

“Minimalisme sebagai Jalan Hidup: Resensi Inspiratif Seni Hidup Minimalis”

Buku Seni Hidup Minimalis karya Francine Jay merupakan salah satu karya yang mengangkat konsep kesederhanaan hidup di tengah gaya hidup modern yang serba konsumtif. Buku ini hadir sebagai panduan praktis bagi pembaca untuk menjalani kehidupan yang lebih ringan, teratur, dan bermakna dengan cara mengurangi kepemilikan barang yang tidak diperlukan.

Dalam buku ini, Francine Jay menjelaskan bahwa minimalisme bukan hanya tentang membuang barang, tetapi juga tentang bagaimana seseorang mengelola hidupnya dengan lebih bijak. Ia mengajak pembaca untuk mempertanyakan kembali hubungan mereka dengan benda-benda yang dimiliki. Apakah semua barang tersebut benar-benar dibutuhkan, atau hanya sekadar keinginan sesaat? Pertanyaan ini menjadi

dasar penting dalam menerapkan gaya hidup minimalis.



“Seni Hidup Minimalis”

Kode Buku : 158.1 JAY s C.1

Pengarang : Francine Jay

Penerbit : Jakarta Gramedia
Pustaka Utama. 2018

Deskripsi Fisik : ± 260 hlm.; 13,5x20 cm

ISBN/ISSN : 978-602-03-9844-0

Tipe Isi : Self Improvement

Peresensi : Ahmad Nurul Musthafa*

Informasi Detail Buku

Penulis juga menegaskan bahwa kebahagiaan tidak ditentukan oleh banyaknya barang yang dimiliki. Salah satu kutipan menarik dari buku ini adalah, *“The less we have, the less we control our lives.”* *“Semakin sedikit yang kita miliki, semakin sedikit pula yang menguasai hidup kita.”* Kutipan ini menggambarkan bagaimana kepemilikan yang berlebihan justru dapat membatasi kebebasan seseorang. Selain itu, ada juga kutipan lain yang sangat inspiratif, yaitu *“A tidy house is a reflection of a calm mind.”* *“Rumah yang rapi adalah cerminan pikiran yang tenang.”* Kedua kutipan ini memperkuat pesan utama buku bahwa kesederhanaan dapat membawa ketenangan batin.

Salah satu konsep penting yang diperkenalkan dalam buku ini adalah metode *“STREAMLINE”*. Metode ini merupakan langkah sistematis yang dapat diikuti oleh pembaca

untuk memulai hidup minimalis. Tahapan dalam metode ini meliputi memilah barang, mengurangi yang tidak diperlukan, serta menata ulang ruang agar lebih fungsional dan nyaman. Dengan mengikuti metode ini, pembaca dapat secara bertahap mengubah gaya hidup mereka tanpa merasa terbebani.

Kelebihan utama buku ini terletak pada penyampaiannya yang sederhana dan mudah dipahami. Francine Jay menggunakan bahasa yang ringan serta contoh-contoh nyata dari kehidupan sehari-hari, sehingga pembaca dapat dengan mudah mengaplikasikan konsep yang dijelaskan. Buku ini juga memberikan motivasi yang kuat, terutama bagi mereka yang merasa hidupnya terlalu penuh dengan barang dan ingin memulai perubahan.

Selain itu, buku ini tidak hanya membahas aspek fisik dari minimalisme, tetapi juga dampaknya terhadap kesehatan mental. Lingkungan yang rapi dan teratur dapat membantu seseorang menjadi lebih fokus, produktif, dan tenang. Dalam kehidupan yang penuh tekanan seperti sekarang, pesan ini menjadi sangat relevan. Dengan mengurangi kekacauan di sekitar kita, kita juga dapat mengurangi kekacauan dalam pikiran.

Namun demikian, buku ini juga

memiliki beberapa kekurangan. Bagi sebagian pembaca, konsep minimalisme yang ditawarkan mungkin terasa terlalu idealis dan sulit diterapkan dalam kondisi tertentu. Misalnya, bagi mereka yang hidup dalam keluarga besar atau memiliki kebutuhan khusus, mengurangi barang secara drastis bukanlah hal yang mudah. Selain itu, terdapat beberapa bagian yang terasa berulang, sehingga dapat mengurangi kenyamanan dalam membaca.

Meskipun demikian, secara keseluruhan *Seni Hidup Minimalis* tetap menjadi buku yang sangat inspiratif dan bermanfaat. Buku ini tidak hanya mengajarkan cara merapikan rumah, tetapi juga membantu pembaca memahami makna kesederhanaan dalam kehidupan. Francine Jay berhasil menyampaikan pesan bahwa hidup yang sederhana bukan berarti kekurangan, melainkan sebuah pilihan untuk fokus pada hal-hal yang benar-benar penting. Buku ini sangat cocok dibaca oleh siapa saja, terutama generasi muda yang sering terjebak dalam gaya hidup konsumtif. Dengan membaca buku ini, pembaca diharapkan dapat mulai mengubah pola pikir dan kebiasaan mereka secara perlahan. Minimalisme bukanlah perubahan instan, tetapi sebuah proses yang membutuhkan kesadaran dan konsistensi.

Pada akhirnya, buku ini mengajarkan bahwa kebahagiaan sejati tidak berasal dari banyaknya barang yang dimiliki, melainkan dari kemampuan untuk menghargai apa yang sudah ada. Dengan menerapkan prinsip-prinsip minimalisme, seseorang dapat menjalani hidup yang lebih sederhana, tenang, dan penuh makna.

Selain itu, buku ini juga memberikan kesadaran bahwa gaya hidup minimalis dapat berdampak positif terhadap lingkungan. Dengan mengurangi konsumsi barang yang berlebihan, secara tidak langsung kita juga mengurangi limbah dan penggunaan sumber daya alam. Hal ini menunjukkan bahwa minimalisme bukan hanya bermanfaat bagi diri sendiri, tetapi juga bagi keberlanjutan lingkungan.

Lebih jauh lagi, penerapan minimalisme dapat membantu seseorang dalam mengelola keuangan dengan lebih baik. Dengan membatasi keinginan untuk membeli barang yang tidak penting, seseorang dapat lebih fokus pada kebutuhan utama serta menabung untuk masa depan. Kebiasaan ini tentu sangat penting, terutama bagi generasi muda agar dapat hidup lebih mandiri dan tidak terjebak dalam perilaku konsumtif.

**Pustakawan*

Cerpen

Bakti Yang Tak Sempat Terbukti

Lantunan tartil Al-Qur'an mengalun syahdu dari pengeras suara masjid, membelah keheningan senja yang syahdu. Aku terduduk sendiri di serambi, menatap satu persatu langkah kaki santri yang menuju makbarah kiai. Di sini, di tempat yang orang-orang sebut sebagai "penjara suci", hatiku justru sedang riuh oleh rasa gundah dan rindu.

Aku rindu rumah. Rindu orang tua, sahabat, rindu perjalanan bersama teman-teman, dan rindu akan hal-hal yang tak mudah aku lupakan. Namun, gundah itu jauh lebih besar kurasakan. Ia menyesak dada melebihi dinginnya angin malam di tanah Salafiyah.

Ingatanku melayang pada hari-hari terakhir liburan kemarin. Kalimat Ibu masih terngiang, pahit namun menyadarkan, seperti obat yang harus kutelan paksa demi kesembuhan diri dari ketersediaan.

"Nak, Ibu lebih pasrah dan tenang kalau kamu di pondok. Lebih baik

Ibu berdua dengan Bapak, meski semua urusan harus Ibu selesaikan sendiri. Percuma ada kamu di rumah kalau waktumu



habis untuk hal lain, bukan untuk membantu Ibu."

Kalimat itu telak menghantamku. Di sela kesibukan menghabiskan masa liburan yang berakhir kurang maksimal, aku justru lengah. Aku yang seharusnya menjadi penawar letih bagi Ibu, malah menjadi beban tambahan. Aku terlalu sibuk dengan diriku sendiri, dengan gawaku, dan dengan rasa malas dan menyalahkan waktu yang kupelihara.

"Pulangannya kamu biasanya mengurangi beban, Nak. Kok ini

malah menambah beban?"

Meski Ibu mengucapkannya dengan nada datar, aku tahu ada luka yang ia sembunyikan di balik daster lusuhnya yang masih basah oleh peluh pekerjaan rumah. Orang tua memang memiliki gudang maaf yang tak terbatas, namun seorang anak sering kali menjadi pencuri yang tega menghabiskan stok maaf itu tanpa sengaja.

Bayangan terakhir sebelum aku kembali ke pondok terus berputar di kepala. Saat aku membungkuk di hadapannya, membasuh kakinya dengan sebotol air yang tumpah bersama air mataku. Aku ingin mencuci segala kesalahanku, ingin membasuh luka hati yang kubuat selama liburan.

"Maafkan saya, Bu... saya belum bisa membuatmu tersenyum di imtihan kali ini. Saya justru lebih banyak merepotkanmu," bisikku waktu itu di bawah kakinya, berharap rida dan keselamatannya menyertaiku kembali ke pesantren.

Kini, di balik tembok pesantren ini, aku hanya bisa

menebusnya lewat jalur langit. Mendoakan keselamatannya dan Kesehatannya Setelah menyelesaikan bacaan *Ratibul Haddad* yang tetap kuistikamahkan di asta para almarhumin—satu-satunya warisan sakral KHR. As'ad Syamsul Arifin dalam salah satu lima wasiatnya yang masih kupeluk erat, *Istiqomah baca Rotibulhaddad*.

Di sana, di antara ketenangan nisan-nisan ulama,

aku bergumam dalam hati, "*Ibu, aku rindu marahmu. Kini kusadari, marahmu adalah hujan kasih sayang yang menumbuhkan bunga-bunga masa depanku. Doamu adalah limpahan rida Tuhan yang melapangkan jalan keselamatanku.*"

Aku menunduk dalam, membiarkan air mata jatuh di atas sarungku. Penyesalan ini tidak akan membuat waktu kembali, tapi ia akan menjadikanku santri

yang sadar betapa bodohnya aku, menyia-nyiakan waktu liburan tanpa bakti tulus pada kedua orang tua. Di penjara suci ini, aku berjanji: saat aku pulang nanti, aku bukan lagi beban, melainkan anak yang siap menjadi punggung yang siap Lelah, mengerahkan jiwa raga untuk membantunya demi meraih ridho keduanya.

Maafkan anakmu, Ibu.

**Suluk Rasa*

"Kamu ngejar apa sampai segitunya? Mau ngasi liat ke siapa? Jangan lupa, kamu itu milikku"

~Q.S Al-Baqarah : 156

Puisi

Titik Balik

Selayang pandang, kita saling menatap,
penuh arti tanpa harus menerjemahkannya ke
bahasa apa pun,
aku mencinta—namun diam tetap kupilih.

Selain menjelma sunyi yang berpendar,
di antara kita ...
masih ada yang belum kupahami dari segala
rona ini.

Setidaknya, aku masih bersabar,
menunggu waktu menemukan jalannya
sendiri,
dan kamu—semoga menjadi titik baliknya.

**queteshlastt*

Merindu

Malam merayap sepi
Dalam diri yang bertelanjang hati
Meringkuk, menekuk lutut mengharap peluk
Meringis dalam isak tangis
Tersedu dalam rindu

...
Berduka,
Atas mimpi sunyi menghantui
Berderap,
Menapak jejak menjejalkan harap.

**danastrajingga*

REDAKSI PUSTAKALOKA

Penanggung Jawab : Muhammad Ali Ridla, M.Kom (Kepala Perpustakaan Ibrahimy),

Pimpinan Redaksi : Ahmad Salamet, S. Akun., M.H. **Editor** : Al-Farizi, Amd. Kom. **Redaktur Kepenulisan** : Abdul Qodir Jaelani Haeron.

Layouter : Januar Batista Ardana, S.Ak. **Distributor & Percetakan** : Moch. As'adi Abi Hidayat.