

Bertumbuh dalam Mendengarkan Suara Allah

©2007 Freedom for the Captives Ministries

Semua ayat Alkitab dari Terjemahan Baru © Lembaga Alkitab Indonesia (Indonesian Bible Society), 1994

Boleh difotokopi untuk pemakaian pribadi

Tidak untuk diperdagangkan

Catatan: Jika Anda punya mentor, Anda dapat meminta bantuan mereka untuk menggarap pertanyaan dalam bahan ini. Jika Anda tidak punya mentor, Anda dapat meminta kepada Tuhan untuk mendapatkan seorang mentor. Seorang mentor yang mendengarkan Tuhan dapat sangat menolong proses pertumbuhan rohani Anda.

I. Pengertian – Alkitabiah dan Pengalaman

A. Alkitabiah

1. Apakah Anda percaya bahwa Allah berbicara kepada anak-anak-Nya? (*Lihat Yohanes 10:1-30.*)
2. Apakah Anda termasuk salah seorang anak-anak-Nya?
3. Apakah Anda percaya bahwa Allah ingin berbicara kepada *Anda* dengan cara yang dapat Anda mengerti? Jika tidak, mengapa?

B. Pengalaman

1. Apakah Anda tahu adanya berbagai cara Tuhan berbicara kepada anak-anak-Nya? Cara-cara tersebut termasuk:
 - Tuhan berbicara kepada kita melalui Alkitab – secara umum atau secara khusus
 - Tuhan berbicara kepada kita melalui alam
 - Tuhan berbicara kepada kita melalui orang lain
 - Tuhan mengingatkan kita tentang sesuatu atau menunjukkan kepada kita artinya
 - Roh Kudus menyatakan sesuatu melalui:
 - Kesan-kesan
 - Pikiran
 - Wawasan
 - Gagasan yang kreatif
 - Tuhan mengatur peristiwa-peristiwa yang terjadi dalam hidup kita
 - Perasaan “terbebas dan damai”
 - Mimpi dan penglihatan
 - Tuhan berbicara kepada kita dalam suara yang dapat didengar
 - Peristiwa-peristiwa ajaib
 - Cara lain yang Tuhan gunakan untuk berbicara kepada kita
2. Bagaimanakah pengalaman Anda dalam mendengarkan suara Tuhan pada waktu lampau (jika pernah)? Sebutkan satu sampai lima pengalaman yang berarti.
3. Apakah Anda ingin agar Tuhan berbicara lebih sering lagi kepada Anda? Jika demikian, mintalah Dia menolong Anda bertumbuh dalam mendengarkan suara-Nya.

II. Hambatan dalam Mendengarkan Suara Tuhan dan Jalan Keluarnya

A. Hambatan Terkait dengan Pemahaman Alkitab

1. **Tidak percaya bahwa Tuhan berbicara kepada anak-anak-Nya.** Jika Anda tidak percaya bahwa Tuhan berbicara kepada anak-anak-Nya, maka jalan keluarnya adalah Anda mempelajari ajaran Alkitab tentang hal ini.
2. **Tidak yakin bahwa Anda adalah anak-Nya.**
 - a. Jika Anda belum pernah meminta kepada Tuhan untuk mengampuni Anda dan menjadikan Anda salah seorang dari anak-anak-Nya, maka jalan keluarnya lakukanlah sekarang. Hal ini termasuk juga mempercayakan seluruh hidup Anda kepada-Nya, dan hidup dalam ketaatan kepada-Nya.
 - b. Jika Anda sudah meminta kepada Tuhan untuk mengampuni Anda dan menjadikan Anda salah seorang dari anak-anak-Nya, namun belum yakin bahwa Anda telah menjadi anak-Nya, maka jalan keluar adalah untuk menggarap sebabnya keraguan tersebut.
3. **Tidak percaya bahwa Tuhan ingin berbicara kepada Anda.** Jika Anda percaya bahwa Tuhan berbicara kepada anak-anak-Nya, dan Anda tahu bahwa Anda adalah anak-Nya, namun Anda tidak yakin bahwa Tuhan ingin berbicara kepada *Anda*, maka jalan keluar adalah untuk menggarap sebabnya keraguan Anda.

B. Hambatan yang Terkait dengan Konsep Anda tentang Allah

1. **Kalau Kesan Mengenai “allah” yang Dicontoh oleh Orang Tua Anda Tidak Sesuai dengan Allah yang Benar.** Pada umumnya anak-anak belajar tentang Allah secara langsung dari orang tua mereka melalui interaksi. Misalnya, jika orang tua kejam terhadap anaknya, maka anak itu menganggap bahwa Allah juga kejam seperti orang tuanya. Keterkaitan ini sangat kuat bagi orang tua yang lebih dominan dalam hubungan pernikahan (seorang yang merujuk kepada “allah” yang dilihat oleh anak-anak dalam sistem keluarga).

Kesalahan kita dalam memandang Allah dapat diubah. Langkah nyata dalam proses ini adalah dengan mengetahui pandangan Anda tentang Allah, dan bagaimana pandangan Anda telah dibentuk oleh orang tua Anda. Dengan menggarap hal-hal berikut ini, Anda dapat lebih mengerti bagaimana cara Anda memandang Allah.

- Daftarkan tiga sampai lima kata sifat yang menggambarkan interaksi Anda dengan ayahmu.
Misalnya: kasihan, pengertian, ada jarak, dingin, kasar, kejam, baik, lemah lembut, penolakan.
- Daftarkan tiga sampai lima kata sifat yang menggambarkan interaksi Anda dengan ibumu.
Misalnya: kasihan, pengertian, ada jarak, dingin, kasar, kejam, baik, lemah lembut, penolakan.
- Daftarkan tiga sampai lima kata sifat yang menggambarkan bagaimana Anda memandang Allah dalam pengalaman Anda (tidak secara logika, hanya berdasarkan perasaan). Misalnya: kasihan, pengertian, ada jarak, dingin, kasar, kejam, baik, lemah lembut, penolakan.

- Keterkaitan apakah, jika ada, yang Anda lihat antara interaksi Anda dengan ayah atau ibumu dan bagaimana Anda memandang Allah melalui pengalaman Anda?
- Dari jawaban Anda pada pertanyaan-pertanyaan ini, apa yang dapat Anda simpulkan mengenai ketepatan atau tidak ketepatan konsep Anda tentang Allah?
- Sejauh manakan pengalaman Anda sesuai dengan Alkitab, dan dalam hal apakah pandangan Anda berbeda dengan firman Allah?
- Jika pandangan Anda berbeda dengan cara firman Allah menjelaskan Allah, maukah Anda meminta kepada Allah untuk mengubah pandangan Anda agar dapat “memandang Dia” sesuai ada-Nya? Mintalah jika Anda mau.

Langkah tambahan menuju pengembangan konsep yang tepat tentang Allah termasuk:

- Meminta Allah menolong Anda *memisahkan* pengertian Anda tentang karakter orang tua Anda dan bagaimana mereka berinteraksi dengan Anda, *dari* pengertian tentang Allah yang sebenarnya dan bagaimana Ia berinteraksi dengan anak-anak-Nya.
 - Meminta Allah menolong Anda untuk melihat lebih jelas siapa Allah yang sebenarnya dan bagaimana Ia berinteraksi dengan anak-anak-Nya.
 - Menggarap masalah-masalah dasar yang menghalangi Anda untuk memiliki konsep yang tepat tentang Allah.
 - Bertumbuh dalam hubungan dengan Allah sesuai dengan kebenaran karakter-Nya, termasuk berkomunikasi dengan Dia sesuai kehendak-Nya (dan meminta Allah untuk menolong Anda terus bertumbuh dalam hal ini).
2. **Penyalahgunaan dan Trauma.** Jika Anda pernah disalahgunakan (secara rohani, emosi, fisik, seksual, dll.) atau mengalami pengalaman lain yang membuat trauma, hal ini dapat mempengaruhi pandangan Anda tentang Allah secara drastis. Minta Allah untuk menolong Anda menemukan seseorang yang dapat menolong Anda untuk memproses pengalaman tersebut, dan cara-cara pengalaman tersebut telah mempengaruhi konsep Anda tentang Allah, orang lain, dan diri Anda sendiri.
 3. **Hambatan Lain dalam Memandang Allah Sebagaimana Adanya.** Mintalah Allah untuk mengungkapkan hambatan lain yang menghalangi Anda dalam memandang Allah sebagaimana ada-Nya. Salah satu contoh adalah tidak ingin mengenal siapa *sebenarnya* Allah itu (karena jika demikian Anda harus berubah). Menggarap masalah-masalah mendasar yang berkaitan.

C. Hambatan Terkait dengan Konsep Anda tentang Diri Sendiri

1. **Menurut Pendapat Anda, Bagaimana Allah Memandang Anda.** Menggarap hal-hal berikut dapat menolong Anda mengidentifikasi pandangan Anda tentang Allah, dan mengatasi halangan-halangan yang terkait dengan kegiatan mendengarkan Allah:
 - Daftarkan tiga sampai lima kata sifat yang menggambarkan bagaimana Allah memandang Anda. Misalnya: suci, tak bersalah, dapat diterima, tidak layak dikasihi, tidak dapat diampuni, tidak berguna.
 - Apakah Anda yakin bahwa Allah *sebenarnya* mengasihi Anda? Jika demikian, seberapa besar? Jika tidak, mengapa demikian?

- Apakah Anda yakin bahwa Allah menerima Anda *sepenuhnya*? Mengapa atau mengapa tidak?
- Apakah Anda yakin bahwa Allah *ingin* berkomunikasi dengan Anda? Mengapa atau mengapa tidak?
- Apakah Anda *sungguh-sungguh* ingin mendengarkan Dia? Mengapa atau mengapa tidak?
- Ringkaslah pendapat Anda tentang bagaimana Allah memandang Anda.
- Menggarap masalah-masalah apa pun yang muncul dari pertanyaan-pertanyaan di atas ini dan hal masalah mendasar lainnya yang terkait.

2. **Bagaimana Anda Memandang Diri Sendiri.** Menggarap hal-hal berikut akan menolong Anda mengidentifikasi pandangan Anda tentang diri sendiri, dan mengatasi halangan-halangan dalam soal mendengarkan Allah:

- Daftarkan tiga sampai lima kata sifat yang menggambarkan bagaimana Anda memandang diri sendiri. Misalnya: suci, tak bersalah, dapat diterima, tidak layak dikasihi, tidak dapat diampuni, tidak berguna.
- Apakah Anda mengasihi diri sendiri? Jika tidak, mengapa?
- Apakah Anda menerima diri sendiri? Jika tidak, mengapa?
- Menurut pendapat Anda, adakah orang yang *sungguh ingin* berkomunikasi dengan Anda? Mengapa atau mengapa tidak?
- Ringkaslah pendapat Anda tentang bagaimana Anda memandang diri sendiri.
- Menggarap masalah-masalah apa pun yang muncul dari pertanyaan-pertanyaan di atas ini dan masalah mendasar lainnya yang terkait.

D. Hambatan Lain dalam Mendengar Suara Tuhan

1. **Kemarahan, Kepahitan, Kegeraman, Keinginan untuk Balas Dendam, dan/atau Roh yang Mengeritik.** Jalan keluarnya adalah melalui pertobatan dan penyerahan (dan menggarap masalah-masalah dasar yang terkait).
2. **Ketakutan, Kegelisahan, Keraguan.** Jalan keluarnya adalah melalui percaya dan berserah (dan menggarap masalah-masalah dasar yang terkait).
3. **Tidak Mengampuni.** Jalan keluarnya adalah melalui pengampunan dari dalam hati (dan menggarap masalah-masalah dasar yang terkait).
4. **Tidak Mengaku Dosa.** Jalan keluarnya adalah melalui pertobatan (dan menggarap masalah-masalah dasar yang terkait).
5. **Hati yang Tidak Berserah dan/atau Kekhawatiran Mengenai Hasil suatu Peristiwa yang Tidak Diserahkan.** Jalan keluarnya adalah melalui percaya dan berserah (dan menggarap masalah-masalah dasar yang terkait).
6. **Fokus kepada Diri Sendiri dan/atau Perlindungan Diri.** Hal ini sering dikaitkan dengan hal percaya. Bila kita terfokus kepada diri sendiri atau perlindungan diri, kita cenderung hanya membuka telinga untuk jawaban yang ingin kita dengar. Fokus kepada diri sendiri akan mempersulit kita untuk mendengar suara lain kecuali suara kita sendiri. Jalan keluarnya adalah melalui fokus ke luar: mengasihi Allah dan sesama.

7. **Sumpah dan Keputusan.** Beberapa contoh adalah: Jangan berbicara, berpikir, merasa, mendengarkan, percaya, perlu, ingin, dan/atau mau sesuatu. Jalan keluarnya adalah mencari kehendak Allah tentang hal tersebut (yang difasilitasi dengan menggarap masalah-masalah dasar yang terkait).
8. **Perasaan bahwa meminta Allah untuk berbicara dengan Anda adalah hal yang tidak realistis atau tidak bijaksana karena suatu alasan.** Alasan-alasan itu termasuk: Anda sulit mempercayai Allah sepenuhnya. Anda takut bahwa meminta Allah berbicara kepada Anda dapat membawa Anda pada kekecewaan atau hukuman. Anda merasa bahwa Allah itu jauh, tidak peduli, atau kejam. Jalan keluarnya adalah dengan menggarap *sebabnya* Anda merasa bahwa meminta Allah berbicara kepada Anda merupakan hal yang tidak realistis atau tidak bijaksana (termasuk menggarap masalah-masalah dasar yang terkait).
9. **Pandangan tentang Hubungan.** Beberapa pertanyaan yang dapat Anda ajukan kepada diri sendiri adalah: “Perasaan apakah yang Anda antisipasi dari hubungan secara umum dengan orang lain?” “Apakah Anda mengantisipasi hubungan dengan orang lain akan menyenangkan atau menyakitkan?” “Atau apakah Anda mengantisipasi sesuatu yang lain dari suatu hubungan, seperti kekecewaan, perselisihan/konflik, kepuasan, ...?” Jika Anda mengantisipasi hal negatif dari suatu hubungan, jalan keluarnya adalah dengan menggarap hal-hal dasar yang terkait, dan meminta Allah menolong Anda dalam mengembangkan hubungan yang sehat dengan Dia dan sesama.
10. **Kesibukan.** Sangatlah sulit mendengarkan Allah jika kita tidak mengambil waktu untuk mendengarkan Dia. Jalan keluarnya adalah memutuskan untuk mengambil waktu khusus guna mendengarkan suara Allah (dan menggarap alasan-alasan penyebabnya, seperti takut untuk diam atau takut akan kekariban).
11. **Ketidaksabaran.** Kadang-kadang kita terlalu cepat menyerah. Jalan keluarnya adalah bertekun.
12. **Tidak Sungguh-sungguh Ingin Mendengarkan Apa yang Akan Allah katakan.** Jalan keluarnya adalah membereskan hal-hal dasar yang terkait (seperti tidak mau berubah, takut akan kekariban, hal yang berhubungan dengan kepercayaan, dan/atau menganggap sesuatu ataupun seseorang yang lain lebih penting dari pada Allah).
13. **Tidak Tahu Bagaimana Mendengarkan.** Jalan keluarnya adalah belajar mendengarkan dan membereskan hal-hal dasar yang terkait.

Langkah-langkah dalam belajar mendengarkan orang lain termasuk:

- Peduli tentang apa yang mereka ingin katakan
- Menundang mereka untuk berbagi dengan Anda
- Ambillah waktu untuk mendengarkan apa yang mereka ingin katakan
- Refleksikan kepada mereka pendapat Anda tentang perkataan mereka dan dapatkan umpan balik dari mereka
- Mempertajamkanlah kemampuan Anda untuk mendengarkan, agar Anda dapat mendengar dengan lebih tepat apa yang mereka katakan.

Langkah-langkah dalam belajar mendengarkan Allah termasuk:

- Peduli tentang apa yang Dia ingin katakan
- Meminta Dia untuk berbicara kepada Anda
- Ambillah waktu untuk mendengarkan apa yang Allah ingin katakan (termasuk bertumbuh dalam pengetahuan tentang firman Allah, dan belajar untuk berdiam diri)
- Refleksikan kepada Allah pendapat Anda tentang perkataan Allah dan mintalah Allah menolong Anda untuk meyakini apakah itu benar-benar perkataan Allah atau bukan
- Mempertajamkanlah kemampuan Anda untuk mendengarkan, agar Anda dapat mendengar dengan lebih tepat apa yang Allah katakan.

14. Tidak Menaati Sesuatu yang Sudah Difirmankan oleh Allah. Jika Allah sudah berbicara kepada Anda, dan Anda tidak menaati suara-Nya, jalan keluarnya adalah menaatinya. Kalau sudah terlambat untuk menaati apa yang sudah dikatakan-Nya kepada Anda sebelumnya, mintalah ampunan-Nya, dan mintalah Dia menunjukkan kepada Anda langkah yang (jika ada) Ia kehendaki agar Anda melakukannya *sekarang* terkait dengan hal ini.

15. Hambatan Lain. Mintalah Allah mengungkapkan kepada Anda apa pun yang menghalangi Anda dalam mendengarkan-Nya dengan jelas – melalui cara apa pun yang dipilih-Nya. Jika Anda tidak mau berdoa dengan cara ini, mungkin *alasannya* adalah salah satu hambatan dalam mendengarkan Allah. Jalan keluarnya adalah menggarap hambatan-hambatan yang Allah ungkapkan kepada Anda.

III. Langkah-langkah Praktis untuk Mengatasi Hambatan dalam Mendengarkan Suara Tuhan

A. Mintalah Agar Allah Menolong Anda. Mintalah Dia:

- Untuk menolong Anda bertumbuh dalam mendengarkan suara-Nya
- Untuk menolong Anda mendengar setiap bisikan-Nya.

B. Carilah Cara untuk Mengatasi Hambatan-Hambatan. Mintalah Allah:

- Untuk menolong Anda mempercayai-Nya, berserah kepada-Nya, dan menaati-Nya
- Untuk menunjukkan kepada Anda hambatan-hambatan yang menghalangi Anda mendengarkan suara-Nya
- Untuk mengatasi hambatan-hambatan yang menghalangi Anda mendengarkan suara-Nya
- Untuk menunjukkan kepada Anda cara praktis mengatasi hambatan-hambatan ini. (Anda mungkin ingin meminta bantuan seorang mentor untuk mengatasi hambatan-hambatan ini. Jika ada banyak hambatan yang mungkin, mungkin Anda ingin meminta bantuan seorang mentor untuk menentukan hambatan mana yang *pertama* harus diatasi, dan yang mana *selanjutnya*).

C. Berlatih Mendengarkan Suara Tuhan

- Ambillah waktu khusus untuk mendengarkan Allah.

- Mintalah Allah untuk berbicara kepada Anda sepanjang hari – sesuai cara yang dikehendaki-Nya – dan untuk menolong Anda mendengarkan semua yang difirmankan-Nya kepada Anda.

D. *Menguji dan Mengevaluasi*

- Ujilah apa yang Anda dengar untuk memastikan konsistensinya dengan firman Allah.
- Evaluasi apakah yang Anda benar-benar mendengarkan suara Allah.
- Carilah pandangan orang yang dewasa secara rohani dan yang memiliki ketajaman yang baik.
- Teruslah bertumbuh dalam ketajaman dan belajar mendengarkan suara Allah.
- Teruslah *meminta, mencari, melatih, menguji, dan mengevaluasi*.

E. **Langkah Tindakan Lain:**

- Evaluasilah kemajuan Anda secara berkala.
- Rayakan keberhasilan Anda.
- Dengan mempelajari firman Allah:
 - Belajarlah lebih lagi tentang siapa Allah *sebenarnya*
 - Belajarlah lebih lagi tentang betapa Allah *sesungguhnya* mengasihi Anda
 - Belajarlah tentang betapa sering Allah ingin berbicara kepada Anda. (Allah selalu berbicara kepada kita, tetapi kita tidak selalu mendengarkan-Nya. Ia menempatkan Roh-Nya yang Suci, yang senang berkomunikasi dengan kita, dalam hati kita. Allah ingin kita bertumbuh dalam mendengarkan suara-Nya).
 - Belajarlah lebih lagi tentang jalan dan sudut pandang Allah.
- Bersukacitalah karena Allah ingin berkomunikasi dengan Anda, dan karena dengan kuasa-Nya Dia sanggup menolong Anda bertumbuh dalam mendengarkan suara-Nya. ***“Dan supaya Ia menjadikan mata hatimu terang, agar kamu mengerti pengharapan apakah yang terkandung dalam panggilan-Nya: betapa kayanya kemuliaan bagian yang ditentukan-Nya bagi orang-orang kudus, dan betapa hebat kuasa-Nya bagi kita yang percaya, sesuai dengan kekuatan kuasa-Nya, yang dikerjakan-Nya di dalam Kristus dengan membangkitkan Dia dari antara orang mati dan mendudukan Dia di sebelah kanan-Nya di sorga, jauh lebih tinggi dari segala pemerintah dan penguasa dan kekuasaan dan kerajaan dan tiap-tiap nama yang dapat disebut, bukan hanya di dunia ini saja, melainkan juga di dunia yang akan datang. Dan segala sesuatu telah diletakkan-Nya di bawah kaki Kristus dan Dia telah diberikan-Nya kepada jemaat sebagai Kepala dari segala yang ada. Jemaat yang adalah tubuh-Nya, yaitu kepenuhan Dia, yang memenuhi semua dan segala sesuatu”*** (Epesus 1:18-23). **Terpujilah Allah!**

IV. **Sumber untuk Penelaahan Lebih Lanjut**

- A. Robinson, Stuart. 1998. ***Cara Mendapatkan Kuasa***. Yayasan Perikabaran Injil “IMMANUEL”, Jl. Proklamasi No. 76, Jakarta 10320
- B. Freedom for the Captives Ministries. 2005. **[Out of Darkness into Light, Wholeness Prayer basic Modules, Standard Version](#)**.
- C. North, James L. dan Oh, Daniel, S.T.M. ***Sharpening Your Interpersonal Skills (versi Bahasa Indonesia)***. Departmen Sumber Daya Manusia Para Navigator.