

DAFTAR ISI



Pendahuluan

xi

1 Katakan Saja Ya

- | | |
|--|----|
| 1. Lari, <i>Any Newmark</i> | 2 |
| 2. Kali Ketigalah yang Memesona, <i>Jodi Rence Thomas</i> | 6 |
| 3. Terbang Tinggi, <i>Mary Potter Kenyon</i> | 10 |
| 4. Kejarlah! <i>Georgia A. Hubley</i> | 15 |
| 5. Tantangan, <i>Monica Cardiff</i> | 19 |
| 6. Melompat, <i>Janet L. Christensen</i> | 23 |
| 7. Proyek Pembahasan, <i>Sarah Barnson</i> | 26 |
| 8. Perempuan dengan Rahasia, <i>Mary Jo Marcellus Wyse</i> | 30 |
| 9. Mencoba Hal Lain, <i>D. E. Brigham</i> | 36 |
| 10. Siapa Tahu, <i>Jary Wootan</i> | 40 |

2 Belajar Percaya

- | | |
|---|----|
| 11. Semalam di Philly, <i>Terri Bruce</i> | 46 |
| 12. Lebih Banyak Kebaikan daripada Bahaya, <i>Mark Rieherby</i> | 50 |
| 13. Mana Kutahu, <i>Matt Caprioli</i> | 56 |
| 14. Pijakan dalam Hidup, <i>Colleen M. Arnold</i> | 61 |
| 15. Baru Loncatan menuju Sukacita, <i>Juanne Dylan</i> | 65 |

16. Berlian Hitam Tidak Abadi, <i>Barbara Bartucci</i>	70
17. Pandangan dari Bawah, <i>Ilana Long</i>	74
18. Kriptonit, <i>Isaac Saul</i>	79
19. Belajar Bernapas, <i>Arlene Ledbetter</i>	87
20. Meraih Puncak Baru, <i>Pat Wabler</i>	93

3

Berhubungan dengan Seseorang

21. Aku Berada di Sana, <i>Cl. Nash</i>	98
22. Tantangan Lift, <i>Rash Lebrer</i>	101
23. Persahabatan dalam Terjemahan, <i>Jessica Suell</i>	106
24. Mengetuk Pintu Orang Tak Dikenal, <i>Michelle Bruce</i>	109
25. Ikut Campur Tangan, <i>Jody Lebel</i>	113
26. Krisis Bendungan Oroville, <i>Paula Scott Bicknell</i>	118
27. Pakul Tiga Lebih Sepuluh, <i>Sal Patel</i>	123
28. Komedi dan Keberanian, <i>Micheline Birger</i>	128
29. Jerry, <i>Debi Smith Poadier</i>	131
30. Saat Violet Laya Berkembang, <i>Marya Morin</i>	134

4

Menemukan Diri Sendiri

31. Mengikuti Kata Halku, <i>Randi Nelson</i>	142
32. Lima puluh, <i>Tina Ramsey</i>	146
33. Tanpa Dinding Putih Lagi, <i>Aus Pennington</i>	151
34. Mendaki Gunung, <i>Michelle Emery</i>	156
35. Hari Baru, <i>Patty Poer</i>	161
36. Dari Pipa Leding ke Praha, <i>Gary Spangue</i>	165
37. Kehidupan San Antonio, <i>Melissa Wootan</i>	168

- | | |
|---|-----|
| 38. Perombakan, <i>Arlene S. Rice</i> | 171 |
| 39. Dari Buku ke Barbel, <i>Mary Jane Michels</i> | 174 |
| 40. Kehidupanku 2.0, <i>Jean Besantmarquet</i> | 179 |
| 41. Melarikan Diri Bersama Sirkus, <i>Cat Kennell</i> | 184 |

5

Menghadapi Ketakutan

- | | |
|---|-----|
| 42. Perjalanan Berat ke Tujuan Ajaib, <i>Liz Thompson</i> | 190 |
| 43. Mengambil Tindakan, <i>L.M. Laub</i> | 195 |
| 44. Sang Penakluk, <i>Marcia Webb</i> | 200 |
| 45. Lift, <i>Jamie Leigh Miller</i> | 204 |
| 46. Tanpa Penyesalan, <i>Rhonda C. Henley</i> | 207 |
| 47. Fobia, <i>Connie Brown</i> | 211 |
| 48. Keberanian Ibu, <i>L.A. Strucke</i> | 214 |
| 49. Membenamkan Kepalaku, <i>Rose Burke</i> | 219 |
| 50. Aku Memilih Roller Coaster, <i>Heidi Allen</i> | 224 |
| 51. Menyelami Ceramah TEDx, <i>Kelly Kittel</i> | 229 |

6

Bersikap Spontan

- | | |
|--|-----|
| 52. Bukan Sembarang Kamis, <i>Lindsey A. Knuth</i> | 236 |
| 53. Pengalaman Merendahkan, <i>Kim Tendland-Frenette</i> | 240 |
| 54. Aku Seorang Ibu Karate, <i>Alice Jones Webb</i> | 245 |
| 55. Hidup Lebih Baik Bila Terjungkir Balik, <i>Laure Johnson</i> | 250 |
| 56. Perjumpaan di Greyhound, <i>Devere Adams</i> | 256 |
| 57. Gaun Biru, <i>Adriana Aron</i> | 259 |
| 58. Percikan Ketenangan, <i>Barbara Brady</i> | 262 |
| 59. Seulit Apakah? <i>David M. Williamson</i> | 266 |

60. Gigitkan Tali Itu, *Heidi Johnson* 270
 61. Minta Saja, *Courtney Lynn Mince* 275

7

Pergi ke Tempat Jauh

62. Lepas dari Kuni Goyonglon di Prancis, *Michele Baron Reed* 282
 63. Ke Galway dengan Cinta, *A.B. Chesler* 287
 64. Karunia Merasa Tak Nyaman, *Brittany L. Stalsburg* 293
 65. Nenek Mengendarai Hummer, *Rachel Elizabeth Printy* 298
 66. Sesudah Rimba, *V.A. Nimble* 303
 67. Memilih Risiko, *John Dwyer* 309
 68. Keliling Dunia Tanpa Uang, *Gyobia Graham* 312
 69. Keanchan, *Amy Newmark* 316
 70. Eksperimen, *D.E. Brigham* 320
 71. Teladan, *Rebecca Waters* 325

8

Menemukan Cinta

72. Meninggalkan Rawa-rawa, *Kennerb Heard* 332
 73. Membuat Kejajaban, *Maile Timon* 337
 74. Langkah Imam, *Sara L. Foxat* 344
 75. Melangkahi Batang Kayu, *Thomas G.M. Sharpe* 349
 76. Impian Menjadi Kenyataan, *Penla Zakova* 353
 77. Risiko dan Pahala, *Alysa Kemensky* 357
 78. Kisah Cinta di Tempat Penimbunan Barang Bekas,
 Sally Briv 360
 79. Hari Keluarga, *Heidi Allen* 365

80. Raihlah Peluang, *Lyvne Nichols* 370
 81. Keagungan Cinta, *Sandy A. Reid* 375

9

Mengambil Risiko

82. Kajak di Bawah Sinar Rembulan, *Marta A. Oppenheimer* 380
 83. Ikan di Luar Air, *Toni Lockhart* 387
 84. Jaket Biru, *Brownyn Harris* 390
 85. Mendarat, *Dana Carpenter* 394
 86. Petir di Siang Hari Bolong, *Nick Walker* 399
 87. Kami Menyebutnya Umpan, *Kristi Adams* 405
 88. Bendiri, *Barbara Bennett* 409
 89. Satu Kata Sederhana, *Kay Presto* 414
 90. Kisah dari Hati, *Luanne Tovey Zuccari* 419
 91. Pindah Rumah, *Dea Irby* 424

10

Mengambil Kembali Kehidupan Kita

92. Menjauhi Kerakutan, *Rachel Dunstan Muller* 430
 93. Memilih Pengharapan, *Clara Ember* 435
 94. Sukacita Tubuh Manusia Fana, *Mitali Rathi* 440
 95. Penjaga Kolam Renang, *Cassie Putnam* 445
 96. Pembebasan Tubuh, *Marie Perle* 448
 97. Mascara Terlebih Dulu, *Phyllis McKinley* 451
 98. Dari Pembatasan ke Ruang Terbuka, *Yoko R. Smith* 456
 99. Memasak Demi Kehidupan Baru, *Francesca Monzillo* 460

100. Menaklukkan Gunungku, <i>Susan Maddy Jones</i>	464
101. Orang yang Takut Keramaian Terbang Demi Cinta, <i>John Esteban</i>	469
Para Penyumbang Naskah	473
Tentang Amy Newmark	489
Ucapan Terima Kasih	491
Tentang Chicken Soup for the Soul	494