



KUMPULAN PUISI

untuk
JIWA



R.T. KALALO

Kumpulan Puisi
UNTUK JIWA

Pasal 113 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta:

- (1) Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
- (2) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
- (3) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
- (4) Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

KUMPULAN PUISI

untuk
JIWA

R.T. KALALO



KUMPULAN PUISI UNTUK JIWA

R.T. Kalalo

ISBN 978-623-6738-89-4 (PDF)

© 2023 Penerbit **Airlangga University Press**

Anggota IKAPI dan APPTI Jawa Timur
Kampus C Unair, Mulyorejo Surabaya 60115
Telp. (031) 5992246, 5992247
E-mail: adm@aup.unair.ac.id

Redaktur (Sarah Khairunnisa)
Layout (Bagus Firmansah)
Cover (Erie Febrianto)
AUP (1399/01.24)

Hak Cipta dilindungi oleh undang-undang.
Dilarang mengutip dan/atau memperbanyak tanpa izin tertulis
dari Penerbit sebagian atau seluruhnya dalam bentuk apa pun.

Prakata

Buku kumpulan puisi 'Untuk Jiwa' ini sesungguhnya adalah tempat menuangkan pengalaman penulis dalam upaya memahami jiwa dan kehidupan. Tulisan di buku ini juga terangkat dari berbagai sari kisah orang-orang berpengharapan yang berinteraksi bersama penulis dalam usaha memahami diri dan perjuangan untuk bangkit kembali. Dalam segala keterbatasannya, kiranya berbagai tema tentang jiwa ini bisa mewarnai kognisi pembaca dengan semua tujuan positif, yang kiranya bertumbuh berkembang dari keindahan pikiran dan perasaan para pembaca sendiri, yang semoga kemudian dapat memperkaya, membangkitkan, dan menghidupkan – menjadikan tidak terbatas.

Jiwa kita menyatu bersama raga dalam memahami bermacam pengalaman sejak proses diri kita di masa kandungan hingga ke akhir hayat. Jiwa kita pun mendapatkan pengalamannya dari pengasuhan dan berbagai langkah bersama orang-orang di sekeliling kita. Namun bukan hanya jiwa dan raga kita yang berproses dan berinteraksi dengan sesama kita, kita pun semestinya memerhatikan alam tempat kita berada. Alam yang menjadi tempat mandat bagi kita untuk mengolahnya juga melestarikannya. Relasi kita bersama bumi kita ini tampaknya sangat memengaruhi kesejahteraan jiwa kita. Beberapa puisi di buku ini juga tersaji guna menggerakkan jiwa melestarikan bumi.

Di sepanjang hari kita berpikir, berperasaan, dan berperilaku. Peristiwa-peristiwa kecil dan besar mengintegrasikan kebahagiaan dan kesedihan, serta aneka perasaan yang membuat kita bertanya, mengambil keputusan, beradaptasi, dan terus berjuang. Bagi beberapa orang, kebingungan, pencarian terus menerus, dan ketiadaan jawaban masih terus menggelayut banyak waktu pemikiran dan perasaan. Hal-hal yang timbul dari keputusan-keputusan mungkin sempat mengisi bagian pikiran kita, beberapa diantaranya masih ada, bahkan tersembunyi dalam obsesi di jiwa. Sesungguhnya kasih karunia saja kita bertahan dalam rumit kompleksitas kehidupan saat ini. Kasih karunia yang nyata dalam usaha terus berjalan. Buah perjalanan bagi jiwa yang terus bertekad maju adalah selalu ada harapan. Harapan yang selalu kita idamkan adalah kedamaian kesejahteraan jiwa di tengah berbagai masalah kehidupan sehari-hari dan pengaruh peristiwa di sekitar kita. Kita terus bergerak naik, meski naik turunnya perasaan selalu ada, kita tetap maju dan naik di grafik kehidupan kita.

Di dunia yang mungkin berat bergumul mengenai arti persahabatan dan keluarga, mungkin karena masih didera kecewa dan trauma, sebenarnya tetap memiliki sumber daya terang yang terus ada tentang dukungan yang bisa tiada habisnya dari para sahabat dan keluarga yang setia, mereka yang rela menolong dan mengangkat jiwa-jiwa yang lelah. Tercetusnya upaya kesehatan jiwa merupakan harapan kita semua dalam menyejahterakan jiwa manusia. Dalam asa para pekerja bidang kesehatan jiwa, ternyata kerasnya kerja menjadi bagian yang harus rela diterima saat stigma masih saja berukuran raksasa. Kemudian datanglah pandemi yang sungguh-sungguh menguji kita semua. Ujian yang kita hadapi dalam tangis karena bertubi-tubinya kehilangan dan nuansa hitam kematian. Ujian besar bagi jiwa, ujian besar bagi kemanusiaan di seluruh dunia. Buku ini tidak ingin menyajikan positifitas toksik namun berupaya jujur membawa segala kelemahan dan juga kekuatan, mengusulkan visi, cita-cita, gerak maju di keluarga, di kerja, di seni, di lestarinya alam, di kedisiplinan, mengupayakan penerimaan diri, mengasihi diri, dan mengasihi sesama, upaya nyata bersama di keharmonisan, iman, pengharapan, dan kasih. Kiranya usulan ini berkenan bagi para pembaca semua.

Suatu kehormatan bagi penulis beroleh kepercayaan dalam proses menolong jiwa-jiwa di bidang profesi keseharian penulis terkait kesehatan jiwa. Bagi mereka jugalah buku ini disajikan. Terima kasih.

Dalam karya ini, dengan segala kerendahan hati, dengan doa yang terpanjang, mengantar tujuan penulis bahwa kiranya ada satu, dua, atau beberapa baris kata yang dapat memberikan manfaat, inspirasi, memperkaya jiwa, dan membangkitkan harapan, serta menghidupkan semangat di jiwa kita semua, Amin. Mohon maaf bila terdapat kekurangan dalam karya ini. Terima kasih.

Selamat berjuang jiwa dan raga. Semua rasa syukur hanya bagi Tuhan, sang penyembuh jiwa dan raga dan semua. Terima kasih.

Sidoarjo, November 2022

Salam sehat jiwa,

Salam hormat,

Salam kasih,

R.T. Kalalo

Daftar Isi

Prakata	v	Menerima	39
Alam Ayu Mewangi	1	Gemerlap Jiwa	40
Kedamaian Jiwa	2	Makanan Jiwa	41
Ancaman Nyata Terasa	3	Disiplin	42
Pilihan Bagi Pemegang Lentera	4	Panggilan Terindah	43
Mempertanyakan Penderitaan	5	Hati ke Abadi	44
Teman Setia	6	Syukur di Hari Ini	45
Manusia Istimewa	7	Menentukan Dasar	46
Terapi Seni	8	Ingat Segera	47
Makna Pengasuhan	9	Insomnia	48
Perjuangan Keindahan	10	Hari yang Baru	49
Warna Indah	11	Berdamainya Diri	50
Waktu Disiplin	12	Konsultasi	52
Pengendalian Diri	13	Obsesi	53
Rimba Lestari	14	Ingatan Memerdekakan	54
Menari Memeluk Bumi	15	Di Cerita Bangsa Itu	55
Rencana Masa Depan?	16	Bangunan Jiwa	56
Malam waktu pandemi	18	Berpadu Harmoni	57
Perjalanan Berarti	20	Perubahan Inti	58
Menuju Menang	21	Perubahan Kepribadian	60
Kemanusiaan Cemerlang	22	Ketetapan Hati	61
Kertas Karya	24	Menuntaskan Tugas	62
Setia Berkarya	25	Memori Bersama Janji	63
Warisan	26	Tulisan merdeka	64
Kerja	27	Olah Raga	65
Terapi Kerja	28	Tidur	66
Karunia Berhitung	29	Bahagia Sederhana	67
Menata Materi Bijaksana	30	Jiwa Pemenang	68
Kisah Keseharian	31	Melatih ke Sempurna	69
Firman	32	Seuntai kata – kata abadi	70
Selangkah	33	Asa Jiwa	71
Kepada Jiwa	34	Cita – cita	72
Ilmu Jiwa	35	Kehidupan Baru	73
Memandu Jiwa	36	Selamat Berjuang Jiwa Raga	74
Luka – luka	37	Tentang Penulis	75
Visi	38		

