

# Dua Amalan Hati

Apakah isteri banyak berubah selepas kahwin? Dulu suaranya halus, tatapan matanya lembut, tidak pernah melawan, merendah diri, taat dan mendengar kata suami. Tapi sekarang bila dia menjadi ibu, bertukar pula perangai menjadi sensitif, kasar dan pemarah.

**P**erubahan tabiat itu pasti berlaku kerana persekitaran yang mempengaruhi. Mungkin dahulu selepas kahwin suami masih berlembut, suka mendengar keluhan isteri, rajin menolong, penuhi segala keperluannya tanpa diminta bahkan melebihi apa yang diperlukan isteri.

Apabila berakhir fasa bulan madu masuk ke alam nyata, dunia penuh cabaran maka berubah pula sikap dan perangai suami. Hilang sedikit demi sedikit rasa prihatinnya, mula sibuk mencari nafkah, pulang membawa keletihan, tidak mahu disentuh oleh isteri, suka melayan dirinya dengan hiburan yang melalaikan dan pada mendidik isteri, agama semakin ditinggalkan, biarkan isteri jahil, mula berkira dalam memberi nafkah, memberi contoh yang tidak baik di hadapan anak-anak dan akhirnya suami tidak dihormati lagi.

Tidak salah kita merindukan sifat dan kebaikan pasangan yang dulu, tapi dengan syarat kita juga mesti melihat ke dalam diri sendiri. Setiap perubahan pada diri pasangan tidak terlepas daripada layanan kita kepadanya. Suami dan isteri mesti menginsafi hal ini sebagaimana Rasulullah s.a.w telah bersabda: *"Seseorang itu mengikut agama temannya, oleh itu hendaklah dia meneliti siapa yang menjadi temannya."* (Hadis riwayat Abu Daud)

Begitulah tabiat suami isteri saling mempengaruhi satu sama lain, mereka suka menularkan perangai dan membuka segala pintu untuk dimasuki pasangannya sehinggakan keduanya betul-betul serasi. Malang jika serasi dalam kefasikan, indah jika serasi dalam iman!

## Lakukan Cabaran

Bila hendak pasangan berubah, kita kena berubah dulu! Perubahan tabiat itu

boleh diusahakan dalam masa dan waktu yang kita set untuk melatih jiwa berubah. Contohnya 30 hari cabaran Ramadan, 15 hari cabaran perjalanan umrah, 40 hari cabaran haji, 1/3 malam cabaran solat, cabaran baca surah al-Kahf setiap Jumaat.

Cabaran solat di awal waktu, sedekah, berkata hanya yang baik atau diam, tilawah Al-Quran setiap hari, cabaran sentiasa senyum, menjaga adab kepada yang tua dan yang muda, cepat jatuh kasihan, cabaran tawaduk dengan menganggap semua orang Islam lebih baik dari diri kita, cabaran untuk bertaubat menangi dosa dan menjaga diri dari maksiat adalah rentetan cabaran yang seharusnya dijadikan agenda harian setiap pasangan muslim.

Malangnya ramai orang yang bersemangat melakukan cabaran yang bersifat keduniaan semata-mata tanpa mahu melakukan cabaran perubahan untuk amal akhiratnya. Lihatlah orang yang berlumba-lumba melakukan cabaran 30 hari kurus, cabaran mendaki gunung, cabaran maraton, cabaran seminar perniagaan sehari untung beribu.

Cabaran yang mengada-ada pun ramai diikuti, tarian atau lagu-lagu, prank yang mula trend dalam media sosial dan macam-macam kegilaan manusia untuk mengikuti cabaran yang memuaskan jiwanya agar orang lain tahu dia berjaya melakukan!

## Perbaiki Hubungan Jiwa

Ada suami yang naik semua puncak gunung tapi nak memanjat tangga masjid pun tak sanggup. Ada isteri yang bersusah payah diet, aktif segala senaman tapi nak puasa sunat tak berdaya. Ikut seminar sana sini nak jana pendapatan dan kemahiran, tapi solat ditinggalkan.

Jika mahu pasangan berubah, cabar diri bersamanya untuk menghidupkan iman.

Kalaulah ubat hati itu harta nescaya orang-orang kaya tiada yang sakit jiwanya, kalaulah ubat hati itu hiburan tak mungkin para bintang ternama mengalami depresi, kalaulah ubat hati itu kebebasan tanpa ikatan agama tidak mungkin orang-orang yang membenci agama mati dengan begitu sengsara dan tragisnya.

Kita impikan kedamaian dan kesejahteraan hati tapi kita lari dari Sang Pemilik Hati, Yang Maha Berkuasa merenjiskan ketenangan yang hakiki. Sudahlah lari daripada Allah, lari pula daripada orang-orang yang baik hatinya, akhirnya berkumpul bersama orang-orang berhati hitam dengan segala kelalaian dan kemaksiatan.

Bersyukurlah jika berjodoh dengan insan yang suci hatinya, walaupun dia tersilap sentiasa balik ke pangkal jalan. Jika isteri sudah mula bertaubat, cuba dekati dan baiki hubungan. Jika suami terbuat dosa, jangan abaikan dan buang rasa hormat, kasihankan dia dan kutip balik hatinya dan tolong bersihkan.

Perbaiki hubungan hati, jangan lari daripada pasangan kita. Allah menegaskan dalam surah Ali-Imran ayat 134 tentang dua amalan hati untuk membina hubungan baik iaitu memaafkan dan menahan amarah. Amat susah dilakukan apatah lagi jika pasangan kita bermasalah, tapi ia terbukti menjadi ubat bagi hati orang-orang soleh, yang sentiasa berasa tenang walaupun tidak mampu mengawal keadaan tapi mereka mampu mengawal diri mereka untuk tetap bertenang, bebas dari amarah dan dendam.

Allah SWT sentiasa mengawasi setiap perubahan dalam rumah tangga kita, semoga masih ada angin rahmat yang menyelamatkan layar bahtera ini menepi di pintu syurga-Nya. **MW**



DATO' DR. HAJI  
JUANDA HAJI JAYA  
Perunding Undang-  
undang Keluarga Islam