

MAAF TAPI TAK LUPA

Prof Madya Dr Huzili Hussin
Kolumnis Sinar
Sinar Harian, 08 Februari 2020

SEJUJURNYA untuk menyebut perkataan maaf adalah begitu mudah berbanding dengan payahnya untuk memberi kemaafan.

Kebanyakan kita sukar untuk memaafkan kerana melibatkan hati yang cukup terluka.

Tambahan pula, segala kezaliman yang dilakukan kepada kita bukannya mudah untuk dilupakan hingga mengganggu ketenangan hidup.

Natijahnya, segala kudrat tenaga, pemikiran dan perasaan kita akan dikerahkan untuk memikirkan soal tersebut hingga menjadi letih dan sayu berpanjangan. Akhirnya tiada lagi kekuatan untuk menunjangi diri.

Sebetulnya berkaitan dengan maaf dan lupa, dapatlah dibahagikan kepada empat kategori iaitu; Maaf dan lupa, maaf tetapi tidak lupa, sudah lupa tetapi tidak maaf dan tidak maaf dan tidak lupa.

Berpandukan kepada empat kategori tersebut, ramai beranggapan bahawa 'Maaf dan lupa' berada pada hirarki yang tertinggi kerana menggambarkan kita begitu ikhlas memaafkan kesalahan mereka.

Sebaliknya, jika kita telah memaafkan namun masih tidak dapat melupakan bermakna kita masih belum ikhlas untuk memaafkan mereka.

Persoalannya, adakah secara realiti kita boleh melupakan segala perbuatan jahat kepada kita selama ini?

Menurut perspektif psikologi kognitif, adalah mustahil kita boleh melupakan segala peristiwa yang terakam di minda kita sama ada sesuatu perkara itu baik atau buruk.

Justeru, bagi mereka yang mengatakan bahawa mereka telah maaf dan melupakan perkara tersebut adalah sebetulnya telah menipu diri sendiri.

Isunya adalah cukup jelas, kita akan mengingati semua perkara buruk yang berlaku kepada kita cuma harus mempelajari bagaimana untuk memastikan peristiwa tersebut tidak mengganggu diri kita.

Apa yang nyata, kegagalan kita menangani hal tersebut boleh mendorong kita menjadi tidak tenang dan resah gelisah.

Oleh itu, kita tiada pilihan, kita harus berusaha untuk mengawal setiap peristiwa yang menyakitkan tersebut hibernate atau tidak aktif dalam minda kita.

Ini bermakna, kita harus 'mengunci' peristiwa tersebut supaya tidak menghantui diri kita lagi.

Secara prinsipnya, syarat utama untuk 'mengunci' peristiwa tersebut adalah dengan memastikan kita menjauhi segala trigger atau pencetus yang boleh memudaratkan kita.

Pendek kata, jangan dikongsi hal yang menyakitkan dengan sewenang-wenangnya dengan orang lain kerana boleh memunculkan semula peristiwa lama dan akan berdarah kembali.

Memaafkan

Pada hemat saya, tiada yang lebih berkesan untuk menjadikan setiap peristiwa yang menyakitkan dalam minda kita kekal tidak aktif adalah dengan cara memaafkan walaupun berat.

Ini bermakna, jika hati kita sakit, marah dan kecewa, kita perlu segerakan kemaafan tersebut walaupun tidak menyebutnya secara zahir kerana dapat menjadikan kita tenang pada waktu yang tidak selesa.

Berkaitan hal ini, seorang pejuang demokrasi di Amerika Syarikat, Martin Luther King, Jr, telah berkata, "Setiap kegelapan tidak boleh menerangi kegelapan, hanya cahaya sahaja yang boleh menerangi kegelapan. Manakala, setiap kebencian tidak boleh ditangani dengan kebencian, hanya kasih sayang sahaja yang boleh menghapuskan kebencian".

Ini bermakna, hanya kemaafan dapat membantu kita menjauhi kegelapan.

Malah, besarnya nilai kemaafan itu telah diceritakan dalam sebuah riwayat berkaitan seorang pendeta menziarahi Hisyam bin Abdul Malik.

Beliau pun bertanya kepada pendeta itu, "Apakah pendapat pendeta tentang Zulkarnain?, Adakah dia seorang Nabi?".

Pendeta itu menjawab, "Tidak, namun beliau telah diberikan kelebihan disebabkan empat perkara iaitu; Apabila berkuasa beliau akan memaafkan, Apabila berjanji beliau

akan tepati, Apabila beliau berkata, semuanya benar dan beliau tidak mengumpulkan pekerjaan hari ini untuk keesokannya”.

Selain itu, ALLAH telah berfirman, “Dan janganlah orang-orang yang berharta serta lapang hidupnya dari kalangan kamu, bersumpah tidak mahu lagi memberi bantuan kepada kaum kerabat dan orang-orang miskin serta orang-orang berhijrah pada jalan ALLAH, dan (sebaliknya) hendaklah mereka memaafkan serta melupakan kesalahan orang-orang itu. Tidakkah kamu suka supaya ALLAH mengampunkan dosa kamu? Dan (ingatlah) ALLAH Maha Pengampun lagi Maha Mengasihani” (surah An-Nur, 24:22).

Ingatlah, hanya kemaafan boleh meneutralkan segala peristiwa buruk yang tidak dilupakan. Semoga kita dikurniakan ketenangan dengan kemaafan.

**Prof Madya Dr Huzili Hussin ialah Dekan Pusat Pengajian Pembangunan Insan dan Teknokomunikasi Universiti Malaysia Perlis*