

Kultum — "Dengarkan Dulu, Baru Menasihati"

أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ، بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ،
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي جَعَلَ الْأُسْرَةَ سَكَنًا، وَجَعَلَ بَيْنَ النَّاسِ مَوَدَّةً
وَرَحْمَةً، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ
خَيْرٌ مَنْ رَحِمَ الْأَطْفَالَ وَأَحْسَنَ إِلَى أَهْلِهِ، اَللّهُمَّ صَلِّ عَلَى نَبِيِّنَا
مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ، أَمَّا بَعْدُ

Jamaah yang saya hormati, di pekan yang baru saja kita lewati, ada satu jenis kabar yang mungkin luput dari perhatian kita karena kalah ramai dengan berita besar: suara-suara lelah di media sosial. Kalimat-kalimat pendek yang kalau kita baca sekilas terasa biasa, tapi kalau kita renungkan, sebenarnya adalah teriakan pelan. Ada yang menulis bahwa mengakhiri hidup terasa seperti jalan terakhir. Ada gambaran menyayat tentang pesan terakhir seorang anak yang ternyata cuma lambaian tangan minta tolong. Malam ini saya ingin kita berhenti sejenak di suara-suara itu.

Siapa di sini yang pekan ini pernah membalas curhat seseorang dengan kalimat "sabar aja" lalu langsung scroll ke bawah? Saya pun pernah. Kita sering merasa sudah menolong hanya dengan melempar nasihat. Padahal kadang yang dibutuhkan orang yang lelah bukan nasihat kita — melainkan telinga kita. Mari kita dengarkan bagaimana Allah menggambarkan sikap para hamba-Nya yang sedang diuji, lewat lisan Nabi Ya'qub 'alaihissalam yang kehilangan anaknya, atau lewat cara Rasulullah ﷺ memperlakukan mereka yang menderita.

إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ حَرَّمَ عَلَيْكُمْ عُقُوقَ الْأُمَّهَاتِ، وَوَادَ الْبَنَاتِ، وَمَنْعًا وَهَاتِ

Sahih Muslim 593f — Rasulullah ﷺ bersabda: "Sesungguhnya Allah 'Azza wa Jalla mengharamkan atas kalian: durhaka kepada ibu, mengubur hidup-hidup anak perempuan, menahan hak orang lain padahal mampu menunaikannya, dan menuntut sesuatu yang bukan hakmu."

Perhatikanlah, jamaah, hadits ini menyebut "menahan hak orang lain padahal mampu menunaikannya". Kita biasa memahami "hak" sebagai uang atau harta. Tapi hak seseorang atas kita bisa juga berupa waktu, perhatian, dan kehadiran. Ketika saudara kita sedang tenggelam dan kita punya kemampuan untuk sekadar mendengarkannya, lalu kita menahan diri karena sibuk atau malas — itu juga bentuk menahan hak. Islam mengajarkan bahwa kehadiran adalah sedekah yang tidak butuh dompet.

Kabar yang sampai ke kita pekan ini memperlihatkan betapa banyak orang berjalan sendirian membawa beban yang berat. Ada yang lelah dengan urusan keluarga, ada yang patah karena persoalan jodoh dan rumah tangga, ada yang tenggelam sampai kehilangan harapan. Dan yang menyakitkan, sebagian dari mereka mengumumkan kelelahannya di ruang publik — bukan karena ingin viral, tapi karena mungkin di sekelilingnya tidak ada satu pun yang mau mendengarkan tanpa menghakimi. Ketika seseorang lebih memilih menumpahkan hatinya ke layar daripada ke tetangga sebelah, itu pertanda ada yang retak dalam cara kita bermasyarakat.

Mari kita belajar dari cara Rasulullah ﷺ. Ketika Khabbab bin al-Aratt datang mengadu tentang beratnya siksaan di Mekah, Nabi ﷺ tidak berkata "sabar saja, ini ujian". Beliau mengakui beratnya, memberi konteks dengan kisah umat sebelumnya, lalu memberi harapan yang konkret bahwa pertolongan Allah pasti datang. Ada urutan yang indah di sana: akui dulu, temani, baru beri harapan. Inilah yang sering kita lewati. Kita langsung loncat ke harapan tanpa lebih dulu mengakui bahwa lukanya nyata.

Jamaah yang saya hormati, apa yang bisa kita renungkan lebih dalam dari sini? Bahwa menjadi Muslim yang baik bukan hanya soal ibadah vertikal kepada Allah, tapi juga soal seberapa peka kita terhadap jiwa-jiwa di sekitar kita. Kadang kita rajin ke masjid tapi tidak pernah menanyakan kabar tetangga yang berbulan-bulan mengurung diri. Kadang kita hafal banyak dalil tentang sabar tapi tidak sabar mendengarkan orang lain bicara sampai selesai. Islam ingin kita menjadi tempat berteduh bagi yang basah kuyup, bukan menjadi hujan tambahan bagi mereka.

Dan mari kita ukur diri sendiri: berapa kali dalam sepekan ini kita benar-benar hadir untuk seseorang? Bukan hadir secara fisik sambil memegang gawai, tapi hadir dengan mata yang menatap dan hati yang mendengar. Anak kita yang bercerita tentang harinya di sekolah, apakah kita dengarkan sampai selesai? Pasangan kita yang mengeluh lelah, apakah kita tanggap atau kita anggap cerewet? Orang tua kita yang menelepon, apakah kita angkat dengan senang atau dengan berat hati? Boleh jadi ladang pahala terbesar pekan ini justru ada di percakapan-percakapan kecil yang selama ini kita anggap remeh.

Maka, jamaah, sebelum kita pulang malam ini, izinkan saya menitipkan dua atau tiga hal yang bisa kita lakukan dalam 24 jam ke depan. Pertama, hubungi satu orang yang belakangan ini terlihat menghilang atau berubah — cukup tanyakan "apa kabar?" dengan tulus, lalu dengarkan jawabannya sampai selesai tanpa memotong. Kedua, ketika ada yang curhat, tahan diri untuk tidak langsung memberi solusi; cukup

katakan "aku dengar, itu pasti berat" — kalimat sederhana ini kadang lebih menyembuhkan daripada seribu nasihat. Ketiga, jadikan rumah kita tempat yang aman untuk bercerita, terutama bagi anak-anak, agar ketika mereka menghadapi bahaya, kita adalah orang pertama yang mereka datangi.

Jamaah yang saya hormati, pada akhirnya, menjaga sesama dimulai dari kesediaan kita untuk berhenti sejenak dari kesibukan diri dan benar-benar melihat orang di depan kita. Rasulullah ﷺ adalah manusia yang paling sibuk urusannya, tapi selalu punya waktu untuk mendengarkan yang paling lemah sekalipun. Semoga Allah menjadikan kita telinga yang mendengar, hati yang peduli, dan tangan yang terulur bagi mereka yang sedang tenggelam.

اَللّٰهُمَّ اشْفِ كُلَّ قَلْبٍ مَّكْسُوْرٍ، وَاَنْسِ كُلَّ نَفْسٍ وَحِيْدَةٍ، وَاَجْعَلْنَا مِمَّنْ يُحَقَّقُ
عَنِ النَّاسِ كُرْبَهُمْ، وَاَجْعَلْ بُيُوْتَنَا مَأْوٰى اٰمِنًا لِاَهْلِيْنَا وَاَوْلَادِنَا.

رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

وَالسَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللهِ وَبَرَكَاتُهُ.