



kaunseling Remaja

Prof Madya Datin Dr Sapora Sipon Menjawab

Jika anda menghadapi masalah percintaan, pembelajaran, kewangan, keluarga dan perkara peribadi yang sukar diselesaikan, pakar kaunseling Universiti Sains Islam Malaysia (Usim) sedia membantu. Hantarkan masalah anda lengkap dengan nama dan alamat penuh kepada Ruangan Pengelola Kaunseling Remaja, Harian Metro, Balai Berita, 31, Jalan Riong, 59100 Bangsar, Kuala Lumpur atau e-mel kepada rencana@hmetro.com.my

Menangis putus cinta

Rasa bagai lelaki pondan tidak tahan dugaan

SAYA sukar melepaskan ingatan terhadap bekas teman wanita. Kami sudah menjalin hubungan selama empat tahun sebelum berpisah baru-baru ini.

Punca perpisahan disebabkan saya kerana semasa bercinta, kami banyak melakukan perkara yang melampaui batas agama. Kini dia mempunyai teman lelaki baru.

Saya sanggup berubah agar dapat menjalinkan hubungan semula hingga berkahwin, tapi bekas teman wanita enggan. Alasannya dia masih belajar dan sudah ada teman lelaki lain.

Saya memang tidak boleh melupakan dia dan jiwa sangat tersiksa selain kerap kali menangis mengenangkan nasib saya. Saya ibarat lelaki pondan yang tidak

tahan dugaan dan menangis kerana putus cinta. Saya tidak sanggup kehilangannya dan amat mencintainya.

Saya tidak dapat melupakan dia. Pelbagai usaha sudah saya cuba namun tidak berjaya.

Saya berusaha untuk berubah namun masih teringatkan bekas teman wanita. Saya sedih dan sakit hati melihat dia dan teman lelakinya.

Nasib Malang,
Negeri Sembilan.

JAWAPAN:

ADIK ibarat tidak mati kerana cinta tapi cinta cukup meracuni hidup. Apabila cinta tidak berbalas, ia ibarat

layang-layang putus talinya. Dan paling menyedihkan ialah apabila adik sudah bertemu cinta yang paling bererti, tapi akhirnya terpaksa membiarkan bekas kekasih pergi atas tingkah laku sendiri.

Dr dapat memahami kepahitan adik dalam usaha melupakan bekas kekasih, tapi gagal hatta pelbagai usaha sudah dilakukan. Apa yang adik alami bersama-sama bekas kekasih adalah sebahagian daripada kehidupan adik. Usaha untuk melupakan memori bersama dia adalah satu usaha untuk melupakan diri adik juga. Ia seperti memusnahkan apa yang adik miliki.

Tentunya ini sesuatu yang amat sukar untuk dilakukan.

Ubat cinta adalah waktu. Apabila waktu itu belum sampai untuk adik melupakan cinta itu, rasailah cinta yang ada. Hiduplah bersama memori indah cinta itu. Apabila semakin lama rasa cinta semakin hilang seperti mana masa berlalu, ingatan dan rasa terhadap cinta yang ada akan turut berlalu.

Pepatah cinta menyebut, cinta akan hidup bersama dengan waktu. Apabila waktu itu mati, maka matilah cinta suci itu. Memaksa sesuatu (melupakan cinta) hanya akan

menambahkan kelukaan dan kekecewaan. Cinta juga ibarat hujan, ia akan berhenti.

Menangis adalah satu tingkah laku normal manusia, tanpa mengira lelaki atau perempuan. Seorang lelaki tidak dianggap bersifat pondan hanya kerana menangis. Menangis adalah satu proses penyembuhan jiwa. Ia terapeutik kerana dapat mengeluarkan luahan kekecewaan.

Dr akui, proses melupakan sesuatu yang indah memang sangat sukar. Begitu juga melepaskan sesuatu yang dirasakan sangat berharga. Realiti

kehidupan ialah ada perkara yang sangat kita inginkan tapi kita tidak akan memperolehnya. Cinta juga tidak selalu bersama jodoh tapi jodoh akan selalu bersama cinta. Apa yang adik alami ialah satu proses ke arah kematangan hidup. Laluinya dengan kekuatan diri yang ada.

Jika adik benar-benar mencintai bekas kekasih, apabila dia mencintai orang lain, adik masih mampu tersenyum dan turut bahagia untuknya. Ini kerana cinta yang suci dapat dilihat daripada pengorbanan seseorang, bukan daripada pemberian semata-mata. Cinta adalah keabadian dan kenangan adalah hal terindah yang pernah dialami. Semoga adik dapat sinar bahagia.

Keliru demonstrasi haram

SUDAH beberapa kali perhimpunan haram dilakukan di negara ini dan saya sebagai mahasiswa universiti adakalanya keliru dengan perkara ini. Antaranya, saya cuba untuk memahami mengapa demonstrasi diadakan. Begitu juga, bertanya kepada diri mengapa ada mahasiswa yang menyertai demonstrasi.

Mungkin mereka mempunyai sebab-sebab tersendiri. Melalui perbincangan dengan kawan-kawan, ada yang bersetuju dengan tindakan mahasiswa turut dalam perhimpunan ini. Ramai juga yang menentang. Rakan-rakan yang suka kepada demonstrasi memberi alasan ia satu petunjuk kepada kebenaran. Ia juga isyarat kepada pihak pentadbir negara akan kepincangan yang dilakukan.

Kata mereka, demonstrasi boleh mengubah kerajaan untuk memerintah dengan lebih baik. Atas nama perjuangan, rakan-rakan saya ini bersetuju dengan demonstrasi.

Persoalannya, saya juga keliru, sebagai mahasiswa, adakah saya perlu bersetuju dengan rakan-rakan yang mengatakan perhimpunan haram atau demonstrasi adalah untuk kebaikan. Ini kerana saya lihat banyak keganasan yang berlaku. Sifat buruk seperti memaki hamun,

mencederakan orang, berlari lintang-pukang turut berlaku. Tidak terkecuali, saya lihat ramai yang hilang kawalan diri. Seperti dirasuk hantu. Sifat seperti haiwan sudah terjelma dalam diri mereka.

Di mana pula suara-suara kebenaran mereka sedangkan diri sudah dikawal oleh luapan emosi yang tinggi. Sering kali fikiran saya terganggu dengan sikap mahasiswa ini. Adakah mereka ini matang atau sebaliknya?

Jejaka Tidak Matang
Kuala Lumpur

JAWAPAN:

Melihat hubung kait antara sesuatu tindakan dan kesan boleh memandu seseorang untuk mengambil tindakan yang betul dalam hidup. Contohnya, apabila menyertai sebarang tunjuk perasaan dan demonstrasi itu bertukar daripada aman kepada ganas, kesannya ialah pelbagai perkara buruk boleh berlaku.

Suara kebenaran mula ditenggelami oleh tindakan di luar batasan kemanusiaan. Objektif untuk menyuarakan kebenaran dan bersifat matang tidak dapat dilihat daripada mata kasar kerana tindakan liar pedemonstrasi menunjukkan cerita sebenar.

Lazimnya, orang hanya akan melihat sesuatu perkara melalui fizikal dan luaran saja, bukan niat atau apa yang ingin disampaikan. Maksudnya, orang ramai akan lebih melihat tindakan liar pedemonstrasi daripada matlamat mereka menyertai demonstrasi itu.

Menyertai demonstrasi mempunyai kesannya. Antaranya ialah seperti yang adik lihat sendiri iaitu mencederakan orang lain atau diri tercedera. Kegagalan bersifat rasional dan bertindak di luar kawalan adalah antara ciri normal individu yang menyertai demonstrasi.

Dalam konteks permasa-lahan ini, adik perlu melihat peranan dan tanggungjawab sebagai seorang mahasiswa. Begitu juga matlamat adik memasuki universiti. Apakah keutamaan yang perlu dilaksanakan oleh mahasiswa yang bakal memimpin negara seperti adik ini.

Jika tersilap meletakkan keutamaan peranan dan tanggungjawab dalam hidup seorang mahasiswa, kesannya ialah matlamat untuk melahirkan mahasiswa bijak tindak tanduknya dan jati diri tinggi tidak akan tercapai.

Adik boleh melahirkan kebebasan bersuara melalui cara yang baik.