

Luf Letter

Catatan Cinta Untuk Sesama

Lisa Adhrianti

Akademisi (dosen) Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Politik (FISIP) Universitas Bengkulu (UNIB). Lahir di Bengkulu, 30 September 1982. Lisa Adhrianti, atau dikenal dengan sapaan Lisa Ummu Firdauzi (#LUF) adalah seorang ibu dari tiga orang anak (2 laki-laki dan 1 perempuan). Pencapaian akademik dalam bidang ilmu komunikasi membuatnya pernah menggeluti berbagai profesi lain, seperti Penyiar RRI Pro 2 Bengkulu, Master of Ceremony, Moderator, dan staf ahli politisi DPR RI bidang media.

Menempuh pendidikan S1 di Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Islam Bandung, S2 dan S3 Ilmu Komunikasi FISIP Universitas Indonesia (UI) Jakarta. Saat ini menjabat sebagai Wakil Dekan Bidang Sumber Daya FISIP UNIB, selain sebagai tim pendiri Lembaga Riset dan Konsultan Publik Rafflesia Riset Parameter sejak tahun 2019 untuk bidang Branding dan Kehumasan. Aktif dalam asosiasi keilmuan sebagai Ketua Departemen bidang Kerjasama Pengurus Pusat Asosiasi Pendidikan Tinggi Ilmu Komunikasi (ASPIKOM) periode 2022-2025, Pengurus Pusat Ikatan Sarjana Komunikasi Indonesia (ISKI) periode 2022-2025, Wakil Ketua Umum Bidang Teknologi, Informasi, Komunikasi dan Transformasi Sosial Pemuda Ikatan Cendekian Muslim Indonesia (ICM) Orwil Bengkulu, serta merupakan seorang pembicara publik dan trainer Public Speaking tersertifikasi yang dipercaya sebagai Ketua DPD Indonesian Professional Speaker Association (IPSA) Bengkulu periode 2022-2027. Ketertarikan pada penanganan tembakau menjadikan peran aktif pula dalam Aliansi Akademisi Komunikasi Indonesia untuk Pengendalian Tembakau (AAKIPT).

Penulis dapat dihubungi lebih lanjut melalui email : lisa.adhrianti@gmail.com, FB: Lisa Adhrianti, IG @lisaadhrianti, Email: lisaadhrianti@unib.ac.id.

-Lisa-LUF-

Lisa Adhrianti

Luf Letter Catatan Cinta Untuk Sesama

Luf Letter

Catatan Cinta Untuk Sesama

LUF LETTER

Catatan Cinta Untuk Sesama

Penulis:
Lisa Adhrianti



LUF LETTER - Catatan Cinta Untuk Sesama

Penulis :

Lisa Adhrianti

Tim Penerbit Andhra Grafika

Editor : Lisa Adhrianti

Desain Cover : Andhra Grafika

Cetakan Pertama, Maret 2023
viii + 116 Halaman; 148 mm x 210 mm

ISBN : 978-623-8068-16-6

Anggota IKAPI No. 011/BENGGKULU/2023

Copyright © 2023 by Andhra Grafika

All Right Reserved

Hak cipta dilindungi undang-undang
dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau
memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa izin tertulis dari penerbit.

Penerbit Andhra Grafika

Jl Dr AK Gani No. 63 Kel. Dusun Curup,

Kec. Curup Utara

Kab Rejang Lebong – Bengkulu Kode Pos: 39119,

CP.WA. +62853 7733 1500 Email

andhragrafika@gmail.com

www.andhragrafika.com

PRAKATA

Segala puji hanya bagi Allah Azza Wajalla. Alhamdulillahirabbil a'lamin kesempurnaan hanya MilikNYA, berkat perkenanNYA lah goresan tulisan ini tercipta melalui jari saya dan dihadirkan untuk insan lain sebagai pembaca. Begitu pula teladan kehidupan Rasul terbaik Muhammad SAW yang pembelajarannya masih belum konsisten untuk ditunaikan namun pengakuan atas risalahnya selalu terpatri dalam diri ini.

Banyak pemantik yang membuat buku sederhana ini hadir ke hadapan. Keyakinan tentang bekal manfaat dunia akhirat, serta gurauan cerita takdir yang menghampiri hingga empat puluh tahun usia kehidupan membuat saya ingin mengambil peran kecil bagi diri sendiri dan sekitarnya.

Terima kasih atas perjumpaan berbagai sudut kehangatan juga kedukaan, terima kasih dari peran-peran yang tidak pernah pergi meninggalkan dan tentu terima kasih diriku yang telah berani mencurahkan untaian kata yang disebut dengan bacaan cinta ini.

Simbol #LUF yang tertera dalam judul buku "LUF LETTER-Catatan Cinta untuk Sesama" merupakan ungkapan cinta sepanjang masa untuk semua. Tulisan seorang Lisa Ummu Firdauzi (LUF) yang diambil dari anjuran bagi seorang ibu untuk menisbatkan panggilan namanya kepada nama anak pertama laki-lakinya.

Kata #LUF yang menjadi singkatan juga bermakna cinta atau Love bagi siapapun yang menikmatinya hingga terangkai dalam catatan harian (daily notes) bagai surat pendek yang disebar

melalui akun Instagram @lufletter dan @lisaadhrianti hingga berjumlah 111. Saya anggap jumlah 111 adalah sebagai awal untuk kembali tegak melangkah tegar, awal untuk memotivasi sesama dan awal untuk melanjutkan catatan hingga jari-jemari ini kembali kehadapanNYA.

Inspirasi #LUF hadir dari kesukaan saya menyimpan catatan motivasi dari berbagai sumber di media sosial yang biasanya diposting ulang sebagai pengingat diri. Ada pikiran, tentu bukan hanya saya saja yang melihat dan sepakat dengan kata-kata mereka, lalu jika semua insan banyak menyimpan, mengingat dan mengaplikasikannya sebagai bekal perjalanannya di dunia sungguh hal itu insyaaAllah menjadi amalan pahala yang kembali kepada penulisnya.

Goresan #LUF adalah upaya memotivasi yang banyak berasal dari kandungan ayat suci Al-Quran, hadist Rasulullah, ungkapan rasa serta prinsip pribadi. Awal dihadapkannya pada momentum Ramadhan di tahun 2020 setiap hari sebagai santapan jiwa bagi sesama yang dapat dibaca menemani waktu berbuka, sahur ataupun ketika iseng berselancar di media sosial.

Benarlah kata pepatah bahwa tidak perlu merasa besar untuk menjadi besar, tidak perlu ragu untuk menyumbang kebaikan meski merupakan hal yang kecil sekalipun, dan tidak perlu takut untuk menjadi penulis, kata seorang sahabat yang pernah memotivasi saya untuk menulis cerita pendek.

Kisah perjalanan sebagai penulis belumlah panjang. Rumah pertama tulisan saya adalah komunitas menulis di @books4care yang menantang untuk menulis antologi memoar It's Me di tahun 2019, berkat dorongan dari dosen muda kampus yang peduli dan

yakin akan kemampuan saya, terima kasih Meiselina yang telah kembali mempertemukan saya dengan kenalan lama yang juga pendiri @books4care Lufti Avianto, aah sempitnya dunia. Lalu kemudian di tahun yang sama hadir kembali dua antologi fiksi “Yang Paling Membuat Kita Bahagia” dan “Tidak pernah ada yang sia-sia” sebagai hasil interaksi saya dengan creator digital, penulis muda inspiratif Robi Afrizan melalui project @nulisbarengrobi. Hingga akhirnya sampailah saya pada muara antologi cerpen “Memeluk Harapan” di tahun 2021 berkat tantangan kembali dari Books4care sehingga sayapun bisa menjawab harapan dari mentor tegas pak Dr. Alfarabi, MA.

Selanjutnya publikasi cerpen lain “Hati Hawa” berhasil dimuat di surat kabar lokal Bengkulu Ekspres di tahun yang sama, dan juga telah terangkai dua puluh empat (24) tulisan pendek berbentuk *flash fiction* dan cerpen format digital yang terpublikasi di kinaraya.com hingga tahun 2022 lalu. Banyak doa kebaikan untuk mbak Iecha, editor Kinaraya yang telah repot melayani saya yang ketagihan namun kerap bikin deg-degan karena drama penawaran limit pengumpulan tulisan.

Tahun 2023 ini dianggap tepat untuk kembali merangkai karya melalui publikasi LUF LETTER untuk menjawab tantangan dari adinda Dita Verolyna yang menginginkan saya memiliki buku sendiri, dan berkat telaah susunan jumlah catatan dari Fathiyah Jannah (Tiya), anak didik saya yang tidak pernah menyerah untuk belajar itu akhirnya buku ini dapat dinikmati.

Terima kasih untuk segala doa tulus yang tidak pernah berhenti dari orang-orang yang mencintai, kedua orang tua terkasih Papa Atuk dan Mama Anun, tiga putra putri tercinta Auzi, Andra, Afifa, segenap

keluarga besar, dan rekan-rekan terbaik di sekitar yang telah terhubung selama ini.

Selalu banyak cinta untuk kalian yang menyukai dan membenci. Semoga karya ini dapat memberi sedikit sumbangsih bagi penyegaran hati sebagai bentuk komunikasi rasa yang sesungguhnya.

Salam Cinta,
Bengkulu, Maret 2023

Lisa #LUF

PERSEMBAHAN

Teruntuk....
Semua sinaran dalam lingkaran
ALLAH Azza Wajalla
Papa Atuk, Sudirman Ansyar dan Mama Anun,
Djusmalinar
Andi Muhammad Firdauzi Musawal
Andi Muhammad Ramadhan Al Anshar
Andi Afifa Nur Asyura

“Energi terbaik itu lahir dari jiwa yang tidak pernah
meninggalkan dan hati yang selalu lapang menerima
alur perjalanan” #LUF 20032023

Daftar Isi

PRAKATA.....	iv
Persembahan	viii
Daftar Isi.....	ix
#LUF @lufletter DAILY NOTES	1
1st Daily Notes.....	2
2nd Daily Notes.....	3
3rd Daily Notes.....	4
4th Daily Notes.....	5
5th Daily Notes	6
10th Daily Notes	11
20th Daily Notes	21
30th Daily Notes	31
40th Daily Notes	41
50th Daily Notes	51
60th Daily Notes	61
70th Daily Notes	71
80th Daily Notes	81
90th Daily Notes	91
100th Daily Notes	101
110th Daily Notes	111
Profil Penulis	113



#LUF

@lufletter

DAILY NOTES





1st Daily Notes

Jika tempat suci teristimewa Aqsa saja masih Allah beri ujian bertubi-tubi hingga tangisan, jihad, dan syahid saudara muslim di Palestina tidak pernah berhenti. Maka patutkah kita menangi segala ujian/musibah yang sebenarnya adalah tanda Tuhan sangat menyayangi kita? Jihad apa yang dilakukan untuk selalu berprasangka baik atas ketetapanNya?

#LUF

@lufletter





2nd Daily Notes

Kebahagiaan tidak akan pernah dirasakan
kecuali dengan memilih untuk
merasakannya dalam keadaan apapun
sebagai bentuk syukur sehingga nikmat
itupun bertambah-tambah.

#LUF

@lufletter





3rd Daily Notes

Hubungan (pertemanan/pasangan) itu bukan hanya tentang memupuk kecocokan (*Chemistry*) dengan berbagai kesamaan dan kesenangan, namun juga tentang menjaga ikatan dengan iman dan keterbukaan agar dapat saling mengingatkan untuk bersama menyempurnakan.

#LUF

@lufletter





4th Daily Notes

Memelihara rasa malu adalah sebagian
dari iman

Malu jika tidak bisa memberikan yang
terbaik,

Malu jika tidak jujur,

Malu jika mencuri dan berkhianat,

Malu jika tidak ingat jasa dan kebaikan
orang lain,

Malu jika tidak pandai menempatkan diri

Kurang menjaga malu adalah bentuk
penentangan pada Tuhan. Summa
Naudzubillah!

#LUF

@lufletter





5th Daily Notes

Memaknai kebangkitan dengan tekad untuk menjadi lebih baik dari sebelumnya dengan melupakan segala hal buruk/kegagalan/kesakitan sebelumnya untuk kemudian optimis melangkah tegak, berkarya, beramal, dan bermanfaat lebih banyak dari sebelumnya.

#LUF

@lufletter





6th Daily Notes

Kedzaliman itu bukan melulu tentang orang lain namun kerap terjadi untuk diri sendiri, untuk itu evaluasi diri selalu diperlukan agar kita bisa kembali pada jalan yang diridhoi-Nya. Jika mudah zalim pada diri sendiri maka cenderung ringan pula menjadi zalim kepada orang lain, begitu pula sebaliknya.

#LUF

@lufletter





7th Daily Notes

Segala ujian adalah jalan untuk menempa kekuatan lebih banyak. Sebagaimana difirmankan : “Allah menimpakan kesedihan demi kesedihan agar kamu tidak bersedih hati (lagi) terhadap apa yang luput darimu dan terhadap apa yang menimpamu. Allah Maha Teliti terhadap apa yang kamu kerjakan” (Q.S Ali Imran:153).

#LUF

@lufletter





8th Daily Notes

Jadilah orang pertama yang selalu mengakui perasaanmu sendiri mesti tidak semua orang bisa menerimanya. Yang tulus pasti akan tetap memahami dan tidak akan pernah meninggalkanmu karena bisa jadi dalam sebuah keburukan ada kebaikan yang banyak.

#LUF

@lufletter





9th Daily Notes

Ketika semakin sulit menemukan orang-orang yang dapat dipercaya disekitarmu, serahkan pada sang Maha Kuasa dan tetap percayalah pada dirimu sendiri karena kita tidak berkuasa menggerakkan hati manusia. Maksud baik tidak akan menjadi sampah.

#LUF

@lufletter





10th Daily Notes

Mencari kebijaksanaan pada jalan-jalan
yang dihinggapi muatan iman dan
ganjaran, lebih berharga daripada
memilih jalan yang dipenuhi kenyamanan
serta kesenangan semata.

#LUF

@lufletter





11th Daily Notes

Ketika harus tersembunyikan karena keterbatasan fisik, nikmati saja dan tampillah dengan kekuatan lain yang bisa mengalirkan manfaat apapun itu sebagai upaya untuk tetap memelihara syukur.

#LUF

@lufletter





12th Daily Notes

Penentu kesuksesan bukan hanya masalah seberapa besar usaha nyata, namun seberapa baik bisa berusaha bertakwa.

#LUF

@lufletter





13th Daily Notes

Tidak ada yang lebih berharga dari sebuah penjagaan langit atas setiap tindak tanduk kita. Berprasangka baiklah kepada Allah atas apapun yang dialami.

#LUF

@lufletter





14th Daily Notes

Semua pasti menantikan akhir kesudahan yang baik di dunia ini dan Allah menjanjikan masa itu sesuai dengan kebiasaan seseorang. Perbanyaklah kebiasaan baik, terlebih jika tengah dalam kesendirian.

#LUF

@lufletter





15th Daily Notes

Langkahmu adalah citamu...

Lakumu adalah takdirmu...

Laramu adalah ujianmu...

Maka memelihara laluan dalam kehendak
Tuhan adalah jalan yang menyelamatkan
hingga tujuan.

#LUF

@lufletter





16th Daily Notes

Kesetiaan adalah milik jiwa-jiwa yang berkelas. Dia bangun dari komitmen dan konsistensi tanpa batas dan tanpa syarat. Jadilah pribadi yang setia untuk siapapun yang telah mempercayaimu.

#LUF

@lufletter





17th Daily Notes

“Lakukan semua itu dengan cinta kasih.
Perbuatan dari hati akan sampai ke hati.

Rasulullah telah mencontohkan
bagaimana ia memperlakukan sahabat-
sahabatnya. Abu Bakar yang lemah
lembut, Umar yang keras dan tegas,
Ustman yang santun dan sabar, serta Ali
yang pemberani. Karakter mereka semua
tidak diubah oleh rasul, hanya diarahkan
akhlakunya” (AAB:122).

#LUF

@lufletter





18th Daily Notes

Kunci kesuksesan adalah taufik...

Dia hidayah yang harus diminta, diupayakan dan dilakukan senantiasa agar tidak tercabut atau hilang. Hidayah tidak datang dengan sendirinya. Dia adalah hadiah dari Allah untuk hati yang lurus dan tulus.

#LUF

@lufletter





19th Daily Notes

Mengapa janji adalah hutang?

Karena itu adalah tawanan yang mengikat sang penjanji...

Berusaha melunasinya dengan mengingat, mengonfirmasi kemudian menepati adalah akhlak terpuji yang hanya dimiliki oleh orang-orang yang takut akan Tuhan.

#LUF

@lufletter





20th Daily Notes

Makna memanfaatkan menjadi tidak baik
ketika disematkan kepada makhluk
namun akan menjadi amal mulia jika
disematkan kepada Allah...

Termasuk memanfaatkan 10 hari dengan
kekuatan maksimal untuk meraih
kesempurnaan Dzulhijjah.

#LUF

@lufletter





21th Daily Notes

Sekarang kita lebih banyak diingatkan tentang “pulang” pada kabar duka yang hampir setiap hari diterima. Hanya terus meminta pulang dengan cara yang hanif dan dicintai menjadi modal paling berharga saat ini.

#LUF

@lufletter





22th Daily Notes

Ketika kita mampu mengikhlaskan nafsu untuk memenangkan ego terhadap apa-apa yang sangat diinginkan/disukai maka disitulah esensi pengorbanan dan Allah tidak pernah membiarkan jiwa-jiwa yang tulus tanpa balasan yang mengagumkan.

#LUF

@lufletter





23th Daily Notes

Meninggalkan orang-orang yang menjadikan agamanya sebagai permainan dan senda gurau belaka, serta mengingatkan sesama dengan Al-Qur'an merupakan perintah yang tertulis dalam surah Al-An'am:70.

#LUF

@lufletter





24th Daily Notes

Sesungguhnya apapun yang dijanjikan kepadamu pasti datang dan kamu tidak mampu menolaknya (QS. Al-An'am:134)

Jadi jalani ketetapan-Nya dengan lapang dada saja tanpa meletak harapan kepada makhluk.

#LUF

@lufletter





25th Daily Notes

Rumus berdoa : rendah hati, suara lembut, dengan rasa takut, penuh harap dan dibarengi berbuat kebaikan atau tidak membuat kerusakan di muka bumi (QS. AL-A'raf 55-56)

Berdoalah dengan sebenar-benar harap terbaik, tidak untuk memaksa karena manusia tidak mengetahui yang terbaik.

#LUF

@lufletter





26th Daily Notes

Akan dipalingkan dari tanda-tanda kekuasaan Allah setiap makhluk yang menyombongkan diri di muka bumi tanpa alasan yang benar (dalam hal syariat), meskipun mereka melihat tanda kekuasaan Allah tersebut (QS. Al-A'raf 146)

Kesombongan memang tidak berkait pada kemampuan makhluk untuk membelanjakan harta benda sesuai kebutuhan/kesenangannya. Kesombongan hanya pantas untuk menegakkan syariat-Nya yang Agung.

#LUF

@lufletter





27th Daily Notes

Rahmat kebaikan dunia dan akhirat akan ditetapkan kepada orang-orang yang bertakwa, menunaikan zakat, dan yang beriman kepada ayat-ayat Allah, yaitu mengikuti rasul, nabi yang ummi yang namanya didapati tertulis dalam Taurat dan Injil, yang menyuruh berbuat makruf, mencegah munkar, menghalalkan segala yang baik dan mengharamkan yang buruk, membebaskan beban dan belenggu umatnya (QS. 7:156-157)

Maka teguhlah dalam banyak kebaikan meski banyak kepahitan yang dihadapi.

#LUF

@lufletter





28th Daily Notes

Dan jika mereka berpaling maka ketahuilah bahwa sesungguhnya Allah pelindungmu. Dia adalah sebaik-baik pelindung dan sebaik-baik penolong (QS. Al-Anfal:40)

Berhenti mengeluh atas perlakuan siapapun yang tidak lagi memperdulikanmu, dan terus berjalanlah dalam keteguhan yang benar.

#LUF

@lufletter





29th Daily Notes

Sungguh, Allah tidak menyukai orang yang berkhianat/mengingkari janji (QS. Al-Anfal:58)

Perhatikanlah adab pergaulan terhadap sesama. Jangan mudah berpaling dari agama, keluarga, pasangan, teman baik, dan amanah pekerjaanmu karena semua adalah janji yang memuat pertanggungjawaban.

#LUF

@lufletter





30th Daily Notes

Orang-orang yang melampaui batas :
tidak memelihara hubungan kekerabatan
dengan orang mukmin, tidak
mengindahkan perjanjian, menghalang-
halangi dari jalan Allah (QS. At-Taubah:9-
10)

Kunci harmonisasi adalah evaluasi diri
dan seleksi sekitar untuk minta didekati
pada yang baik tulus dan dijauhi dari
yang modus dan ingkar.

#LUF

@lufletter





31th Daily Notes

Tidak akan menimpa kami melainkan apa yang telah ditetapkan Allah bagi kami, Dialah Pelindung kami, dan hanya kepada Allah bertawakallah orang-orang yang beriman (QS. At-Taubah:51)

Mempercayai hukum takdir merupakan kekuatan seorang mukmin, bukan karena kemampuan/kehebatan/kelemahan/kekurangan diri, melainkan karena ada Allah yang berkehendak terhadap setiap kejadian dalam hidup, cukup khusnuzon dan ikhlas menerimanya.

#LUF

@lufletter





32th Daily Notes

Bahagia hanya bisa didapat dari jalur kebenaran. Jika bukan melalui itu artinya hanya mendapatkan kesenangan bukan kebahagiaan. Kesenangan bisa menjadi kebahagiaan jika bersanding dengan kebenaran.

#LUF

@lufletter





33th Daily Notes

Melakukan kesalahan bukan menandakan ketidakmampuan, terkadang itu hanya momentum bahwa kita melakukan sesuatu yang terlalu menarik.

#LUF

@lufletter





34th Daily Notes

Sebaik-baik waktu adalah pada saat kita menyadari kekurangan diri sendiri dan pada saat kita menemukan seseorang yang mampu menerima kekurangan itu dengan tulus.

#LUF

@lufletter





35th Daily Notes

Rumus penting dari seorang panutan :
pertama luruskan niat, kedua wujudkan
sebaiknya, ketiga gunakan cara humanis.

Walaupun hasilnya tidak memuaskan
semua pihak, tapi rumus diatas sudah
standar untuk meyakinkan bahwa yang
kita lakukan sudah dalam *track* yang
benar.

#LUF

@lufletter





36th Daily Notes

Membahagiakan diri sendiri harus
diupayakan melalui:

Merayakan keberhasilan, Menyebarkan
pencapaian, Membagikan pengetahuan,
juga keuangan, Mengasihi sesama tanpa
berharap balasan.

#LUF

@lufletter





37th Daily Notes

Ilmu dari anak kecil:

Tidak mengenal dendam, kesabaran tak terbatas, tetap mencari dan mencintai meski sudah dimarahi, terbuka dan bisa bertanya apapun tanpa beban.

#LUF

@lufletter





38th Daily Notes

Kebaikan itu termasuk cita-cita, dia harus diniatkan dan dilaksanakan meskipun tidak semua makhluk menerima dan menganggap setiap tindakan itu sebagai kebaikan.

#LUF

@lufletter





39th Daily Notes

Jika berhadapan dengan realita ketika harga nyawa, kepercayaan dan kesetiaan semakin murah maka tantangannya adalah hanya kemauan menjaga integritas dan konsistensi dalam koridor kebaikan.

#LUF

@lufletter





40th Daily Notes

Empat hal yang perlu dijaga dan tidak
boleh dihancurkan :

Kepercayaan, Kesetiaan, Janji serta Hati.

#LUF

@lufletter





41th Daily Notes

Semakin diri seseorang tenang
menghadapi kesendirian, semakin dia
siap untuk menerima kedatangan.
Menjaga diri sebaik-baik keutamaannya
adalah kemuliaan.

#LUF

@lufletter





42th Daily Notes

Kegagalan tidak mendefinisikan siapa diri kita. Nilai diri kita adalah apa yang kita yakini dan hidupi, proses yang dilalui, serta mimpi yang akan menyapa nanti.

#LUF

@lufletter





43th Daily Notes

Komitmen selalu mampu menghadirkan penghargaan, kepercayaan dan kesetiaan jika pelakunya berhias keimanan.

#LUF

@lufletter





44th Daily Notes

Loyalty is rare. If you find it, keep it!

Jika bertahan di atas prinsip maka
bersiaplah untuk diuji dengan sebaliknya.

#LUF

@lufletter





45th Daily Notes

Arti kedewasaan bukan tentang usia,
namun tentang kepekaan merespon dan
bereaksi dengan kesantunan.

#LUF

@lufletter





46th Daily Notes

Siapakah yang akan dipanggil “wahai jiwa-jiwa yang tenang”? adalah termasuk kepada makhluk yang ringan dalam memaafkan dan memaklumi udzur (kondisi hati dan kelemahan) saudaranya.

#LUF

@lufletter





47th Daily Notes

Sebagian besar kesalahan dalam hubungan adalah ketika kita melakukan sesuatu yang bertentangan dengan apa yang kita rasakan dari dalam. Jadi jujur mengekspresikan sesuatu sesuai dengan apa yang dirasakan itu lebih baik.

#LUF

@lufletter





48th Daily Notes

Konfirmasi adalah vitamin bagi interaksi positif. Dia juga indikator penjaga komitmen. Hubungan tanpa konfirmasi adalah tanda terkikisnya chemistry komunikasi.

#LUF

@lufletter





49th Daily Notes

Kitab suci diturunkan agar manusia mendapatkan pelajaran. Sebagaimana jawaban Allah dalam ujian Sulaiman dan Ayyub. Perlakuan terhadap keduanya diberatkan dengan kesakitan, bencana juga penderitaan namun selepasnya diberikanlah kerajaan juga kesembuhan.
(QS.38)

Sungguh tidak ada yang sia-sia dari keimanan dan kebajikan.

#LUF

@lufletter





50th Daily Notes

Jalur pertolongan langit tidak pernah diketahui caranya sebagaimana api yang dingin untuk Ibrahim dan Lautan terbelah untuk Musa karena sesungguhnya pertolongan Allah begitu dekat (QS. 2:214) bagi iman yang meyakini makna setiap cobaan.

#LUF

@lufletter





51th Daily Notes

Kita hanya perlu bersyukur untuk setiap apapun kenyataan yang ditakdirkan. Yang baik akan menjadi keyakinan, yang buruk akan menjadi pelajaran.

#LUF

@lufletter





52th Daily Notes

Prediksi dan target itu perlu sebagai bagian dari harapan, namun peluang keberlangsungannya tetap menjadi hak pemilik semesta jadi maksimalkan komunikasi langit.

#LUF

@lufletter





53th Daily Notes

Kita tidak akan bisa menghalangi orang-orang tulus yang diutus untuk mendekati meski tidak diharapkan dan kita tidak pula bisa menghalangi orang-orang modus untuk pergi meski sangat dikagumi, jadi perbaiki hati sendiri agar Allah selalu melindungi.

#LUF

@lufletter





54th Daily Notes

Jika kepercayaan adalah sumber keabadian dan kecurangan adalah sumber keretakan hubungan, maka bisa dibayangkan jika sang Kuasa telah mempercayai makhluk-Nya niscaya kemudahan akan melingkupi begitupula sebaliknya.

#LUF

@lufletter





55th Daily Notes

Perintah nabi untuk dapat memberi udzur/pemakluman sehari 70 kali kepada siapapun menunjukkan bahwa memaafkan adalah amalan mulia yang perlu temaan latihan berulang hingga pantas merasakan hakikat kesabaran.

#LUF

@lufletter





56th Daily Notes

Waktu disebut pencuri paling ulung karena bisa mengambil berbagai kebermanfaatan terutama di bulan ramadhan. Allah pun telah bersumpah “demi waktu sesungguhnya manusia benar-benar dalam kerugian” kecuali yang selalu ingat dan memaksa untuk mengejar waktu-Nya.

#LUF

@lufletter





57th Daily Notes

Berkorban terhadap hal-hal yang mengandung kebaikan walaupun hanya sekedar hal yang sangat sederhana juga termasuk jihad manusia sebagai khalifah dan wujud terima kasih kepada sang Pencipta.

#LUF

@lufletter





58th Daily Notes

Allah akan menggerakkan hati orang-orang yang satu frekuensi. Mau bersama orang baik jadilah baik, mau bersama orang sukses semangatlah berusaha untuk sukses, mau bersama orang sehat pelihara kesehatan, mau bersama orang sejahtera maka ringankan sedekah.

#LUF

@lufletter





59th Daily Notes

Merespon dan menilai segala sikap yang tidak sesuai dengan ekspektasi kita itu adalah wajar. Namun tidak perlu diumbar apalagi sampai mengajak orang untuk ikut memiliki persepsi yang sama dengan keyakinan kita.

#LUF

@lufletter





60th Daily Notes

Niat baik itu akan tetap menemukan jalan tujuannya meskipun harus dilalui dengan banyak rintangan sebelumnya. Yakinlah!

#LUF

@lufletter





61th Daily Notes

Rasa suka atau klik dan sebaliknya itu
asalnya dari pencipta sehingga pasti akan
selalu ada yang suka dan tidak suka
terhadap kita begitupula sebaliknya.
Syukuri saja yang menyukai.

#LUF

@lufletter





62th Daily Notes

Sebaik-baiknya perbekalan adalah bekal bagi alam yang kekal. Sudah siapkah menuju perjalanan itu guna menemukannya dan mempertanggungjawabkan semuanya?

#LUF

@lufletter





63th Daily Notes

Melakukan perenungan untuk kembali dengan tenang, mendengar sapaan lembut malaikat “kembalilah wahai jiwa-jiwa yang tenang” merupakan bentuk keimanan yang mampu menyadarkan bahwa dunia ini fana dan senda gurau belaka.

#LUF

@lufletter





64th Daily Notes

Tidak ada satu pun yang merupakan
kepunyaan/hak milik di dunia ini bahkan
disi sendiripun tidak bisa dimiliki.
Selamat kembali kepada Sang Khalik
dalam keadaan syahid saudaraku yang
berjihad di Nanggala.

#LUF

@lufletter





65th Daily Notes

Keterbukaan adalah sesuatu yang harus menjadi komitmen dalam setiap hubungan. Meski harus berkonflik karenanya, setidaknya itu akan menjadi bahan untuk saling intropeksi dan perbaikan karena tidak ada manusia yang sempurna.

#LUF

@lufletter





66th Daily Notes

Kesepian yang sesungguhnya bukan soal tidak ada sosok yang ingin kebersamai, namun tentang kurangnya hati yang lapang untuk menerima kehadiran Tuhan lebih banyak dalam keseharian lalu tiba-tiba kita dipanggil dalam kesendirian.

#LUF

@lufletter





67th Daily Notes

Setiap makhluk adalah pendosa yang selalu mengalami fase keimanan naik turun, namun Allah berjanji tidak pernah meninggalkan hamba-Nya. Kasih sayang-

Nya selalu ada untuk mempercayai hamba-Nya, lalu layaknya kita dengan mudah meninggalkan dan mempercayai segala sesuatu yang belum kita pastikan sebab dan kebenarannya??

#LUF

@lufletter





68th Daily Notes

Ikhlas itu diam, karena kalau bukan namanya iklan. Proses ikhlas itu berat, karena kalau ringan manusia tidak tertempa untuk sadar akan Qodarullah...

Segala sesuatu berjalan atas kehendaknya. Jalani proses latihannya meski perlahan dan tertatih.

#LUF

@lufletter





69th Daily Notes

Salah satu rezeki adalah bersama dengan
teman-teman yang mau terus
membersamaimu, memahamimu dan
memaafkanmu dalam susah dan senang.
Tidak perlu banyak asal abadi dan tulus.

#LUF

@lufletter





70th Daily Notes

Jemputlah rindu itu segera. Dialah Allah yang selalu memanggil rindu dan cemburu kepada hamba-Nya. Jemputlah pemaafan dan pengampunannya, jemputlah dengan suara lirih, lembut mengiba, dan menangislah di hadapan-Nya sebagaimana engkau mampu menangisi orang yang dicintai maka Dialah Allah yang lebih berhak dicintai.

#LUF

@lufletter





71th Daily Notes

Beruntunglah hati dan jasad orang-orang yang dapat menemukan seribu bulan itu, kebahagiaannya sungguh telah terjamin.

Tetapi bersyukurlah bagi yang belum menemukan seribu bulan karena rintihanmu masih dirindukan..

Semangat!

#LUF

@lufletter





72th Daily Notes

Seorang makhluk tidak akan dipanggil berpulang hingga habis jatah perolehan rezekinya di muka bumi. Artinya rezeki setiap makhluk telah dijamin sesuai batas ikhtiar yang dilakukan. Jemputlah rezeki dengan cara yang hanif, lapang dada, tanpa meminta dan berkhianat, InsyaaAllah barokah.

#LUF

@lufletter





73th Daily Notes

Kita tidak akan bisa memastikan kejadian di masa depan, namun kita bisa memastikan bahwa kita akan sampai di masa depan sesuai dengan apa yang dipikirkan. Maka berpikir dan berprasangkalah yang baik serta yakini itu terjadi karena Allah berkata Aku adalah sebagaimana prasangka hamba-Ku.

#LUF

@lufletter





74th Daily Notes

Komunikasi itu bersifat transaksional.
Harus saling menguntungkan. Maka tinggalkan segala sesuatu yang tidak lagi satu frekuensi, tidak lagi menginginkan atau tidak lagi mengusahakan karena hakikat hubungan yang baik itu adalah yang SALING. Allah pun telah memerintahkan untuk meninggalkan sesuatu yang tidak bermanfaat untukmu.

#LUF

@lufletter





75th Daily Notes

Izinkanlah hati-hati kita terbuka untuk menerima segala sesuatu dengan lapang dada. Izinkanlah mata-mata kita melihat segala sesuatu dengan prasangka baik. izinkanlah kaki-kaki kita hanya melangkah kepada jalan-jalan kebermanfaatan saja.

#LUF

@lufletter





76th Daily Notes

Cahaya adalah ketulusan. Yang bukan hanya terlihat berkilau dari luar namun juga yang dapat dirasakan sinarnya dari dalam. Sesuatu yang indah berbinar dan hangat. Jadilah pribadi seperti itu.

#LUF

@lufletter





77th Daily Notes

Manajemen diperlukan dalam setiap sendi kehidupan, termasuk untuk mengatur kehidupan pribadi seseorang karena sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang berperang dijalan-Nya dalam barisan yang teratur seakan-akan mereka seperti bangunan yang tersusun kokoh.

#LUF

@lufletter





78th Daily Notes

Kebajikan itu bukan hanya milik orang beriman yang melihat dan meyakini, namun kebajikan itu adalah milik orang yang merasakan implementasi rukun iman, orang yang menepati janji, orang yang sabar dalam penderitaan dan kemelaratan. Mereka inilah orang-orang yang benar dan bertakwa sebagaimana yang disebutkan oleh Allah dalam firman-Nya.

#LUF

@lufletter





79th Daily Notes

Meski kesepian adalah ujian terberat bagi seseorang, namun ingatlah bahwa kita datang dan berpulang hanya sendiri. Carilah kebahagiaan yang benar untuk diri sendiri, jadilah pribadi yang mandiri dan menjadi contoh motivasi bagi sekitar.

#LUF

@lufletter





80th Daily Notes

Tidak ada kehilangan tanpa menyisakan kekecewaan. Sudahkah kita merasakan kehilangan dan kekecewaan terberat ketika Ramadhan berlalu sementara amalan keseharian hanya dirasa perlu bukan menajdi ruh?

Maafkanlah ya Afuw...

Setidaknya perkenankan untuk tetap merasakan kemenangan meski hanya dengan ingatan masih miskinnya perbekalan.

#LUF

@lufletter





81th Daily Notes

Diam dan tersenyum adalah senjata ampuh dalam pergaulan. Diam untuk menghindari banyak masalah dan tersenyum untuk menyelesaikan banyak masalah.

#LUF

@lufletter





82th Daily Notes

Memaafkan orang lain itu penting,
memaafkan diri sendiri jauh lebih
penting.

#LUF

@lufletter





83th Daily Notes

Puncak tertinggi keimanan itu adalah memaksa diri sekuat mungkin untu menerima secara sadar penuh semua peristiwa yang terjadi dalam hidup.

#LUF

@lufletter





84th Daily Notes

Harga diri itu akan selalu tinggi selama berorientasi pada kebijaksanaan untuk bisa memahami.

#LUF

@lufletter





85th Daily Notes

Hakikat bahagia itu adalah memberi,
bukan melulu menerima.

#LUF

@lufletter





86th Daily Notes

Wujud syukur terbaik adalah mencari
kelebihan diri sendiri kemudian
menyebarkan manfaatnya tanpa henti.

#LUF
@lufletter





87th Daily Notes

Orang sabar ujiannya pasti besar, sebesar hadiah yang akan diberikan padanya.

#LUF

@lufletter





88th Daily Notes

Harapan akan selalu ada ketika keinginan itu dikemas dalam doa-doa yang dilangitkan.

#LUF

@lufletter





89th Daily Notes

Kegagalan itu bermakna kesabaran yang tertempa, kegigihan yang terbina, setelah itu baru keberhasilan yang tertunda.

#LUF

@lufletter





90th Daily Notes

Mengalah pada sikap yang pelit
disalahkan berarti menyiapkan langkah
tahan patah.

#LUF

@lufletter





91th Daily Notes

Ubah banyak berpikir menjadi banyak berzikir agar semua masalah menyingkir.

#LUF

@lufletter





92th Daily Notes

Kebaikan itu kelebihan yang diizinkan Tuhan maka sering-seringlah terima kasih kepada Sang Maha agar terus dimudahkan untuk melakukan dan menularkannya.

#LUF

@lufletter





93th Daily Notes

Keburukan itu adalah kekurangan yang diizinkan Tuhan, maka sering-seringlah minta tolong kepada Sang Maha agar dimudahkan untuk ditutupi dan dihilangkan.

#LUF

@lufletter





94th Daily Notes

Kesuksesan tidak akan diperoleh dengan kerisauan memikirkan pendapat orang lain. Fokus saja pada tujuan sukses milik sendiri yang dibenarkan dan disenangi.

#LUF

@lufletter





95th Daily Notes

Rasa adalah perkara hati, maka jika semakin terdesak ingin dipenuhi, dekatilah Allah Sang Pemilik Hati.

#LUF

@lufletter





96th Daily Notes

Keterbukaan dalam berkomunikasi akan
menghidupkan rasa dan memusnahkan
prasangka. Ini juga perintah agama.

#LUF

@lufletter





97th Daily Notes

Ada dua kata sakti jika sering-sering diaplikasi maka dia bisa menimbulkan simpati yaitu maaf dan terima kasih. Gunakanlah dimanapun berkomunikasi.

#LUF

@lufletter





98th Daily Notes

Membiasakan mengingat-ingat penerimaan dan melupakan pemberian.

#LUF

@lufletter





99th Daily Notes

Sedekah akan meluaskan rezeki,
menguatkan interaksi religi, dan
menyenangkan hati.

#LUF

@lufletter





100th Daily Notes

Sejatinya tidak ada ruang kebencian yang dalam antara sesama jika mampu memahami bahwa yang menciptakan manusia saja Maha Pemaaf.

#LUF

@lufletter





101th Daily Notes

Tempa diri menghadapi ujian keimanan,
terlebih dalam kesempatan untuk
mengejar malam seribu bulan, karena
jaminanya adalah kemuliaan dan
keberuntungan kehidupan seorang
hamba di hari-bari ke depan.

#LUF

@lufletter





102th Daily Notes

Amarah itu tak selayaknya menguasai diri apalagi dijadikan hobi. Jangan sampai jadi manusia yang terus merugi karena rajin memelihara panas hati.

#LUF

@lufletter





103th Daily Notes

Kesedihan dan kekecewaan hanya akan melarutkan ketidak syukuran, sedangkan keikhlasan adalah jalan kesembuhan mencapai kebahagiaan.

#LUF

@lufletter





104th Daily Notes

Kekuatan hadir dari jiwa-jiwa yang tenang, bersyukur dan berprasangka baik.

#LUF

@lufletter





105th Daily Notes

Ketakutan hadir dari bayangan kekalahan yang menyelimuti jiwa-jiwa pesimis dan belum sepenuhnya percaya akan kuasa Tuhan.

#LUF

@lufletter





106th Daily Notes

Pencari bahagia tidak akan pernah menemukan kebahagiaan sejati hingga ia berhasil mencari Sang Pencipta Bahagia.

#LUF

@lufletter





107th Daily Notes

Setitik alpa bisa bertanda lama di mata manusia, namun menjadi tidak berbekas di mata Allah ketika rintihan maaf dilantunkan dihadapannya.

#LUF

@lufletter





108th Daily Notes

Menang itu tidak selalu identik dengan persaingan pencapaian berbagai kelebihan. Menang itu harusnya diarahkan kepada penaklukan atas nafsu yang tak berkesudahan.

#LUF

@lufletter





109th Daily Notes

Menjumpai akhir bulan suci berarti
merupakan awal untuk menikmati
perbaikan diri,

Semoga...

#LUF

@lufletter





110th Daily Notes

Sesungguhnya Allah Maha membolak
balikan hati sehingga setiap kemungkinan
bisa terjadi. Jadi berhentilah untuk
menghakimi hati yang bukan milik
sendiri.

#LUF

@lufletter





111th Daily Notes

Impian boleh menjadi ambisi namun jangan sampai dia melukai. Sebaik-baiknya impian adalah bukan ambisi duniawi.

#LUF

@lufletter





Profil Penulis

Lisa Adhrianti



Akademisi (dosen) Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Politik (FISIP) Universitas Bengkulu (UNIB). Lahir di Bengkulu, 30 September 1982. Lisa Adhrianti, atau dikenal dengan sapaan Lisa Ummu

Firdauzi (☐#LUF) adalah seorang ibu dari tiga orang anak (2 laki-laki dan 1 perempuan). Pencapaian akademik dalam bidang ilmu komunikasi membuatnya pernah menggeluti berbagai profesi lain, seperti Penyiar RRI Pro 2 Bengkulu, *Master of Ceremony*, Moderator, dan staf ahli politisi DPR RI bidang media.

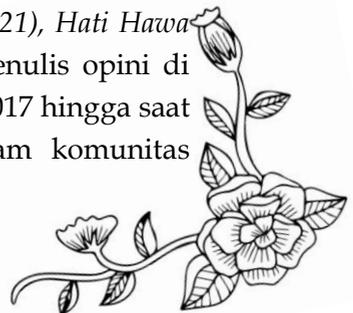
Menempuh pendidikan S1 di Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Islam Bandung, S2 dan S3 Ilmu Komunikasi FISIP Universitas Indonesia (UI) Jakarta. Saat ini menjabat sebagai Wakil Dekan Bidang Sumber Daya FISIP UNIB, selain sebagai tim pendiri Lembaga Riset dan Konsultan





Publik Rafflesia Riset Parameter sejak tahun 2019 untuk bidang Branding dan Kehumasan. Aktif dalam asosiasi keilmuan sebagai Ketua Departemen bidang Kerjasama Pengurus Pusat Asosiasi Pendidikan Tinggi Ilmu Komunikasi (ASPIKOM) periode 2022-2025, Pengurus Pusat Ikatan Sarjana Komunikasi Indonesia (ISKI) periode 2022-2025, Wakil Ketua Umum Bidang Teknologi, Informasi, Komunikasi dan Transformasi Sosial Pemuda Ikatan Cendekian Muslim Indonesia (ICM) Orwil Bengkulu, serta merupakan seorang pembicara publik dan trainer Public Speaking tersertifikasi yang dipercaya sebagai Ketua DPD Indonesian Professional Speaker Association (IPSA) Bengkulu periode 2022-2027. Ketertarikan pada penanganan tembakau menjadikan peran aktif pula dalam Aliansi Akademisi Komunikasi Indonesia untuk Pengendalian Tembakau (AAKIPT).

Memiliki riwayat menulis buku ontologi memoar, fiksi, dan cerpen yang terpublikasi : *It's Me, Tidak Pernah Ada yang Sia-sia, Yang Paling Membuat Kita Bahagia* (2019), *Memeluk Harapan* (2021), *Hati Hawa* (2021), *Just For You* (2022) serta menulis opini di media cetak lokal Bengkulu. Sejak 2017 hingga saat ini merupakan anggota aktif dalam komunitas





Jaringan Pegiat Literasi Digital (JAPELIDI) sebagai fasilitator bidang Digital Safety.

Beberapa penelitian yang pernah dipublikasikan adalah: *Digital Infographics for Strengthening Bengkulu's Regional Tourism Promotions (2019)*, *Komunikasi Pengurangan Resiko Bencana Berbasis Keluarga dan Kolaborasi Lawan Hoaks COVID-19 (2020)*, *Komunikasi bagi Pelestarian Mangrove : Telaah pada Konsep Pengemasan Pesan Ramah Lingkungan di Kawasan Wisata Hutan Mangrove Kota Bengkulu (2021)*, *Riset Persepsi Relawan Mafindo (Masyarakat Anti Fitnah Indonesia) khusus kajian Branding Mafindo (2022)*.

Penulis dapat dihubungi lebih lanjut melalui email : lisa.adhrianti@gmail.com, FB: Lisa Adhrianti, IG @lisaadhrianti, Email: lisaadhrianti@unib.ac.id.

-Lisa ☐ #LUF

