

**

Menumbuhkan Harapan
<div align="justify">Jumlah korban COVID 19 terus bertambah, hampir menembus angka 9000 orang, dan penyebarannya semakin hari semakin luas ke daerah lain seluruh Indonesia.
Benarkah harapan itu sirna? Tentu saja tidak.
Harapan itu selalu ada selama kita terus berikhtiar dan berupaya untuk mencegahnya. Pandemi ini akan berlalu jika kita mengambil keputusan yang tepat dan melakukan tindakan nyata untuk mencegah penyebarannya. Namun sebelum terwujud menjadi tindakan nyata, harapan itu sesungguhnya adalah buah dari pikiran kita yang positif. Disinilah Martin Seligman (Authentic Happiness,2002), penggagas gerakan psikologi positif menekankan pentingnya menjaga optimisme ketika kita menghadapi krisis atau masalah.

Tiga pikiran yang membedakan orang yang optimis dengan orang pesimis.
Pertama, orang optimis akan melihat masalah atau krisis yang dihadapinya sebagai garis turun sementara saja dalam grafik kehidupannya. Sementara orang yang pesimis melihat masalah atau krisis yang dihadapinya sebagai garis garis turun selamanya dalam graifik kehidupannya.
Kedua, orang yang optimis membatasi krisis yang dihadapinya agar tidak meluasa kebidang lainnya. Sedangkan orang yang pesimis sering menganggap krisis pada satu dimensi hidupnya bakal melebar pada dimensi lainnya.
Ketiga, orang optimis bersikap objektif dalam melihat masalah yang dihadapinya, sementara orang yang pesimis selalu menisbahkan masalah hanya pada dirinya semata.

Jadi, seorang muslim harus meletakkan ambisinya dalam keadaan i♦tidal atau seimbang, yaitu seimbang antara dunia dan akhiratnya. Jangan sampai cenderung hanya pada salah satunya saja, yakni, terlalu berambisi pada dunia hingga lupa akhirat, atau bahkan sebaliknya, terlalu berambisi pada akhirat hingga lupa dunia. Allah SWT telah mengajarkan hamba-Nya untuk menyeimbangkan antara dunia dan akhirat.
</div>
**