
Berpuasa bukan sekadar latihan untuk menahan lapar dan dahaga tetapi menjadi manusia yang sentiasa berprasangka baik terhadap orang lain.

PERTAMA sekali, penulis ingin mengesahkan selamat berpuasa dan menyambut bulan Ramadan kepada semua umat Islam di negara ini serta perantuan.

Berpuasa bukan sekadar kewajiban somata-mata tetapi in juga adalah sekelah psikologi yang baik untuk membodihkan kita memahami perwatakkan orang lain.

Tatkala berjalan-jalan, kita selalu melihat kelihatan pengemis yang meminta beras ikan dan ada antara mereka mengudung kelaparan.

Dalam benak hati, kita selalu berfikir bahwa adakah benar mereka ini tidak makan atau hanya sekadar berpuasa-para untuk menghajat simpati?

Sesekali kita terdengar di dalam berita, terdapat sekumpulan masyarakat minoriti yang hidup tertindas dan mati kebuthan. Kata menyakit, adalah hidup ini seterus itu.

Sedangkan di Malaysia, kita berpuasa makan pada setiap hari. Maka wajib dan restoran dihak sehingga dirihih,. Jadi, adakah benar ada insan yang tidak makan?

Sebaiknya, inilah yang diutarkan sebagai peluang dunia yang adil dalam kalangan pengkaj psikologi. Sekalipun kita percaya bahwa dunia seputih badan adil-nazir, ju sebaiknya tidak.

Malah, kajian-kajian daripada pengkaj menunjukkan bahawa individu yang percaya bahwa dunia itu adil biasanya tidak bersimpati dengan manusia lain.

Tambahan pula, individu tersebut juga biasa percaya bahwa setiap manusia akan mendapat balas hasil daripada berbuatannya. Dalam erti kata lain, manusia yang menunjukkan kesadaran teruk disebabkan oleh perubatan mereka sendiri.

Individu itu terampil, mereka yang buka lapar dan merana mungkin disebabkan oleh sikap malis. Mereka yang sakit dan ditimpa penyakit adalah disebabkan oleh keganasan mengena kesihatan diri.

Sedangkan dalam dunia realiti, tidak semua perkara tersebut berhubung kait. Ada segelintir masyarakat yang miskin, bukan korana malis tetapi mereka tidak mampu kerja daripada kerjaya pengemis. Bahkan, ada juga yang bekerja lebih teruk daripada orang lain.

Jadi, mitos yang mendaluka dunia ini selalu 'adil' tidak semestinya benar. Ada hal-hal yang tidak mampu kita jelaskan.

Terbahiru, kita dikejutkan dengan berita pelarian Rohingya ke beberapa negara termasuk Malaysia, Thailand dan Indonesia. Mereka menjadi kehinaan politik di negara sendiri.

Hendak dikatakan bahwa mereka malas dan tidak rajin berusaha, ia mungkin bukan cara penyelisihan yang baik. Memaka mereka untuk menyelisih sendiri masing-masing itu dengan alasan ia adalah isu calaman juga tidak akan mengubah apa-apa.

Melaikan jika kita boleh katakan betapa dunia ini tidak adil adakah maka, jalan terbaik ialah memberikan keadilan untuk mereka.

Berprasangka baik

Sebahar itu, puasa ini adalah sekelah yang baik untuk melatih diri mengingatkan betapa dunia ini tidak adil. Jadi, kita mesti berprasangka baik kepada orang lain.

Di Malaysia, walaupun umumnya kehidupan kita ini baik, masih banyak ahli masyarakat yang sebenarnya sedang menghadapi kehidupan gotit.

Kita mempunyai ibu tunggal, anak yatim dan ahli masyarakat yang miskin. Malah, di ibu kota Kuala Lumpur saja teradapat ratusan gelandengan yang tidak mempunyai tempat tiangtel dan pekerjaan.

Meskipun, keadaan ini lebih baik borbading beberapa tempat di negera lain, ita menunjukkan betapa bukan semua manusia ditakdirkan mempunyai nasib yang baik.

Sebab itulah, puasa ini sejauhnya menginsinuakan kita. Ia bukan sekadar untuk memberikan latihan untuk kita menahan lapar dan dahaga tetapi menjadi manusia yang sentiasa berprasangka baik terhadap orang lain.

Beberapa jam dalam sehari kita merasa lapar sudah cukup untuk mengingatkan kita betapa banyak perkara yang ada di dalam hidup kita ini sebenarnya akan disangka apabila ia sudah tiada lagi.

Ketika berpuasa, kita akan menyedari nihkat kenang kita doa yang para marga dalam makanan makanan. Bayangkan bagaimana pula dengan hal-hal yang lain.

Kita akan mula sedar bahawa kita juga mempunyai nihkat hidup yang lain. Kita mempunyai keluarga, pekerjaan dan kehidupan yang baik.

Selama ini, kita mungkin menyempit tentang kenalan di rumah sendiri. Bagaimanapun, seldaranya kita tahu bahwa ada orang lain yang sedang menjalani kehidupan lebih teruk daripada kita, mungkin kita akan lebih berlapang dada.

Sepanjang Ramadan ini, kita tentu akan belajar lebih banyak perkara lain. Berpuasa bukan sekadar menahan hawu nafsu tetapi membuka mina betapa kehidupan yang kita rasakan sangat sempurna ini mungkin hanya milik kita sendakan orang lain bergerak dengan senibis muka mungkin.

Kita doakan kebaikan untuk mereka. Sekalipun kita tidak mampu untuk meloncat setiap orang bagi menyelisihkan masalah yang dihadapi, bersempati dan berasortsia baik kepada orang lain mungkin sudah cukup membentuk kita inan yang mulia.

Ingat, dunia ini tidak selalu ada. Sama berpuasa.

http://www.umlib.unm.edu.my/newsclut_detaila.asp?curid=136338f8dash.woEHW2/7.dbps