

Seri Psikologi Populer

KAYA MISKIN *(bisa)* HIDUP BAHAGIA

Cara praktis membebaskan diri dari derita hidup.

Ign. Gatut Saksono



Ampera Utama
Penerbit



Buku Kaya Miskin (Bisa) Hidup Bahagia kami terbitkan karena banyak orang yang terjebak dalam mencari hidup bahagia. Mereka banyak tersesat, dengan cara apa pun berusaha mendapatkan “rasa bahagia sejati”. Hasilnya kemudian, mereka tidak menemukan apa yang diharapkan, mereka hanya menemukan sebuah “kebahagiaan seolah-olah” atau kebahagiaan semu, akibatnya mereka terpaksa harus mengembara lagi dengan melewati berbagai lorong penderitaan hidup. Atau kalau ternyata dapat menemukannya, kebahagiaan itu hanya

sementar, bagaikan seorang pengembara yang datang ke warung untuk mampir ngombe (minum). Setelah dahaga hausnya terpuaskan mereka akan pergi dan beberapa saat kemudian akan haus lagi.

Setiap orang memang pernah dihampiri “rasa bahagia”. Sebentar dan tidaknya “rasa bahagia” itu mampir atau bertahan, tergantung pada tingkat rohani orang bersangkutan, demikian pula kualitas “rasa bahagia” yang ada pada orang tertentu. Kebahagiaan dan penderitaan datang dan pergi silih berganti. Apakah kebahagiaan atau penderitaan yang akan lebih mendominasi di sepanjang kehidupan anda? Tergantung kepada kualitas spiritualitas yang telah anda capai, juga kepada pengetahuan anda untuk mengenal misteri hidup yang anda jumpai di dunia yang fana ini.

Buku ini mau membantu menjawab persoalan yang sedang anda hadapi. Kami mengingatkan bahwa banyak orang terjebak dalam kebahagiaan palsu (fatamorgana). Kebahagiaan mereka pikir “bisa dibeli” dengan usaha mencari kekayaan sebanyak mungkin, pangkat setinggi mungkin, dan hubungan seks senikmat mungkin. Padahal kebahagiaan itu secara individual dapat diperoleh secara sederhana dan gampang, sehingga si miskin dan si bodoh bisa mendapatkan kebahagiaannya yang sejati. Salah satu cara untuk mendapatkan hal itu adalah terletak pada kesungguhan atau kemampuannya dalam menghadirkan cintanya kepada manusia, kepada sesama makhluk hidup lain, dan dengan sendirinya kepada tuhanNya.



Ampera Utama
Penerbit

ISBN : 978-602-98888-2-9



Daftar Isi

Pengantar	iii
Daftar isi	vii
Pendahuluan	1
BAB I: Pandangan Yang Salah Tentang Kebahagiaan	5
A. Mengejar kebutuhan hidup atau mencari hidup bahagia.....	5
B. Kebahagiaan tidak sama dengan keberhasilan hidup duniawi	31
C. Sebab-sebab tidak hadirnya kebahagiaan	41
1. Iri hati	41
2. Kemiskinan	45
3. Keserakahan	52
4. Ketersendirian (kesepian)	56
5. Adanya penderitaan orang lain	67
BAB II: Resep hidup bahagia	73
A. Ajaran Sidharta Gautama	73
B. Ajaran dalam kearifan lokal	80
C. Ajaran dalam wayang	106
BAB III: Kebahagiaan Palsu di Era Globalisasi	123
A. Mengembangkan gaya hidup konsumeris dan budaya materialistik	123
B. Mengonsumsi Narkoba dan kenikmatan hidup	140

BAB IV: Kebahagiaan Hadir dalam Cinta	147
A. Apakah itu cinta	147
B. Berlatih untuk dapat mencinta	161
Penutup: Kebahagiaan hadir dan dihadirkan secara otomatis dalam masyarakat adil sejahtera; laku mistik	177
Daftar Pustaka	191
Lampiran	194
Riwayat Hidup Pengarang	199