

Diri dibelenggu dendam

Hati resah benci rakan kerana perbuatan silam

KAUNSELING REMAJA
Prof Madya Datin
Dr Sapora Sipon
rencana@hmetro.com.my

? Saya mempunyai masalah yang mengganggu fikiran. Saya membenci seseorang sedangkan dia kelihatan sangat soleh di mata orang lain. Saya tidak pasti dengan perasaan saya sendiri seperti ada dendam yang terpendam dalam hati terhadapnya. Mungkin kerana dulu saya pernah tertekan dengan perlakuannya terhadap saya.

Saya selalu merasakan yang dia memandang rendah pada saya dalam pelajaran mahupun dalam hal agama. Kadangkala apabila dia menegur kesalahan saya, caranya seperti menghukum bukan mendidik.

Semua terasa sempit apabila bersamanya. Minat saya pula amat berbeza dengan minatnya. Dia sering memperlekehkan minat saya. Ini membuatkan saya selalu memendam perasaan, apatah lagi pada waktu itu saya tiada sahabat lain untuk bergantung. Jadi, perbuatannya sangat memberi kesan terhadap saya.

Sekarang, saya hidup dengan melarikan diri daripadanya. Ini disebabkan jika

mendengar suara atau melihat dirinya, saya boleh marah tanpa sebab. Walaupun tahu dia terkenal dengan sifat baiknya, setiap apa yang dilakukannya semua nampak buruk di mata saya.

Walaupun dia berusaha untuk berbaik-baik, saya tetap sukar untuk menerimanya. Saya sendiri tidak selesa dengan perasaan ini. Saya rasa bersalah terhadapnya tetapi tidak tahu bagaimana mahu melupakan perasaan benci itu terhadapnya.

KELIRU,
Pulau Pinang

! Perasaan negatif yang berada dalam lubuk hati manusia itu adalah satu bisikan daripada syaitan kerana syaitan tidak suka manusia mendengar nasihat dan berkelakuan baik. Apa yang dilakukan kawan adik untuk menasihati adalah suatu yang baik. Cuma adik tidak selesa apabila merasakan ia adalah satu herdikan.

Pada pandangan Dr, niat kawan adik itu baik, mungkin cara untuk menyampaikan mesej kebaikan itu tidak kena cara dan gayanya menyebabkan adik seperti dipandang rendah.

Melarikan diri bukan cara terbaik kerana ia tidak akan menyelesaikan apa-apa. Adik

perlu berhadapan dengannya untuk menyelesaikan perkara itu. Adik terbelenggu oleh perasaan sendiri.

Dr sarankan supaya adik dapat berhadapan dengan kawan adik dan jalinkan kembali persahabatan. Manusia itu tidak sempurna, jadi adik sempurnakan apa yang kurang pada kawan itu dengan berterus terang kepadanya mengenai apa yang adik rasai.

Kadang-kadang diri kita juga ada melakukan kesilapan. Adik perlu kuat, jangan malu dan tonjolkan minat dan jangan pedulikan apa yang diperkatakan orang lain. Personaliti dan minat manusia juga berbeza. Justeru, tiada salahnya mempunyai minat yang berbeza. Apa yang penting ialah menghormati perbezaan minat yang wujud dan meningkatkan jalinan hubungan berdasarkan perbezaan ini.

Untuk menja- di orang berjaya, kita perlu men- nempuh duri yang tajam kerana se- tiap duri itu akan menja- di nikmat se- lepas kejayaan diraih.



? Saya pelajar sekolah menengah. Masalah saya ialah berkaitan ibu yang berlaku curang dengan seorang lelaki yang juga suami orang. Mereka berkenalan melalui medium sosial.

Saya dapat tahu mengenainya apabila saya membaca perbualan mereka. Kini ibu sudah pandai dan kerap keluar malam. Saya juga sangat tertekan apabila mendapat tahu perbuatan ibu semakin melampau. Hati saya memang kecewa.

Namun, saya pendamkan masalah ini seorang diri. Saya sangat simpati pada ayah yang baik. Dia bekerja bersungguh-sungguh demi kesenangan kami.

Ibu pula berperangai sebaliknya. Saya begitu tertekan sehingga mengganggu fokus di sekolah tetapi tidak mahu melihat keluarga porak-pe- randa.

HATI SEORANG ANAK,
Kuala Lumpur

! Dr memahami apa yang adik alami. Tiada yang

Anak kecewa ibu curang

lebih menyedihkan daripada melihat sebuah keluarga yang harmoni menjadi retak akibat kecurangan. Sebagai seorang anak, tentunya adik ingin melihat hubungan ibu bapa berada dalam kegembiraan tanpa sengketa yang melanda.

Dalam perhubungan suami isteri, perlakuan curang adalah satu perkara yang menakutkan.

Melihat kepada situasi yang adik hadapi, ayah adik seorang yang bersungguh-sungguh bekerja untuk mencari nafkah. Kita tidak

tahu apa yang se- benar- nya berlaku sehingga menyebabkan ibu adik cu- rang.

Mungkin ibu adik mencari kenalan di laman sosial un- tuk meluangkan rasa sunyi tetapi akhirnya terjebak ke arah negatif. Antara faktor kepada ke- curangan di dalam ru-

mah tangga apabila seorang isteri tidak diberi perhatian oleh suami kerana sibuk be- kerja.

Namun, ini hanyalah jang- kaan sahaja. Hanya ibu adik dan kekasihnya mengetahui cerita cinta mereka.

Sebagai anak, bukan mu- dah untuk memasuki dunia kehidupan orang dewasa, apatah lagi dunia kehidupan ibu bapa. Namun, adik boleh berusaha seperti mula rapat

dengan ibu. Tunjukkan kasih sayang kepadanya dan jadi pendamping ibu adik supaya masalah yang dihadapi boleh dikongsi bersama.

Luahkan perasaan kecewa adik kepadanya. Katakan adik sayang kepadanya dan tidak mahu sesuatu yang lebih buruk terjadi jika diketahui ayah.

Andai adik tidak mampu melakukannya, carilah ahli keluarga yang dipercayai un- tuk menegur kelakuan ibu adik.

Namun, adakalanya ce- rita cinta mempunyai jalan cerita tidak seperti yang kita inginkan. Jika segala usaha sudah adik lakukan dan ibu tetap ada hubungan dengan kekasihnya, adik perlu men- cari kekuatan diri untuk me- neruskan kehidupan ini.

Binalah cerita adik sen- diri dengan memberi fokus kepada pelajaran. Carilah kekuatan untuk berdiri de- ngan teguh walaupun badai menandatangani. Memang bukan mudah tetapi ini adalah ke- nyataan hidup yang perlu adik tempuhi.

