

# **Tanganilah Kemarahan Dengan Bijaksana**

**Saiful Azrul Che Lah**  
[www.saifulazrul.cjb.net](http://www.saifulazrul.cjb.net)

Memang menjadi kelaziman dan lumrah apabila kita terlalu marah kita akan bertindak tanpa berfikir panjang. Bukan niat kita tetapi itulah yang berlaku. Ia kadang-kadang mengundang kepada bahana yang tidak kita jangkakan. Bila difikirkan kembali ketika hati kita mula tenang kita sendiri akan menyesal kerana ia pada kita sudah menjadi tidak rasional malah keterlaluan. Hakikatnya Bukannya mudah untuk menangani kemarahan secara bijaksana. Ia sebenarnya memerlukan latihan dan masa. Namun ia bukan satu alasan yang boleh diambilkira.

Apa akan jadi jika semua orang menjadi kurang sabar. Dunia akan huru-hara. Jadilah kita seorang yang penyabar. Kita lihat Junjungan besar nabi Muhammad s.a.w. sendiri dapat menahan dan mengendalikan kemarahan serta provokasi kaum kafir secara bijaksana hingga akhirnya Kaum kafir tunduk dan kagum kepada keperibadian Rasulullah. Berfikir merupakan satu senjata minda. Melalui berfikir kita akan dapat melaksanakan sesuatu tindakan dengan begitu berkesan. Justeru janganlah diturutkan sangat rasa hati. Kawallah marak kemarahan dalam diri agar kita kelak tidak binasa akibat perbuatan diri sendiri.

Amat tidak wajar jika kita bertindak melulu. Ia adalah sesuatu yang cukup menyedihkan apatah lagi jika kita berpendidikan tinggi dapat menjejak menara gading tetapi kesudahannya amat membosankan dan menyedihkan. Inikah yang mahu kita tonjolkan sebagai seorang pemimpin masa depan. Jika kita seorang yang sudah tua atau sudah lanjut usia kita seharusnya lebih bertimbang rasa kerana kita mempunyai banyak pengalaman dan lebih tahu erti kehidupan.

Begitu jua jika kita sebagai seorang yang muda. Kita harus pintar menangani semuanya kerana kemarahan jika tidak dapat dikawal maka akan berlakulah pergolakan yang akhirnya akan memerangkap kita untuk sama-sama terjebak dalam satu permasalahan yang kompleks. Kemarahan kadang-kadang boleh menghapuskan kepercayaan orang lain terhadap diri kita. Pernah seorang pujangga bermadah yang berbunyi berikut “Kepercayaan adalah ibarat cermin. Sekali ia berderai. Tak kan mungkin ia bercantum kembali.” Bagi diri kita yang dapat berfikir secara waras. Renungkanlah betapa besarnya impak yang bakal kita tanggung jika kemarahan tidak kita tangani dengan betul.

Semuanya memerlukan kita berfikir. Jangan dijadikan berfikir sebagai alasan untuk lambat bertindak kerana jika kita biasa berfikir sebelum bertindak kita sebenarnya akan bertindak lebih pantas dengan pemikiran kita. Bukan itu sahaja malah ia lebih tersusun, terancang dan banyak menguntungkan diri kita. Tidak kiralah kita ini siapa menangani kemarahan secara bijaksana cukup penting dalam menjaga keharmornian masyarakat setempat. Ingatlah jangan kita mengharap kita akan dihormati jika kita menjadi penyabar. Tetapi ketahuilah Allah amat menyanyangi hamba-hamba-Nya yang penyabar. Jika kita ikhlas Insya-Allah kita akan dihormati tanpa dipinta. Akhir kalam cubalah redakan gelodak di jiwa. Kembalilah kepada jalan kebenaran pastinya suatu hari nanti kita akan mengecap kebahagiaan yang kita impikan.