



سلام  
PEACE  
generation



Peace  
ACADEMY



6

# Langkah Sakti Berdamai dengan Diri



Modul

# 6 Langkah Sakti Berdamai dengan Diri

Tim Penulis:

**Nenden Vinna**  
**Nurhayati Syafi'i**  
**Anisa**

Layout:

**M. Raffi Sidqi**

Cetakan Pertama, Mei 2021

Cetakan Kedua, Maret 2022

Modul ini merupakan program hasil kolaborasi antara Peace Generation Indonesia dan Sekolah Rekonsiliasi.

Hak cipta dilindungi undang-undang.



Suite 10-11 Graha DLA, Jl. Otto Iskandar Dinata No.392,  
Nyengseret, Kec. Astanaanyar, Kota Bandung, Jawa Barat  
40242 | [salam@peacegen.id](mailto:salam@peacegen.id)

 [peacegenid](https://www.instagram.com/peacegenid)

# DAFTAR ISI

Chapter 1: Tuhan Tidak Menciptakan Produk Gagal -- 1

Chapter 2: Bersyukur Bukan Insecure -- 7

Chapter 3: Kamu Unik, Kamu Spesial -- 11

Chapter 4: Semua yang Hebat Pernah jadi Pemula -- 17

Chapter 5: Sedih Gak Larut, Senang Gak Girang -- 21

Chapter 6: Dekati yang Asik, Jauhi yang Toksik -- 25





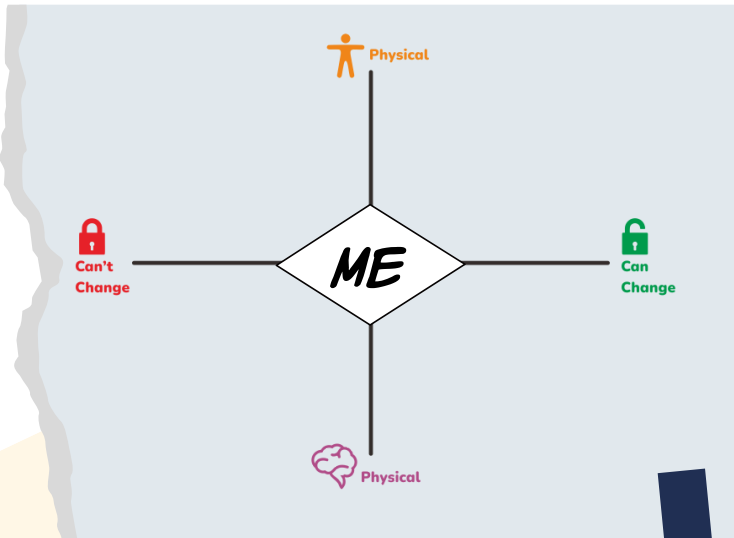
## Chapter 1

# Tuhan Tidak Menciptakan Produk Gagal



## Act

### Diamond of Life



Caranya:

- Ambil satu kertas ukuran A4, lalu ilipat menjadi 4 bagian
- Bagian tengahnya, dilipat lagi, kemudian dibuka kertasnya
- Kertas di bagian tengah akan terbentuk (diamond)
- Di bentuk (diamond) itu diisi nama kamu
- Garis dari lipatan kertas itu diperjelas dengan pen/spidol
- Garis yang ke atas, dikasih tanda “fisik”
- Garis yang ke bawah, ditulis “non-fisik”
- Garis ke arah kanan (horizontal), ditandai “dapat diubah”
- Garis ke arah kiri (horizontal), ditandai “tidak dapat diubah”

Sehingga peserta akan mencari tentang dirinya, yaitu:

- Di kotak kanan atas tentang fisik yang dapat diubah
- Di kotak kiri atas tentang fisik yang tidak dapat diubah
- Di kotak kanan bawah tentang non-fisik yang dapat diubah
- Di kotak kiri bawah tentang non-fisik yang tidak dapat diubah



## Reflect



1. Dari 4 area itu, area manakah yang paling kamu perhatikan?
2. Area mana yang paling penting dalam hidupmu?
3. Bagaimana tanggapanmu tentang area fisik yang tidak bisa diubah?
4. Bagaimana tanggapanmu tentang area non-fisik yang dapat diubah?



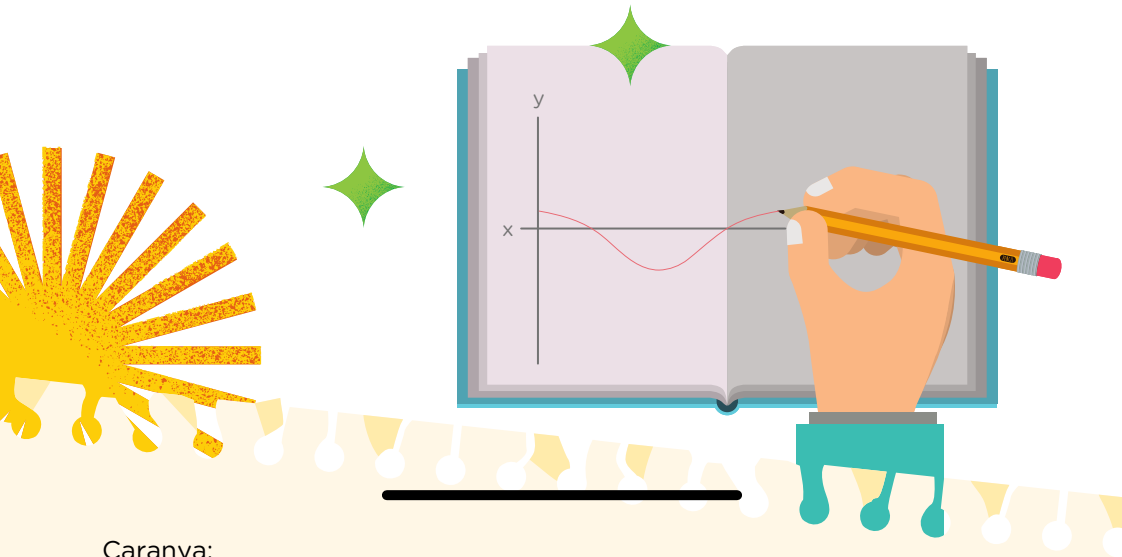
## Conceptualize

- Memiliki kemampuan untuk menerima hal-hal yang tidak dapat kita ubah.
- Memiliki keberanian untuk mengubah hal-hal yang dapat kita ubah.
- Kemampuan untuk mengetahui perbedaannya.



 **Apply**

## Diagram of Life



Caranya:

- Buatlah kurva 1-10 (positif) dan (-1 - -10) negatif
- Tarik garis dari titik 0
- Dari titik itu, mulailah membuat kurva perjalanan hidupmu. Jika itu kejadian sedih atau yang membuatmu down, maka tarik ke arah negatif. Sebaliknya, jika itu kejadian yang menyenangkan, maka tarik garisnya ke arah positif
- Seberapa turun dan keatas kurvanya, terserah kamu
- Setelah selesai membuat kurva mu, saatnya sharing

Di momen apa saja kamu merasa Tuhan gak adil dalam hidupmu?

Di momen apa saja kamu merasa Tuhan ada berperan dalam hidupmu?

Apakah kamu masih menganggap dirimu produk gagal Tuhan?

