

Bersabar hadapi tempoh PKP



SEBELUM ini, kita sudah biasa berkerja dan keluar ke mana-mana tanpa rasa takut. Tiada siapa yang melarang malah jauh sekali disaman. Malam-malam kita dapat keluar lepak dengan rakan sambil tonton bola dunia dan sebagainya. Bagi Muslim terutama pada Ramadan, dulu boleh ke masjid untuk solat Tarawih bersama-sama jemaah di kampung atau taman masing-masing. Rindu dengar bacaan al-Quran oleh ustaz semasa solat Tarawih.

Berubah Menuju Lebih Baik

Bagi golongan terkesan teruk semasa PKP Covid-19 ini, haruslah bersyukur sekiranya ada golongan yang datang menghulurkan bantuan. Kedegaran luahan sukarelawan NGO

atau persatuan yang turun ingin membantu tetapi mendapat komen dan suara sumbang.

Realiti kehidupan, berpijak di bumi nyata sekarang. Dalam saat ini mungkin kita bersyukur dengan kegembiraan atas segala kurniaan daripada Tuhan dalam menempuhi tempoh PKP jika dibandingkan tempoh berkurung ketika zaman Jepun dahulu.

Pada masa itu, keluar dari rumah tidak dibenarkan malah akan ditembak sekiranya ingkar. Hidup dalam kerisauan, kesedihan, bekalan beras tiada untuk dimasak dan tiada duit, kerja dan hidup seperti kais pagi makan pagi kais petang makan petang.

Tapi dalam tempoh PKP ini, kita tidak perlu risau pada hari esok kerana ada sahaja beras makan minum lagi buat kita. Alhamdulillah.

Tidak dinafikan ramai juga terkesan dengan PKP ini terutama mereka yang hilang sumber pendapatan harian, hilang kerja, ada yang hilang gaji.

Selain itu, terdapat juga emosi sukar dikawal apabila ada yang tidak biasa duduk di rumah sepanjang hari bersama anak dengan pelbagai kerenah.

Bertabah

Ada rumah yang tidak luas mana dan terperuk tak dapat berbuat apa-apa. Ada yang geram tak dapat melakukan kebiasaan. Ada yang terikut-ikut dengan cerita yang dibaca atau ditonton. Ada yang saja suka atau bosan mahu mencuba perkara baharu yang tidak pernah dapat dibuat sebelum ini seperti masak-masak pelbagai resipi, berkebun dan membersihkan rumah dan kawasan rumah sendiri.

Bagi yang masih ada orang tua, jagalah mereka. Bantulah mereka dengan menyediakan keperluan dari segi jasmani, emosi, rohani, intelektual dan spiritual mereka dengan lebih baik

semasa tempoh PKP ini.

Muhasabah Diri

Kita perlu mengawal emosi ketika bersama-sama ahli keluarga di dalam rumah. Semoga virus ini cepat berakhir sama-sama kita doakan dalam menghadapi gelombang kedua Covid-19.

Setiap subuh baca yasin dan surah ad-Dukhan, setiap malam baca surah al-Mulk dan as-Sajadah. Manakala, siangny bacalah surah al-Waqiah dan ar-Rahman. Baca dan hafaz di rumah sahaja.

Cuba amalkan kehidupan sederhana dalam pelbagai hal seperti makan dan minum dengan tidak berlebihan. Ingat PKP lawannya PKK iaitu Pikiran Kena Kreatif manakala bagi Muslim pula ada PKP ketiga iaitu Puasa Kena Penuh.

Pemikiran kena diubah dan hanya anak perempuan yang buat kerja terutama kerja dapur. Cipta semangat kerjasama dalam jiwa anak terutama semasa PKP ini.

Mohon Bantuan

Pelbagai pihak selain barisan hadapan seperti doktor, jururawat dan kakitangan kesihatan termasuk tukang cuci di organisasi kesihatan, polis dan sukarelawan serta pemerintah bertungkus-lumus berusaha untuk memerangi wabak Covid-19.

Selain itu kaunselor, juga bersama-sama ber-

Bertimbang Rasa

Adakah bantuan PKP memang susah didapati atau ada pihak mengambil kesempatan? Pastikan anda tidak mengambil hak orang lain yang sepatutnya lebih layak dan memerlukan. Apabila sukarelawan membantu, ada pula minta dihantar bantuan keperluan asas sampai depan pintu.

Penerima bantuan mempunyai pelbagai kerenah. Adakala sukarelawan terasa putus asa membuat kerja amal. Namun, sukarelawan tetap bersabar kerana mereka perlu membantu kepada golongan yang memerlukan

Kesimpulan

Ya Allah, ampunilah dosa kami. Ternyata Engkau sungguh murka kepada kami sehingga semua manusia di dunia ini tidak dapat pergi ke masjid. Pokok, haiwan dan makhluk lain dimusnahkan akibat tangan manusia yang rakus dan tamak tanpa ada tanda mahu insaf, simpati dan saling mengasihani.

Sesungguhnya Allah SWT sahaja Maha Berkuasa. Kita semua tidak ada apa-apa pun di dunia ini dan meninggalkan dunia ini apabila dijemput-Nya. Hal yang saya tulis ini semoga bermanfaat dan menjadi peringatan kepada diri. *Stay Home, Stay Save, Stay Health & Stay Cool.* Wahualaham.

“

Bagi golongan terkesan teruk semasa PKP Covid-19 ini, haruslah bersyukur sekiranya ada golongan yang datang menghulurkan bantuan. Kedegaran luahan dan keluhan perasaan sukarelawan NGO atau persatuan yang turun ingin membantu tetapi mendapat komen dan suara sumbang.

ganding bahu membantu rakyat terutama dalam skop kemelut-nangani isu psikologi masyarakat. Antaranya mewujudkan telekaunseling, e-psikologikal dan bantuan bimbingan kerohanian semasa tempoh PKP ini.

EMOSI... Kita perlu mengawal emosi ketika bersama-sama ahli keluarga di rumah. – Foto: Bernama.

HILANG SUMBER... tidak dinafikan ramai terkesan dengan PKP ini terutama, ada yang hilang sumber pendapatan harian, hilang kerja, ada yang hilang gaji. – Foto: Bernama.