

# Rindu 'gila'

## Jejaka tampan takut dekati gadis

### Soalan

**S**AYA baru bekerja dan dikenali seorang yang tampan serta suka bergaya. Masalahnya saya tidak mempunyai keberanian menghampiri gadis yang membuat saya hampir gila kerana merindunya. Saya sukakan gadis itu dan berusaha memilikinya kerana dia adalah cinta pertama saya.

Saya dapat rasakan gadis itu juga meminati saya. Kami selalu saling berpandangan tetapi keluar lidah untuk bertegur sapa dan berkenalan kerana takut dia tidak melayan saya.

Saya derita memendam perasaan. Tolong saya Dr.

Jejaka serba salah,  
PUTRAJAYA

### Jawapan

**K**AATA orang, kalau takut mencuba, tidak akan dapat

apa yang diinginkan. Betapa segaknya seorang lelaki, kalau takut mencuba, hilanglah sebahagian sifat lelaki-nya. Lebih baik hilang sifat kelelakian mencuba daripada hilang kerana langsung tidak mencuba. Sekurang-kurangnya kalau gadis pujaan hati tidak melayan, adik sudah meningkatkan tahap kelelakian melalui usaha mencuba.

Hubungan adik dengan gadis itu seperti ingin menafikan perasaan sebenar yang dirasakan. Mengapa perlu melarikan diri daripada 'cinta' apabila ia berada di depan mata? Dr melihat wujud masalah komunikasi dan sifat berterus terang antara adik dengan gadis itu.

Sekiranya adik dan gadis itu masih lagi bermain tarik tali dan tidak berterus terang, tindakan bermain-main mata pasti berterusan. Dr takut adik dan gadis itu lama kelamaan

penat bermain mata dan beralih arah mencari pasangan lain.

Cinta itu sering kali lari apabila kita mencari, tetapi cinta juga sering kali dibiarkan pergi apabila ia menghampiri. Mengenai cinta, Mahatma Gandhi pernah berkata, 'ada dua titis air mata mengalir di sebuah sungai. Satu titis air mata itu menyapa air mata yang satu lagi.

"Saya air mata seorang gadis yang mencintai seorang lelaki tetapi kehilangannya." Slapa kamu pula? Jawab titis air mata kedua itu. "Saya air mata seorang lelaki yang menyesal membiarkan seorang gadis yang mencintai saya terlalu begitu saja."

Dr berharap adik tidak menjadi seperti lelaki dalam titis air mata kedua itu. Selamat mencuba dan semoga berjaya menawan hati gadis pujaan.

# Jiwa kosong sejak ibu tiada

### Soalan

**I**BU yang saya sayangi baru saja meninggal dunia menjadikan semangat untuk hidup hilang serta-merta. KematianNya benar-benar merentap jiwa dan kalbu saya. Hubungan kami sangat rapat kerana dia baik hati, lemah lembut dan penuh sifat keibuan. Ibu menjadi tempat saya mengadu dan menagih kasih sayang.

Selepas pemergian ibu, saya terus tinggal seorang diri di rumah dan keadaan itu amat memeritkan. Walaupun saya baru saja menyambung pengajian di institusi pengajian tinggi awam (IPTA), namun dalam fikiran saya bermohon kepada Allah supaya dapat bertemu dengan ibu.

Masih bersedih,  
PAHANG

### Jawapan

**K**EHIDUPAN setiap orang di dunia ini suatu hari pasti berakhir, tiada jalan keluar. Saat itu ditentukan Allah. Firman-Nya yang bermaksud: "Setiap jiwa pasti merasakan kematian" (surah Ali Imran, ayat 185) dan "Di mana saja kamu berada, kematian pasti mendapatkan kamu, kendatipun kamu di dalam benteng yang tinggi lagi kukuh..." (surah An Nisaa, ayat 78).

Sebagai insan yang pernah

hadir dalam sebahagian besar hidup adik, pemergian ibu tentu sekali membawa bersama kenangan dan memori kehidupan. Atas keteguhan perhubungan itu, adik berhak merasa kepedihan dan kesedihan atas kehilangan ibu.

Mengakui rasa kehilangan ibu penting. Hanya dengan mengetahui dan mengakui perasaan itu, barulah adik boleh memikir serta mengambil langkah seterusnya. Apabila orang yang paling adik sayang meninggal, tidak ada sebab dan alasan untuk menafikan segala perasaan dialami. Akui perasaan kesedihan itu dan kemudian bertanya pada diri sama ada adik bersifat adil kepada tindakan dan perasaan itu.

Kesedihan adalah satu reaksi normal kepada kehilangan dan kehilangan seseorang melalui kematian adalah satu pengalaman sejagat serta salah satu peristiwa paling menyakitkan dalam kehidupan. Sama dengan individu lain, reaksi adik dalam bertindak balas atas kematian orang yang mereka sayangi berbeza.

Perasaan ini termasuk terkejut, rasa tidak percaya, marah pada diri sendiri, penafian, menarik diri dari melakukan aktiviti yang menggemblirakan, kesedihan dan kebimbangan.

Reaksi adik atas pemergian ibu adalah dengan menarik diri dari melakukan aktiviti menggemblirakan.

Reaksi fizikal akibat kehilangan seseorang pula membolehkan kepenatan, pening kepala dan perubahan dalam jadual tidur. Sebilangan kecil daripada mereka berasa seolah-olah hilang makna kehidupan dan aktiviti harian, berterusan memenuhi masa dengan orang yang sudah meninggal serta mengalami satu perasaan putus asa dalam sistem kepercayaan peribadi mereka. Mereka tersekat dalam kesedihan sendiri sementara adik tersekat dengan perasaan kesedihan kehilangan ibu.

Menyimpan kesedihan tidak boleh membuatnya pergi. Adik boleh meluapkannya dengan menulis sajak, bercerita, menulis surat atau bercerita dengan kawan. Ini antara sebahagian cara meluahkan kesedihan.

Membina hubungan dengan rakan di IPTA juga mengisi masa adik daripada terlalu terikat dengan kesedihan. Cari rakan yang boleh dipercayai sama ada di asrama atau tempat kuliah. Berjumpa kaunselor di tempat pengajian untuk membuat sesi kaunseling amat dicadangkan.