



# LIMA HAL YANG PENDENGAR YANG BAIK LAKUKAN

*Sungguh-sungguh mendengarkan akan menolong Anda mengetahui bagaimana menolong memenuhi kebutuhan rohani dan jasmani orang lain sebagaimana yang Yesus lakukan.*

**P**enatua Jeffrey R. Holland dari Kuorum Dua Belas Rasul menuturkan: “Mungkin yang lebih penting dari berbicara adalah mendengarkan .... Jika kita mendengarkan dengan kasih, kita tidak perlu ragu apa yang harus dikatakan. Itu akan diberikan kepada kita—melalui Roh.”<sup>1</sup>

Mendengarkan adalah sebuah keahlian yang dapat kita pelajari. Mendengarkan menunjukkan kasih kita bagi orang lain, menolong membangun hubungan yang kuat, dan mengundang Roh untuk memberkati kita dengan karunia pembedaan untuk menolong kita memahami kebutuhan orang lain.<sup>2</sup> Inilah lima cara kita dapat meningkatkan cara kita mendengarkan.

## 1. Beri Mereka Waktu

Banyak orang memerlukan waktu untuk mengumpulkan pemikiran mereka sebelum berbicara. Beri mereka waktu untuk berpikir baik sebelum maupun sesudah mereka mengatakan sesuatu (lihat Yakobus 1:19). Hanya karena mereka selesai berbicara tidak berarti mereka

telah mengatakan semua yang perlu mereka katakan. Jangan takut akan keheningan (lihat Ayub 2:11–3:1 dan Alma 18:14–16).

## 2. Beri Perhatian

Kita berpikir lebih cepat daripada orang lain berbicara. Tolaklah godaan untuk mengambil kesimpulan atau berpikir di depan pada apa yang akan Anda katakan ketika mereka sudah selesai (lihat Amsal 18:13). Alih-alih, dengarkan dengan niat untuk memahami. Tanggapan Anda akan menjadi lebih baik karena diinformasikan oleh pemahaman yang lebih besar.

## 3. Klarifikasi

Jangan takut untuk mengajukan pertanyaan yang mengklarifikasi sesuatu yang tidak Anda pahami (lihat Markus 9:32). Klarifikasi mengurangi kesalahpahaman dan menunjukkan minat Anda terhadap apa yang dikatakan.

#### 4. Refleksi

Menyatakan kembali apa yang Anda dengar dan bagaimana pemahaman Anda tentang perasaan orang lain. Ini menolong mereka mengetahui apakah mereka telah dipahami dan memberi mereka kesempatan untuk mengklarifikasi.

#### 5. Temukan Persamaan

Anda mungkin tidak setuju dengan segala sesuatu yang dikatakan, tetapi setuju apa yang Anda bisa tanpa salah menggambarkan perasaan Anda sendiri. Bersedia menyetujui dapat menolong meredakan kecemasan dan pembelaan diri (lihat Matius 5:25).

Presiden Russell M. Nelson mengajarkan bahwa kita hendaknya “belajar untuk mendengarkan, dan mendengarkan untuk belajar dari satu sama lain.”<sup>3</sup> Sewaktu Anda mendengarkan dengan niat untuk belajar tentang orang lain, Anda akan berada di posisi yang lebih baik untuk memahami kebutuhan mereka dan mendengar bisikan tentang bagaimana Anda dapat memelihara mereka yang ada di sekitar Anda seperti Juruselamat.

#### Mendengarkan Adalah Mengasihi

Kisah dari Penatua Holland menggambarkan kuasa mendengarkan:

“Teman saya Troy Russell mengeluarkan truk pickunya secara perlahan dari garasinya .... Dia merasa ban belakangnya melindas sesuatu .... Dia keluar dan mendapati putranya yang sangat berharga, Austen, sembilan tahun, tertelungkup di jalan .... Austen telah tiada.

Tidak dapat tidur, tidak dapat menemukan kedamaian, Troy tidak dapat dihibur .... Tetapi ke dalam masa yang menyiksa itu datanglah ... John Manning ....

Saya tidak tahu kapan jadwal John dan rekan juniornya mengadakan kunjungan ke rumah keluarga Russell .... Yang saya ketahui adalah bahwa musim semi yang lalu Brother Manning menjangkau dan mengangkat Troy Russell untuk bangkit dari tragedi di jalan rumahnya tersebut seolah-olah seperti dia mengangkat Austen kecil itu sendiri. Seperti ... saudara dalam Injil yang seharusnya, John hanya mengambil alih tanggung jawab pemeliharaan dan penjagaan imam terhadap Troy Russell. Dia mulai dengan mengatakan, “Troy, Austen ingin Anda kembali bangkit—termasuk di lapangan bola basket—jadi saya akan berada di sini setiap pagi pukul 05.15. Bersiaplah ....”

‘Saya tidak mau pergi,’ Troy memberi tahu saya kemudian, ‘saya biasanya membawa Austen bersama saya .... Tetapi John bersikeras, maka saya pergi juga. Sejak hari pertama kembali itu, kami berbicara—atau sebetulnya saya yang berbicara dan John mendengarkan .... Awalnya itu sulit, tetapi seiring berjalannya waktu saya menyadari bahwa saya telah menemukan kekuatan saya melalui [John Manning], yang mengasihi saya dan mendengarkan saya sampai matahari akhirnya terbit lagi dalam kehidupan saya.’”<sup>4</sup>

#### CATATAN

1. Jeffrey R. Holland, “Witnesses unto Me,” *Liahona*, Juli 2001, 16.
2. Lihat David A. Bednar, dalam “Panel Discussion” (pertemuan pelatihan kepemimpinan sedunia, November 2010), [broadcasts.lds.org](http://broadcasts.lds.org).
3. Russell M. Nelson, “Listen to Learn,” *Ensign*, Mei 1991, 23.
4. Jeffrey R. Holland, “Duta bagi Gereja” *Liahona*, November 2016, 62.

#### MELAYANI SEBAGAIMANA JURUSELAMAT MELAKUKANNYA

Sewaktu Yesus keluar dari Yerikho, dua orang buta berseru kepada-Nya, mengatakan, “Tuhan, Anak Daud, kasihanilah kami!”

“Lalu Yesus berhenti dan memanggil mereka. Ia berkata: ‘Apa yang kamu kehendaki supaya Aku perbuat bagimu?’

Jawab mereka: ‘Tuhan, supaya mata kami dapat melihat.’

Maka tergeraklah hati Yesus oleh belas kasihan, lalu Ia menjamah mata mereka dan seketika itu juga mereka melihat lalu mengikuti Dia” (Matius 20:30, 32–34).

Apa yang dapat kita pelajari dari cara Juruselamat mendengarkan?

#### AJAKAN UNTUK BERTINDAK

Pikirkan bagaimana Anda akan menerapkan asas-asas ini dalam cara Anda melayani. Tanyakan kepada mereka yang Anda layani apa yang mereka perlukan. Dengarkan tanggapan mereka dan bisikan Roh Kudus. Tindakan apa yang Anda dengar.

Asas-asas pelayanan dimaksudkan untuk membantu kita belajar saling memedulikan—bukan untuk dibagikan sebagai sebuah pesan. Sewaktu kita mengenal orang-orang yang kita layani, Roh Kudus akan menggerakkan kita untuk mengetahui pesan apa yang mungkin mereka butuhkan selain kepedulian dan belas kasihan kita.