

Headline	Rawat hati gundah dengan senyuman		
MediaTitle	Kosmo		
Date	18 Sep 2019	Color	Full Color
Section	Negara	Circulation	155,996
Page No	10	Readership	467,988
Language	Malay	ArticleSize	218 cm <sup>2</sup>
Journalist	N/A	AdValue	RM 5,679
Frequency	Daily	PR Value	RM 17,038





**Komentar**  
Oleh **MANIRAH OTHMAN**  
Penolong Pengarang  
Berita Kosmo!

## Rawat hati gundah dengan senyuman

**KETIKA** tergesa-gesa hendak membeli tiket bas ketika cuaca yang agak panas di Hentian Puduraya, Kuala Lumpur beberapa tahun lalu penulis disapa penjaga kaunter sebuah syarikat bas ekpres.

"Senyum sikit dik."

Ayat tersebut lantas membuat penulis tersenyum kerana memang riak wajah ketika itu agak serius.

"Kan cantik kalau senyum," kata lelaki yang dianggarkan berusia lewat 20-an itu sebelum meneruskan urusan jual beli tiket bas.

Kalau tidak silap destinasi ketika itu ialah ke Rembau, Negeri Sembilan.

Ayat tersebut kelihatan macam hendak mengurat tetapi perbualan itu hanya setakat itu. Tidak diteruskan dengan perihal lain selain meminta senyuman.

Memang benar, usai membeli tiket mood penulis berubah positif. Ajaibnya kuasa sebuah senyuman yang tidak perlu banyak usaha untuk dilemparkan.

Kerana sebab itu juga, penulis gemar beriadah sama ada berjoging atau menelusuri trek kawasan hutan atau berbukit.

Ketika bertugas di Terengganu, kawasan Bukit Panaroma dan Bukit Besar menjadi pilihan.

Apabila diminta pulang bertugas di ibu negara, penulis beralih ke kawasan Institut Penyelidikan Perhutanan Malaysia (FRIM) di Kepong, Selangor kerana treknya tidak terlalu sukar untuk diteroka.

Bukan sahaja dapat melakukan aktiviti menyihatkan badan tetapi penulis suka sikap ramah terutamanya golongan warga emas yang turut melakukan aktiviti sama di kawasan itu.

Mereka rajin melemparkan senyuman ketika berselisih atau memotong yang secara tidak langsung mengurangkan rasa mengah ketika melakukan aktiviti tersebut.

Lihat sahaja senyuman itu, secara tidak langsung kita akan membalasnya. Bagai magis, penat yang terasa seolah-olah berkurangan.

Begitu jugalah yang sepatutnya diamalkan dalam kehidupan kita seharian. Jangan lokek untuk memberikan senyuman kepada sesiapa sahaja.

Aura positif hutan itu juga dapat dilihat dalam persekitaran tempat kerja penulis ketika ini yang rasanya umum tahu tentang masalah kami.

Malah seorang kenalan yang kebetulan berurusan di pejabat penulis turut memuji sikap petugas *Kosmo!* yang dilihat masih bekerja dengan ikhlas dan mampu tersenyum walaupun berhadapan dengan masalah.

Sebenarnya, sikap-sikap positif itu yang menarik langkah penulis ke pejabat untuk terus berkhidmat dengan ikhlas setiap hari.

Teruslah memberikan senyuman rakan-rakan supaya kita dapat mengharung keadaan ini bersama-sama.

Semoga syarikat kita juga dapat keluar daripada belunggu masalah ini dan mempertahankan kelangsungan akhbar *Kosmo!* dan *Utusan Malaysia*.