tidak ada proses persetujuan.

Nol kontribusi. Tidak ada konsultasi. Tidak ada proses persetujuan.

Dan hal-hal yang tidak dipilih itulah petunjuk terbesarmu.

■ WAWASAN KUNCI

Dunia memberimu pilihan untuk mendapatkan yang terbaik dari dirinya sendiri. Identitasmu tinggal di tempat-tempat di mana kamu tidak punya pilihan — karena itulah hal-hal yang diputuskan sebelum dunia terlibat.

<i>Waktu terbaik untuk menemukan dirimu adalah ketika kamu masih berada di lingkungan yang bukan pilihanmu — orang tuamu, saudara-saudaramu, kapan dan di mana kamu lahir, dan keadaan kelahiranmu. Jika kamu melewatkan momen itu, seperti kebanyakan dari kita, itu menjadi sedikit lebih menantang tapi tetap mendesak.</i>

Lingkungan yang paling ingin kamu tinggalkan mengandung informasi paling kaya tentang siapa dirimu dan untuk apa kamu dibuat. Jangan menyia-nyiakannya.

1. Awal Hidupmu

Kehidupan tidak dimulai saat lahir. Di situlah ia menjadi terlihat oleh dunia. Tapi kehidupan — pembentukan seseorang, pembangunan arsitektur emosional mereka — dimulai sejak pembuahan.

Aku ingin mengatakan sesuatu di sini yang aku percaya dengan sepenuh hati dan yang semakin dikonfirmasi oleh sains: setiap pengalaman wanita hamil — setiap momen penolakan, setiap pelukan dukungan, setiap kata yang diucapkan dalam kasih atau kemarahan — sedang ditransfer, secara real-time, kepada anak atau anak-anak di rahimnya. Lingkungan sang ibu tidak hanya mengelilingi bayi. Itu membentuk bayi.

■ APA YANG DIKONFIRMASI SAINS

Bidang epigenetik telah menetapkan apa yang selalu diketahui roh: keadaan emosi seorang ibu selama kehamilan secara langsung mempengaruhi perkembangan neurologis dan fisiologis anaknya. Hormon stres ibu, termasuk kortisol, melewati plasenta dan mencapai otak yang sedang berkembang. Penelitian dari Harvard, Oxford, dan NIH mendokumentasikan bahwa paparan prenatal terhadap tekanan ibu dikaitkan dengan peningkatan kecemasan, regulasi emosi yang berubah, dan perkembangan kognitif yang dimodifikasi pada anak. Sebaliknya, kegembiraan, kedamaian, dan kasih ibu juga ikut ditransfer. Rahim bukanlah ruang tunggu yang netral. Itu adalah ruang kelas pertama.

Ini berarti sesuatu yang luar biasa: ketika seorang ibu ditolak selama kehamilan, anak sedang belajar tentang penolakan sebelum bisa berbicara. Ketika seorang ibu didukung, anak menyerap bagaimana rasanya keamanan.

Dan inilah dimensi teologis yang aku pegang berdampingan dengan dimensi ilmiah: ketika pengalaman negatif itu terjadi — ketika kehamilan tidak diinginkan, ketika ibu ditolak, ketika keadaannya mustahil — aku percaya bahwa anak di dalam rahim tidak hanya menyerap masalah. Mereka sedang disiapkan, pada tingkat seluler, untuk menjadi solusi spesifik yang pengalaman itu butuhkan. Ini adalah bahasa desain, bukan viktimisasi.

Kisah Musa — Bukti Awal

Sebelum para ilmuwan memiliki instrumen untuk mengukurnya, Allah telah menulisnya dalam kisah kelahiran paling dramatis dalam sejarah manusia. Musa lahir dari kehamilan paling berbahaya yang bisa dibayangkan. Firaun telah mengeluarkan dekrit: setiap bayi laki-laki Ibrani harus dilemparkan ke Sungai Nil. Ibunya Yokhebed tidak tahu bahwa dia mengandung pembebas suatu bangsa. Dia hanya tahu bahwa dia mengandung seorang anak laki-laki di negara yang menginginkan kematian anaknya.

Bayangkan apa yang dia bawa dalam tubuhnya selama kehamilan itu. Ketakutan. Ketakutan yang nyata, sehari-hari, di tingkat kelangsungan hidup. Hormon stres seorang ibu yang tidak bisa mengetahui hasilnya akan mengalir melalui aliran darah yang sama yang sedang membangun otak putranya.

<i>Karena iman, orang tua Musa menyembunyikannya selama tiga bulan sesudah ia lahir, sebab mereka melihat, bahwa anak itu elok rupanya dan mereka tidak takut akan perintah raja.</i>

— Ibrani 11:23

Seorang anak yang luar biasa. Ada keberanian dalam bayi itu yang dikaitkan Ibrani dengan iman — tapi ada juga, menurutku, jejak seorang ibu yang menolak menerima vonis kekaisaran atas anaknya bahkan saat mengandungnya. Keberanian Yokhebed selama kehamilan bukan hanya persiapan spiritual untuk Musa. Itu adalah pembentukan neurologis.

■ PRINSIPNYA

Apa yang dialami wanita hamil, dia transfer. Apa yang dia atasi, dia ajarkan. Apa yang dia tanggung dengan iman, dia setorkan. Bayi di rahim bukan hanya penerima keadaan ibunya. Mereka adalah pewaris respons ibunya terhadap keadaan itu.

Helen Paul — Bukti dari Sebuah Kehidupan

Izinkan aku menceritakan tentang Dr. Helen Paul. Kamu mungkin mengenalnya sebagai Tatafo — komedian, penyanyi, aktris, wanita dengan suara kanak-kanak dan tawa yang memenuhi setiap ruangan yang dia masuki. Kamu mungkin mengenalnya sebagai komedian stand-up Nigeria pertama yang meraih gelar doktor dalam Seni Teater dari Universitas Lagos.

Yang lebih sedikit orang tahu adalah dari mana dia berasal. Helen Paul lahir dari perkosaan. Dia dibesarkan oleh neneknya karena ibunya, korban kejahatan kekerasan, tidak dapat membesarkannya.

Dia dibesarkan di lingkungan di mana keluarga besar memastikan dia tahu persis apa yang mereka pikirkan tentangnya. Bibi-bibinya, ketika memberi uang untuk makan kepada neneknya, berkata secara eksplisit: 'Jangan gunakan uang ini untuk merawat anak haram.' Dia mendengar kata itu begitu konsisten sehingga hampir menjadi namanya.

Itu tidak menjadi namanya. Itu menjadi bahan bakarnya. Neneknya — wanita luar biasa itu — menolak label tersebut. Ketika para bibi pergi, dia berpaling kepada Helen muda dan berkata: 'Kamu sudah mendengar apa yang mereka katakan. Begitulah dunia ini. Orang-orang yang seharusnya menjadi keluargamu telah memberitahumu siapa dirimu. Jika mau, tumbuh dan lupakan dirimu sendiri. Tapi jika kamu tidak berhasil, tidak ada yang akan merayakanmu.'

Helen Paul tidak hanya bertahan dari asal-usulnya. Dia mempersenjatainya. Wanita yang disebut haram menjadi suara kegembiraan paling dicintai di negaranya. Gadis yang bibi-bibinya ingin membuatnya tak terlihat menjadi profesor di Amerika Serikat dan doktor Seni Teater di Nigeria.

Ketika dia mendedikasikan gelar doktornya kepada ibunya — wanita yang selamat dari pemerkosaan, yang memberinya kehidupan meski segalanya — dunia akhirnya memahami apa yang awal itu telah lakukan darinya.

***<i>Asal-usulnya bukan takdirnya. Tapi itu
adalah petunjuknya. Dan petunjuknya sangat
besar.</i>***

2. Siapa yang Melahirkanmu

Ibumu. Pelajari dia. Bukan secara klinis — dengan rasa ingin tahu. Apa yang dia bawa? Ketidakadilan apa yang dia hadapi? Karunia apa yang dia miliki yang tidak pernah benar-benar diakomodasi dunia? Kamu bukan ibumu. Tapi kamu melewatinya. Kisahnya adalah sebuah bab dalam penjelasan kisahmu.

3. Siapa Ayahmu

Atau dulu ada. Atau tidak hadir. Bahkan ketidakhadiran pun adalah informasi. Steve Jobs diadopsi. Kelaparan laparnya untuk menciptakan hal-hal dengan keindahan luar biasa yang berfungsi lebih baik dari yang lain ternyata adalah misi yang membentuk seluruh era teknologi manusia. Asal-usulnya yang rumit bukan hambatan. Itu adalah propulsi.

4. Di Mana Kamu Lahir

Tempat kelahiranmu datang dengan seperangkat masalah. Masalah membutuhkan solusi. Solusi membutuhkan orang-orang yang memahami masalah dari dalam. Kamu berasal dari dalam.

Kamu tidak dilahirkan di tempat itu meskipun siapa dirimu. Kamu dilahirkan di sana karena siapa dirimu. Kamu dilahirkan untuknya.

Dan ketika kamu sukses — ketika karunia yang kamu lahirkan dengannya menemukan ekspresi penuhnya — hutang pertama yang kamu miliki adalah kepada tempat yang pertama kali membentukmu. Sebelum kamu membangun di mana pun, pertimbangkan apa arti kesuksesan di tanganmu bagi orang-orang

yang lahir di mana kamu dilahirkan. Jadikan kisah mereka yang lahir di sana lebih baik dari kisahmu sebelum kamu tiba. Itu bukan amal. Itu keadilan.

Mereka yang melupakan ini — yang melarikan diri dari tempat yang sulit dan tidak pernah melihat ke belakang — tidak menjalani tujuan mereka sepenuhnya. Mereka telah menjawab bagian pertama dari panggilan dan mengabaikan bagian kedua. Yang pertama adalah: jadilah. Yang kedua adalah: kembalilah.

■ UNTUK MEREKA YANG BELUM MENOLEH KE BELAKANG

Belum terlambat. Pintunya belum tertutup. Komunitas yang membentukmu tidak membutuhkan rasa bersalahmu. Mereka membutuhkan karuniamu. Itulah penyelesaian perjalananmu, bukan kewajiban yang membataalkannya.

Sadio Mané — Kisah yang Ditulis dalam Ketaatan

Sadio Mané lahir di Bambali — sebuah desa kecil di Sédhiou, selatan Senegal. Tidak ada air mengalir. Tidak ada listrik yang andal. Sebuah komunitas di mana kemiskinan bukan pengecualian tetapi tekstur kehidupan sehari-hari.

Dia tidak lahir meskipun desanya. Dia lahir untuknya.

Dia menjadi salah satu pesepakbola terbesar generasinya. Gelar Premier League, juara Champions League, Pemain Terbaik Afrika. Tapi yang membuat dunia berhenti dan benar-benar menatap pria ini bukan trofi-trofi itu. Itu adalah apa yang dia lakukan dengannya. Mané membangun rumah sakit di Bambali. Sekolah. Dia menyediakan listrik untuk desa. Dia membayar pendidikan anak-anak muda. Dia memberi uang kepada masjid dan tetangganya,

diam-diam, konsisten, tanpa pertunjukan yang biasanya disyaratkan oleh amal selebriti.

"Mengapa aku ingin sepuluh Ferrari, dua puluh jam tangan berlian, atau dua pesawat? Apa gunanya bagi dunia? Aku lebih suka membangun rumah sakit, memberi 70 euro per bulan kepada 80 orang... semua itu membawa kebahagiaan bagiku."

Dia tidak melupakan Bambali. Dia telah kembali. Bukan untuk difoto saat kembali. Tapi karena desa itu bukan hanya tempat asalnya — itu adalah tujuan keberadaannya.

***Jangan hanya melarikan diri dari awal
mulamu. Tebuslah.***

5. Kapan Kamu Lahir

Era tempat kamu tiba bukanlah kebetulan. Masalah-masalah spesifik generasimu — yang kamu tumbuh sambil mengamati, mengalami, menanggungnya — adalah bagian dari apa yang mendefinisikan kontribusi yang kamu hadir untuk berikan. Kamu tidak lahir terlalu cepat atau terlalu lambat. Kamu lahir tepat ketika kontribusimu dibutuhkan.

Generasi yang mewarisi dunia yang rumit tidak dikutuk. Mereka ditugaskan.

■ GENERASIMU TIDAK HILANG

Generasi Z secara global telah disebut generasi paling cemas, paling tertekan, paling tidak pasti yang pernah tercatat. Mereka juga disebut paling empatik, paling sadar secara global, paling mau mencari bantuan. Keduanya benar secara bersamaan. Kamu cemas karena dunia memang tidak pasti. Dan kamu dilengkapi karena dunia memang membutuhkan apa yang pembentukanmu hasilkan.

6. Jenis Kelaminmu

Kamu tidak memilih untuk menjadi laki-laki atau perempuan. Itu diputuskan sebelum kamu tiba — sebelum orang tuamu menamaimu, sebelum dunia memiliki pendapat tentangmu. Dan aku percaya jenis kelaminmu bukan kebetulan, kecelakaan, atau masalah yang harus dipecahkan. Itu adalah bagian dari desain.

<i>Maka Allah menciptakan manusia itu menurut gambar-Nya, menurut gambar Allah diciptakan-Nya dia; laki-laki dan perempuan diciptakan-Nya mereka.</i>

— Kejadian 1:27

Bukan sepuluh gender. Bukan spektrum yang menunggu definisi diri. Bukan penugasan sementara tergantung bagaimana perasaanmu pada suatu hari Kamis. Laki-laki dan perempuan. Penulis kehidupan, yang juga Penulis tujuanmu, mengatakannya dengan penuh niat.

<i>Tidakkah kamu baca, bahwa Ia yang menciptakan manusia sejak semula menjadikan mereka laki-laki dan perempuan?</i>

— Matius 19:4

Dia tidak berkata: pada mulanya Pencipta membuat spektrum. Dia berkata laki-laki dan perempuan. Itu adalah catatannya. Itu adalah fondasinya.

Untuk Mereka yang Benar-Benar Berjuang

Aku sepenuhnya sadar bahwa beberapa orang yang membaca ini membawa rasa sakit nyata seputar pertanyaan identitas, tubuh, kepemilikan. Rasa sakit itu tidak dibayangkan. Kebingungan itu nyata. Kesepian yang menyertainya nyata. Dan siapa pun yang mengabaikan rasa sakit itu dari jarak jauh tanpa duduk bersama orang yang menanggungnya belum mendapatkan hak untuk berbicara tentangnya.

Tapi kepedulian dan kejelasan bukan lawan. Hal paling penuh kasih yang bisa kamu lakukan untuk orang yang bingung adalah memberi tahu mereka kebenaran — dengan lembut, konsisten, tanpa kekejaman, dan tanpa meninggalkan kebenaran untuk menyelamatkan momen. Perasaanmu tentang siapa dirimu — mereka adalah sinyal. Mereka bukan penilaian final. Itu adalah jiwamu yang menunjuk ke sesuatu yang lebih dalam.

■ CATATAN PASTORAL

Tugas gereja bukan membuat orang merasa nyaman dalam kebingungan. Itu adalah mengatakan kebenaran dalam kasih — dan tetap di dalam ruangan sementara kebenaran melakukan pekerjaannya. Kebenaran tanpa kasih adalah kekejaman. Kasih tanpa kebenaran adalah sentimentalisme. Keduanya bukan perawatan pastoral.

Kata Langsung kepada Mereka yang Menyebarkan Ideologi Ini

Kepada mereka yang secara aktif mengajarkan orang muda — terutama anak-anak — bahwa jenis kelamin biologis mereka adalah konstruksi sosial yang harus dibuang; bahwa gender semata-mata adalah perasaan yang harus dimediasi dan ditegaskan secara bedah:

Kamu tidak bersikap baik. Kamu bersikap ceroboh terhadap anak-anak orang lain.

Data jangka panjang tentang mereka yang telah menjalani prosedur medis permanen di masa remaja dan yang kemudian mengungkapkan penyesalan bukanlah argumen politik. Itu adalah kenyataan klinis yang berkembang yang diakui bahkan di institusi medis paling progresif di dunia.

<i>Barangsiapa menyesatkan salah satu dari anak-anak kecil yang percaya kepada-Ku ini, lebih baik baginya jika sebuah batu kilangan diikatkan pada lehernya lalu ia ditenggelamkan ke dalam laut.</i>

— *Matius 18:6*

Aku tidak menyerukan kekejaman kepada siapa pun. Tapi aku menyerukan kejujuran. Untuk memperlambat. Untuk menempatkan kesejahteraan jangka panjang anak-anak nyata di atas momentum ideologis. Anak-anak tidak bisa memperlambatnya sendiri. Itulah gunanya orang dewasa.

Untuk Mereka yang Sudah Membuat Perubahan

Dan sekarang aku harus berhenti. Berbalik. Dan berbicara langsung, hati-hati, dan dengan segala yang aku punya, kepada orang lain di ruangan ini. Seseorang yang membaca apa yang aku tulis di atas tentang desain, tentang laki-laki dan perempuan, tentang pilihan-pilihan yang tidak dapat diubah dan merasakan tanah sedikit runtuh di bawah mereka. Karena mereka telah membuat pilihan-pilihan itu. Operasi telah terjadi. Hormon telah menjadi bagian dari kehidupan mereka selama bertahun-tahun. Nama hukumnya berbeda. Tubuhnya telah diubah.

Aku melihatmu. Aku tidak melihat melewatimu untuk berbicara kepada orang lain. Aku berbicara kepadamu, sekarang, sebelum hal lain apa pun.

***<i>Kasih Allah kepadamu tidak bergantung
pada keadaan tubuhmu. Tidak pernah. Tidak
akan pernah.</i>***

Bukan dari apa yang kamu lakukan padanya. Bukan dari apa yang dilakukan padanya. Bukan dari prosedur yang telah dilakukan, hormon yang telah diberikan, dokumen yang telah diterbitkan ulang. Kasih Allah mendahului tubuhmu dan akan melewatinya. Dan kasih itu menjangkaumu — secara spesifik, secara pribadi, dengan pengetahuan penuh tentang seluruh sejarahmu — tepat di mana kamu berada sekarang.

*<i>Marilah kepada-Ku, semua yang letih lesu dan
berbeban berat, Aku akan memberi kelegaan
kepadamu.</i>*

— *Matius 11:28*

Dia tidak berkata: datanglah kepada-Ku setelah kamu menyelesaikan hal yang rumit itu. Dia berkata: marilah. Semua yang lelah. Semua yang berbeban berat. Marilah.

Apa yang Tidak Aku Katakan

Aku tidak mengatakan bahwa karena Allah mengasihimu, keputusan yang dibuat tidak memiliki konsekuensi. Aku tidak mengatakan bahwa semua jalan menuju tujuan yang sama dan apa yang kita lakukan dengan tubuh kita tidak relevan secara rohani.

Aku mengatakan sesuatu yang jauh lebih spesifik dan jauh lebih penting dari itu: kamu tidak bisa membatalkan apa yang telah dilakukan. Dan Allah mengetahui hal itu. Dan Dia menemuimu di mana kamu sebenarnya berada, bukan di mana kamu seharusnya secara teoritis berada.

Beban yang Mungkin Kamu Pikul

Aku telah berbicara dengan orang-orang yang membawa sesuatu yang sangat sulit untuk dinamai bagi siapa pun yang tidak pernah berdiri di tempat spesifik itu. Beban telah membuat pilihan yang tidak dapat diubah dan kemudian, di suatu titik dalam perjalanan, menemukan pertanyaan-pertanyaan yang tidak tersedia ketika pilihan itu dibuat.

Beberapa dari kalian membawa penyesalan. Bukan penyesalan yang dipentaskan — jenis yang sunyi, pribadi, jam-3-pagi, duduk dengan keputusan yang tidak bisa sepenuhnya dibatalkan. Beberapa membawa kebingungan. Beberapa membawa isolasi.

Aku bukan salah satu dari komunitas-komunitas itu. Aku adalah pendeta. Dan tugas seorang pendeta adalah duduk bersama orang-orang dalam beban yang benar-benar mereka bawa.

*<i>Kamu tidak terlalu jauh. Tempat itu tidak
ada dalam geografi Allah.</i>*

Apa yang Tersedia Untukmu Sekarang

Pertama: kamu dikasihi. Sepenuhnya. Sekarang. Tanpa syarat atas apa yang akan terjadi selanjutnya.

Kasih Allah bukanlah hadiah karena mencapai posisi teologis yang benar. Itu adalah fondasi dari mana setiap perjalanan yang jujur — termasuk perjalanan menuju kebenaran — menjadi mungkin.

Kedua: identitasmu tidak ditentukan oleh apa yang telah dilakukan pada tubuhmu.

Identitasmu — identitasmu yang nyata, yang tidak bisa dihancurkan, yang ditulis Allah — diucapkan atasmu sebelum kamu memiliki tubuh untuk merasa tidak yakin tentangnya. Kamu masih dibuat menurut gambar Allah. Sepenuhnya. Gambar itu utuh.

Ketiga: apa yang tidak bisa kamu batalkan, Allah bisa tebus.

Penebusan tidak sama dengan pembalikan. Itu tidak selalu berarti kembali. Kadang — sering — itu berarti Allah mengambil apa yang ada dan membuat sesuatu dari itu yang melayani tujuan-tujuan yang belum bisa kamu lihat. Kisahmu belum berakhir.

Kata Praktis

Jika kamu berada di tempat rasa sakit yang tulus seputar ini, dan aku tahu beberapa dari kalian demikian, tolong jangan bawa itu sendirian. Temukan pendeta, konselor, atau terapis Kristen yang terpercaya.

Jika kamu berada di tempat kedamaian yang relatif — jika kamu telah menemukan cara untuk memegang kisahmu dan imanmu bersama — maka kata-kataku untukmu sederhana saja: Allah yang berjalan bersamamu melalui semua yang telah kamu alami masih berjalan bersamamu sekarang.

■ CATATAN PASTORAL

Allah yang menemui wanita di sumur di musimnya yang paling rumit, yang duduk bersama Zakheus di babnya yang paling terkompromikan, yang memulihkan Petrus setelah kegagalannya yang paling publik — Allah itu tidak memiliki kategori orang yang tidak bisa dijangkau-Nya. Jangkauannya total. Kasihnya penuh. Dan undangannya sama seperti yang selalu ada: marilah.



7. Saudara-Saudaramu dan Posisimu dalam Keluarga

Jika kamu memiliki pilihan, kebanyakan dari kita tidak akan memilih saudara-saudara yang kita miliki. Aku mengatakannya dengan penuh kasih. Orang-orang yang paling mengenal kita dan paling sering membuat kita kesal biasanya adalah keluarga. Posisimu dalam keluarga — apakah pertama, tengah, atau terakhir — mengajarimu hal-hal tentang kepemimpinan, negosiasi, dan kelangsungan hidup yang tidak bisa direplikasi sekolah mana pun.

Posisi saudara dan keluargamu adalah medan persiapan untuk dunia nyata. Itu adalah latihan untuk menyempurnakan apa yang Allah tanamkan dalam dirimu untuk mempengaruhi dunia secara positif.

Dinamika keluargamu dirancang untuk melatihmu untuk misi-misi spesifik yang ada di depan. Keluargamu adalah tempat kerja pertamamu, meja negosiasi pertamamu, komunitas perbedaan pertamamu.

Dan inilah rahmat yang luar biasa: mereka mempersiapkanmu dengan jujur dan penuh kasih. Karena dunia di luar keluargamu akan menuntut kemampuan yang sama — kesabaran, negosiasi, resolusi konflik, kepemimpinan — tapi tidak selalu dengan kasih.

Tapi jika kamu tidak belajar di rumah — jika kamu menghindari gesekan, mengalihdayakan konflik — maka dunia luar akan melatihmu. Akan. Ujiannya tidak opsional. Dan itu akan diberikan tanpa bantal kasih keluarga. Bagaimanapun caranya, kamu harus lulus. Tingkat yang kamu dibuat untuknya menuntutnya.

***<i>Keluargamu adalah dunia pertamamu.
Mereka mempersiapkanmu, entah mereka
tahu atau tidak, untuk setiap dunia yang
mengikuti.</i>***

Jadi jika keluargamu sulit — jika dinamikanya keras, jika hubungan saudara itu menyakitkan — pertimbangkan ini: kamu mungkin menerima pendidikan yang sangat intensif. Lulusan dari sekolah

yang sulit sering membawa kemampuan yang tidak pernah perlu dikembangkan oleh lulusan dari sekolah yang mudah.

Refleksi

→ Keadaan apa yang tidak kamu pilih yang telah kamu perlakukan sebagai kerugian? Bagaimana jika itu sebenarnya adalah petunjuk?

→ Masalah apa di dunia — yang secara pribadi mematahkan hatimu — terhubung dengan dari mana asalmu?

→ Pernahkah kamu benar-benar meneliti kisah-kisah orang tuamu? Bukan untuk menghakimi, tapi untuk memahami?

→ Apa yang diajarkan posisimu dalam keluarga yang ternyata berguna di dunia nyata?

<i>Aku tidak akan membuang energi untuk menyesali hal-hal yang tidak aku pilih. Aku akan menggantinya untuk apa yang mereka coba katakan kepadaku.</i>

BAB 5

Mengekstrak Emas

<i>Proses yang Panjang, Tidak Glamor, dan Sepenuhnya Berharga dari Menemukan Dirimu Sendiri</i>

Penemuan diri tidak terlihat seperti TED Talk. Tidak terlihat seperti tantangan tiga puluh hari di Instagram. Terlihat seperti pertambangan.

■ FAKTA

Emas tidak berada di permukaan. Deposit emas alami terbentuk jauh di bawah tanah di bawah tekanan luar biasa selama jutaan tahun. Emas di etalase toko perhiasan, dalam keadaan alaminya, tersembunyi di bebatuan — membutuhkan keahlian untuk menemukannya, ekstraksi untuk melepaskannya, dan pemurnian untuk menjadi apa yang selalu dimaksudkan.

Langkah Satu: Menemukan Simpanan

Indikatormu adalah passion-mu, obsesi-obsesimu yang tidak dapat dijelaskan, hal-hal yang kamu kembalikan bahkan setelah kamu meninggalkannya, masalah-masalah yang membuatmu marah dengan cara yang terasa hampir personal. Itu bukan emasmu. Itu adalah sinyal bahwa emas ada di dekat situ.

Langkah Dua: Pengeboran Uji

Ini adalah musim eksperimen. Magang itu. Proyek sampingan itu. Pekerjaan sukarela itu. Ini adalah pengeboran ujimu. Beberapa akan kembali kosong. Itu bukan kegagalan. Itu adalah data.

Langkah Tiga: Ekstraksi

Mengekstrak emas dari bebatuan bukan proses yang halus. Itu melibatkan pemecahan, penghancuran, pemisahan. Penemuan diri memiliki fase yang terlihat persis seperti itu. Akan ada musim di mana kamu memecah hal-hal — asumsi, citra diri, narasi yang diwarisi.

<i>Sumber daya paling berharga tidak ditemukan di permukaan. Jika kamu melihat satu di sana, seseorang menambangnya dan kehilangannya.</i>

Langkah Empat: Pemurnian

Emas mentah masih mengandung kotoran. Proses pemurnianmu terlihat seperti mentoring, pendidikan, komunitas, koreksi. Terlihat seperti duduk bersama orang-orang yang tahu lebih banyak dari kamu dan membiarkan mereka mendorong balik bagian-bagian darimu yang masih tidak murni.

■ PERINGATAN

Banyak orang menemukan emas dalam diri mereka sendiri dan — karena mata yang tidak terlatih di sekitar mereka tidak mengenalinya — mengubur kembali. Jangan biarkan pendapat mata yang tidak terlatih menentukan nilai dari apa yang kamu temukan.

Refleksi

- Di mana kamu dalam proses pertambangan — survei, pengeboran, ekstraksi, atau pemurnian?
- Apa yang pendapat orang lain yang tidak terlatih membuatmu mengubur sesuatu yang seharusnya kamu temukan kembali?
- Siapa dalam hidupmu yang bisa berfungsi sebagai pemurni?

<i>Aku akan menambang. Aku akan mengebor. Aku akan mengekstrak. Aku akan memurnikan. Dan aku tidak akan mengacaukan kesulitan proses sebagai bukti bahwa tidak ada yang layak untuk ditemukan.</i>

BAB 6

Pilihan — Kebebasan atau Jebakan?

<i>Hal Paling Kuat yang Kamu Miliki dan yang Paling Berbahaya</i>

Setiap pilihan besar yang kamu buat dalam lima tahun terakhir — dari mana datangnya? Apakah dari dirimu? Dari pemahamanmu yang tulus tentang siapa dirimu dan untuk apa kamu ada di sini? Atau dari apa yang tersedia? Dari apa yang diharapkan? Dari ketakutan?

Definisi Pilihan

<i>"Pilihan adalah opsi yang disukai berdasarkan apa yang kamu ketahui atau rasakan lebih baik dari apa yang kamu miliki atau di mana kamu berada sekarang — dan kamu bersedia melepaskan apa yang kamu miliki atau di mana kamu berada demi itu."</i>

Perhatikan: apa yang kamu ketahui atau rasakan. Bukan apa yang benar. Pilihanmu hanya sebijaksana pengetahuanmu — dan pengetahuanmu hanya seluas paparanmu.

■ UJI

Lihat pilihan-pilihan terbesarmu dalam tiga tahun terakhir. Untuk masing-masing: apakah ini pilihan yang aku buat dari siapa aku — atau dari siapa yang aku takuti bukan diriku?

Ketika Pergi Meninggalkan Masalah Semakin Kuat

Ketika tantangan datang, naluri pertama sering kali adalah pergi. Tapi kadang — sering, sebenarnya — kamu ditempatkan dalam situasi yang sulit justru karena kamu memiliki apa yang dibutuhkan untuk mengatasinya. Dan jika setiap orang dengan kemampuan itu pergi, masalah tetap ada — lebih kuat sekarang, karena semua orang-solusi telah pergi.

<i>Bagaimana jika memutuskan untuk pergi berarti masalah mendapatkan semua yang dibutuhkannya untuk tumbuh? Apa yang terjadi pada tempat-tempat yang sulit ketika semua pembangun pergi?</i>

Pertanyaan Peninjauan

Pada interval reguler dalam hidupmu, duduk dengan dirimu sendiri dan tanya: Pilihan apa yang telah aku buat? Ke mana mereka membawaku? Apakah aku merasa terpenuhi? Dan apakah ada koreksi arah yang diperlukan?

Refleksi

→ Apa satu pilihan yang kamu buat yang lebih didorong oleh ketakutan daripada oleh pengetahuan diri yang tulus?

→ Apakah ada sesuatu yang kamu tinggalkan — sebuah panggilan, sebuah proyek, sebuah arah — yang harus kamu kembali?

→ Jika kamu menelusuri hidupmu saat ini ke belakang melalui pilihanmu, ke mana rantai itu mengarah? Apakah asal-usul itu milikmu?

<i>Aku akan meninjau pilihan-pilihanku — bukan untuk menghukum diriku atas masa lalu, tapi untuk mengambil alih masa depan.</i>

BAGIAN TIGA

Kendaraan dan Jalannya

*<i>Tubuhmu, Ketangguhanmu, dan Orang-orang yang
Bepergian Bersamamu</i>*

BAB 7

Kendaraan Itu

<i>Tubuhmu Bukan Hanya Tempat Kamu Tinggal — Itu Cara Kamu Bepergian</i>

Jika kamu merencanakan perjalanan panjang, apa yang pertama kamu lakukan? Kamu akan mengecek mobilnya. Kamu tidak akan memulai perjalanan serius dalam sesuatu yang belum kamu periksa. Sekarang beritahu aku: kapan terakhir kali kamu melakukan servis pada dirimu sendiri?

■ ■ PERBEDAAN KRITIS

Mesin mobil yang rusak bisa diganti. Tubuhmu tidak memiliki pengganti seperti itu. Kamu hanya punya satu. Yang ini. Untuk seluruh perjalanan. Itu mengubah segalanya tentang bagaimana tubuh itu harus dirawat.

Tubuhmu berkomunikasi denganmu terus-menerus. Kelelahan yang tidak kunjung hilang setelah tidur. Nyeri yang kembali. Cara dadamu mengencang dalam situasi tertentu. Tubuhmu sedang berbicara. Pertanyaannya adalah apakah kamu mendengarkan.

Mental dan Fisik: Satu Perjalanan

Ini tahun 2026. Kita seharusnya sudah jauh melampaui stigma seputar kesehatan mental — namun di terlalu banyak rumah, gereja, dan kantor, kesehatan mental masih diperlakukan sebagai kegagalan rohani atau konsep Barat. Itu bukan keduanya. Itu hanyalah

kesehatan organ yang menggerakkan semua hal lainnya.

■ **FAKTA**

Generasi Z secara global adalah generasi yang paling stres secara mental yang pernah tercatat. Mereka juga generasi yang paling mau mencari bantuan. Kesediaan itu bukan kelemahan. Itu adalah kecerdasan. Kamu tidak bisa mengendarai kendaraan menuju tujuannya jika kamu pura-pura lampu peringatannya tidak menyala.

Beban Tak Kasat Mata

Ada jenis kelelahan yang tidak disembuhkan oleh tidur. Itu adalah kelelahan membawa hal-hal yang tidak pernah menjadi bagianmu untuk dibawa. Ekspektasi keluarga. Reputasi komunitas. Beban menjadi yang pertama. Menurunkan sebagian beban itu bukan pengabaian. Itu adalah pelestarian diri. Dan pelestarian diri — jenis yang jujur dan cerdas — membuatmu lebih tersedia bagi orang-orang yang kamu cintai, bukan lebih sedikit.

Refleksi

→ *Kapan terakhir kali kamu melakukan pemeriksaan jujur pada kendaraan — kesehatan fisik, kesehatan mental, istirahat, dan kondisi emosional?*

→ *Apa yang tubuhmu katakan kepadamu sekarang yang telah kamu abaikan?*

→ *Apakah ritme hidupmu saat ini berkelanjutan — bukan untuk minggu depan, tapi untuk dua puluh tahun ke depan?*

<i>Aku akan merawat tubuhku — bukan karena aku sombong, tapi karena perjalanan membutuhkan kendaraan yang bisa menempuh jarak.</i>

BAB 8

Ketangguhan

<i>Kamu Bukan Orang Pertama yang Mengalami Ini</i>

Kamu bukan orang pertama yang mengalami ini.

Apa pun itu. Ujian yang gagal. Hubungan yang putus. Bisnis yang ambruk. Keluarga yang mengecewakan. Gereja yang melukai. Seseorang sebelummu menghadapinya. Bangkit. Dan meninggalkan jalan bagimu.

Sifat Tantangan yang Disalahpahami

Di banyak budaya, ada kecenderungan untuk membaca kesulitan sebagai hukuman. Dan aku mengatakannya dengan hati-hati: kadang hal-hal itu nyata. Tapi beberapa tantangan hanyalah jalannya. Dan respons yang tepat terhadap medan bukan kedaruratan — melainkan keahlian.

■ BINGKAI ULANG

Ketika kamu mengatasi tantangan, kamu tidak hanya bertahan. Kamu menjadi pelatihnya. Orang yang datang setelahmu akan mendapat manfaat dari fakta bahwa kamu melewatinya dan mengingat apa yang berhasil dan membagikannya.

Naluri Isolasi — Mengapa Harus Diatasi

Ketika hal-hal menjadi sulit, pikiran pertama kebanyakan orang adalah untuk diam. Mengatasinya sendiri. Isolasi dalam krisis adalah hal paling berbahaya yang bisa kamu lakukan. Manusia tidak dirancang untuk menanggung beban terberat mereka sendirian. Temukan orang-orangmu — mereka yang memiliki jaringan parut mereka sendiri, mereka yang tahu bagaimana rasanya hancur dan tidak akan panik menghadapi kehancuranmu.

<i>Jangan mengisolasi dirimu di masa-masa sulitmu. Itu bukan kusta. Itu adalah fase dalam kehidupan yang akan berlalu — jika kamu memiliki orang yang tepat di sekitarmu ketika itu datang.</i>

Refleksi

- Tantangan apa yang kamu hadapi sendirian yang seharusnya tidak kamu hadapi sendirian?
- Tantangan apa yang telah kamu lewati yang belum kamu gunakan untuk membantu orang lain?
- Dari mana datangnya naluri 'hanya terus berjuang sendirian' — dan apakah itu benar-benar melayanimu?

<i>Aku akan bangkit. Dan ketika aku melakukannya, aku akan meraih kembali orang yang masih di bawah.</i>

BAB 9

Tidak Ada yang Menjadi Pulau

<i>Mengapa Karuniamu Tidak Pernah Dimaksudkan Hanya Untukmu</i>

<i>Setiap karunia yang kamu bawa adalah untuk orang lain.</i>

Tidak sepenuhnya untuk orang lain. Tapi sebagian. Pada dasarnya. Kemampuan yang kamu kembangkan, wawasan yang kamu peroleh, kebijaksanaan yang terakumulasi melalui perjuangan dan terobosanmu — tidak satu pun dari itu dimaksudkan untuk tetap di dalam dirimu. Itu dimaksudkan untuk mengalir melaluimu.

Desain yang Saling Terhubung

Kamu tidak dilahirkan dalam isolasi dan tidak dirancang untuk hidup di dalamnya. Hal-hal di mana kamu secara alami mahir adalah, dalam banyak kasus, persis hal-hal di mana seseorang dalam lingkaranmu secara alami lemah. Ketika kita memahami ini, persaingan menjadi hampir konyol.

■ KEBENARAN

Andreas membawa Petrus kepada Yesus, kemudian mundur sementara Petrus menjadi terkenal dan Andreas tetap sebagian besar tidak dikenal. Sejarah mengatakan Andreas pergi memberitakan di daerah-daerah yang tidak dijangkau rasul lain mana pun. Dia tidak lebih rendah. Dia ditempatkan secara berbeda. Dunia membutuhkan Andreas-nya sama seperti Petrus-nya.

Melayani Terlebih Dahulu

Jika kamu ingin menemukan orang-orang yang akan benar-benar mendukung perjalananmu, inilah kuncinya yang kontra-intuitif: layani mereka terlebih dahulu. Bukan sebagai strategi. Bukan sebagai transaksi. Sebagai ekspresi tulus dari fakta bahwa karuniamu ada untuk membuat kehidupan orang lain lebih baik.

Refleksi

- *Dengan siapa dalam hidupmu kamu bersaing ketika kamu seharusnya berkolaborasi?*
- *Apa yang kamu miliki sekarang — kemampuan, akses, pengetahuan, waktu — yang benar-benar dibutuhkan seseorang dalam lingkaranmu?*
- *Apa yang sedang diajarkan orang paling sulit dalam hidupmu kepadamu saat ini?*

<i>Aku tidak akan bersaing dengan orang-orang yang aku dibangun untuk melengkapi. Aku akan melayani terlebih dahulu. Membangun bersama. Dan percaya bahwa apa yang dikeluarkan akan kembali — dengan

bunga.

BAGIAN EMPAT

Dunia dan Duniamu

*<i>Perubahan, Keseimbangan, Syukur, dan Membangun
Sesuatu yang Bertahan</i>*

BAB 10

Merangkul Perubahan

<i>Satu-satunya Konstanta dalam Perjalanan — dan Cara Berhenti Melawannya</i>

Kebanyakan orang memiliki hubungan yang secara teoritis sehat dengan perubahan. 'Perubahan adalah pertumbuhan.' 'Beradaptasi atau mati.' Kita tahu semua kalimatnya. Tapi ketika perubahan itu bersifat pribadi — ketika rencanamu yang tergelincir — sebagian besar dari kita mendapati cinta kita pada perubahan agak kurang antusias dari yang disarankan posternya.

■ PENGAMATAN JUJUR

Tidak ada yang benar-benar nyaman yang perlu disuruh merangkul kenyamanan. Instruksi 'rangkul perubahan' ditujukan kepada versi dirimu yang saat ini memegang sesuatu dengan kedua tangan yang sedang Allah, kehidupan, atau sekadar waktu coba gerakkan.

Mengapa Perubahan Terasa Seperti Kehilangan

Setiap perubahan melibatkan berakhirnya sesuatu. Bahkan perubahan terbaik mengharuskan kamu meninggalkan sesuatu di belakang. Itu bukan kelemahan. Itu adalah biaya alami pertumbuhan.

Transisi sebagai Ruang Kelas

Setiap transisi besar dalam hidupmu — yang dipilih atau dipaksakan — adalah ruang kelas. Itu mengajarkanmu sesuatu yang tidak bisa diajarkan musim yang stabil.

<i>Transisi yang paling kamu tolak sering mengajarkan pelajaran yang paling kamu butuhkan. Condong ke sana. Kamu akan keluar dengan sesuatu yang tidak bisa diberikan musim-musim yang stabil kepadamu.</i>

Refleksi

- Perubahan apa dalam hidupmu yang kamu tolak saat ini? Apa yang ditolak itu biayanya?
- Melihat ke belakang, transisi apa — bahkan yang tidak kamu pilih — yang menghasilkan pertumbuhan yang kamu syukuri sekarang?
- Apa pelajaran dari musimmu saat ini? Sudahkah kamu mengajukan pertanyaan itu?

<i>Aku tidak akan melawan musim-musim itu. Aku akan belajar dari mereka, tumbuh melalui mereka, dan keluar lebih terlengkapi dari saat aku masuk.</i>

BAB 11

Disiplin Bersyukur

<i>Mengapa Ucapan Syukur Bukan Lemah — Itu Strategis</i>

Rasa syukur sering disajikan sebagai emosi — perasaan yang kamu miliki ketika segalanya berjalan baik. Bukan tentang rasa syukur itulah yang ingin aku bicarakan.

Rasa syukur yang benar-benar mengubahmu adalah yang kamu praktikkan sebelum buktinya tiba.

Setiap tradisi spiritual besar — dan Alkitab sangat tegas tentang hal ini: dalam segala hal bersyukurlah — telah sampai pada kesimpulan yang sama. Rasa syukur bukan respons terhadap keadaan yang baik. Itu adalah sikap kehendak. Itu adalah pilihan yang kamu buat, dengan sengaja dan sering kali dengan tidak nyaman, untuk mengakui apa yang masih benar dan masih tersedia bahkan ketika keadaan saat ini sulit.

■ FAKTA

Penelitian Harvard Medical School secara konsisten mengaitkan praktik rasa syukur dengan peningkatan kesehatan mental, tidur yang lebih baik, hubungan yang lebih kuat, dan ketangguhan yang lebih besar. Itu bukan perasaan yang kamu tunggu. Itu adalah disiplin yang kamu praktikkan — dan hasilnya terakumulasi dari waktu ke waktu.

Syukur di Musim Sulit

Aku tidak memintamu untuk bersyukur atas penderitaan atau untuk menampilkan keceriaan ketika kamu hancur. Apa yang aku minta lebih sulit dan lebih kuat: bisakah kamu menemukan apa yang masih benar bahkan di dalam musim yang sulit?

<i>Rasa syukur adalah disiplin melihat apa yang masih benar ketika segalanya terasa seperti kehilangan. Itu adalah lensa paling akurat yang tersedia bagimu.</i>

Praktik Bersyukur

Setiap malam — sebelum tidur — pikirkan tiga hal yang benar hari ini yang tidak kamu buat terjadi. Lakukan ini selama tiga puluh hari. Itu akan secara bertahap mengkalibrasi ulang apa yang kamu lihat. Dan apa yang kamu lihat menentukan apa yang kamu bangun.

Refleksi

- *Apa dalam hidupmu saat ini yang kamu anggap remeh yang, jika diambil, langsung menjadi berharga?*
- *Apakah ada musim yang sulit di mana kamu berada sekarang di dalamnya masih ada sesuatu untuk benar-benar disyukuri?*
- *Bagaimana rasanya hidupmu jika kamu mempraktikkan rasa syukur sebagai disiplin harian — bukan perasaan, tapi pilihan?*

<i>Aku akan mempraktikkan rasa syukur sebagai disiplin, bukan emosi. Aku akan melatih mataku untuk

***melihat apa yang masih benar, terutama di
musim-musim yang sulit.</i>***

BAB 12

Menemukan Keseimbangan

<i>Antara Dunia yang Membuatmu dan Dunia yang Menunggumu</i>

Bayangkan sebuah sungai. Di satu tepi, ada sebuah kota — terorganisir, terstruktur, dengan jalan dan aturan. Di tepi lainnya, ada hutan — liar, kaya, penuh hal-hal yang tidak memiliki padanan di kota. Kebanyakan orang menghabiskan seluruh hidup mereka di kota. Yang paling bijaksana belajar menyeberangi sungai.

Kota adalah dunia yang terorganisir: sekolah, karier, sistem, ekonomi. Hutan adalah duniamu: karuniamu, tujuanmu, desain yang Allah berikan. Keseimbangan adalah sikap aktif yang selalu disesuaikan yang memungkinkanmu berfungsi di kedua dunia tanpa kehilangan dirimu di salah satunya.

■ POLA ALKITABIAH

Musa dibesarkan di istana Firaun — kota, sepenuhnya terorganisir. Tujuannya mengharuskan dia mengenal dunia itu, bergerak di dalamnya, berbicara bahasanya. Tapi takdirnya adalah untuk umat di padang gurun. Istana adalah persiapan untuk tujuan, bukan tujuan itu sendiri.

Bahaya Asimilasi Total

Inilah yang terjadi ketika kota menang sepenuhnya: di suatu titik — mungkin di usia empat puluhan, seperti yang terjadi padaku — kamu duduk di momen yang tenang dan menyadari bahwa kamu telah membangun impian orang lain di atas fondasimu sendiri.

Bahaya Pemberontakan Total

Beberapa orang, setelah menemukan kesenjangan antara dunia yang terorganisir dan panggilan mereka, menolak dunia yang terorganisir sepenuhnya. Tapi tujuan membutuhkan struktur. Karuniamu membutuhkan disiplin, pengembangan, pemurnian. Dekonstruksi apa yang perlu didekonstruksi. Kemudian bangun.

Refleksi

→ *Apakah kamu saat ini terlalu dalam di kota, terlalu jauh di hutan, atau menemukan titik penyeberangan?*

→ *Kapan terakhir kali kamu mengerjakan sesuatu yang sepenuhnya milik duniamu sendiri?*

→ *Apa satu hal yang bisa kamu lakukan minggu ini untuk menyeberangi sungai — meskipun setengah jalan?*

<i>Aku akan bekerja di dunia yang terorganisir tanpa dikuasai olehnya. Dan aku akan membangun di duniaku sendiri — bahkan dalam penambahan harian yang kecil — sampai keduanya bertemu.</i>

BAGIAN LIMA

Tujuannya adalah Orang-orang

*<i>Warisan, Tujuan, Pengampunan, dan Generasi di
Belakangmu</i>*

BAB 13

Memaafkan Lebih Awal

<i>Bagasi yang Tidak Bisa Kamu Tanggung untuk Dibawa ke Tujuanmu</i>

Sebagian besar percakapan tentang pengampunan melihat ke belakang. Sesuatu terjadi. Seseorang menyakitimu. Sekarang kamu disarankan untuk memaafkan. Tapi aku ingin memberimu sesuatu yang bahkan lebih kuat:

Maafkan lebih awal.

Perjalanan menuju tujuanmu akan membawamu melalui orang-orang. Beberapa akan mengkhianatimu. Beberapa akan mengklaim kredit atas apa yang kamu bangun. Tidak satu pun dari ini adalah alasan untuk menghentikan perjalanan. Tapi itu adalah alasan untuk memasukinya dengan siap.

<i>Maafkan lebih awal. Perjalanannya terlalu penting untuk digelincirkan oleh rasa sakit yang bisa kamu antisipasi.</i>

■ KEBENARAN JUJUR

Beberapa orang yang menyakitimu bahkan tidak tahu bahwa mereka menyakitimu. Mereka melakukan yang terbaik yang bisa mereka lakukan dengan apa yang mereka ketahui, di dalam luka dan tekanan mereka sendiri. Itu tidak membuatnya benar. Itu membuatnya dapat dimengerti. Dan dapat dimengerti adalah langkah pertama menuju pembebasan.

Metafora Bagasi

Bayangkan kamu bepergian dari Lagos ke London dengan enam puluh kilogram bagasi. Maskapai mengizinkan tiga puluh. Saat check-in: bayar untuk kelebihan atau tinggalkan. Kurangnya pengampunan adalah bagasi berlebihan. Berat. Mahal untuk dibawa. Itu akan memperlambatmu di setiap langkah perjalanan.

Beberapa dari kalian membawa beban awal yang seharusnya tidak pernah ada. Luka-luka ini nyata. Mereka membutuhkan pemrosesan yang nyata. Dan kemudian, perlahan, ambil penanya. Orang-orang yang menyakitimu adalah aktor dalam kisahmu. Tapi mereka bukan pengarangnya. Kamulah pengarangnya. Dan Allah selalu siap dan mau mengarahkan — jika kamu mengizinkan-Nya.

<i>Letakkan bagasinya. Pergilah dengan ringan. Biarkan Allah. Tibalah dengan utuh.</i>

Refleksi

→ Siapa yang perlu kamu maafkan — secara retroaktif atau lebih awal — agar kamu bisa bepergian lebih ringan?

→ Beban apa dari masa lalumu yang memperlambat masa kinimu?

→ Jika orang-orang yang menyakitimu adalah aktor dalam kisah yang bab terakhirnya belum kamu tulis — bagaimana tampilan bab terakhir itu?

<i>Aku tidak akan membawa apa yang dilakukan kepadaku ke tempat tujuanku. Tujuannya terlalu penting. Bagasinya tetap di sini.</i>

BAB 14

Tujuan dan Orang Banyak

<i>Kisahmu Tidak Pernah Hanya Tentang Dirimu</i>

Ketika kamu menemukan tujuanmu dan mulai berjalan di dalamnya, kamu akan berjalan di dalamnya sebagian besar sendirian untuk satu musim. Tahap awal tujuan seringkali sunyi, tidak glamor, disalahpahami. Jangan bingungkan kesepian tahap awal sebagai bukti bahwa perjalanannya salah.

■ PRINSIPNYA

Musa menghabiskan empat puluh tahun di padang gurun sebelum dia siap. Yusuf menghabiskan bertahun-tahun di sebuah lubang dan penjara sebelum tujuannya terungkap di istana. Fase persiapan selalu terasa lebih panjang dari yang seharusnya — dan tidak pernah terbuang sia-sia.

Prinsip Multiplikasi

Tujuan berkembang biak. Orang yang menemukan dan berjalan dalam tujuannya tidak hanya mempengaruhi orang-orang yang langsung berada di sekitarnya. Mereka mempengaruhi orang-orang yang dipengaruhi orang-orang itu. Tujuan, yang dijalani dengan setia, bersifat generasional.

Generasi Alpha Sedang Mengawasi

Jika kamu adalah remaja atau dewasa muda yang membaca ini, generasi di belakangmu sudah mengawasi. Bukan penampilan media sosialmu. Versi yang nyata. Yang muncul di momen-momen kecil. Yang merespons di bawah tekanan. Yang memilih karakter ketika tidak ada yang melihat.

<i>Hidupmu bukan hanya kisahmu. Itu adalah bukti — bagi generasi yang datang setelahmu — tentang apa yang mungkin.</i>

Refleksi

→ Siapa yang ada di generasi di belakangmu yang kamu miliki pengaruhnya — bahkan secara informal? Apa yang mereka pelajari dengan mengawasimu?

→ Jika hidupmu, seperti yang sedang dijalani saat ini, adalah template yang diteruskan ke generasi berikutnya — apa yang ingin kamu ubah?

→ Apa artinya hidup, bukan hanya untuk pemenuhan dirimu sendiri, tapi sebagai bukti tentang apa yang mungkin?

<i>Aku akan hidup sebagai seseorang yang layak diikuti. Tidak sempurna — tapi jujur, konsisten, dan dengan generasi berikutnya di suatu tempat dalam hatiku.</i>

BAGIAN ENAM

Karakter di Bawah Segalanya

*<i>Mengapa Siapa Dirimu Lebih Penting dari Apa yang
Kamu Capai</i>*

BAB 15

Keindahan Kehidupan Biasa

<i>Mengapa yang Spektakuler Bukan Satu-satunya Kehidupan yang Layak Dijalani</i>

Ini adalah bab yang hampir tidak aku tulis. Tidak semua orang dipanggil untuk menjadi terkenal. Tidak semua orang dipanggil untuk memimpin jutaan orang. Dan salah satu kebohongan paling merusak yang dibisikkan era personal branding kepada satu generasi penuh adalah bahwa kehidupan yang tidak spektakuler adalah kehidupan yang tidak memadai.

Itu tidak benar.

Ibu yang membesarkan anak-anaknya dengan kejujuran, kehadiran, dan kasih tanpa syarat telah menjalani tujuan yang sama signifikannya dengan CEO atau influencer global mana pun. Karena anak-anak yang dia besarkan akan membawa apa yang dia tanamkan ke setiap ruangan yang pernah mereka masuki.

■ KEBENARAN

Filipus digambarkan dalam Injil sebagai pemikir logistik. Ketika lima ribu orang perlu diberi makan, Yesus bertanya kepada Filipus terlebih dahulu. Setiap gerakan membutuhkan satu orang seperti itu — bukan untuk terlihat, tapi untuk menjadi penting. Dunia disatukan oleh Filipus-nya dan Andreas-nya jauh lebih dari yang diakuinya.

Perangkap Perbandingan

Media sosial telah membuat yang luar biasa selalu terlihat sementara membuat yang biasa tidak terlihat. Kamu menggulir sorotan dari sepuluh ribu kehidupan sementara menjalani pengalaman lengkap dan tidak diedit dari hidupmu sendiri. Perbandingan itu secara struktural tidak adil.

Undangan untuk Merasa Puas

Kepuasan bukan kemalasan. Kemalasan adalah menerima kurang dari yang kamu dibuat untuk menjadi. Kepuasan adalah menemukan kedamaian dan nilai yang tulus dalam musim yang sebenarnya kamu jalani — sambil juga membangun kehidupan yang sedang menjadi. Paulus menulis dari sel penjara: 'Aku telah belajar, dalam keadaan apapun aku berada, untuk merasa puas.' Perhatikan kata itu: belajar. Kepuasan adalah sebuah disiplin.

***<i>Yang spektakuler dan yang biasa
keduanya ada dalam ekonomi Allah. Yang
penting adalah kesetiaan — bukan
visibilitas.</i>***

Refleksi

→ Apakah kamu diam-diam malu dengan skala hidupmu — membandingkannya dengan sesuatu yang lebih keras, lebih terlihat, lebih dramatis?

→ Siapa dalam kehidupan biasamu yang membentukmu lebih dalam dari figur publik mana pun? Sudahkah kamu memberitahunya?

→ Apa artinya benar-benar puas di musimmu saat ini sambil tetap melangkah maju?

<i>Aku tidak akan meremehkan yang biasa. Aku akan setia di dalamnya — dan percaya bahwa kesetiaan, bukan tontonan, adalah ukuran yang penting.</i>

BAB 16

Karakter adalah Infrastruktur

<i>Segala Sesuatu yang Lain Dibangun di Atasnya</i>

Kita telah berbicara tentang kehidupan, tujuan, ketangguhan, hubungan, dan keseimbangan. Tapi di bawah semua itu — dinding penopang yang menahan semua hal lain — ada sesuatu yang kita ucapkan terlalu sering di gereja dan terlalu jarang dalam praktik:

Karakter.

Bukan bakat. Bakat tanpa karakter adalah bangunan tanpa fondasi. Bukan kecerdasan. Kecerdasan tanpa karakter adalah senjata tanpa pengaman. Bukan koneksi. Koneksi tanpa karakter adalah transaksi jangka pendek yang menyamar sebagai hubungan jangka panjang. Karakter adalah hal yang tetap konsisten ketika tidak ada yang melihat.

Erosi yang Lambat

Tidak ada yang bangun suatu pagi dan memutuskan untuk menjadi orang yang tidak jujur. Karakter tidak runtuh tiba-tiba.

Karakter mengikis secara bertahap.

Itu dimulai dengan kompromi kecil. Laporan pengeluaran yang sedikit disesuaikan. Kredit yang diambil untuk ide orang lain. Kebenaran yang dikatakan sebagian. Setiap kompromi kecil. Masing-masing memiliki alasan yang baik. Dan masing-masing

membuat yang berikutnya sedikit lebih mudah.

■■ PEMERIKSAAN NURANI

Kompromi kecil apa yang telah kamu lakukan dan menyebutnya 'realistis'? Apa biaya kumulatif dari kompromi-kompromi itu — dalam integritasmu, dalam hubunganmu, dalam kedamaianmu?

Membangun Karakter dengan Sengaja

Karakter dibangun, bukan diwarisi. Kamu tidak dilahirkan dengan sabar. Kamu menjadi sabar — melalui musim yang membutuhkan kesabaran dan pilihan yang memilih kesabaran ketika ketidaksabaran tersedia.

<i>Karakter bukan apa yang kamu lakukan dengan keputusan besar. Itu adalah apa yang kamu lakukan dengan keputusan kecil — secara konsisten, ketika tidak ada yang melihat.</i>

Refleksi

- Apa kesenjangan antara orang yang kamu tampilkan secara publik dan orang yang kamu sebenarnya? Di mana itu paling lebar?
- Kualitas karakter apa yang paling ingin kamu bangun tahun depan? Pilihan harian spesifik apa yang akan membangunnya?

→ Siapa satu orang dalam hidupmu yang karakternya kamu kagumi secara mendalam? Pernahkah kamu memberitahunya mengapa?

<i>Aku akan menutup kesenjangan itu. Tidak semuanya sekaligus — tapi hari ini, satu pilihan demi satu pilihan, aku memilih kehidupan yang tidak terbagi.</i>

BAB 17

Mata Uang Waktu

<i>Mengapa Sumber Dayamu yang Paling Terbatas adalah yang Paling Ceroboh Kamu Belanjakan</i>

Uang, jika hilang, bisa diperoleh kembali. Kesehatan, jika rusak, sering kali bisa dipulihkan. Hubungan, jika rusak, kadang bisa diperbaiki.

Waktu tidak bisa diperoleh kembali. Tidak satu detik pun darinya.

Setiap jam yang kamu habiskan dihabiskan secara permanen. Dua puluh lima tahun antara panggung sekolahku dan penemuan diriku — aku tidak bisa mendapatkannya kembali.

Kamu sedang menghabiskan waktu sekarang. Satu-satunya pertanyaan adalah apa yang kamu habiskan untuknya.

Tipuan 'Nanti'

<i>Nanti adalah kata paling mahal dalam kosakata manusia.</i>

Waktunya tidak pernah lebih baik. Keadaannya tidak pernah sepenuhnya selaras. Kesiapan yang kamu tunggu bukan tujuan yang kamu capai — itu adalah kualitas yang kamu kembangkan dengan memulai, secara tidak sempurna, sekarang. Penyesalan paling umum dari orang-orang di akhir hidup mereka secara konsisten adalah: 'Aku berharap aku lebih berani lebih awal.'

■ KEBENARAN

Orang yang membaca ini di usia tujuh belas memiliki sekitar enam puluh tahun kehidupan dewasa yang disengaja di depan mereka.

Orang yang membaca ini di usia empat puluh lima memiliki tiga puluh lima atau empat puluh tahun kapasitas produktif yang masih di depan. Tidak satu pun dari angka-angka itu kecil. Keduanya terbatas. Apa yang akan kamu lakukan dengan apa yang tersisa?

Pertanyaan Investasi

Setiap hari adalah investasi. Kamu memasukkan dua puluh empat jam ke dalam sesuatu. Pertanyaannya bukan apakah kamu berinvestasi — kamu selalu melakukannya. Pertanyaannya adalah apakah kamu berinvestasi dengan sengaja, dalam hal-hal yang akan berlipat ganda seiring waktu menuju arah tujuanmu, atau secara tidak sengaja, dalam hal-hal yang nyaman dan diam-diam mengonsumsi sumber daya yang tidak bisa digantikan.

*<i>Mulailah. Secara tidak sempurna.
Sekarang. Karena nanti bukan musim yang
datang. Itu adalah kisah yang kamu ceritakan
kepada dirimu sendiri tentang mengapa hari
ini tidak cukup.</i>*

Refleksi

→ Jika kamu jujur melihat bagaimana kamu menghabiskan minggu lalu, apa yang diungkapkan pola investasi itu tentang prioritas sebenarnya?

→ Apa yang telah kamu katakan akan kamu lakukan 'nanti' yang kamu ketahui, dengan jujur, seharusnya dimulai sekarang?

→ Dalam sepuluh tahun, apa yang kamu harapkan sudah kamu mulai hari ini?

<i>Aku akan menginvestasikan waktuku dengan sengaja. Bukan karena aku memiliki kelimpahannya, tapi karena aku tidak. Mulai sekarang.</i>

PENUTUP: PERJALANAN TIDAK BERAKHIR DI SINI

Kita mulai, jika kamu ingat, dengan pertanyaan tentang setoran satu juta dolar yang datang di malam hari. Setoran itu masih ada. Kehidupan yang diberikan kepadamu — hadiah luar biasa, tak tergantikan, sarat tujuan ini — masih menunggu kamu untuk memahaminya sepenuhnya dan menggunakannya dengan sengaja.

Inilah yang aku harap kamu bawa dari buku ini: kamu bukan kebetulan. Kamu adalah setoran — yang dibuat dengan sengaja, oleh Pemberi yang memiliki tujuan dalam pikiran, ke lokasi tertentu dalam sejarah, dengan pengkabelan tertentu, untuk kontribusi tertentu yang hanya bisa kamu buat.

<i>Kamu punya kendaraan. Rawatlah.</i>

<i>Kamu punya jalur. Kenalilah.</i>

<i>Kamu punya kehidupan — dan ya, itu biasa dalam banyak jamnya, dan itu bukan kegagalan. Itu adalah tekstur bagaimana hal-hal nyata dibangun. Satu Kamis yang setia demi satu. Satu pilihan tidak glamor demi satu. Satu percakapan, satu keputusan, satu tindakan kecil keberanian demi satu.</i>

Kamu bukan orang pertama yang mengalami ini. Dan kamu tidak akan menjadi yang terakhir. Tapi kamu bisa menjadi salah satu yang melewatinya dan berbalik untuk membantu.

Itulah perjalanannya. Itulah kehidupan. Kamu sudah ada di dalamnya. Jangan lewatkan begitu saja.



— Timilehin Idowu

Festac Town, Lagos, Nigeria

2026

AUDIT KEHIDUPAN 30 HARI

<i>Karena membaca tanpa melakukan adalah cara kita tetap nyaman dan tidak berubah.</i>

MINGGU 1 — Ketahui Apa yang Kamu Miliki

Hari 1–3: Audit Kehidupan

Tuliskan tiga cara kamu telah memperlakukan hidupmu sebagai sekunder terhadap sesuatu yang lain. Apa biayanya? Sekarang tuliskan tiga cara kamu akan memperlakukannya sebagai utama minggu ini. Buat satu janji — dokter, hari istirahat, satu jam keheningan yang disengaja.

Hari 4–7: Audit Karunia

Duduk sendirian selama satu jam. Tidak ada ponsel. Tanya: Apa yang aku bawa yang terasa alami bagiku tapi tampaknya sulit bagi orang lain? Tuliskan semuanya. Jangan saring apa pun.

MINGGU 2 — Ketahui Siapa Dirimu

Hari 8–10: Petunjuk yang Tidak Dipilih

Teliti fakta-fakta yang tidak kamu pilih dalam hidupmu — kisah orang tuamu, keadaan kelahiranmu, di mana kamu tumbuh. Tuliskan satu kalimat yang menghubungkan asal-usulmu dengan kemungkinan tujuan.

Hari 11–14: Audit Pilihan

Daftarkan lima pilihan besar yang telah kamu buat dalam lima tahun terakhir. Untuk masing-masing: apakah pilihan ini datang dari siapa aku, atau dari siapa yang aku takuti bukan diriaku?

MINGGU 3 — Bangun Apa yang Penting

Hari 15–17: Audit Kontribusi

Tanyakan kepada seseorang: 'Apa menurutmu yang aku secara unik baik?' Dengarkan tanpa membela. Identifikasi seseorang yang membutuhkan sesuatu yang kamu miliki. Berikan minggu ini.

Hari 18–21: Audit Ketangguhan

Tantangan apa yang kamu hadapi sendirian yang seharusnya tidak kamu hadapi sendirian? Namai. Namai satu orang yang harus tahu tentangnya. Beritahukan.

MINGGU 4 — Jalani Perjalanan

Hari 22–25: Audit Pengampunan dan Syukur

Siapa yang perlu kamu maafkan — secara retroaktif? Tuliskan namanya. Tuliskan apa biayanya. Kemudian tulis: 'Aku melepaskan ini.' Mulailah praktik rasa syukurmu.

Hari 26–28: Pertanyaan Warisan

Tuliskan pernyataan tujuanmu. Selesaikan kalimat ini: 'Hidupku membuat dunia lebih baik dengan _____. ' Namai satu

orang di generasi di belakangmu yang mengawasimu. Apa yang ingin kamu biarkan mereka lihat?

Hari 29–30: Pembaruan Komitmen

Tinjau 30 hari terakhir. Apa yang berubah? Apa yang dimulai? Apa yang kamu bawa secara berbeda? Tetapkan tujuan karakter dan tujuan 90 hari.



*<i>Aku tidak hanya akan membaca tentang kehidupan.
Aku akan menjalaninya — dengan sengaja, berani,
sepenuhnya.</i>*

TENTANG PENULIS

Timilehin Idowu — Timi bagi mereka yang mengenalnya — adalah suami dari Oluwakemi, ayah dari tiga anak luar biasa (Mojolaoluwa, Olaoluwatitomi, dan Oluwafoyinsolami), dan salah satu pendiri Flourish Playhouse, salah satu sekolah dasar terbaik Lagos, yang berlokasi di Festac Town.

Dia melayani sebagai Pendeta di Worship Nation International Church, Festac Town, dan mencurahkan diri dalam kehidupan anak-anak muda sebagai mentor, pembicara, penyelenggara Teenspreneurship, dan penulis transformasional. Misinya: membantu anak-anak muda menemukan tujuan mereka, membangun karakter mereka, dan mengejar kebesaran dengan hikmat, kejelasan, dan jenis iman yang tidak goyah.

Dia menemukan dirinya sendiri pada 9 Juni 2023, berdiri di atas panggung tempat perjalanannya sendiri dimulai. Semua yang terjadi sejak saat itu adalah upaya untuk menyelamatkan orang lain dari menunggu selama yang dia tunggu.



timijos@yahoo.com | medewheidowu@gmail.com | +234 703 055 5256

Tidak ada yang memberitahumu bahwa ini akan terasa seperti ini. Tapi sekarang, di halaman-halaman ini, kita akan membicarakannya dengan jujur — karena kehidupanmu adalah deposito yang disengaja, dibuat oleh Pemberi yang memiliki tujuan dalam pikiran untukmu.

Buku ini untuk remaja yang brilian tapi tidak cocok dengan cetakan yang disetujui. Untuk orang yang mencapai semua yang seharusnya tapi masih merasa kosong. Untuk siapa pun yang bertanya: mengapa aku di sini, dan apa yang seharusnya aku lakukan dengan ini?