



Dhammasena

Media Komunikasi dan Informasi Mahasiswa Buddhis Trisakti

Dhamma Thought
Indahnya
Buddhadharma

**Cerita
Inspiratif**

Kisah gadis
bernama
Yu Yuan

**Kegiatan
Dhammasena**

Kathina 2557 B.E.
DS 29th Anniversary
Pekan Penghayatan Dhamma

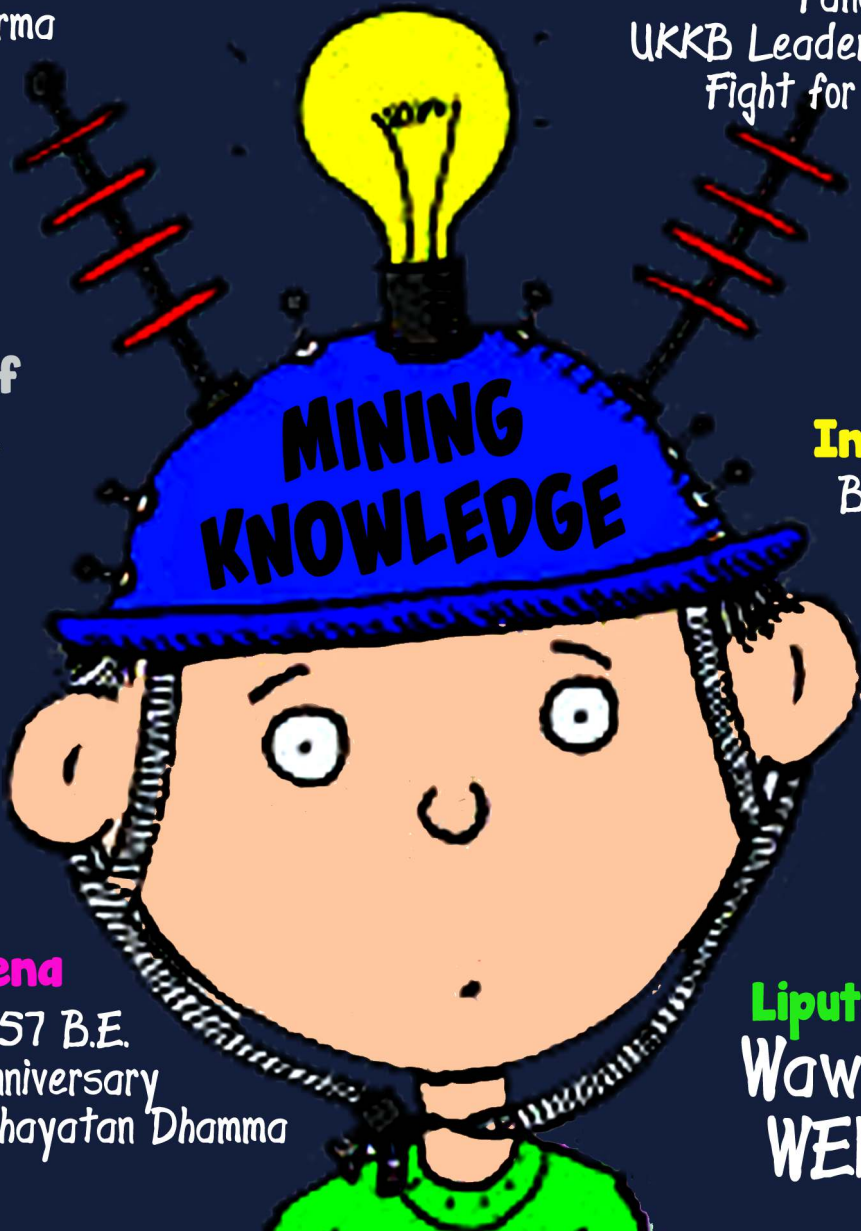
**Keluarga
Dhammasena**

Fangshen 2013
UKKB Leadership Camp
Fight for the Future

Info Dunia

Budhisme di
mata para
ilmuwan

Liputan khusus
Wawancara
WENNY LO





GUESSING

DANAI

CHANCHAOCHAI

renowned speaker and writer

PONIJAN LIAW

Indonesia's no.1 communicator

DHAMMASENA

presents

DHAMMATALK "WHITE HEART, WHITE LIFE"

SUN, APRIL 20TH 2014

MGK Kemayoran, Jakarta Pusat

DON'T MISS IT

FOR FURTHER INFORMATION PLEASE CALL 0838-9385-4330 (YULICIA)

Salam Redaksi

Shervia Caroline

Ketua Redaksi

Terimalah salam Buddhis kami, Namó Buddhaya

MINING KNOWLEDGE..

Diangkat dari bahasa Inggris yang artinya menambang ilmu.

Mungkin pembaca berpikir, kenapa kata tambang yang kami ambil untuk tema majalah edisi kedua kali ini. Seperti yang kita tau, orang-orang biasanya menambang batu bara, dan sebagainya. Benda-benda tersebut adalah benda yang sangat berharga.

Pada kesempatan kali ini, kami ingin mengajak para pembaca berpikir bahwa ilmu juga sama berharganya dengan benda-benda tersebut.

Lalu sepenting apakah ilmu itu? Jika Anda pernah membaca majalah edisi pertama kami yang bertema First Step. Maka Mining knowledge ini adalah bekal untuk kita setelah mengambil langkah pertama. Langkah pertama akan sia-sia jika kita tidak membekali diri sendiri dengan ilmu.

Sudah terbayang seberapa pentingnya ilmu untuk kehidupan kita? Tidak hanya ilmu dalam Buddhisme yang akan kami sajikan pada edisi kali ini. Ilmu teknologi, tips, dan trik juga tidak kalah menariknya.

Untuk itu, segenap redaksi Swara Dhammasena mengucapkan terima kasih kepada segenap pihak yang telah memberikan dukungan moral maupun material sehingga dapat diterbitkan majalah ini.

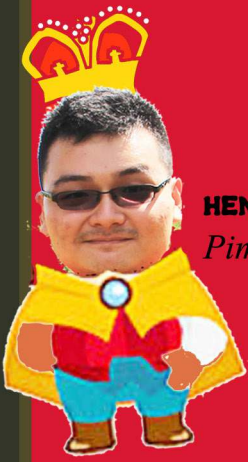
Akhir kata, semoga majalah Swara Dhammasena edisi kedua ini dapat menjadi pusat informasi dan dapat menambah pengetahuan kita terhadap Dhamma.

Sabbe Satta Bhavantu Sukhitatta
Semoga Semua Makhluk Hidup Berbahagia
Sadhu Sadhu Sadhu

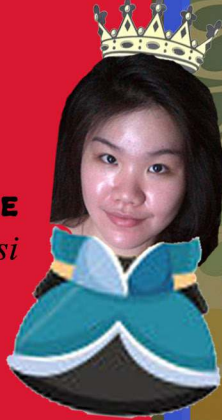
Metta



Susunan Redaksi



HENDRO
Pimpinan Umum



SHERMA CAROLINE
Pimpinan Redaksi



FRYDI KURNIAWAN
Redaksi Pelaksana



KENNY WINNER
Redaktur Artistik



SURYONO HARISUSILO
Dana Usaha

None of us a design student, yet take any journalistic class. But we would like to try making a magazine to share our thoughts, activities, and dhamma to everyone.

Happy reading!

prajurit dhamma



JULIANI



DAV TANTRA

Editor

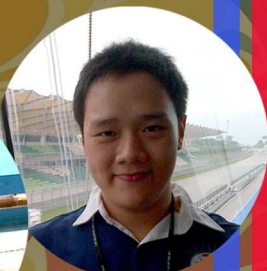
JESSICA
PANGESTU



KEVIN
TANUDJAJA



REPORTER



JAESON
SPENCER



SHELLY TAN
Redaktur Foto



YULICIA
HENI



ALFREDO JOSON



Layouter

family



ELVN SUTANTO



MAYA CRISTY

7



family

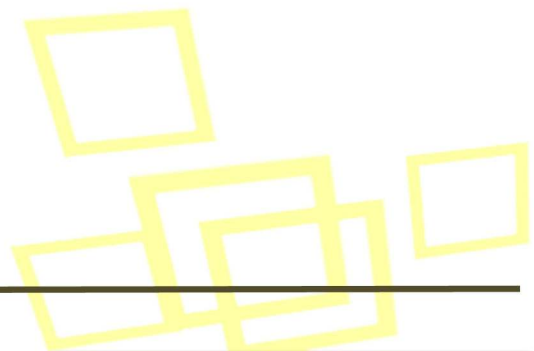
VINCENT
NGIKSANA



WONG
YANGSEN

Pracetak dan Sirkulasi

content



LIPUTAN KHUSUS

- 6** Cendekiawan Buddhis Jelaskan Buddhisme di Oprah Show
- 18** Mining Knowledge
- 20** Wawancara eksklusif dengan Wennie Lo

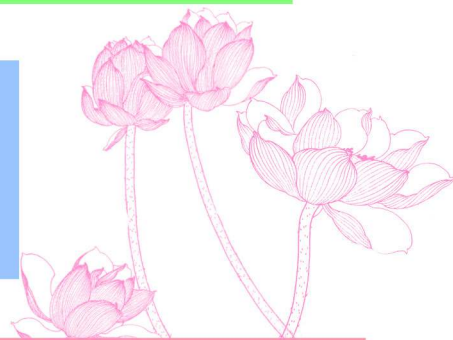


ARTIKEL SANGHA

- 9** Hidup dan Kehidupan
- 28** Kebaikan, sulitkah dilakukan?

CERITA INSPIRATIF

- Story of Yu Yuan **13**
- Bai Fang Li, Orang miskin yang kaya **56**

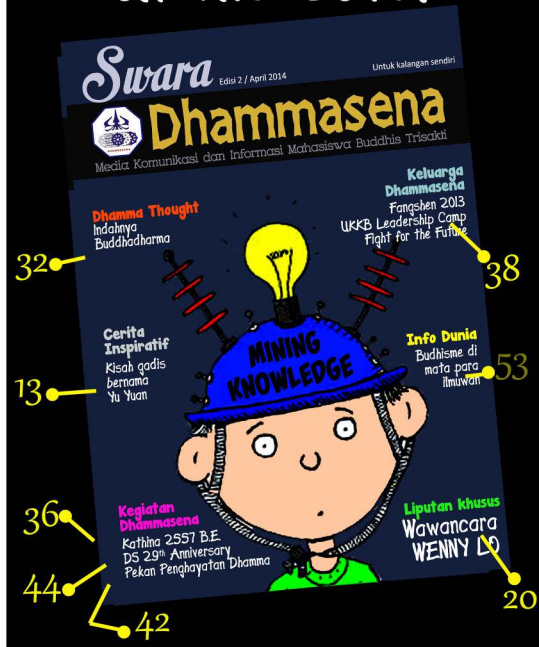


KEGIATAN DHAMMASENA

- Perayaan Kathina 2557 B.E/2013 **36**
- Pekan Penghayatan Dhamma XXIX **42**
- 295h Dhammasena Anniversary **44**
- Your Blood is a New Hope **45**



on the cover



ENTERTAINMENT

47 2014 Most Anticipated Movie

58 Tes Kepribadian

INFO DUNIA

23 Bitcoin

35 Kirim SMS dengan Vodka

Cerita Pendek

50 Sang Pemancing

DHAMMA THOUGHT

16 Pengikut Buddhis Sejati

24 Kebijaksanaan Dhamma

32 IndahNya Buddha Dhamma

53 Buddhisme di Mata Para Ilmuwan

62 Menjadi SDM yang Berkarakter



KELUARGA DHAMMASENA

38 Fang Shen

39 UKKB Leadership Camp

40 Fight for The Future

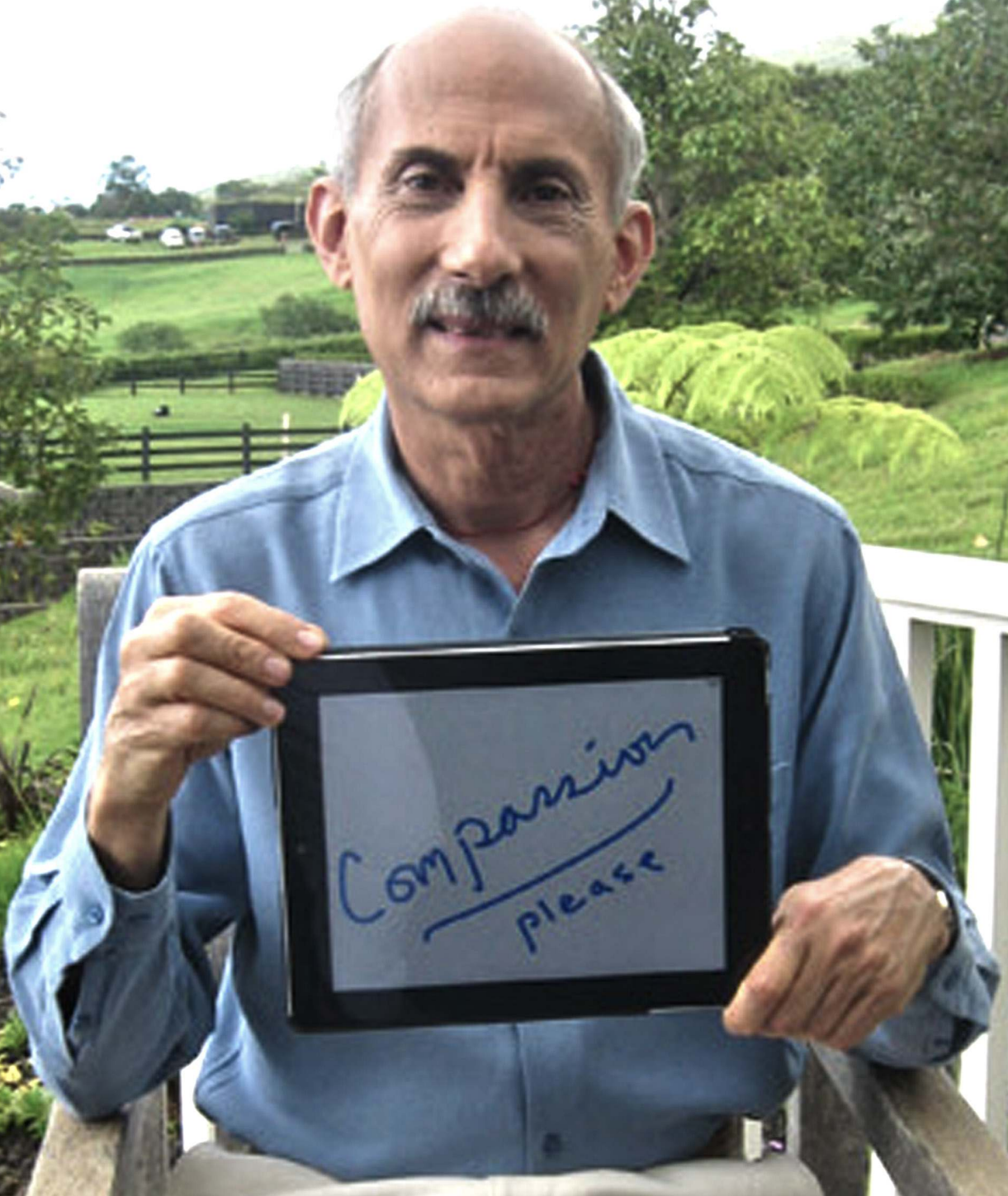
TIPS&TRIK

11 Cara Memutihkan Gigi **60**



Jelaskan Buddhisme di Oprah Show

Sumber: <http://dhammavijja.web.id>



Bagaimanakah membuat zona damai dalam batin? Bagaimana menjadi pribadi berperhatian penuh? Cendekiawan Buddhis asal Amerika Serikat, Jack Kornfield, memberikan penjelasan dasar dan praktik Buddhisme dalam sebuah acara gelar wicara bersama Oprah Winfrey.

Oprah (O): Apakah Buddhisme itu? Apakah suatu agama, tradisi, atau suatu jalan?

(J): *Buddhisme dimulai dengan ajaran Sang Buddha dan bagi sebagian orang menjadi suatu agama, tentunya agama besar dunia. Tapi di sisi lain, seperti yang dikatakan Dalai Lama, pada intinya Buddhisme adalah sains mengenai pikiran. Artinya ajaran Buddhisme tidak meminta siapa pun untuk menjadi seorang Buddhis atau berubah dengan cara seperti itu.*

O: Atau untuk percaya dalam Buddhisme?

J: *Atau untuk percaya dalam Buddhisme (Jack menegaskan)*

O: Jadi Anda bisa menjadi seorang Kristen sekaligus Buddhis menjadi seorang Yahudi sekaligus Buddhis?
J: *Tepat. Ya, Anda bisa menjadi seorang Muslim sekaligus Buddhis. Artinya Anda dapat menjadi seorang Kristen atau Yahudi dan menjalankan praktik Buddhis.*

"Apakah Dharma itu?" merupakan pertanyaan Oprah selanjutnya yang mengacu pada buku terakhir Kornfield, "Bringing Home the Dharma" (Membawa Dharma ke Rumah). Kornfield menjelaskan bahwa Dharma secara harfiah berarti 'Kebenaran', juga berarti 'Jalan untuk menjadi Sadar'. Kornfield juga menjawab pertanyaan Oprah mengenai peran patung Buddha berkaitan dengan suara-suara yang mengganggu yang berpikir bahwa Buddhisme adalah bentuk pemujaan berhala.

J: *Kemunculan patung tersebut setelah 500 tahun (setelah kelahiran Buddhisme – red), dan patung Buddhis pertama diukir menyerupai dewa-dewa Yunani, mereka belajar dari bangsa Yunani, dan hanya sebagai pengingat, sama seperti Anda pergi di gereja Katolik dan melihat patung Bunda Maria, patung itu bukan Bunda Maria, Anda tidak menyembah patungnya, patung itu sebagai pengingat belas kasih dan pengampunan Bunda Maria. Jadi sama persis seperti itu.*



Pic: Sesi wawancara dengan Oprah

Dalam sesi pertama acara tersebut Kornfield juga menjelaskan Kehidupan Sang Buddha yang mengajarkan hasil pencapaian-Nya berupa Pencerahan kepada orang lain.

O: Apa artinya menjalani hidup yang berkesadaran?

J: *Menjalani hidup yang berkesadaran berarti berada di sini dalam realitas saat ini, sekarang, yang kita miliki semua, dan mengenali bahwa berbagai pikiran mengenai masa depan yang kita pikirkan, Anda dapat menggunakannya tapi Anda tidak harus mempercayai pikiran tersebut karena belum menjadi kenyataan. Dan pikiran mengenai masa lalu yang telah pergi, Anda dapat belajar dari masa lalu, tapi untuk menjadi sadar adalah hidup di sini sehingga saat Anda bersama dengan orang yang Anda kasahi, Anda benar-benar hadir.*

Ajaran Buddhisme tidak meminta siapapun untuk menjadi seorang Buddhis.



Ketika Jack Kornfield menjadi Bhikkhu



Jack Kornfield memimpin gerakan jalan hening dan damai



Jack. K memimpin pawai protes kebijakan China terhadap Burma

O: Bagaimana cara menjadi sadar di setiap momen?

J: *Jalan Berunsur Delapan memiliki jalan yang menyatakan bahwa inilah Perhatian Benar, inilah yang disebut Pencapaian Benar, dimana Anda melakukan pekerjaan Anda dan mengatakan: 'bagaimana saya bisa melakukan pekerjaan ini dengan keberadaan dan belas kasih serta peduli pada diri sendiri dan pada semua orang yang saya sentuh*

Dalam sesi kedua acara gelar wicara tersebut, Jack Kornfield mengisahkan kehidupannya yang berusaha menemukan cara mengatasi rasa takut dan kemarahan dalam kehidupannya sebelum mempelajari Buddhisme. Jack Kornfield menjadi bhikkhu ketika ia ditugaskan di Thailand oleh korps perdamaian. Ia Berguru pada Y.M. Ajahn Chah dan Y.M. Mahasi Sayadaw dari Birma mengenai latihan berbelas kasih di setiap permasalahan. Setelah kembali ke Amerika Serikat, Kornfield bersama guru meditasi lainnya Sharon Salzberg dan Joseph Goldstein mendirikan Insight Meditation Society di Massachusetts. Dia juga seorang guru pendiri Spirit Rock Center di California, di mana dia saat ini tinggal dan mengajar. Selama bertahun-tahun, Kornfield mengajar di seluruh dunia, memimpin pertemuan Guru Buddhis Internasional dengan Dalai Lama dan bekerja dengan banyak guru besar.



Pic: Spirit Rock California

Ajaran Buddhis dimulai dengan dorongan seperti ini: jangan lupakan keutuhan awal Anda, kebaikan dan keindahan awal Anda. Dan ubahlah diri Anda ke arah yang baik, ubahlah batin Anda ke arah yang baik dengan mengembangkan pengampunan dan belas kasih serta keberadaan yang berperhatian penuh

O: Bagaimana cara memulai dan membuat batin menjadi sebuah zona damai?

J: *Dalam tahun-tahun mengajar untuk orang-orang, apa yang saya temukan adalah bahwa suatu hal yang membantu jika memiliki beberapa waktu setiap harinya di mana Anda secara sengaja mengambil 5, 10, 15, 20 menit hanya untuk bersama dengan diri sendiri dan menenangkan pikiran Anda serta menjaga batin Anda, karena kita begitu terperangkap sehingga kita kehilangan kontak dengan diri kita sendiri. Dan hal tersebut (mengambil waktu) dapat berupa duduk di luar di alam, atau bisa melakukan beberapa praktik meditasi yang sederhana yang menggunakan kualitas kesadaran penuh kasih pada tubuh Anda*

Dalam perbincangan tersebut, kedua tokoh sepakat bahwa saat seseorang telah membuat zona damai pada dirinya maka akan mempengaruhi orang-orang yang ada di sekitarnya, dan akhirnya jika semua orang membuat zona damai maka dunia pun akan menjadi tempat yang damai. Dalam acara berdurasi bersih sekitar 42 menit tersebut, Kornfield juga mengungkapkan empat langkah untuk menjadi berperhatian penuh atau berkesadaran penuh, yaitu Recognition (pengakuan), (penerimaan), Investigation (penyelidikan), dan Nonidentification, keempatnya disingkat menjadi RAIN.

J: *Secara sederhana, Recognition (pengakuan), berarti melihat apa yang sedang terjadi. Dengan pengakuan kita keluar dari penyangkalan akan keberadaan sesuatu. Acceptance (penerimaan), berarti mau menerima yang memungkinkan kita untuk tenang dan terbuka terhadap fakta-fakta di depan kita. Investigation (penyelidikan), berarti menyelidiki, melihat lebih mendalam mengapa sesuatu hal itu terjadi. Nonidentification, berarti berhenti melabelkan, mencirikan segala sesuatu sebagai "milik saya", bagian dari saya".*

Penjelasan Jack Kornfield mengenai Buddhisme dan praktiknya nampaknya membuat Oprah Winfrey terkejut. Setidaknya hal tersebut terlihat dari komentarnya pada akun Twitternya "Saya terkejut mempelajari Buddhisme yang lebih merupakan sebuah praktik daripada sebuah kepercayaan." Apakah Anda juga?



Jack Kornfield berfoto dengan Oprah Winfrey

Hidup dan Kehidupan

Oleh: Y.M. Bhante Gunasiri





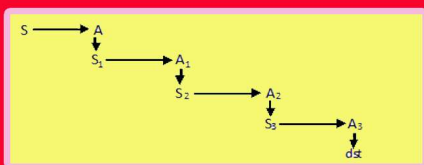
Kita melihat sebuah dunia..

1. Dimana makhluk-makhluk hidup dalam kehidupan keseharian “tanpa daya” didorong menuju penuaan dan kematian.

2. Oleh kondisi-kondisi masing-masing miliki, atau penyebab keadaan buah kamma lampau, yang mana seseorang diputar berulang-ulang oleh hukum sebab akibat/hukum kamma.

- sebab akan timbul akibat; dari akibat menjadi sebab baru.
- sebab baru akan timbul akibat baru, dst.

Fenomena sebab akibat di atas tidak akan habis jika kita terus mengikutinya. Bagaimana diputar berulang-ulang tanpa berhenti. Tergambar dalam skema di bawah ini.



Ket:
S = Sebab
A = Akibat
(→ = muncul)

Dari skema ini, Sebab menjadi akibat, akibat menjadi sebab baru, dst. Jika kita melihat ini, alangkah bijaknya saat munculnya sebab, pada saat itu juga kita “menyadari” dan “catat” dengan tujuan untuk menghentikan akibat lebih lanjut

Bila kita tidak berusaha untuk menghentikannya dengan cara “tahu” dan “catat” maka :

- Jasmaninya ditindas kesakitan.
- Kehidupannya kadang dijatuhkan kegagalan dan kemalangan.
- Perasaannya dicemaskan dan ditakuti “Akibat dari perubahan dan Akibat dari kemunduran”, dst.

3. Di sisi lain dunia, dimana makhluk-makhluk hidup ingin hidup damai, tapi kadang tak terhindarkan dimana emosi liar dari dalam batin pribadi masing-masing yang terpendam melakukan berulang kali memaksa mereka melawan penilaian baik mereka hingga beradu/berlawanan dalam suatu konflik. Dan jika tidak terkontrol akan terjadi konflik yang meningkat (dalam suasana mental), dan kemudian akan menjadi kekerasan yang dapat menghancurkan dalam jumlah yang banyak sekali (massal).

4. Suatu ketika, Sang Buddha mengambil tanah dengan kuku Beliau. Lalu Beliau bertanya “Para Bhikkhu, tanah di bumi ini dengan tanah di kuku-ku, mana yang lebih banyak?” kemudian para Bhikkhu menjawab “Tanah di bumi ini, Bhagava”. Sang Buddha lebih lanjut mengatakan: “Seseorang yang telah mencapai kesucian, banyaknya kekotoran batin yang dibuangnya sebanyak jumlah tanah di bumi ini dan sisa kekotoran batinnya sebanyak tanah di kuku-ku”.

Secara implisit tersirat pernyataan Sang Buddha di atas adalah bagi orang yang belum mencapai kesucian, banyaknya kekotoran batin adalah sebanyak tanah di ‘bumi ini’ dan ditambah tanah di kuku Sang Buddha.



Seluruh Dunia...

1. Dimana makhluk-makhluk hidup dalam kehidupan kesehariannya bergerak maju bersama dengan Avijja yaitu yang mendasari perbuatan yang dilakukan atas:

- obsesi/dorongan (senang/nafsu) sepihak.
- obsesi/dorongan (kebencian) sepihak.
- obsesi/dorongan (ketidaktahuan) sepihak.
- obsesi/dorongan (ketakutan) sepihak.

Yang tanpa disadarinya (tahu dan catat) mereka lakukan dari satu kehidupan ke kehidupan berikutnya, bagaikan mengembara secara membuta yang menyebabkan kelahiran rendah atau kelahiran tinggi melalui lingkaran kelahiran kembali yang disebut samsāra. Maka nama baik dan kemasyuhuran seseorang, menjadi pudar bagaikan bulan yang menyusut pada masa bulan gelap.

2. Di sisi lain, kebanyakan orang berkeinginan untuk mengentaskan dirinya atau orang lain dengan tujuan dasar menjadi orang hebat, berwibawa, tenang, sukses, terkenal, mulia, dan sebagainya. Tapi:

- banyak kemungkinan menemui kegagalan,
- sebagian orang terwujud sebagian,
- sebagian orang puas dengan menerima apa adanya.
- sebagian lagi tercapai dengan baik.

Dari semua fenomena di atas, ada satu hal yang berperan yaitu: *"Pernahkah Anda melakukan dan menerapkan Satu Jalan Mulia Berunsur Delapan (SJMBD) dalam kehidupan keseharian baik di kehidupan lampau maupun saat ini?"*

a. Jika seseorang di kehidupan lampau atau di kehidupan ini, dengan penuh keyakinan, tulus, dan sungguh-sungguh menerapkan Satu Jalan Mulia Berunsur Delapan (SJMBD) dalam kehidupan kesehariannya, maka akan tercapai dengan baik.

b. Jika seseorang di kehidupan lampau atau di kehidupan ini, separuh-paruh hati, kadang ragu, kadang melakukan Satu Jalan Mulia Berunsur Delapan (SJMBD), kadang lupa melakukannya. Atau Satu Jalan Mulia Berunsur Delapan hanya sekedar sebagai "pengetahuan", tapi tidak "direalisasikan" dalam kehidupan keseharian, maka orang tersebut akan "tercapai sebagian atau puas dengan menerima apa adanya".

c. Jika seseorang di kehidupan lampau atau di kehidupan ini tidak pernah kenal, belum tahu, tidak dapat informasi, tidak pernah mendengar Dhamma dan mempraktekannya, maka akan "menemui banyak kegagalan".

Lalu kenapa ada yang yakin, tulus, sungguh-sungguh mengenal Satu Jalan Mulia Berunsur Delapan? Karena pernah mendengar Dhamma, belajar Dhamma dan melaksanakan ajaran Sang Buddha dengan "penuh" dan "baik" di kehidupan kesehariannya.

Lalu kenapa ada yang separuh hati keyakinannya, kurang tulus, kurang serius, keragu-raguan? Karena mengenal Satu Jalan Mulia Berunsur Delapan hanya sebatas pengetahuan.

Lalu kenapa ada yang sama sekali belum tahu, tidak dapat informasi dan tidak pernah mempraktekkan Satu Jalan Mulia Berunsur Delapan? Karena dia memagari diri sendiri dengan konsep salah secara membuta, kurang terbuka, dipengaruhi konsep yang salah secara emosionalnya.

3. Sadarilah, batin adalah sarana (media spiritual) yang dapat ditempa untuk mencapai:

- a. penyempurnaan perbuatan;
- b. pembentukan karakter;
- c. penguatan keyakinan;
- d. penyembuhan penyakit;
- e. pembebasan belenggu kilesa (kekotoran batin)
- f. harmonisasi antar sesama makhluk hidup;

Daya batin tersebut ada di alam bawah sadar (Nama-Rupa) masing-masing, dimana dayanya sangat kuat dan sangat luar biasa sekali.

Untuk tujuan tersebut sayang sekali kebanyakan orang kurang tahu dan ada yang kurang menghargai cara pengolahan batin ini untuk tujuan di atas.

4. Pada saat ini mungkin Anda tidak menyadari bahwa sebenarnya Anda semuanya mempunyai kemampuan yang terpendam, yaitu kemampuan untuk mencapai kesucian sebagai tujuan utamanya dengan catatan selama dalam perjalanan pelaksanaan Satu Jalan Mulia Berunsur Delapan ini, kita akan dapat banyak bonus sampingannya, seperti ketenangan, kebahagiaan, keceriaan, kegembiraan, kesehatan, kemakmuran, kesembuhan, ketenangan, dsb

Lalu bagaimana kalau kita miliki Satu Jalan Mulia Berunsur Delapan di batin diri sendiri? Dengan kata lain keberhasilan dalam praktek Satu Jalan Mulia Berunsur Delapan? Tentunya hasilnya akan sangat luar biasa sekali dan mulia.

Kemampuan ini ada di setiap orang baik seorang laki-laki maupun seorang perempuan, tetapi kemampuan tersebut tertidur lelap dalam alam bawah sadar (Nama-Rupa) masing-masing, jika kita tidak berjuang dengan cara sengaja membangkitkannya untuk mencapai kebebasan dalam kehidupan ini, dimana pada saat sekarang ini terlahir sebagai seorang manusia, kesempatan baik akan terlewatkan begitu saja.

Batin manusia mampu melakukan hal-hal yang tidak dapat diperkirakan, hal itu telah dibuktikan oleh para ilmuwan pengetahuan tentang kesehatan, yaitu penyembuhan tanpa obat-obatan atau operasi.

Dan juga para sesepuh murid-murid Sang Buddha yang telah mencapai kesucian tingkat Arahata. Tentunya semua bisa dimengerti bahwa untuk mendapatkan sesuatu diperlukan usaha atau upaya sungguh-sungguh dari diri sendiri untuk mencapai tujuan tersebut.

Diperlukan upaya membangkitkannya dengan sengaja, dengan penuh kesungguhan, kegigihan untuk menghidupkan/mengaktifkan batin menjadi kuat dan stabil dengan senantiasa aktif perhatian dalam jasmani untuk menghalau Avijja.

Bila porsi waktu Anda terlalu banyak hanya untuk memperhatikan konsep/kegiatan fisik luar/teori/panñati Dhamma, maka sukses Anda akan terhalang.

Bila sebaliknya porsi waktu Anda untuk memperhatikan paramattha Dhamma/ke dalam jasmani/menjunjung tinggi Satu Jalan Mulia Berunsur Delapan dalam hidup kehidupan keseharian yaitu dengan banyak bervipassana dan mengikuti instruksi dengan baik yang diberikan dan berjuang sampai mencapai tataran yang memadai, maka sukses Anda/keberhasilan/hasil yang gemilang, menjadi bagian Anda.

Dengan uraian di atas, jelas saatnya sekarang kita harus menjunjung tinggi Satu Jalan Mulia Berunsur Delapan di kehidupan keseharian baik untuk diri sendiri, untuk keluarga, untuk sanak famili, untuk rekan, untuk partner, untuk pebisnis, atau untuk rekan usaha, rekan kerja, dsb.

Selamat Berjuang.
Selamat mencobanya.
Tidak ada istilah terlambat bagi yang mau menjalankannya.



STORY OF YU YUAN



Kisah berikut adalah sebuah kisah nyata mengenai seorang anak yatim piatu yang tidak hanya cantik fisik dan matanya, melainkan juga polos hatinya. Anak malang yang hanya mampu bertahan hidup selama 8 tahun ini merupakan contoh nyata bagi kita bahwa masih ada ketulusan hati di tengah dunia yang sedemikian kejamnya. Semoga cerita ini dapat menggugah hati para pembaca agar lebih sering dan tulus dalam berbuat baik.

Semenjak lahir, Yu Yuan tidak pernah mengenal orangtua kandungnya. Orangtua yang ia kenal hanyalah papa yang walaupun sangat miskin namun mau merawat Yu Yuan sendirian.

Saat itu tanggal 30 November 1996. Seorang pemuda dari provinsi Shecuan berusia 30 tahun yang sangat miskin dan belum berkesempatan menemukan pasangan hidupnya, menemukan bayi yang menangis kedinginan di atas hamparan rumput.

Tangisan yang semakin melemah dan rasa kasihan akan bayi tersebut yang mungkin saja bisa meninggal apabila dibiarkan, mengetuk hati nurani pemuda itu hingga akhirnya ia bertekad mengadopsi bayi tersebut yang ia beri nama Yu Yuan.

Perjuangan seorang pemuda sendirian membesarkan seorang bayi, tanpa ASI dan ketidakmampuan untuk membeli susu bubuk, Yu Yuan kecil hanya diberi air beras setiap harinya hingga ia tumbuh lemah dan sakit-sakitan. Walaupun demikian, Yu Yuan merupakan seorang anak yang sangat pintar dan penurut hingga disenangi para tetangganya.

Hidup dalam kesulitan bersama papanya membuat Yu Yuan sadar betul bahwa ia harus bekerja keras. Semenjak umur 5 tahun ia sudah mahir melakukan berbagai pekerjaan rumah dengan baik seperti mencuci piring dan memotong rumput.

Ketika ia masuk sekolah dasar pun, ia mendapat juara hingga membuat papanya yang tidak pernah merasakan bangku pendidikan itu pun menjadi bangga. Ia tidak pernah mengecewakan papanya, setiap kali ia melihat senyum papanya ia merasa puas dan bahagia meskipun tanpa kehadiran seorang mama.

Bulan Mei 2005 Yu Yuan mengalami mimisan ketika sedang mencuci muka, air yang digunakan untuk mencuci muka berubah merah akibat darah yang mengalir dari hidungnya. Papanya yang khawatir karena segala usaha untuk menghentikan mimisan tidak berhasil akhirnya membawa Yu Yuan ke puskesmas untuk imunisasi,

ternyata dari bekas suntikan pun darah mengalir tiada henti.

Yu Yuan dibawa ke rumah sakit atas rujukan dokter puskesmas, sesampainya di rumah sakit, Yu Yuan tidak mendapat nomor antrian karena antrian yang sangat panjang. Ia hanya bisa duduk sambil menutupi hidungnya, namun tetap saja tetes-tetes darah memenuhi lantai rumah sakit hingga dokter cepat-cepat membawa Yu Yuan untuk diperiksa.

Hasil pemeriksaan menyatakan Yu Yuan mengidap leukimia ganas dan butuh biaya pengobatan sekitar \$300.000. Papanya yang cemas akan penyakit Yu Yuan bertekad agar Yu Yuan bisa kembali sembuh sehingga ia meminjam uang pada sanak saudara dan menjual rumah yang merupakan harta satu-satunya miliknya.

Melihat papanya yang sedih dan semakin kurus, Yu Yuan yang kasihan mewakili papanya yang tidak bisa baca tulis untuk menandatangani surat keterangan pelepasan perawatan setelah sebelumnya menyatakan keinginannya untuk mati kepada papanya. Bahkan Yu Yuan yang masih berusia 8 tahun mengurus sendiri segala sesuatu yang berhubungan dengan pemakamannya.

Kalau bukan karena seorang wartawan Chuan Yuan yang bekerja di surat kabar Cheng Du Wan Bao, Yu Yuan akan seperti selembur daun yang lepas dari pohon dan hilang ditiup angin.

Setelah mengetahui keadaan Yu Yuan dari rumah sakit, Chuan Yuan kemudian menuliskan sebuah laporan, menceritakan kisah Yu Yuan secara detail. Cerita tentang anak yg berumur 8 tahun mengatur pemakamannya sendiri yang akhirnya menyebar ke seluruh kota Rong Cheng. Banyak orang-orang yang tergugah oleh cerita anak kecil yang sakit ini, dari ibu kota sampai satu Negara bahkan sampai ke

seluruh dunia. Mereka mengirim email ke seluruh dunia untuk menggalang dana bagi anak ini.

Hanya dalam waktu sepuluh hari, dari perkumpulan orang Chinese di dunia saja telah mengumpulkan 560.000 dolar. Biaya operasi pun telah tercukupi. Titik kehidupan Yu Yuan sekali lagi dihidupkan oleh cinta kasih semua orang.

Setelah itu, pengumuman penggalangan dana dihentikan tetapi dana terus mengalir dari seluruh dunia. Dana pun telah tersedia dan para dokter sudah ada untuk mengobati Yu Yuan. Satu demi satu gerbang kesulitan pengobatan juga telah dilewati. Semua orang menunggu hari suksesnya Yu Yuan.

Pada tanggal 21 Juni, Yu Yuan yang telah melepaskan pengobatan dan menunggu kematian akhirnya dibawa kembali ke ibu kota. Dana yang sudah ada membuatnya bisa menerima perawatan. Yu Yuan muda menjalani beragam perawatan yang membuatnya menderita namun tetap dijalani dengan tegar.

Pada suatu hari, Yu Yuan memanggil Chuan Yuan dan menyerahkan surat wasiat yang sudah ditulisnya. Chuan Yuan kaget dalam surat ternyata Yu Yuan telah mengatur tentang pemakamannya sendiri. Surat wasiat tiga halaman ini dibagi menjadi 6 bagian dimana nama Fu Yuan muncul tujuh kali dan masih ada sembilan sebutan singkat tante wartawan. Ia juga ingin menyatakan terima kasih serta selamat tinggal kepada orang-orang yang selama ini telah memperhatikan dia lewat surat kabar.

"Sampai jumpa tante, kita berjumpa lagi dalam mimpi. Tolong jaga papa saya. Dan sedikit dari dana pengobatan ini bisa dibagikan kepada sekolah saya. Dan katakan ini juga pada pemimpin palang merah. Setelah saya meninggal, biaya pengobatan itu dibagikan kepada orang-

orang yang sakit seperti saya. Biar mereka lekas sembuh". Surat wasiat ini membuat Fu Yuan tidak bisa menahan tangis yang membasahi pipinya.

Pada tanggal 22 Agustus, karena pendarahan dipencernaan hampir satu bulan, Yu Yuan tidak bisa makan dan hanya bisa mengandalkan infus untuk bertahan hidup. Yu Yuan curi-curi mengambil mie instant dan memakannya sehingga membuat pendarahan di pencernaan Yu Yuan semakin parah. Dokter dan perawat pun secepatnya memberikan pertolongan darurat dan memberi infus dan transfer darah setelah melihat pendarahan Yu Yuan yang sangat hebat. Dokter dan para perawat pun ikut menangis. Semua orang ingin membantu meringankan penderitaannya. Tetapi tetap tidak bisa membantunya.

Yu Yuan yang telah menderita karena penyakit tersebut akhirnya meninggal dengan tenang. Semua orang tidak bisa menerima kenyataan ini melihat dewi kecil yang cantik yang suci bagaikan air. Sungguh telah pergi ke dunia lain.

Pada tanggal 26 Agustus, pemakaman Yu Yuan dilaksanakan saat hujan gerimis. Di depan rumah duka, banyak orang-orang berdiri dan menangis mengantar kepergian Yu Yuan. Di depan kuburannya terdapat selebar foto Yu Yuan yang sedang tertawa. Di atas batu nisannya tertulis, "Aku pernah datang dan aku sangat patuh" (30 November 1996 – 22 Agustus 2005). Dan di belakangnya terukir perjalanan singkat riwayat hidup Yu Yuan. Dua kalimat terakhir adalah disaat dia masih hidup telah menerima kehangatan dari dunia. Beristirahatlah gadis kecilku, nirwana akan menjadi lebih ceria dengan adanya dirimu.

Sesuai pesan dari Yu Yuan, sisa dana 540.000 dolar tersebut disumbangkan kepada anak-anak penderita luekimia lainnya. Tujuh anak yang menerima bantuan dana Yu Yuan itu

adalah: Shii Li, Huang Zhi Qiang, Liu Ling Lu, Zhang Yu Jie, Gao Jian, Wang Jie. Tujuh anak kecil yang kasihan ini semua berasal dari keluarga tidak mampu. Mereka adalah anak-anak miskin yang berjuang melawan kematian.

Pada tanggal 24 September, anak pertama yang menerima bantuan dari Yu Yuan di rumah sakit Hua Xi berhasil melakukan operasi. Senyuman yang mengambang pun terlukis di raut wajah anak tersebut. "Saya telah menerima bantuan dari kehidupan Anda, terima kasih adik Yu Yuan kamu pasti sedang melihat kami di atas sana. Jangan risau, kelak di batu nisan, kami juga akan mengukirnya dengan kata-kata "Aku pernah datang dan aku sangat patuh".

Pengikut Buddha Sejati

Apa yang membuat seseorang disebut pengikut Buddha? Apa yang membedakan pengikut Buddha dan yang bukan? Menjadi pengikut Buddha berarti berbeda dengan yang lain; tetapi apa maksud sebenarnya ini?

Sekedar Melakukan Ritual

Apakah orang yang hanya ambil bagian dalam berbagai ritual dan upacara Buddhis serta mengunjungi vihara untuk memberi persembahan adalah pengikut Buddha sejati? **Kegiatan-kegiatan sedemikian itu bisa bernilai jika dilakukan dengan semangat yang benar karena kegiatan tersebut dapat membangkitkan dan menyokong tekad dalam mengikuti jalan Buddha.** Namun, apa yang lebih penting adalah memurnikan pikiran. Upacara dan ritual bisa membawa dampak yang berlawanan jika formalitas belaka dijadikan sebagai tujuan akhir.

Sekedar Mengharapkan Jasa

Apakah orang yang hanya mengumpulkan jasa kebajikan demi mengalami masa depan yang menyenangkan adalah pengikut Buddha sejati? Materialisme spiritual sama-sama buruknya dengan materialisme murni-keduanya merupakan bentuk-bentuk kemelekatan dan keakuan. **Kebaikan seharusnya hanya dilakukan semata-mata karena itu adalah kebaikan; kita seyogianya tidak melekat pada berbagai keuntungan sebagai akibat melakukan kebaikan.**

Sekedar Menjadi Bermoral

Apakah orang yang hanya mempraktikkan moralitas adalah pengikut Buddha sejati? Ada satu kesalahpengertian umum bahwa kita harus menyempurnakan moralitas terlebih dahulu sebelum bisa melaju di jalan spiritual-khususnya sebelum kita bermeditasi. Moralitas secara alamiah menjadi semakin dalam dengan meditasi karena moralitas melemahkan perasaan ego. **Praktik moralitas yang tanpa realisasi Kebijaksanaan, tidak akan dapat membawa kita ke Pencerahan.** Pencerahan bukanlah suatu tujuan yang muluk-muluk jika kita hidup saat ini, dari momen ke momen, dengan perhatian murni.

Sekedar Iman Membuta

Apakah orang yang membedakan agamanya sendiri dari agama-agama lain, menentang ajaran-ajaran mereka dan percaya bahwa pasti tidak ada kebenaran dalam ajaran mereka adalah pengikut Buddha sejati? **Semua agama memiliki unsur-unsur kebenaran tertentu di dalamnya.** Selalu ada sesuatu yang dapat kita pelajari dari mereka meskipun pengikut Buddha yakin bahwa Buddha telah mengajarkan kepada kita semua hal yang kita perlukan untuk mempraktikkan jalan menuju Pencerahan dan Kebahagiaan Sejati.

Sekedar yakin kepada Buddha

Apakah orang yang hanya percaya bahwa hanya dengan memiliki keyakinan kepada Buddha saja akan selamat adalah pengikut Buddha sejati? Itu adalah pikiran penuh harap yang menggantungkan diri kepada orang lain alih-alih melakukan usaha sendiri untuk mempraktikkan jalan menuju Pencerahan yang membawa kebahagiaan. **Jika kita dengan tulus melakukan usaha untuk berlatih, berbagai keadaan dalam kehidupan kita akan meningkat secara alami.** Kita harus merealisasi Kebenaran untuk diri kita sendiri; tidak seorang pun dapat melakukannya untuk kita. Buddha menyadari bahwa semua makhluk memiliki sifat (hakikat) Buddha yang sama. Karena kita pada hakikatnya memiliki sifat yang sama seperti Buddha, kita pun dapat merealisasi sifat ini dengan jalan yang ditempuh-Nya.

Siapakah pengikut Buddha sejati?

Seorang pengikut Buddha sejati adalah orang yang, pertama, meyakini bahwa Pencerahan Buddha merupakan kebebasan melalui realisasi

penuh atas sifat hakiki diri dan segala sesuatu, yang mengakhiri segala derita dan mencapai Kebahagiaan Sejati. Kedua, mencapai pengalaman bagi diri sendiri merupakan tujuan penting dalam kehidupan ini, mengikuti jalan yang telah Buddha tunjukkan kepada kita, datang kepada Tiga Permata untuk berlindung. Seorang pengikut Buddha memiliki keyakinan bahwa pengalaman Buddha bukanlah suatu khayalan, tetapi bahwa pengalaman itu merupakan hal yang paling penting dan bernilai yang dapat dialami oleh siapa saja melalui latihan pemurnian batin yang rajin. Bagian terpenting dari jalan menuju Pencerahan adalah kesadaran meditatif yang membimbing menuju pengertian tentang diri sendiri dan makhluk-makhluk lain, yang membangkitkan Kebijakan dan Kewelasan yang sempurna.

Nah, apakah Anda seorang pengikut Buddha sejati?

Sumber: www.beccsurabaya.org

Terima kasih kepada
Sdr. Iksan Kenanga

*Semoga dengan jasa kebajikan ini,
beliau beserta keluarga senantiasa berbahagia,
dan karma baik berbuah tepat pada waktunya.
Sadhu saddhu saddhu...*

Mining Knowledge



Pada Majalah Swara Dhammasena edisi sebelumnya, telah kita bahas bahwa untuk melakukan segala sesuatu kita perlu memulainya terlebih dahulu. Mengambil langkah pertama merupakan sesuatu yang penting. Seperti yang kita bahas, seorang atlit renang tidak mungkin menjadi atlit renang yang handal apabila tidak pernah belajar berenang.

Namun banyak orang yang termakan kata-kata motivator kondang yang semangat 45 untuk maju namun setelah maju lantas bingung mau berbuat apa. Sama seperti pengusaha yang sibuk mengumpulkan modal, mendirikan usahanya kemudian kolaps karena bingung apa yang harus dilakukan setelah mereka mulai.

Learning is a never ending process. there's no limit in mining knowledge and that's what we should do, to mine knowledge!! *Learning* dan *mining knowledge* disini bukan maksudnya untuk "belajar" seperti belajar menempuh pendidikan formal di sekolah atau kursus melainkan untuk menggali lebih dalam bidang yang kita tekuni saat ini sebagai bekal untuk meluncur ke masa depan.

Memang benar *learning is a never ending process*. Bahkan untuk anda yang sudah menikah dan mempunyai anak, anda selalu belajar bagaimana kebiasaan si kecil, bagaimana merawatnya, bagaimana suhu air yang ia suka untuk dipakai mandi, bagaimana cara memberinya makan, bagaimana cara mengajarnya, bagaimana menidurkannya. Bayangkan apabila anda tutup mata dan telinga, tidak mencari tahu dan mempelajari, pasti tetangga anda sulit sekali untuk beristirahat dengan tenang.

Kita ambil contoh sederhana yang lainnya. Untuk anda yang masih main kejar-kejaran ala film Bolywood dengan orang yang anda taksir, sudah melakukan first step? Dengan mengajak kenalan atau mencari informasi kontaknya? Lanjutkan! Bagaimana caranya? Berbincang-bincang lah! Tanyakan apa hobinya, makanan kesukaan, minuman kesukaan, warna kesukaan, musik favoritnya, film favoritnya, siapa artis favoritnya, jadilah seseorang yang selalu ada ketika ia ingin berkeluh kesah atau menceritakan ketertarikannya terhadap sesuatu. Informasi-informasi yang anda gali pada tahap ini bisa membantu anda untuk maju *to the next level* asal informasi-informasi tadi tidak anda lupakan.

Ketika anda sudah maju mengambil *first step*, jangan pernah berhenti! Itu baru awal perjuangan anda. Anda harus menambang ilmu, mencari informasi, "persenjataan" di tempat anda berada untuk maju lagi. Ketika anda berhasil maju teruslah dalam bidang yang anda geluti sebagai bekal anda untuk maju lebih jauh lagi, begitu seterusnya. Jangan sombong dan berhenti menambang ilmu karena langkah awal anda akan sia-sia tanpa dibekali pengetahuan. Pengetahuan yang anda dapat atau dalami adalah yang memberitahu anda apa yang harus dilakukan selanjutnya dan akan membantu anda mencapai tujuan akhir.



CETIYA DHAMMA MANGGALA

Jalan Taman Sunter Indah Blok A3/33

Sunter Jaya - Jakarta Utara

Telp : (021) 36728801

Fax : (021) 65300211

Twitter : @Dhamma_Manggala

Facebook : Dhamma Manggala

E-Mail : dhamma.manggala@gmail.com



“ Selalu Berusaha Berbuat Kebajikan
Sebanyak Mungkin Untuk Orang Lain dan
Diri Sendiri ”

Jadwal Kegiatan :

1. Kebaktian Umum : Pk 09:09 – 11:00
Sekolah Minggu : Pk 09:30 – 11:00
2. Meditasi Pk 19:00 – 21:00 :
 - Setiap Senin
 - Setiap Kamis Minggu ke-1 & ke-3
3. Se Mian Fo : Setiap Kamis Malam
4. Pemberkatan Nikah
5. Karuna / Tali Kasih
6. Waisak, Kathina, Asadha, Magha Puja, Pattidana, Donor Darah, Visudhi upasaka/upasika, dsb.





Wawancara Bersama

Penny Lo

COO PT Central Mega Kencana
(Mondial, Miss Mondial, Frank & co & The Palace)
Ketua Yayasan Buddha Sessana
Ketua Buddhist Fellowship Indonesia
Ketua Magabudhi Jakarta Utara
Ketua Panitia Asuhan Guna Nanda

Bagaimana perjalanan hidup ibu semasa muda dulu, karir, keluarga dan keyakinan ibu terhadap Triratna?

Saya sempat kuliah di fakultas kedokteran Universitas Tarumanagara, lalu stop untuk melanjutkan bisnis keluarga yang bergerak dalam bidang retail perhiasan yang semakin berkembang hingga saat ini. Saya seorang aktivis Buddhist: pertama kali saya kenal Buddhist, yaitu pada saat saya menginjak bangku SMP, banyak pertanyaan yang ada di kepala saya, kenapa saya dilahirkan dalam keluarga ini, kenapa keluarga saya dilahirkan seperti ini. dan akhirnya saya merenungkan hal-hal tersebut dan membuat saya mencari jawaban dari semua pertanyaan saya. Saya memang bersekolah di sekolah Buddha, tapi murid-murid di sekolah ini tidak seluruhnya beragama buddha, terdapat semua agama. lalu, saya mencoba untuk mempelajari ajaran agama lainnya, tapi saya belum mendapatkan jawaban

dari semua pertanyaan yang ada di kepala saya.. Setelah itu, saya mencoba ke vihara, walaupun saya beragama buddha, namun pada saat itu saya masih jarang sekali pergi ke Vihara.

Suatu ketika saya pergi ke Vihara Silaparamitha Cawang yang pada saat itu pula vihara tersebut ingin diruntuhkan, ketika saya duduk di depan rupang Buddha, saya merasakan hal yang berbeda. Saya merasakan bahwa ini adalah tempat saya dan saya pun menangis sambil mendengarkan pandita muda yang sambil membabarkan Budhha Dhamma dan menjelaskan tentang hukum karma kepada saya. Dan akhirnya pun saya menemukan jawaban dari pertanyaan yang sudah saya pikirkan dari dulu dan semenjak saat itu hingga saat ini saya sangat percaya dengan Agama Buddha. dan menjalaninya dengan baik.

Kesibukan apa saja yang sedang ibu lakukan sekarang?

Sekarang saya sedang menjabat sebagai COO PT CENTRAL MEGA KENCANA. PT CENTRAL MEGA KENCANA merupakan perusahaan multinasional yang bergerak dalam bidang retail perhiasan yang tersebar di Indonesia (Jakarta, Bandung, Surabaya, Medan, dan Makasar). PT. CENTRAL MEGA KENCANA ini menaungi 4 brand yaitu MONDIAL, Miss Mondial, Frank & co, dan The Palace. sedangkan dalam bidang organisasi, saat ini saya aktif sebagai ketua yayasan Vihara Theravada Buddha Sassana. ketua BFI (Buddhist Fellowship Indonesia), ketua Magabudhi (Majelis Agama Buddha Theravada Indonesia) Jakarta Utara, Ketua Panti Asuhan Guna Nanda.

Apa yang membuat ibu tertarik dengan ajaran buddha dhamma?

Dhamma merupakan inti dari ajaran Sang Buddha dan merupakan kebenaran mutlak. Dhamma merupakan hal yang sangat indah sekali. apabila anda mengerti dhamma, maka tidak ada hal yang tidak bisa terjawab. Namun untuk mengerti dhamma itu harus practice, dan kita harus terus melawan lobbha dosa moha hingga keakarnya.

Apa aja sih yang ibu kerjakan sewaktu menjadi aktivis muda?

Berawal dari pengurus sekolah minggu, merupakan hal yang sangat menyenangkan bagi saya, saya dapat mengajar adik-adik di sekolah minggu mengenai Dhamma, setelah itu beserta teman-teman membuat beberapa acara kecil di sekolah minggu, dan aktif di beberapa kegiatan lainnya.

Menurut ibu apa manfaat sewaktu ibu jadi aktivis bagi ibu yang sekarang? (Apa manfaat ajaran buddha dhamma yang paling ibu rasakan sekarang?)

Banyak yang saya dapatkan sewaktu aktif menjadi aktivitis. Salah satunya saya bisa lebih sering mendengarkan Dhamma yang dibabarkan oleh Dhammaduta. Salah satu yang berkesan adalah saat saya mendengar ceramah jalan berunsur 8, yang keenam daya upaya yg benar, mendengarkan ceramah, bertemu dengan sesama membahas suatu dhamma, membaca buku dhamma. Seperti halnya menyiram pohon yang baik apabila jalan berunsur 8 ini terus dijalani dengan baik, maka akan tertanam buah baik yang banyak.

Menurut ibu apakah perkembangan Buddha Dhamma sudah sesuai dengan harapan ibu?

Perkembangan Buddha Dhamma memang sudah mengalami peningkatan. Terdapat faktor yang paling mempengaruhi perkembangan Buddha Dhamma, yaitu kemajuan teknologi sebagai media penyebar informasi. Melalui perkembangan teknologi ini membuat penyebaran Buddha Dhamma semakin cepat dan mudah untuk diketahui oleh seluruh kalangan masyarakat dunia. Di luar negeri, perkembangan Buddha Dhamma sudah mengalami peningkatan. Salah satu praktek Buddhist yang sangat populer dan berkontribusi besar dalam perkembangan Buddha Dhamma di masyarakat dunia adalah Meditasi. Hal ini disebabkan karena praktek meditasi ini mampu memberikan banyak hal positif yang dapat diperoleh oleh kalangan masyarakat tersebut.

Ketika ibu mengalami kesulitan, apa yang bisa membuat ibu terus berjuang dan tetap tegar?

Annica Dukha Anata. Ketika terjadi badai atau bencana saya tidak bisa atur, maka hal yang bisa saya lakukan adalah menyadarinya. misalnya ketika saya sakit, maka kita kompromi dengan tubuh kita, misalnya dengan cara minum obat dan istirahat. dan mengerti apabila kita mengalami bencana, berarti buah karma buruk tersebut sedang dimakan oleh kita. ketika saya menghadapi masalah sulit, peran dhamma yang dalam hidup saya, yaitu adalah hukum karma. dalam hidup saya, peran dhamma yang paling saya alami, yaitu ketika Om Indra masuk rumah sakit, dan pihak rumah sakit yang mengatakan bahwa Om Indra sudah tidak dapat ditolong lagi. namun, saya tidak menyerah. saya tetap melakukan dana dan melakukan perbuatan-perbuatan baik. dan dari hasil yang telah saya perbuat, saya memperoleh buah baik, yaitu kesembuhan yang diberikan untuk Om Indra.

Hal apa yang paling berkesan untuk ibu ketika jadi aktivis buddhist dan organisasi apakah yang pertama kali ibu naungi?

Hampir seluruh kegiatan saya yang saya jalani merupakan hal paling berkesan dalam hidup saya, saat saya dapat berbagi dan mengajar adik-adik di sekolah minggu dan melakukan acara kecil bersama, sangat terasa sekali rasa kekeluargaan saat itu. Ada juga seseorang yang sangat berjasa saat itu yaitu Bapak Marga Singgih. Guru Buddhist saya pertama kali. dan sejak saat itu, saya menjadi aktivis Buddhist di Vihara Tridharma. tetapi saya sempat vakum sejenak karena harus pindah rumah ke daerah gading. lalu, saya mencari Vihara yang terdekat dengan rumah saya, yaitu Vihara Buddha Sassana kelapa gading dan akhirnya saya menjadi pengurus di vihara tersebut.

Bagaimana ibu bisa tetap sukses berkarya dalam Dhamma disamping kesibukan ibu sekarang?

Kunci utama adalah waktu dan berusaha, karena didalam kesibukkan yang saya lakukan, saya tetap melakukan kegiatan-kegiatan yang bertujuan untuk menyiram pohon baik (berbuat baik). karena apabila kesibukan yang saya hadapi hanya saya jalani tanpa melakukan kegiatan-kegiatan yang baik, maka hal itu akan sia-sia. oleh karena itu, saya tetap akan bisa berkarya dengan segala kesibukan yang saya hadapi, karena didalam kesibukan tersebut terdapat kegiatan-kegiatan yang baik pula yang saya lakukan. apabila hanya berfokus pada kesibukan dan tidak melakukan hal-hal baik, maka saya belum tentu bisa hingga sekarang. Perbuatan baik akan selalu menghasilkan buah baik pula, jadi tidak ada salahnya melakukan kegiatan-kegiatan maupun perbuatan baik dalam kesibukan apapun.

Menurut ibu hal apa yang harus dilakukan untuk kemajuan buddha dhamma?

Untuk mendukung kemajuan Buddha Dhamma, salah satu hal yang harus dilakukan, yaitu melakukan sharing dhamma. Hal ini bertujuan untuk menyebarkan ajaran Buddha Dhamma kesemua orang. Karena dalam ajaran Buddha Dhamma dikenal sebagai ajaran cinta kasih dan bijaksana. Dan dalam ajaran Buddha Dhamma diharuskan untuk Ehipassiko, yang berarti datang, lihat dan buktikan. Sehingga ajaran Buddha Dhamma ini dapat diterima oleh seluruh orang.

Ide mata uang digital yang mudah digunakan, tidak terlacak, dan bebas dari pantauan bank ataupun pemerintah telah menjadi topik sejak lahirnya internet. Bitcoin adalah salah satu dari mata uang digital yang sampai sekarang masih bertahan dan diterima oleh masyarakat. Hanya dengan bermodalkan komputer dan internet bisa menambang Bitcoin yang satu koinnya berharga jutaan rupiah?! Bagaimana caranya?

Secara sederhana, Bitcoin adalah mata uang digital (hanya berbentuk data) yang dapat digunakan untuk bertransaksi di dunia maya. Konsep cryptomoney digunakan dalam sistem Bitcoin dimana kontrol, penerbitan dan transaksi diatur oleh penerbitnya melalui serangkaian algoritma kriptografi. Sehingga tidak ada pihak yang bisa memanipulasi penggunaan atau mengganggakan Bitcoin.

Bitcoin diperkenalkan seorang programmer dengan alias Satoshi Nakamoto di tahun 2009, tidak ada yang tahu siapa ia sebenarnya, yang dunia tahu hanya ialah orang yang aktif memperkenalkan dan memperbaiki sistem Bitcoin. Ia menghilang dari dunia maya di tahun 2010.

Bitcoin memiliki beberapa keunggulan dibandingkan alternatif transaksi lain, diantaranya adalah Bitcoin dikirim dari satu orang ke orang lain langsung melalui internet melalui jaringan internet tanpa melalui perantara (bank dan sejenisnya) sehingga tidak ada biaya administrasi dan tidak terlacak dalam penggunaan dan juga bisa digunakan di seluruh dunia tanpa batas penggunaan, akun Bitcoin juga tidak dapat dibekukan karena tidak mengenal adanya bank sentral.

Tiap Bitcoin dihasilkan di internet oleh siapa saja yang menjalankan aplikasi yang bernama Bitcoin Miner, berikut dijelaskan mekanisme menambang Bitcoin. Sistem transaksi Bitcoin walaupun tidak bisa dilacak namun tetap terekam datanya (agar coin tidak bisa dibelanjakan di beberapa tempat sekaligus atau digandakan), karena sistem Bitcoin tidak mengenal server pusat maka seluruh komputer yang terhubung dalam jaringan Bitcoin yang akan menyimpan datanya. Tentu tidak ada orang yang rela menyalakan komputer terus-terusan untuk mencatat data transaksi tersebut sehingga sistem Bitcoin menawarkan hadiah berupa Bitcoin bagi yang memproses data-data transaksi tadi. Program Miner tadi memproses kombinasi data transaksi sehingga diperoleh angka yang tepat, tiap angka tepat akan mendapatkan imbalan berupa 25 BTC (saat ini, dan akan semakin berkurang dengan bertambahnya jumlah Bitcoin yang beredar) sehingga dari sini dapat disimpulkan bahwa selain faktor Lucky, spesifikasi komputer akan sangat berpengaruh.

Tertarik menambang Bitcoin?



Toko yang menerima Bitcoin

Kebijaksanaan Dhamma

Memang hampir semua ajaran Sang Buddha bukan ajaran yang sederhana.

Ajaran Sang Buddha adalah suatu ajaran yang jelas;

Sang Buddha tidak pernah mengajarkan ajaran yang samar-samar atau dengan perumpamaan yang mungkin bisa disalah-tafsirkan.

Sang Buddha selalu mengajarkan Dhamma dengan terang dan jelas itu seperti kalau kita melihat suatu benda, siapa yang mempunyai mata akan dapat melihat benda itu dengan terang dan jelas. Ajaran Sang Buddha yang terang dan jelas itu akan menjadi terang dan menjadi jelas, kalau saudara melihatnya dengan pikiran, dengan pengertian dan perenungan; karena ajaran Sang Buddha tidak hanya menawarkan: "Anda percaya atau tidak!" Tidak hanya begitu.

Kalau ajaran Sang Buddha itu hanya menawarkan 'Anda percaya atau tidak', maka itu sesuatu yang amat mudah. 'Kalau anda tidak mau percaya, ya sudah; tetapi kalau anda percaya maka anda akan memperoleh manfaat'. Ajaran Sang Buddha sama sekali tidak demikian. Meskipun saudara mendengar tetapi kalau mendengar dengan telinga, tidak mendengar dengan pemikiran maka belum tentu saudara bisa menangkap apa yang diajarkan Sang Buddha.

Untuk mengerti agama Buddha memang harus menggunakan akal; dalam bahasa Indonesia sering dikatakan penalaran. Kalau tidak menggunakan penalaran, kita bisa mendengar tetapi tidak mengerti. Apalagi kalau kita menguraikan hal-hal yang sangat mendalam, karena ajaran Sang Buddha ini tidak hanya mengajarkan saudara menjadi orang yang baik tetapi ingin mengajak saudara menjadi orang yang bijaksana. Mengapa demikian?

Karena menjadi orang yang baik sangat tidak cukup! Orang yang baik tapi kurang memiliki kebijaksanaan, maka bila suatu saat ia menghadapi persoalan, ia akan luntur, ia akan meninggalkan kebaikan yang dilakukannya. Buddha Dhamma mengajarkan kita bagaimana menjadi orang yang baik dan dilengkapi dengan kebijaksanaan. Oleh karena itu, berusaha untuk mengerti Dhamma dengan baik. Dhamma itu seolah-olah permata atau pelita yang kalau kita kebingungan, bisa memberikan kita arah.

Ajaran Sang Buddha yang pertama adalah jangan menjadi orang bodoh. Bodoh yang dimaksud Sang Buddha ini bukan bodoh karena kurang sekolah, tetapi bodoh tidak mengerti sifat kehidupan ini. Dhamma membuat kita menjadi mengerti tentang kehidupan ini, menjadi bijaksana.

Karena menjadi orang yang baik sangat tidak cukup!

Tidak usah kita mempunyai keinginan yang macam-macam, yang macam-macam itu adalah yang ajaib-ajaib. Saya tidak cenderung untuk bicara tentang dewa, makhluk halus, alam lain, meskipun itu memang ada dibicarakan oleh Sang Buddha, tetapi sangat sedikit. Yang menjadi tujuan utama Sang Buddha adalah bagaimana umat manusia ini bisa menjadi bijaksana. Kebijaksanaan itu sangat mahal sekali harganya, dan sangat berguna. Bukan melihat dewa, bukan melihat makhluk halus.

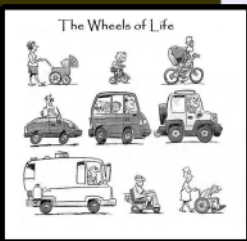
Dalam kehidupan ini, kita mengalami macam-macam perubahan. Bila itu perubahan yang menyenangkan, tidak jadi masalah; dari rendah menjadi tinggi, dari miskin menjadi kaya, dari kecil menjadi dewasa, semua orang dapat menerimanya; Dhamma, agama, tidak perlu campur tangan.

Tetapi sebaliknya, dari yang berpangkat menjadi tidak berpangkat, dari kaya menjadi menurun, kalau tinggi menjadi rendah, kalau di atas kemudian sekarang menjadi di bawah, kalau utuh kemudian pecah, kalau sehat kemudian sakit, kalau sekarang rambut hitam kemudian menjadi warna keputih-putihan, siapkah saudara menghadapi itu? Hal-hal itu tidak bisa dihindari. Setiap saat kita bisa meninggal,

dan kita tidak tahu kapan kita meninggal.

Ini adalah kenyataan dari kehidupan ini. Biasanya kenyataan yang tidak enak, orang-orang tidak mau mengerti. Manusia inginnya bicara tentang surga, bahagia, untung besar, dan sebagainya, tetapi sulit menerima perubahan yang tidak menyenangkan.

Dalam kehidupan ini, kita mengalami macam-macam perubahan. Baik yang menyenangkan maupun tidak.



Ada satu contoh, seorang ibu di Samarinda mempunyai anak laki-laki yang kuliah di suatu Universitas di Jogja. Suatu ketika perut anaknya sakit, temannya membawa ke rumah sakit, sampai kemudian masuk ICU. Malamnya meninggal dunia. Ibunya yang di Samarinda ditelpon, dan spontan besok paginya dia datang. Orangnya ini pingsan berkali-kali. Orangtua ini tidak pernah mengira, tidak pernah punya firasat, bahwa anaknya yang sekolah di Yogya akan meninggal di sana. Tetapi selernya, pikirannya, tidak bisa terima kalau anaknya meninggal.

Apakah seseorang yang pikirannya belum siap, seperti si ibu yang belum siap menerima kenyataan tersebut, lalu anaknya akan hidup kembali? Tidak bisa. Terjadilah konflik di dalam batin si ibu. Konflik itu perang antara selera/nafsu kita dengan kenyataan. Siapa yang menang? Kenyataan yang menang. Tetapi kalau dia sudah mau menerima kenyataan bahwa anaknya sudah meninggal, pada saat itu ketegangan mentalnya akan berkurang. Tetapi selama dia masih belum bisa menerima anaknya meninggal, selama itu dia konflik.

Kalau kita berdagang tetapi kita tidak siap menerima kerugian, maka kita akan menjadi orang yang sangat kecewa.



Apakah semua orang akan mengalami kasus seperti ibu yang di Samarinda itu? Belum tentu. Tetapi yang pasti, kita akan mengalami perubahan yang tidak sesuai dengan keinginan kita. Sudah siapkah kita menerima semua itu? Jadi, hanya sekedar menjadi orang baik itu tidaklah cukup. Kalau orang ini tidak dilengkapi dengan kebijaksanaan, maka ia kemudian akan meninggalkan kebaikan. "Saya sudah berbuat baik sekian lamanya, tapi kok saya masih menghadapi kesulitan...Ah...."

Orang seperti itu tidak dilengkapi dengan kebijaksanaan. Kebijaksanaan Dhamma itu yaitu mengerti sifat kehidupan ini dengan sebaik-baiknya. Pengertian yang lainnya lagi. Kalau kita berdagang, maka risikonya kita bisa mengalami kerugian. Itu sudah hukumnya. Inilah Dhamma. Kalau kita berdagang tetapi kita tidak siap menerima kerugian, maka kita akan menjadi orang yang sangat kecewa. Sebetulnya jawabannya mudah. Kita mengalami hal itu karena kita berdagang.

Punya anak juga harus menanggung resiko, seperti misalnya anak nakal, tidak mau pulang ke rumah, menghabiskan uang. Itu risikonya. Bila tidak ingin punya persoalan dengan anak, jangan punya anak. Lalu apakah kita tidak boleh punya anak, tidak boleh punya mobil, tidak boleh punya rumah? Bukan demikian.



Banyak keinginan, banyak masalah. Sedikit keinginan, sedikit masalah.



Kalau tidak ingin mempunyai barang-barang yang banyak, itu baik, itu salah satu cara. Tetapi ada cara yang lain. Silakan punya mobil, silakan punya rumah yang besar, silakan punya anak, punya istri, punya suami, dan sebagainya, tetapi siap dengan resiko yang akan dihadapi. Kalau tidak siap dengan resiko lebih baik tidak punya. Jadi Sang Buddha itu menjelaskan kepada kita seperti menjelaskan aksioma. Banyak keinginan, banyak masalah; banyak barang-barang, banyak masalah. Sedikit keinginan, sedikit masalah; sedikit barang-barang, sedikit masalah. Itu cara yang pertama.

Cara yang kedua: siap mempunyai barang-barang tetapi siap juga mengalami perubahan. Mengurangi masalah dengan mengurangi keinginan. Atau mengurangi masalah dengan menambah kebijaksanaan.

Dari penjelasan ini kita bisa melihat dengan jelas

bahwa menjadi orang baik saja tidaklah cukup. Kita harus siap menghadapi perubahan. Perubahan atas istri, atas suami, atas anak, atas rumah, atas pekerjaan. Saudara tidak bisa mengatakan: "Aku tidak mau perubahan". Tidak bisa.

"Aku mau perubahan yang baik-baik saja. Aku tidak mau perubahan yang tidak menyenangkan". Memang keinginan kita itu begitu, tetapi kondisi tidak memungkinkan begitu. Inilah Dhamma.

Bisa melihat dewa, melihat makhluk halus, itu memang sulit. Sulit sekali. Kita harus meditasi, mengembangkan Jhana, harus mempunyai dibbacakkhu, baru bisa melihat makhluk halus. Tetapi, ada yang lebih sulit daripada melihat dewa, melihat makhluk halus. Namun walaupun lebih sulit, bukan berarti tidak bisa didapatkan. Apa yang lebih sulit dari melihat makhluk halus itu? Yang lebih sulit adalah melihat Perubahan.

Satu cerita di zaman Sang Buddha ada seorang pertapa yang bisa berjalan di atas air, menyeberangi sungai. Dia menunjukkan kepandaianya itu di depan Sang Buddha.

"Pertapa, berapa lama kamu bisa mempunyai kepandaian seperti itu?" tanya Sang Buddha. "Dua puluh tahun, Bhagava".

Kalau kita mendengar jawaban seperti itu, kita akan mengatakan, "Aduh, kamu

hebat sekali! Dua puluh tahun dengan keuletan, kesungguhan bermeditasi sehingga bisa berjalan di atas air. Aku tidak mampu".

Tetapi komentar Sang Buddha berbeda. Apa komentar Sang Buddha?

"Pertapa kalau Aku dengan uang satu ketip bisa menyeberang sungai (yaitu dengan mengupah perahu menyeberang sungai), tidak perlu 20 tahun".

Bukan sinis, saudara. Kalau Sang Buddha bukan maha bijaksana, tidak mungkin Beliau akan memberikan jawaban seperti itu, tetapi mungkin akan memuji.

Oleh karena itu, umat Buddha tidak perlu terheran-heran mendengar tentang kegaiban,



Kegaiban dan kesaktian tidak seberapa kalau dibandingkan dengan kebijaksanaan, apalagi kebijaksanaan Dhamma.



kesaktian, karena itu tidak seberapa kalau dibandingkan dengan kebijaksanaan, apalagi kebijaksanaan Dhamma, sangat tinggi nilainya, tidak bisa dibandingkan sekalipun dengan kegaiban atau kesaktian. Justru Sang Buddha menghargai sangat rendah kesaktian dibandingkan dengan kebijaksanaan. Inilah yang ditunjukkan Sang Buddha.

Cobalah agar kita mempunyai wawasan yang luas. Orang yang wawasannya luas tidak mudah marah, tidak mudah tersinggung, tidak mudah naik darah, itulah orang yang kuat.

Sekalipun dipancing-pancing, dia akan tenang. Bukan tenang masa bodoh, tetapi tenang karena dia tidak ingin terpancing.

Apa yang di maksud dengan pandangan yang luas? Yaitu pandangan yang tidak hanya melihat pada satu arah. Itu bukan pandangan Buddhis. Pandangan seorang umat Buddha harus melihat pada banyak faktor. Satu sebab atau satu faktor tidak mungkin membuat satu keadaan. Satu keadaan itu banyak sekali faktornya.

Kalau ingin makan pisang goreng, anda harus punya pisang. Kalau tidak punya pisang apa yang akan digoreng? Jika punya pisang tapi tidak punya minyak, mau menggoreng dengan apa? Apakah dengan air? Tidak hanya punya pisang, harus punya minyak, tepung, gula, air, wajan, kompor, sumbu kompor, korek api, ada manusia dan manusia itu mau menggoreng pisang goreng. Dua belas sebab/faktor untuk bisa makan pisang goreng.

Nah, kalau beli kan tidak usah 12 sebab/faktor? Kalau beli, sebabnya lebih banyak lagi. Saudara mau beli pisang goreng dengan apa? Dengan uang. Uang dari mana? Ya, minta dari ibu. Kan harus punya ibu. Minta dari kenalan kan harus punya kenalan. Saudara punya kenalan sebabnya bagaimana. Saya kenal dengan dia itu sebabnya panjang. Kan begitu. Itulah Paticcasamuppada. Itulah Dhamma.

Dari pelajaran ini, kita menarik kesimpulan, tidak ada alasan untuk sombong. Anda bisa membuat pisang goreng, yang membantu itu banyak sekali, dan semuanya itu yang saudara tidak bisa buat sendiri. Ada orang lain yang membuat kompor, penggorengan, ada orang lain yang menjual minyak, ada orang lain yang membuat terigu, gula, ada orang lain yang menjual gula.

Bagaimana saudara bisa mengatakan hal ini pisang

“**Bagaimana saudara bisa mengatakan ini pisang gorengku. Aku membuat pisang goreng ini sendirian. Tidak masuk akal.**”

gorengku. Aku membuat pisang goreng ini sendirian. Tidak masuk akal.

Untuk berbicara sehari-hari, boleh. Siapa yang membuat pisang goreng ini. Kok enak? Saya. Saudara tidak usah menjelaskan: “Pisang goreng ini bukan saya sendiri yang buat. Saya sebagian, yang lain ada minyak, ada air, ada tepung dan gula. Yang bikin gula, tepung, orang lain.” Sudah beragama Buddha, kok jadi sinting.

Demikian juga misalnya saudara menolong orang sakit. Kalau ditanya, “Siapa yang menolong dia? O... saya”.

Itu gunanya untuk mendidik mental kita, mengerti siapa kita sesungguhnya, agar kita tidak sombong. Yang menolong orang sakit itu, bukan saudara. Saudara hanya sebagian faktor dari perbuatan menolong. Tidak ada aku yang menolong, yang ada hanya proses

menolong. Ini lebih tinggi lagi. Bila tidak mengerti yang ini, tidak usah pusing, ingat-ingat pisang goreng saja.

Mengapa hanya ada proses menolong, tidak ada aku yang menolong? Bagaimana saudara bisa mengatakan aku yang menolong, karena bukan saudara sendiri yang menolong. Kalau tidak ada orang yang akan saudara tolong, saudara mau menolong siapa?



Jadi siapa yang berbuat baik? Ya, bareng-bareng. Yang sakit, obatnya, dan orang yang menolong itu. Itulah Anatta. Yang ada hanya kebaikan, tidak ada AKU yang berbuat baik; karena saudara tidak bisa berbuat baik sendirian.

Itulah Dhamma, mendalam sekali. Orang yang mengerti Dhamma dengan benar, kebijaksanaannya akan tinggi sekali. Kita tidak hanya sekedar pasang dupa, pasang lilin, minta selamat, minta rejeki, itu tidak cukup. Dunia semakin maju, persaingan semakin keras, kita tidak boleh menjadi bodoh, tapi harus bijaksana.

Dan yang paling penting, tidak menjadi salah tingkah, tidak salah langkah, karena saudara sudah mempunyai kebijaksanaan yang lengkap. Semoga Sang Triratna selalu memberkahi kita.

Oleh Y.M Bhikkhu Sri Pannavaro Mahathera
Sumber: www.becsurabaya.org

KEBAIKAN, Sulitkah dilakukan?

Oleh:
Bhikkhu Abhayanando, Thera



Mengapa berbuat baik?

Suatu hari ada seorang ibu mengajak kawannya untuk melakukan kegiatan sosial. Ibu tersebut sudah lama menjadi relawan di salah satu organisasi sosial. Hampir separuh hidupnya sudah digunakan untuk kegiatan organisasi sosial tersebut

Walaupun demikian, ibu tersebut tidak mengabaikan kehidupan keluarganya. Kehidupan keluarganya tetap berjalan dengan baik karena ia pandai membagi waktu antara keluarga dan kegiatan dalam organisasinya.

Karena seimbang itulah semua terata dengan baik dan keluarganya sangat mendukung kegiatan yang ditekuninya.

Kawan yang mau diajak oleh ibu tersebut belum pernah mengikuti kegiatan sosial. Ketika diajak, kawannya bertanya, "Untuk apa berbuat

baik?" Kalau kita ikut dalam kegiatan sosial, bukankah hanya membuang waktu saja? Pertanyaan itu wajar karena kawannya belum memahami manfaat berbuat baik dan manfaat berkecimpung di kegiatan sosial.

Ibu yang mengajak kawannya untuk berbuat baik kemudian menjelaskan bahwa sesungguhnya kebajikan itu sangat bermanfaat untuk kehidupan kita. Kebajikan bukan saja membuat orang lain bahagia tetapi kita pun akan merasakan kebahagiaan. bergabung menjadi relawan di salah satu organisasi sosial.

Setelah mendengar jawaban dari ibu yang mengajak berbuat baik dan menjadi anggota organisasi sosial, kawannya mau berbuat baik dan ikut.

Seringkali kita mendengar tentang ajakan untuk melakukan kebajikan seperti yang dilakukan oleh ibu dalam kisah di atas.

Ajakan berbuat baik adalah ajakan yang sangat positif karena kebaikan bermanfaat untuk kehidupan ini. Kebajikan sangat bermanfaat bagi kehidupan manusia, oleh karena itu manusia harus melakukannya secara maksimal dan dengan motivasi yang benar.

Kenapa? Karena motivasi juga mempengaruhi sikap dan perilaku manusia dalam melakukan kebajikan. Hasil dari kebajikan erat kaitannya dengan motivasi seseorang melakukan kebajikan.

Ada orang berbuah baik karena mengharapkan pahala yang banyak. Ada juga orang berbuat baik untuk mendapatkan pujian dan kehormatan. Dan masih banyak lagi motivasi yang mempengaruhi orang melakukan kebajikan.

Oleh karena kebajikan demikian besar manfaatnya seharusnya kita tidak mengabaikan ketika ada peluang berbuat baik. Hanya saja motivasi yang benar harus menjadi dasar ketika seseorang berbuat baik.

Kadangkala manusia menjadi ragu tentang perbuatan baik yang telah dilakukan. Keraguan itu muncul ketika buah dari perbuatan baik itu belum muncul. Mereka akan berpikir, perbuatan baik itu tidak mendatangkan kebahagiaan.

Hal tersebut akan membuat manusia menjadi kecewa bahkan berhenti melakukan kebajikan. Jika tidak segera diluruskan maka orang tersebut akan jatuh pada pandangan yang salah. Karena sesungguhnya kehidupan sekarang juga dipengaruhi oleh kehidupan sebelumnya. Apa yang terjadi sekarang bukan semata-mata karena kehidupan sekarang saja.

Hanya saja motivasi yang benar harus menjadi dasar ketika seseorang berbuat baik

Perjuangan dan Tantangan

Kebajikan yang kita lakukan sangat berguna dalam kehidupan ini tetapi terkadang sulit mempertahankannya. Hal ini diungkapkan oleh seorang pemuda yang menjadi aktifis Vihara.

Pemuda tersebut sangat aktif dan sudah lama menjadi relawan Vihara. Ia menceritakan suka dukanya ketika menjadi relawan. Ia sangat senang dapat menjadi relawan Dhamma karena dengan menjadi relawan ia dapat berbuat baik untuk orang lain dan juga Buddha Sasana.

Pemuda tersebut dihadapkan dengan rasa malas, bosan, jenuh, bosan, kecewa dan terkadang juga dihadapkan dengan pikiran buruk. Pernah suatu hari ia berpikir, untuk apa saya menjadi relawan Vihara?

Pikiran itu muncul karena ia pernah dihadapkan dengan kesulitan yang berat. Ia merasa kebajikan yang dilakukan selama menjadi relawan tidak bermanfaat dan tiada artinya untuk kehidupannya.

Kebajikan yang kita lakukan sangat berguna dalam kehidupan ini namun sangat sulit mempertahankannya

Beruntung pemuda tadi tidak terperosok lebih jauh karena mampu membangkitkan semangatnya. Ia menjadi semakin yakin bahwa proses, apapun ada hikmahnya. Keyakinan, ketulusan, semangat, kesabaran dan pengertian yang benar membuat pemuda itu dapat bertahan dalam kebajikan.



Buah Manis Kebajikan

Sekalipun tidak mudah melakukan kebajikan dalam kehidupan ini, manusia tetap harus melakukan kebajikan.

Memang, ketika kita berbuat baik harus ada kerelaan dan pengorbanan. Kerelaan dan pengorbanan kita kepada pihak lain bukan untuk membahagiakan orang lain saja tetapi juga untuk diri kita.

Kadang kita salah mengerti bahwa kebajikan yang kita lakukan hanya untuk orang lain.

Pemikiran tersebut pernah dialami seorang aktivis disebuah organisasi sosial. Awal-awal ia masuk menjadi relawan sangat menikmati. Beberapa hari pun berlalu dan ia mulai dihadapkan dengan kesulitan. Ia bertemu dengan karakter yang berbeda yang terkadang menimbulkan kesalahpahaman. Ia juga pernah berhadapan dengan sikap tidak bersahabat dari orang yang pernah dibantu. Ia menjadi kecewa karena orang yang dibantu tersebut bukannya berterimakasih tetapi justru memakinya.

la berpikir, ternyata keputusan menjadi relawan salah. Keputusan menjadi relawan justru berbuah kesulitan dalam hidupnya. Ternyata kebajikan yang dilakukan hanya menguntungkan orang lain. Orang lain senang tetapi diri kita tidak senang.

Untung ada sahabatnya yang memberikan penjelasan sehingga ia mampu melewati hambatan dengan baik dan tetap bertahan menjadi relawan.

Pemikiran itu bisa saja kita alami dalam kehidupan ini. Selama melakukan kebajikan kita akan dihadapkan dengan tantangan dan permasalahan lainnya.

Bisa saja kita berharap tidak ada kesulitan selama kita melakukan kebajikan tetapi terkadang realita berkata lain. Kenyataannya kita dihadapkan dengan situasi yang tidak menguntungkan dan bahkan hal yang menurut pemikiran kita itu tidak masuk akal.

Hal-hal seperti itu jika tidak bijak menyikapinya maka seseorang akan mengambil keputusan yang salah. Ia mungkin berhenti dan tidak lagi kemauan untuk berbuat baik.

Buddha bersabda, "Barang siapa berbuat baik akan menerima akibat yang baik, sebaliknya barang siapa berbuat jahat akan menerima akibat yang buruk".

Apa yang disabdakan Buddha dapat mempertegas bahwa kebajikan itu sangat bermanfaat dalam kehidupan ini sekalipun sulit dilakukan. Jangan berhenti berbuat baik karena kebajikan yang dilakukan dapat menjadikan kita manusia baik dan berujung pada kebahagiaan.

Ingat! Perjuangan untuk mendapatkan kebahagiaan dan perubahan yang lebih baik tidak mudah.

Kita akan dihadapkan dengan jalan terjal dan panjang untuk meraih pengharapan itu. Ketika kita sudah mengambil keputusan untuk menjadi manusia baik maka kita harus berbuat baik.

Bagaimana supaya kita tetap bertahan dalam kebajikan? Berbuat baiklah dengan motivasi yang benar. Dalam berbuat baik harus ada keyakinan, ketulusan, semangat, kesabaran dan pengertian yang benar.

Faktor tersebut akan membuat manusia bertahan dalam kebajikan sekalipun harus berhadapan dengan kesulitan.

Selamat berbuat baik! Semoga kebajikan yang dilakukan berbuah kebajikan dan menjadikan diri kita menjadi manusia baik dan bahagia.

Terima kasih kepada:

- Cetya Tathagatha Buddha Jakarta
- Jevon Javier
- Tikking Joni
- Yulia Andriana



Indahnya Buddha Dharma

Sumber: <http://www.becsurabaya.org>

Melampaui Agama

Jika definisi dari "agama" adalah kepercayaan mutlak dan pemujaan terhadap suatu sosok ilahi, dengan kewajiban untuk menjalankan upacara dan ritual, ajaran Buddha bukanlah suatu agama.

Ajaran Buddha melampaui semua definisi umum tentang agama karena ajaran Buddha mendorong kecerdasan kita untuk bertanya dan meyakini adanya potensi tertinggi dari setiap individu.

Upacara dan ritual hanya sekadar perayaan yang membantu mengilhami kita, namun tidak bisa memberi kita Kebijaksanaan dan kebahagiaan sejati.

1

Universal

2

Karena perhatian utama Buddha adalah kebahagiaan sejati bagi semua makhluk, ajaran-Nya dapat dipraktikkan dalam masyarakat atau pertapaan, oleh semua ras dan sistem kepercayaan.

Ajaran Buddha sama sekali tidak memihak dan benar-benar bersifat universal.



Kebenaran Tidak Memerlukan Nama

3

Apakah ajaran Buddha itu agama atau filsafat? Ajaran Buddha tetaplah sedemikian rupa apa pun nama yang disematkan padanya.

Nama tidaklah penting. Bahkan nama "Buddhisme" yang kita berikan untuk ajaran Buddha bukanlah hal yang penting. Kebenaran tidak memerlukan nama

Pemurnian Pikiran

4

Ajaran Buddha tidak hanya menganjurkan untuk menghentikan semua kejahatan dan melakukan semua kebaikan, tetapi juga mengajarkan pemurnian pikiran, yang merupakan akar dari segala kebaikan dan kejahatan, serta sebab dari penderitaan maupun kebahagiaan sejati.

Dewasa ini kita banyak mendengar tentang cara melatih kekuatan pikiran, ajaran Buddha adalah sistem pelatihan pikiran yang paling lengkap dan efektif yang ada di dunia ini.



Kebebasan Pikiran

Dari sisi intelektual dan filsafat ajaran Buddha, tumbuhlah kebebasan berpikir dan bertanya yang tidak ada bandingannya dengan agama atau filsafat besar dunia lainnya.

Walaupun Buddha mendorong kita untuk mempertimbangkan ajaran-Nya, namun tidak ada kewajiban atau paksaan apa pun untuk percaya atau menerima ajaran Buddha.

5

6

Tidak Ada Perintah

Buddha begitu penuh toleransi, bahwasanya Ia tidak mengerahkan kekuatan untuk memberikan perintah kepada para pengikut-Nya. Sebagai pengganti penggunaan perintah, Ia berkata: "Sebaiknya kamu melakukan ini. Sebaiknya kamu tidak melakukan ini." Ia tidak memerintah, tapi menasihati.

Kebebasan Bertanya

7

Ajaran Buddha dipenuhi dengan semangat kebebasan bertanya dan toleransi menyeluruh.

Ajaran Buddha adalah ajaran tentang keterbukaan pikiran dan hati yang simpatik, yang menerangi dan menghangatkan segenap semesta dengan sinar ganda Kebijaksanaan dan Kewelasan, memancarkan sinar keramahan pada setiap makhluk dalam perjuangan mengarungi samudera kelahiran dan kematian.

Pengalaman & Nalar

Ajaran Buddha adalah satu-satunya ajaran yang dibabarkan bagi umat manusia melalui pengalaman, pencapaian, Kebijaksanaan, dan Pencerahan dari pendirinya.

Ajaran ini berakar dari pengalaman, bukan kepercayaan yang membuta. Masalah manusia harus dipahami melalui pengalaman manusia dan diatasi dengan pengembangan nilai-nilai manusia yang luhur. Manusia harus menemukan pemecahan melalui pemurnian dan pengembangan pikiran manusia, bukan melalui pihak-pihak luar.

9

8

10

Mengendalikan Diri Sendiri

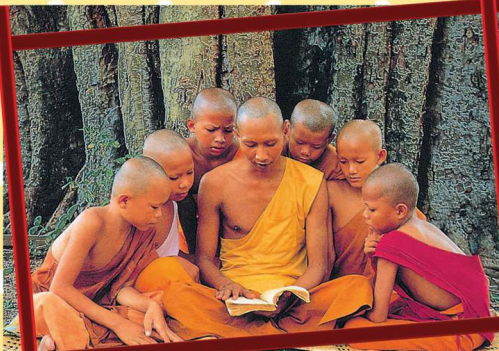
Ketika Buddha bermeditasi untuk mencapai Pencerahan, tidak ada dewa yang datang untuk menyingkap rahasia kekuatan spiritual apa pun. Ia berkata, "Saya tidak pernah memiliki guru atau makhluk apa pun yang mengajarkan cara mencapai Pencerahan.

Saya mencapai Kebijaksanaan tertinggi dengan usaha, kekuatan, pengetahuan, dan kemurnian sendiri." Demikian pula, kita dapat mencapai tujuan tertinggi ini melalui usaha yang sungguh-sungguh dalam memperbaiki diri sendiri.

Ilmiah

Umat Buddha tidak pernah merasa perlu untuk memberikan tafsiran baru terhadap ajaran Buddha. Penemuan ilmiah belakangan ini tidak pernah bertentangan dengan ajaran Buddha karena metode dan ajaran Buddha bersifat ilmiah.

Asas-asas Buddhis dapat dipertahankan dalam keadaan apa pun tanpa mengubah gagasan-gagasan dasarnya. Ajaran Buddha dihargai oleh para cendekiawan, ilmuwan, pemikir hebat, ahli filsafat, kaum rasionalis, bahkan pemikir bebas, sepanjang masa.



11

Pendidikan Kebenaran

Buddha adalah guru kebenaran terbesar. Ajaran Buddha adalah pendidikan yang sempurna tentang kita dan semesta tempat kita tinggal. Ajaran Buddha adalah ajaran yang melampaui pengetahuan duniawi, mengenai Kebijaksanaan tertinggi menuju perwujudan kebahagiaan sejati.

Menarik untuk dicatat bahwa salah satu universitas pertama di dunia adalah Universitas Buddhis Nalanda di India, yang berkembang pada abad ke-2 sampai ke-9. Universitas ini dibuka untuk pelajar dari seluruh penjuru dunia dan merupakan sekolah dari berbagai pelajar Buddhis terkemuka.



12

Kebenaran Selalu Menang

Buddha dengan terbuka mengundang pengikut-Nya dan penganut kepercayaan lain untuk menguji ajaran-Nya dari setiap sudut sampai tidak ada ruang keragu-raguan lagi. Buddha tahu bahwa jika seseorang benar-benar yakin bahwa ia mengetahui kebenaran, seharusnya ia tidak takut untuk diuji, karena kebenaran akan selalu menang.

Jawaban Buddha terhadap berbagai pertanyaan telah memperkaya ajaran Buddha menjadi bidang keagamaan yang luas.

Kirim sms dengan



Vodka

Para ilmuwan di York University, Inggris, mengaku bisa mengirim pesan pendek SMS bertuliskan 'O Canada' menggunakan vodka yang menguap. Mereka mengklaim sisten itu nantinya dapat mengisi kekosongan bila teknologi nirlaba gagal.

"Sinyal-sinyal zat kimia dapat menawarkan cara yang lebih efisien dalam mengirimkan data di dalam terowongan, saluran pipa atau struktur bawah tanah yang dalam.

Sebagai contoh, sumbatan besar dalam sistem pembuangan London baru-baru ini dapat dideteksi secara dini, dan tanpa susah payah mengirim pekerja ke dalam karena kita dapat mengirim robot-robot yang dilengkapi sistem komunikasi molekuler," ujar Professor Andrew Eckford.

Sinyal-sinyal kimia tersebut menggunakan alkohol dalam vodka. Pesan dikirim dari jarak empat meter dengan bantuan kipas angin di atas meja.

Sinyal kemudian diekstraksi dengan penerima yang mengukur tingkat perubahan konsentrasi

- molekul-molekul alkohol, mendeteksi apakah
- konsentrasinya naik atau turun.

- Kami yakin kami telah mengirim pesan teks
- pertama yang ditransmisikan seluruhnya
- dengan komunikasi molekuler, mengontrol
- tingkat-tingkat konsentrasi molekul-molekul
- alkohol untuk membuat sandi huruf, dengan
- semprotan sekali untuk merepresentasikan bit
- dan tidak ada semprotan berarti nol bit," ujar
- kandidat doktoral York University Nariman
- Farsad, yang memimpin percobaan tersebut.

- Meski penggunaan sinyal-sinyal kimia
- merupakan metode baru dalam teknologi
- komunikasi manusia, metode 'bio-compatible'
- sangat umum dalam dunia hewan. Lebah,
- misalnya, menggunakan senyawa kimia dalam
- hormon feromon ketika ada ancaman
- terhadap sarangnya, juga binatang lain
- dalam menandai wilayahnya.

Perayaan Kathina 2557 B.E./2013 Dhammasena Trisakti *“Let Go by Giving”*



Pada zaman dahulu di setiap musim hujan para anggota Sangha berdiam diri dan mendalami Dhamma dan meditasi di vihara-vihara. Mereka tidak melakukan perjalanan untuk menyebarkan Dhamma dikarenakan pada saat itu banyak protes yang mengatakan bahwa perjalanan di musim hujan banyak membunuh hewan-hewan kecil dan tanaman-tanaman.



Setelah musim hujan selesai, para bhikkhu anggota Sangha akan kembali melakukan perjalanan, biasanya umat akan mendanakan jubah pada waktu ini. Nah inilah yang kita rayakan tiap tahunnya pada perayaan Kathina. Di tahun 2013 ini, Dhammasena Universitas Trisakti merayakan Kathina dengan serangkaian acara bertemakan "Let Go by Giving". Acara perayaan Kathina ini meliputi Pindapata, Ritual Kathina dan acara hiburan.

Acara Pindapata yang pertama kali diadakan Dhammasena Trisakti ini diwarnai hujan lebat yang untungnya tidak mengganggu jalannya acara dan tidak menyurutkan keinginan para umat yang telah datang untuk berdana. Acara diawali dengan wejangan oleh bhante Dhammavijayo Mahathera mengenai pelaksanaan Pindapata di siang hari dan dilanjutkan dengan pemberian dana. Ada 20 anggota Sangha dari berbagai aliran yang turut pada kegiatan ini.



Selanjutnya acara dilanjutkan dengan ritual kebaktian yang berjalan dengan penuh kesakralan. Dhammasena disampaikan oleh Yang Mulia Bikkhu Dhammavijayo Mahathera berkaitan dengan hari Kathina. Civaradana berjalan tertib dan banyak sekali dana yang diberikan umat kepada Bhikkhu Sangha. acara berikutnya adalah acara hiburan dimana teman-teman Dhammasena menampilkan berbagai pertunjukkan kesenian seperti breakdance, modern dance dan juga olah vokal.



Fang Shen 2013: "Give a Live to Live a Life"

Pada tanggal 1 Desember 2013, Unit Kegiatan Kerohanian Buddha Dhammasena Trisakti School Of Management mengadakan kegiatan Fang Shen Dengan Tema "Give a Live to Live a Life" yang dilaksanakan di Vihara Kong Tee Tjo Soe yang berada di Jalan Pulo Indah, Tangerang. Setelah tiba di Vihara panitia segera melakukan persiapan untuk acara. Acara dimulai dengan kata sambutan dari ketua panitia pelaksana yaitu Rio Martin, yang dilanjutkan dengan sambutan dari perwakilan Dhammasena Universitas Trisakti, ketua umum UKKB, Senat mahasiswa, Badan Perwakilan Mahasiswa, perwakilan alumni, serta Ketua Vihara Kong Tee Tjo Soe.

Setelah itu dilakukan pembacaan Paritta pelepasan hewan yang dipimpin oleh Bhikkhu Subhakar, dilanjutkan dengan pelepasan burung di pekarangan Vihara dan diikuti dengan pelepasan ikan lele di dekat vihara.



(Pembacaan Paritta pelepasan hewan yang dipimpin oleh Bhikkhu Subhakar)



(Pelepasan Burung oleh Bhikkhu Subhakar, Kepala Vihara, dan Ketua Panitia Pelaksana di pekarangan Vihara)



(Pelepasan ikan lele di Kali dekat Vihara)

Setelah pelepasan hewan selesai dilakukan, panitia acara dan para peserta makan siang dan istirahat, setelah itu dilanjutkan dengan melakukan Puja Bakti dan Dhammasana oleh Bhikkhu Subhakar. Setelah Puja Bakti selesai panitia dan peserta melakukan foto bersama. Kemudian panitia dan peserta berpamitan dengan vihara dan melanjutkan perjalanan kembali ke Kampus Trisakti School of Management untuk melakukan evaluasi acara. Semoga dengan suksesnya acara Fang Shen kali ini akan memberikan manfaat yang baik bagi kita semua yang telah melakukan kebajikan.



(Dhammasana oleh Bhikkhu Subhakar)

UKKB Leadership Camp: "Courage to be a Leader"

UKKB Leadership Camp (ULC) adalah kegiatan rutin yang diadakan oleh Unit Kegiatan Kerohanian Buddha Dhammasena Trisakti School of Management setiap tahunnya. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan rasa kekeluargaan, keakraban, dan juga jiwa kepemimpinan dari para peserta.



Pada hari pertama, acara dimulai dengan perkenalan peserta, pembagian kelompok dan dilanjutkan dengan kata sambutan oleh ketua panitia pelaksana, Hadi Sebastian dilanjutkan oleh Wakil Ketua Umum UKKB, Claudia Erika dan sambutan oleh Alumni Dhammasena, Anastasia Sandi Lim. Kemudian acara dilanjutkan dengan melakukan Kebaktian dan mendengarkan Dhammasana oleh Bhante Kamsai Sumano Mahathera. Setelah itu Bhante Kamsai Sumano Mahathera mengajari para peserta untuk melakukan meditasi kesehatan. Malam hari acara diisi dengan perkenalan panitia

beserta tanggung jawab di dalam kepengurusan Dhammasena Trisakti School of Management serta diakhiri dengan games yang berupa quiz.



Pada hari kedua diawali dengan sarapan dan kebaktian. Setelah kebaktian para peserta diberi waktu untuk membuat *ye-ye*, acara dilanjutkan dengan games-games yang sangat seru. Dilanjutkan acara motivasi oleh Roby Oktober yang berlangsung selama tiga jam. Peserta diberikan bekal tentang bagaimana sebagai seorang Pemimpin, menghadapi orang lain serta cara berhubungan dengan yang lain. Acara dilanjutkan dengan games dimana tiap kelompok membuat persembahan sebagai hadiah ulang tahun untuk Dhammasena dilanjutkan dengan perayaan ulang tahun Dhammasena serta foto-foto bersama. Setelah itu peserta diberikan waktu untuk mandi dan makan malam. Kemudian acara dilanjutkan kembali dengan game proposal dimana program kerja baru yang ingin mereka adakan dipresentasikan ke pengurus dan alumni yang hadir. Selesai melakukan games para peserta diberikan waktu untuk tidur.



Pada hari ketiga jam 02.00 subuh para peserta dibangunkan untuk melaksanakan jerit malam. Pada game jerit malam ini terdapat 11 pos dimana setiap kelompok diwajibkan untuk melewati semua pos. Semua game ini bertujuan untuk melatih kekompakan dan keberanian peserta. Jerit malam selesai, peserta dapat melanjutkan untuk tidur. Jam 10.00 pagi para peserta bangun untuk melakukan kebaktian. Setelah kebaktian selesai saatnya untuk melanjutkan games. Kemudian para panitia dan peserta semua berkumpul di halaman villa mengelilingi api unggun memberikan persembahan berupa drama dan menyanyikan lagu serta sharing kesan dan pesan tentang pengalaman yang telah dilewati selama 3 hari ini. Selesai kesan dan pesan, acara api unggun diakhiri dengan kembang api yang telah disiapkan oleh panitia.



Hari keempat diawali dengan sarapan dan kebaktian bersama, Dilanjutkan dengan pengumuman pemenang dan pembagian hadiah, Setelah pembagian hadiah selesai panitia dan peserta semua berfoto bersama sebagai kenangan ULC 2013. Setelah itu semua panitia dan peserta melakukan perjalanan kembali ke kampus Trisakti School of Management, sehingga menandakan acara UKKB Leadership Camp 2013 telah berakhir. Semoga dengan suksesnya acara ini dapat mempererat rasa persatuan dan kesatuan serta kekeluargaan para peserta dan panitia sebagai Prajurit Dhamma.

Fight For the Future

-Dhammayatha-
Dhammasena STPT 2013

Dhammayatha adalah salah satu program kerja yang rutin dilaksanakan oleh Dhammasena Sekolah Tinggi Pariwisata Trisakti. Acara ini bertujuan untuk menyambut anggota-anggota baru Dhammasena dari angkatan 2013 dan mempererat tali persaudaraan di antara masing-masing anggota Dhammasena, yang kerap kali kami selalu mengundang saudara-saudara se-dhamma dari Universitas Trisakti maupun Trisakti School of Management.

Tahun ini, dhammayatha kami adakan pada 15 November 2013 di Villa Padepokan Karangtumaritis, Lembang, Bandung. Tidak seperti pada tahun-tahun sebelumnya, kami selalu berinovasi dan membuat hal-hal baru untuk menyambut anggota-anggota baru keluarga Dhammasena. Sesuai dengan tema yang kami



Foto bersama peserta dan panitia

angkat "Fight for The Future" kami berharap agar anggota-anggota baru 2013 memiliki karakter yang mampu berkembang lebih baik lagi sesuai dengan ajaran dhamma.

Karakter mereka kami bangun melalui berbagai macam games-games yang sudah kami kemas menjadi satu rangkaian team building. Sikap saling membantu, kerjasama, dan respect yang kami tonjolkan pada beberapa games yang telah kami siapkan. Tidak hanya itu, kami tentu tidak meninggalkan unsur keagamaan dari acara ini. Kami beribadah dan melakukan sharing akan ajaran sang Buddha di dalam Vihara Vhipasana Graha. Selain menambah pengetahuan mengenai ajaran sang Buddha, peserta pun banyak yang terinspirasi untuk membuat rencana yang lebih baik untuk kemudian harinya. (chr)

(Photography by : Ricky Halim)



Keseruan peserta saat bermain games 'wet me'



LOMBA CIPTA DAN PENYANYI LAGU BUDDHIS NASIONAL 2014

“UNIVERSAL UNTUK HARMONI”

Total Hadiah
Lebih dari
100 Juta



Board of Judges



Imee Ooi
(tentative)



Prasadja Budidharma
(Krakatau Band)



Trie Utami
(Krakatau Band)

Semifinal 25 Oktober 2014

(Tentative)

Final 6 Desember 2014

ICC Mega Glodok Kemayoran, Jakarta

Audisi

Palembang	: 12 - 16 Juli
Lampung	: 19 - 23 Juli
Surabaya	: 9 - 13 Agustus
Makasar	: 16 - 20 Agustus
Yogyakarta	: 23 - 27 Agustus
Pontianak	: 30 Agustus - 3 Sept.
Medan	: 6 - 10 September
Jakarta	: 13 - 17 September

Organized by:



Supported by:



Info Pendaftaran

Sekretariat Panitia LCPLBN 2014
Telp. 021 293 796 81
HP 0822 1668 9973
PIN 2930C4B0
lombalagubuddhis.wordpress.com



Pekan Penghayatan Dhamma (PPD) XXIX “Your Mind Creates Yourself”

Pekan Penghayatan Dhamma (PPD) adalah kegiatan yang rutin diadakan setiap tahunnya oleh Unit Kerohanian Buddha Dhammasena Universitas Trisakti sebagai wadah untuk mendalami dan mempraktekkan Buddha Dhamma.

Kegiatan PPD tahun ini dilaksanakan pada 23 sampai 30 Desember 2013, bertempat di Chan Forest Retreat Center, Mega Mendung, Puncak. Konsep kegiatan ini adalah “Berkesadaran Melalui Meditasi”. Sebagai pembimbing adalah Lama Norbu & Lama Osel (Tergar Meditation Center) serta Y.M. Bhante Gunasiri. Kegiatan ini diikuti 23 peserta.

Pada tanggal 23 Desember 2013 sekitar jam 14.00, rombongan peserta bergerak menuju Chan Forest Retreat Center, Mega Mendung, Puncak dari Jakarta menggunakan bus Universitas Trisakti. Sesampainya di lokasi acara, peserta dibagi berdasarkan kamar.



Sesi penjelasan modul oleh Tergar



Sesi meditasi

Di awal kegiatan ini, pada tanggal 23 dan 24 Desember 2013 diadakan perayaan 29th Anniversary of Dhammasena. Acara tersebut diisi dengan permainan-permainan seru, perenungan perjalanan Dhammasena Trisakti dari tahun ke tahun, perayaan dan pemotongan kue ulang tahun Dhammasena Trisakti.

Kegiatan PPD diawali dengan senam bersama dan dilanjutkan dengan doa pengambilan 8 sila buddhis (Atthasila) yang dilakukan setiap pagi hari selama PPD setelah matahari terbit.

Ketika selesai pengambilan Atthasila, pembimbing mulai memberikan ajaran Sang Buddha mengenai meditasi. Meditasi yang diajarkan oleh Lama Osel tersebut dinamakan "Joy Of Living". Di dalam "Joy Of Living" terdapat 12 modul mengenai beragam cara bermeditasi.

Setiap malamnya pada kegiatan PPD ini dilakukan juga doa puja 21 Tara yang dipimpin oleh Lama Norbu sebelum peserta beristirahat untuk tidur. Y.M. Bhante Gunasiri memberikan pengenalan tentang meditasi yang langsung segera dipraktikkan selama beberapa jam. Untuk memberikan praktek meditasi secara disiplin setiap harinya. Para peserta diajak untuk tetap memiliki



Meditasi duduk



Meditasi berdiri



Foto bersama dengan Y. M. Bhante Gunasiri



Meditasi Jalan



Sesi Yoga



Penjelasan oleh Lama Norbu



Foto bersama pembimbing dari Tergar Meditation Center

kesadaran tiap melakukan segala macam aktivitas. Pada sesi PPD yang dibimbing oleh Y.M. Bhante Gunasiri, setiap malamnya para peserta memanjatkan paritta Metta Chanting yang dipimpin beliau sebelum peserta tidur.

Pada tanggal 29 Desember 2013 sekitar jam 19.30, para peserta melakukan doa pengambilan 5 sila buddhis (Pancasila) kembali, diskusi Dhamma, dan melakukan foto bersama-sama dengan Y.M. Bhante Gunasiri sebelum beliau meninggalkan tempat PPD tersebut

Setelah itu, para peserta mengadakan kegiatan makan bersama sambil memberikan kesan dan pesan selama mengikuti PPD ini. Para peserta banyak yang mengatakan bahwa mendapatkan hasil yang positif setelah mengikuti kegiatan PPD ini.

Dan, akhirnya pada tanggal 30 Desember 2013 kegiatan Pekan Penghayatan Dhamma (PPD) ke-29 Unit Kerohanian Buddha Dhammasena Universitas Trisakti telah selesai diselenggarakan. Sekitar jam 08.00 para peserta pun pergi meninggalkan Chan Forest Retreat Center dan sampai di Jakarta kembali sekitar jam 11.00 dengan selamat. Semoga kegiatan ini memberi hasil positif bagi para peserta, sampai jumpa di Pekan Penghayatan Dhamma tahun depan!

29th Dhammasena Anniversary

- One Big Family -

29th anniversary of Dhammasena adalah momen yang ditunggu-tunggu oleh keluarga besar Dhammasena. Setelah setahun anggota Dhammasena saling menjaga satu dengan lainnya, saling membimbing, dan menjalani setiap kegiatan dengan penuh semangat. Semangat tersebut yang menyadarkan bahwa Dhammasena bukan hanya sekedar Unit kegiatan mahasiswa biasa tapi merupakan suatu keluarga. Hal ini lah yang mendasari pengambilan tema 29th anniversary of Dhammasena yaitu "One Big Family" .

Pelaksanaan 29th anniversary of Dhammasena pada tahun ini bertempat di Chan Forest, Mega Mendung dan diselenggarakan selama dua hari yaitu 24-25 Desember 2013. Dengan acara yang santai dan menyenangkan, 29th anniversary of Dhammasena mampu menghadirkan kehangatan diantara peserta yang hadir. Beberapa games seperti tukar kado, step up serta lainnya mampu menyingkap talenta dan potensi terpendam dari setiap anggota Dhammasena.

Pada tahun ini beberapa kegiatan baru seperti "wishing lantern" dan "wishing cake" menjadi media doa dan pengharapan untuk perkembangan keluarga Dhammasena.

Sungguh merupakan momen yang luar biasa, tawa dan canda mewarnai 29th Anniversary of Dhammasena ini. Pada akhirnya tulisan ini harus diakhiri dan sesuatu yang baru harus dimulai lagi. Maju terus keluarga Dhammasena! Jaya selalu!

"DHAMMASENA.. One Big Family.."



YOUR BLOOD IS A NEW HOPE

Pada umumnya orang takut untuk donor darah dengan berbagai alasan, contohnya takut sakit, takut karena jarumnya terlalu besar, takut pingsan, trauma melihat darah dan berbagai macam alasan lainnya yang terkadang tidak masuk akal.

Padahal donor darah memiliki manfaat yang sangat baik untuk kesehatan tubuh kita. Dengan donor darah kita dapat mengetahui golongan darah, tekanan darah, kandungan hemoglobin dalam darah kita dan secara tidak langsung kita ikut berpartisipasi dalam menyelamatkan orang lain yang kekurangan darah.

Manfaat lain diantaranya menjaga kesehatan jantung, meningkatkan produksi sel darah merah, bagi yang sedang menjalani program diet donor darah dapat membantu penurunan berat badan dan masih banyak lagi manfaat dari donor darah.

Manfaat-manfaat tersebut lah yang didapat para pendonor pada acara aksi sosial donor darah bertema "Your Blood is a New Hope" yang diadakan UKMKB Dhammasena Trisaktibekerja sama dengan pihak Palang Merah Indonesia di Unit Donor Darah Palang Merah Indonesia Gedung C Kampus A Universitas Trisakti.





**Palang
Merah
Indonesia**

Kegiatan yang dilaksanakan tanggal 6 hingga 10 Januari 2014 ini disambut baik warga kampus Universitas Trisakti maupun masyarakat dari luar, hal ini terbukti dengan hadirnya 121 partisipan yang memiliki niat baik berbagi harapan dengan sesama.

Namun sayang banyak peserta yang niat baiknya tidak kesampaian karena darahnya tidak memenuhi standar yang ditentukan pihak PMI.

Dalam kegiatan ini jumlah pendonor dibanding hari biasa meningkat hampir dua kali lipat, menurut petugas harian di UDD PMI Trisakti.

Semoga manfaat yang didapat melalui kegiatan ini dapat mendorong warga kampus Universitas Trisakti untuk berbagi harapan dengan sesama yang membutuhkan.



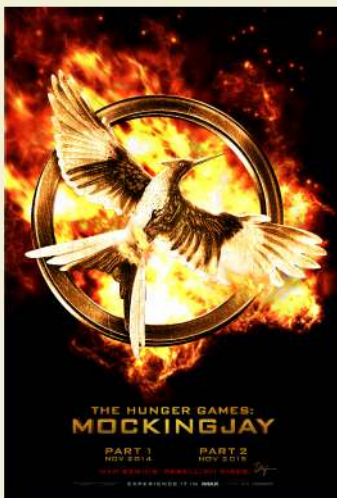
2014 most anticipated

MOVIES



Transcendence

Dr. Will Caster (Johnny Depp) mengembangkan sebuah teknologi komputer yang sangat canggih dan mampu melampaui otak manusia. Ia menjadi terkenal karena penelitiannya ini, namun hal ini juga menjadikannya target ekstrimis anti-teknologi. Setelah acara seminarnya, Dr. Will Caster ditembak oleh salah satu aktifis dan kini dirinya sekarat. Istri dan sahabatnya memutuskan untuk mentransfer isi otak Dr. Will ke dalam teknologi yang ia ciptakan. Namun, tindakan ini malah menimbulkan malapetaka. Will berusaha menguasai semua teknologi manusia dan tak bisa dikendalikan. Ia menimbulkan kekacauan dimana-mana. Apakah yang akan terjadi selanjutnya pada teknologi Dr. Will Caster ini?



Hunger Games

Revolusi terhadap Capitol dimulai! setelah diculik di Quarter Quell, kini Katniss bergabung bersama pemberontak lain di Distrik 13. Bagaimana langkah mereka menjatuhkan Capitol dan Presiden Snow?



Godzilla

Sseekor hewan raksasa paling terkenal di dunia, Godzilla telah terlahir kembali ke dunia dan membawa kerusakan yang luar biasa di kota-kota yang ia lalui.

The Amazing Spiderman 2: Rise of Electro



Tradisi dalam Spider-man: film baru berarti musuh baru dan cerita baru antara Peter Parker, Gwen Stacy dan Harry Osborn. Dalam film kali ini Spider-man akan dihadapkan pada Elektro, musuh yang mampu mengendalikan listrik. Sedikit bocoran, rahasia akan ayah Peter Parker akan sedikit terjawab dalam film kali ini.

BASED ON THE MARVEL COMIC BOOK

GUARDIANS OF THE GALAXY

8.1.14

Guardian of the Galaxy

Jika The Avengers adalah sekumpulan superhero Marvel berdomisili di bumi, Guardians of the Galaxy adalah sekumpulan superhero Marvel yang berbasis di luar bumi. Masih ingat Thanos yang muncul di post-credit film Avengers? Anak Thanos yang bernama Gamora adalah seorang anggota Guardians of the Galaxy.. Mungkinkah film ini berkaitan dengan seri Avengers? Mari kita tunggu filmnya.



The Raid 2

Sekuel dari film tanah air yang sukses meraih banyak penghargaan lokal maupun internasional dua tahun lalu, The Raid: Redemption. Masih dengan Rama sebagai tokoh utama, kini menyamar dan menyusup ke dalam sindikat kriminal berbahaya Jakarta untuk menjatuhkan sindikat tersebut dan mengungkap korupsi di badan kepolisian. A must see for action lovers!



The Rio 2

Jewel, Blu dan ketiga anaknya meninggalkan kota Rio de Janeiro dan berpetualang menuju hutan Amazon. Disana mereka bertemu berbagai karakter baru yang ramah maupun yang jahat.



Captain America: The Winter Soldier



Setelah kejadian dalam film The Avengers, Steve Rogers hidup tenang di Washington DC. Hingga suatu ketika ia harus menyesuaikan diri dengan perannya di dunia modern dan datangnya musuh superhuman dari Rusia, The Winter Soldier.



Robocop

Masih ingat dengan RoboCop? Humanoid pembasmi kejahatan itu kini kembali dengan tampilan baru. Berkisah tentang polisi bernama Alex Murphy yang sekarat dan dijadikan humanoid agar dapat selamat, hidup bagaimana yang harus dihadapinya setelah menjadi RoboCop?



The Grand Budapest Hotel

Berkisah tentang seorang pelayan di sebuah hotel terkenal di Eropa bersama dengan anak didiknya dan petualangan mereka dalam pencurian dan pemulihan sebuah lukisan dan pertempuran untuk memperebutkan harta keluarga.

The Hobbit: There and Back Again

Kelanjutan kisah petualangan Bilbo Baggins bersama Gandalf dan 13 dwarfs yang dipimpin Thorin Oakenshield untuk merebut kembali Lonely Mountain dari tangan Smaug sang naga.



Fast Seven

Film ketujuh dalam franchise Fast & Furious ini menceritakan petualangan Dominic Toretto dan geng mobilnya (minus Paul Walker alias Brian O'Conner T.T) dalam menghadapi Ian Shaw, kakak dari Owen Shaw yang dikalahkan pada film sebelumnya. Ian yang tidak terima atas kematian adiknya menuntut balas. Semoga dengan absennya Paul Walker tidak menghilangkan serunya film ini.



Transformers: Age of Extinction

Berlokasi di China dan tidak lagi menyorot Sam Witwicky sebagai tokoh utama, dilengkapi kendaraan-kendaraan baru nan keren serta munculnya Dinobots! Sekuel keempat dari seri Transformers ini tidak boleh dilewatkan!

Sang Pemancing



TERGANTUNG

Di suatu pulau yang terkenal keindahan pantainya, diadakan kompetisi memancing. Hadiah uang yang diperebutkan cukup menarik penduduk sekitar dan para wisatawan yang ada di sana. Hadiah itu diperuntukkan bagi peserta yang dapat menangkap ikan yang terbesar dan terbanyak sepanjang kompetisi itu berlangsung.

Ada tiga pemuda yang bersahabat dan sedang berwisata di sana berminat mengikuti kompetisi. Segeralah mereka menyiapkan peralatan dan perbekalannya masing-masing.

Waktu berkompertisi tiba, ketiga pemuda itu memilih untuk berada dalam satu kapal karena persahabatan mereka. Pemuda pertama memilih berada di sisi kanan kapal, pemuda kedua di sisi kiri dan pemuda ketiga di buritan. Kapal dinakhodai oleh penduduk setempat yang mengetahui daerah-daerah yang banyak ikannya. Oleh nakhoda tersebut kapal diarahkan pada rute-rute yang menarik pemandangan alamnya.

Pemuda **pertama** begitu serius memancing hingga tak menyadari bahwa kapal baru saja melewati palung dan gunung laut yang indah, ikan-ikan terbang dan lumba-lumba yang berlompatan. Berjalannya Waktu, strike pertama ia dapatkan. Strike berikutnya saling susul menyusul dan pada akhirnya banyak ikan yang ia dapatkan meski bukan yang terbesar.

Pemuda yang **kedua** sibuk mencari posisi duduk yang teraman karena tiap kapal terguncang oleh ombak yang besar maka air pun membasahi bajunya. Hingga di tengah perjalanan akhirnya ia mendapatkan tempat teraman di belakang nakhoda namun umpan pancingnya hanya sekali disambar oleh ikan hingga waktu kompetisi berakhir.

Pemuda **ketiga** juga memasang pancingnya di buritan kapal. Namun saat kapal melewati palung dan gunung laut maka ia segera berfoto bersama beberapa kru kapal, begitu pula ketika lumba-lumba berlompatan di dekat kapal ia pun segera mendekati sisi kapal yang terdekat, hingga bajunya basah namun tidak ia hiraukan karena tenggelam dalam rasa kagum. Kadang umpan pancingnya disambar meski tak semua dapat diselesaikannya dengan baik. Pada akhir kompetisi, ia mendapatkan beberapa ikan yang kemudian dibagi-bagikannya pada kru kapal sesuai penimbangan.

Ketiga pemuda yang bersahabat akhirnya menyelesaikan kompetisi memancing. Pemuda pertama memenangkan kompetisi kategori pemancing yang mendapatkan ikan paling banyak dan merekapun kembali ke rumahnya masing-masing dengan membawa cerita dan kesan yang berbeda-beda.

Hidup seperti ketiga pemancing itu, kadang kita menjalani hidup kita seperti pemancing pertama, kedua ataupun ketiga. Kitalah yang memilih hidup kita ingin seperti apa dan bagaimana. Namun apakah kita sudah bahagia? Bahagia seperti apa?





UPCOMING EVENT

DHAMMATALK 2014

Tahun ini, Dhammasena Trisakti kembali mengadakan acara dhammatalk dengan tema “White Heart, White Life”. Pembicara yang diundang kali ini pun sangat menarik dan sudah tak asing bagi publik. Siapa saja kah mereka?



DANAI CHANCHAOCHAI

Mr. Danai yang berasal dari Thailand adalah seorang pelopor penerapan Dharma modern dalam

organisasi di kehidupan sehari-hari. Beliau juga juga seorang pembicara dan penulis beberapa buku best seller seperti “White Ocean Strategy. Ia menjabat sebagai CEO DC Consultants and Marketing Communications Ltd. President and Founder of D Ambassador Office, President of Do D Foundation, dan Vice President of Palliative Care Thailand Foundation. Beliau telah memberikan banyak ceramah di negara asalnya maupun di tingkat internasional khususnya di Indonesia pada even Buddhist Festival 2013 tahun lalu di Surabaya.



PONIJAN LIAW

Seorang public speaker dan ‘Komunikator No.1 Indonesia’. Beliau telah menjadi seorang pembicara untuk berbagai seminar dan

training di berbagai tempat. Beliau juga telah mendirikan pusat pengembangan diri manusia yang bernama The Energetic People Development Center, dengan moto “Improving life with you” dimana seminar dan training secara rutin diadakan disana. Selain menjadi penulis, profesi yang tetap beliau tekuni hingga saat ini adalah presenter radio, pembicara publik, trainer, dosen tamu di beberapa universitas di Jakarta, dan penulis artikel di beberapa koran. sebagai komunikator No. 1, ceramah dari beliau tentunya akan menginspirasi kita semua.

Acara ini diselenggarakan secara GRATIS! Pastikan anda tidak melewatkan kesempatan yang berharga ini.

BUDDHISME DI MATA PARA ILMUWAN

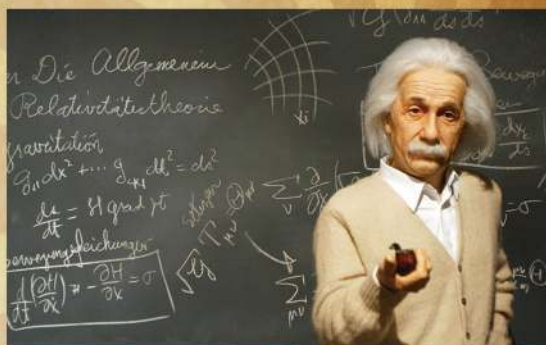
Apakah arti Ajaran Buddha bagi kaum intelektual? Mengapa belakangan ini ada tren pindah kepercayaan dan apa alasan tren meningkatnya jumlah pengikut sang Buddha? Inilah kata para ilmuwan tersohor mengenai Buddhisme:

Albert Einstein

Fisikawan Tersohor Sepanjang Abad

"Agama masa depan adalah suatu agama semesta, yaitu agama yang melampaui konsep/doktrin tentang Tuhan sebagai pribadi, serta menghindari dogma dan teologi. Agama haruslah berdasarkan pengertian keagamaan yang muncul dari pengalaman akan segala hal, baik yang bersifat alami atau batiniah, yang merupakan satu kesatuan yang sangat berarti. Buddhisme menjawab gambaran tersebut... Seandainya ada agama yang dapat memenuhi kebutuhan ilmu pengetahuan modern, maka hal itu adalah agama Buddha"

Albert Einstein merupakan seorang fisikawan yang punya reputasi kelas dunia karena hasil penelitian fisiknya yakni "Realitas Universal" serta penemuan hukum alamnya. Apa yang ditemukan oleh Einstein sulit diterima dan dijangkau oleh para ilmuwan pada saat itu bahkan 70 tahun setelah itu. Teks apresiasi Einstein terhadap ajaran Buddha di atas disampaikan pada saat ceramahnya tentang "Science and Religion" di Princetown, New Jersey, Amerika Serikat pada tanggal 19 Mei 1939. (Silahkan saja browsing).



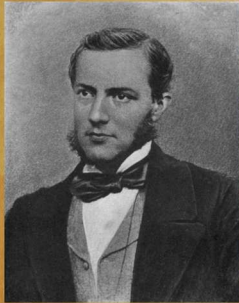
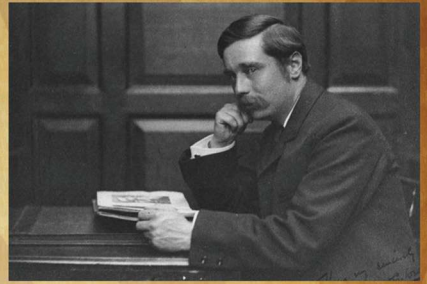
Einstein memiliki pemikiran seperti itu, karena ajaran Buddha melampaui dualisme baik-buruk, sehat-sakit, mati-hidup dan dari ajaran dengan dasar pengetahuan sederhana hingga ajaran dengan pengetahuan tertinggi yang tidak bisa dicerna dengan pemikiran biasa, tetapi melalui 'inspirasi dan pengalaman' meditasi.

Sebelumnya, pada tahun 1905, Einstein juga menyatakan:

"Rasa keagamaan kosmik merupakan dorongan paling kuat dan paling mulia terhadap penelitian ilmiah. Agama Buddha, seperti yang kita pelajari dari tulisan Schopenhauer yang mengagumkan, mengandung unsur tersebut jauh lebih kuat dibanding agama lainnya."

H.G.Wells (1866-1946)
Jurnalists dan Penasihat Inggris

"Buddhis telah memberikan sesuatu yang lebih untuk kemajuan peradaban dan kebudayaan manusia, dibandingkan dengan ajaran-ajaran lainnya dalam sejarah kehidupan manusia."

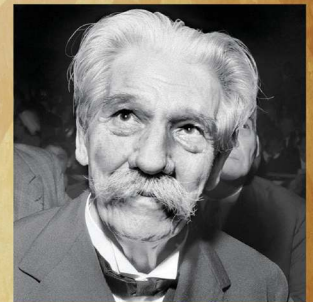


Prof. Max Muller (1823-1900)
Profesor Bidang Kehutanan Jerman dan Pengajar di Bidang Dunia Timur

"Ajaran Buddha tentang moral dan etika adalah ajaran moralitas yang paling sempurna yang pernah ada, dan dikenal di dunia ini!"

Albert Schweitzer (1875-1964)
Doctor dan Pengajar Studi Agama di Perancis

"Buddha mengajarkan tentang kesunyataan, artinya kebenaran yang memiliki nilai abadi dan universal. Beliau telah membuat etika, tidak hanya dari India, tapi dari manusia yang telah sempurna. Buddha menjadi yang terbaik di antara manusia yang telah maju dalam bidang etika di dunia."



Andas Hacklee (1894-19630)

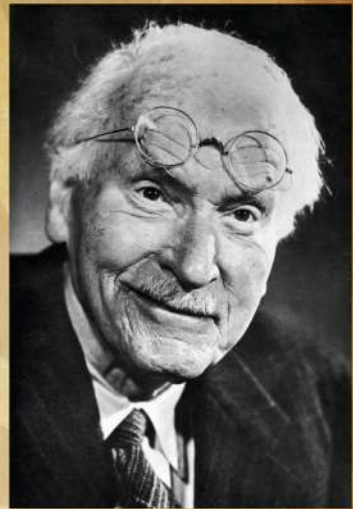
"Di antara agama-agama besar, hanya agama Buddha yang mengajarkan penganutnya tanpa merugikan, menghina, merusak orang lain. Dari semua aspek-aspek ini membuktikan bahwa agama Buddha mempunyai sistem kemasyarakatan yang lebih unggul dari ajaran-ajaran agama lainnya"

Dr. C.G. Jung (1875-1961)

Pengajar Studi Perbandingan Agama

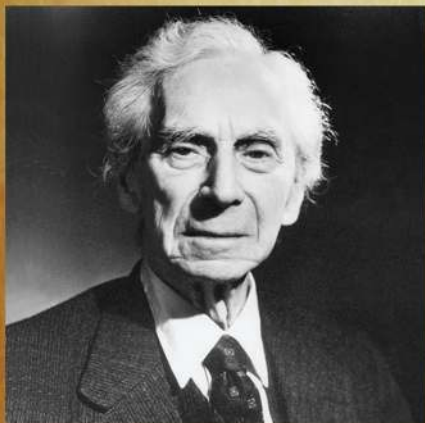
Dr. C. G. Jung adalah seorang pengajar Studi Perbandingan Agama, beliau menyatakan bahwa:

"Saya yakin bahwa agama yang sangat sempurna dari semua agama yang pernah dikenal dan dipelajarinya di dunia. Filosofi dari Buddha tentang teori perkembangan (evolusi) dan 'Hukum Karma' sangat besar pengaruhnya, melebihi agama yang lain, juga sangat berbeda dengan doktrin-doktrin agama lain"



Bertrand Russel (1872-1961)

Filosofis, Penulis dan Pemfotes Senjata Nuklir dari Inggris



"Agama Buddha merangkul filosofi dalam sistem kebenaran, sejalan dengan ilmu pengetahuan. Agama Buddha mendukung metode dari ilmu pengetahuan dan dapat terus mencakup metode-metode tersebut hingga yang paling mutakhir sekalipun. Jadi dapat diterangkan bahwa agama Buddha dapat ditemukan jawaban yang memuaskan mengenai apakah pikiran itu dan apakah material itu? Mana yang lebih penting antara pikiran dan material?..."

Sumber: <http://buddhisme.wordpress.com>

FLASH NEWS

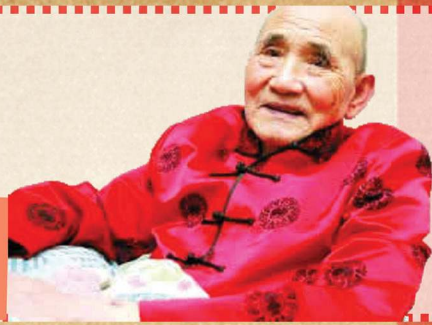
The Dalai Lama has joined Instagram



His Holiness the Dalai Lama is now on Instagram. Tibet's spiritual leader joined the popular image-sharing site on February 1, 2014, and has already racked up over 40,000 followers.

BAI FANG LI

ORANG MISKIN YANG KAYA



Namanya Bai Fang Li, seorang tukang becak miskin yang sepanjang hidupnya dihabiskan dengan menarik becak, mengantarkan orang-orang yang butuh jasanya ke mana saja mereka inginkan dengan imbalan ala kadarnya.

Tubuhnya kurus kecil, bahkan tampak tidak sebanding dengan becak yang dikayuhnya 365 hari setahun dari pukul enam pagi hingga delapan malam. Semangat kerja dan senyum tidak pernah hilang dari wajahnya walaupun panas membakar kulit ataupun kala dingin menusuk tulang, itulah yang membuatnya disenangi pelanggan-pelanggannya.

Dengan kerja kerasnya tersebut, Bai Fang Li bukan merupakan orang kaya. Ia hanya tinggal di sebuah gubuk tua kecil yang ia sewa harian di sebuah daerah kumuh. Ia beristirahat di tikar tua yang berlubang-lubang, jika kedinginan hanya dilindungi selimut tua yang penuh tambalan, menu makan siang adalah dua roti kismis

Bai Fang Li tinggal sendirian di dalam gubuknya, tidak ada yang tahu apakah ia memiliki saudara atau tidak. Namun sepertinya ia tidak pernah merasa kesepian karena ia disenangi banyak orang, ia disenangi karena sifatnya yang murah hati dan suka menolong dengan ikhlas rela.

Sebenarnya hasil kerja kerasnya setiap hari mampu memberikannya tempat tinggal dan makanan yang lebih layak, namun ia tidak melakukan hal tersebut karena semua hasil kerja kerasnya ia sumbangkan ke yayasan yang merawat dan menyantuni anak-anak yatim piatu serta sekolah-sekolah yang membantu anak miskin di Tianjin.



"Hobi" berbaginya dimulai oleh pengalaman suatu ketika ia beristirahat dari mengantar pelanggannya, ia mengenal seorang anak yatim piatu yang sedang bekerja keras agar bisa memberi dua orang adiknya makanan layak sedangkan sang anak tadi tidak menikmati sedikit pun hasil pekerjaannya dan malah mengais makanan dari sampah.



Bai Fang Li yang prihatin pun membawa ketiga anak malang tadi ke panti asuhan dan berjanji akan memberi hasil kerja kerasnya untuk anak-anak yatim piatu dan kurang beruntung lain agar mereka dapat mendapatkan perawatan dan pendidikan yang layak. Semenjak itulah ia mulai bekerja keras dan mendonasikan semua hasil pekerjaannya pada teman-teman kecilnya.

Jika ada yang bertanya mengapa ia mau melakukan pengorbanan sebesar itu tanpa memerhatikan dirinya sendiri, ia selalu berkata "Tidak apa-apa saya menderita, yang penting biarlah anak-anak yang miskin itu dapat makanan yang layak dan dapat bersekolah. Dan saya bahagia melakukan semua ini...,"

Kira-kira dua puluh tahun lamanya Bai Fang Li berbagi bersama anak-anak yatim piatu, ia menyerahkan tabungan terakhirnya sebesar RMB 500 di usia 90 tahun kepada sekolah Yao Hua. Bai Fang Li berkata "Saya sudah tidak dapat mengayuh becak lagi. Saya tidak dapat menyumbang lagi. Ini mungkin uang terakhir yang dapat saya sumbangkan....," katanya dengan sendu, yang membuat guru-guru di sekolah tersebut menangis.

Bai Fang Li wafat pada usia 93 tahun, ia meninggal dalam kemiskinan. Meskipun begitu, dia telah menyumbangkan uang sebesar RMB 350.000 sepanjang hidupnya (kurs 2000, setara 700 juta rupiah) yang dia berikan kepada Yayasan yatim piatu dan sekolah-sekolah di Tianjin untuk menolong anak-anak miskin yang kurang beruntung.

mochi mochi

MOCHI TRADISIONAL TAIWAN
50 灣傳統麻糬



021 - 36000757

Tes Kepribadian

[berdasarkan]

sikap & tindakan

Isilah beberapa pertanyaan dibawah ini, Anda bisa menulis jawaban anda atau dapat mengingat jawaban Anda. Ini hanya permainan belaka, jadi have fun guys :))

1 Jika anda memilih anda lebih sayang kepada :
a. Orang tua
b. Pacar
c. Teman

2 Jika anda menyukai seseorang, lalu anda mengajak dia berbicara, apa yang anda lakukan :
a. Memandang ke matanya
b. Menundukkan kepala
c. Mengarahkan pandangan ke arah lain

3 Anda lebih memilih :
a. Api
b. Air
c. Angin

4 Apabila anda menyukai seseorang, dan orang tersebut berbicara kepada Anda, sikap Anda akan :
a. Berbicara dengan perasaan gugup
b. Berbicara dengan lancar
c. Berbicara dengan nada sedikit manja

5 Jika anda mengendarai sebuah mobil keren dan sangat mahal anda akan :
a. Membawanya dengan kecepatan sedang
b. Membawanya dengan ngebut
c. Membawanya dengan sangat pelan

6 Jika anda sedang marah apa yang anda lakukan ?
a. Makan sebanyak mungkin
b. Menyendiri dan mengintropeksi diri
c. Menangis dan meluapkan perasaan anda kepada orang lain

7 Jika anda di berikan sebuah tugas, Anda akan :
a. Mengerjakan bagian yang termudah dulu
b. Menyontek hasil teman anda
c. Mengerjakan bagian yang tersulit dulu

8 Jika Anda berada di sebuah kelompok anda memilih untuk menjadi :
a. Anggota kelompok saja
b. Sekretaris
c. Pimpinan

9 Anda lebih unggul di bidang :
a. Perhitungan
b. Menghafal
c. Seni

10 Apa yang anda lakukan jika seseorang mengendarai mobilnya dan menyipratkan air yang ada di pinggir jalan :
a. Memaki-maki orang itu
b. Membeli baju baru
c. Bersembunyi karena takut menjadi pusat perhatian

check
out
the
answer

Jika jawaban anda:

- 1
 - a. Anda orang yang sangat memperhatikan diri Keluarga anda dan sangat sayang kepada mereka
 - b. Anda hanya memikirkan orang yang anda cintai dan anda sangat sulit untuk melepaskannya
 - c. Anda orang yang cenderung suka bersosialisasi kepada teman-teman anda
- 2
 - a. Anda adalah orang yang pemberani dan cenderung dapat menyembunyikan perasaan anda terhadap seseorang yang anda sukai
 - b. Anda orang yang pemalu dan gugup dan cenderung ceroboh dalam bertindak.
 - c. Anda orang yang sangat pesimis terhadap suatu hal
- 3
 - a. Anda orang yang memiliki semangat yang besar tetapi memiliki emosi yang meledak-ledak
 - b. Anda orang yang santai dan cenderung lembut namun sangat dingin pada orang lain
 - c. Anda orang yang easy going dan orang yang ceria sehingga disukai oleh teman-teman anda
- 4
 - a. Anda orang yang ceroboh dan selalu memikirkan hal mengenai anda sendiri namun sangat baik dengan teman-teman anda
 - b. Anda orang yang sangat pintar menutupi perasaan anda namun cenderung cuek dengan lingkungan di sekitar anda
 - c. Anda orang yang sangat pesimis dan tidak mau mengalah tapi memiliki sikap yang lembut
- 5
 - a. Seorang yang santai akan segala hal
 - b. Selalu menggunakan emosi dalam bertindak
 - c. Orang yang sangat berhati-hati dalam bertindak
- 6
 - a. Mudah stress dengan problem yang anda temui
 - b. Orang yang cuek sehingga tidak memperhatikan keberadaan orang lain di sekitar anda
 - c. Orang yang selalu menggunakan emosi dalam bertindak dan tidak sabaran
- 7
 - a. Anda mungkin sedikit pemalas namun masih memiliki keinginan untuk mengerjakan segala hal sendiri
 - b. Orang yang tidak mempunyai motivasi, selalu mengerjakan hal secara tidak konsisten, dan cenderung masa bodoh
 - c. Memiliki ketekunan yang tinggi dan selalu mengerjakan segala hal dengan sebaik mungkin
- 8
 - a. Anda hanya ingin ikut-ikutan saja dan meniru gaya orang lain
 - b. Anda orang yang rajin
 - c. Ingin menjadi seorang yang besar dan ingin diutamakan dan memiliki kepercayaan diri yang tinggi
- 9
 - a. Anda orang yang berpikir to the point dan berbicara berdasarkan logika
 - b. Anda orang yang berbicara sedikit bertele-tele namun menyenangkan
 - c. Orang cenderung tidak mengerti apa yang anda bicarakan namun memiliki indra perasa yang peka
- 10
 - a. Orang yang cenderung emosional dalam segala hal
 - b. Orang yang dapat mengontrol perasaan mereka sebaik mungkin
 - c. Orang yang selalu menghindari akan segala kenyataan yang ada

11 Cara Memutihkan Gigi Secara Alami, Cepat dan Mudah

Merawat gigi ternyata tidak hanya dapat dilakukan dengan cara seperti menggosok gigi dengan menggunakan pasta gigi yang bermerk, tapi kita juga harus dapat menghindari kebiasaan buruk yang bisa menyebabkan gigi anda menjadi kuning.

Apa penyebab gigi Anda berwarna kuning?

Sebelum kita membahas bagaimana cara memutihkan gigi yang berwarna kuning, terlebih dahulu kita harus mengetahui hal apa saja yang bisa menyebabkan gigi kita berwarna kuning / tidak sehat, diantaranya :

- Malas menggosok gigi atau cara menggosok gigi yang tidak benar
- Sering minum kopi dan teh herbal
- Bagi anda khususnya perokok, ternyata efek nikotin membuat gigi menjadi kuning
- Pemakaian obat tetes mata secara berlebihan
- Sering mengkonsumsi minuman suplemen atau minuman penambah energi
- Memakai obat pemutih gigi yang tidak cocok, dsb.

Jika gigi anda berwarna kuning, berarti anda sering melakukan kebiasaan buruk seperti yang sudah disebutkan di atas. Nah, sekarang mari kita simak tips-tips untuk memutihkan kembali warna gigi anda.

1 MEMUTIHKAN GIGI DENGAN SIWAK



Merawat gigi juga dapat dilakukan dengan menggunakan Siwak atau miswak adalah dahan atau akar pohon yang dapat digunakan untuk membersihkan gigi, gusi dan mulut. Cara ini sudah dilakukan

kaum muslim sejak jaman dahulu untuk menjaga kebersihan dan kekuatan gigi. Semua dahan atau akar pohon bisa digunakan untuk bersiwak jika memenuhi syarat yaitulembut dan harus terjaga kebersihannya.

2 MEMUTIHKAN GIGI DENGAN JERUK



Siapa yang menyangka, kulit jeruk yang biasa kita buang begitu saja ternyata juga bermanfaat. Kulit jeruk dapat kita gunakan untuk merawat gigi. Gunakan bagian dalam kulit jeruk yang berwarna putih untuk menggosok gigi kuning anda.

Lakukan secara teratur setiap hari dan gigi akan menjadi putih secara alami dan cepat. Hati-hati bagi anda yang memiliki gigi sensitif, kandungan vitamin C yang terkandung di dalamnya tidak cocok untuk jenis gigi anda.

3 MEMUTIHKAN GIGI DENGAN ARANG

Tips memutihkan gigi selanjutnya adalah dengan menggunakan arang kayu. Cara ini memang termasuk cara yang tradisional namun ampuh menghilangkan warnakuning. Tapi Anda juga harus berhati-hati dalam memakai arang kayu, penggunaan secara berlebihan dapat merusak email gigi dan menyebabkan rasa sakit pada gigi. Jadi lakukan sewajarnya saja.



4 MEMUTIHKAN GIGI DENGAN STROBERI

Selain enak dimakan, stroberi juga berkhasiat untuk memutihkan gigi secara alami. Mengonsumsi buah-buahan dan sayuran seperti buah stroberi, apel, wortel, dan seledri juga bermanfaat sebagai bahan alami pemutih gigi. Anda tidak perlu membuat ramuan khusus, tinggal dikonsumsi seperti biasa, dan gigi anda akan terlihat sehat dan putih.



5 MEMUTIHKAN GIGI DENGAN PASTA GIGI ALAMI



Untuk membuat pasta gigi tradisional terlebih dahulu kita sediakan daun salam serta kulit jeruk kemudian jemur keduanya sampai kering. Tumbuk hingga halus lalu tambahkan air dan aduk sampai berbentuk pasta. Gunakan pasta gigi alami yang sudah Anda buat untuk menggosok gigi, ramuan ini ampuh membuat gigi terlihat lebih putih.

6 MEMUTIHKAN GIGI DENGAN LEMON



Buatlah pasta gigi yang dibuat dari bahan alami yaitu dari jus lemon yang ditambah sedikit garam. Pasta gigi alami yang satu ini dipercaya membantu memutihkan gigi anda. Tapi ingat jangan terlalu sering, karena garam dapat merusak lapisan gigi.

7 MEMUTIHKAN GIGI DENGAN BAKING SODA



tips selanjutnya yaitu menggunakan baking soda. Baking soda mampu menghilangkan noda-noda yang ada pada gigi, namun jika terlalu sering digunakan baking soda justru akan merusak lapisan alami gigi. Oleh karena itu, gunakanlah baking soda untuk memutihkan gigi maksimal 1 atau 2 kali dalam sebulan. Memutihkan gigi dengan cara yang satu ini sangatlah mudah. Anda hanya perlu mengoleskan baking soda ke seluruh permukaan gigi dan diamkan selama sekitar 10 menit. Setelah itu sikatlah gigi anda dengan pasta gigi sampai bersih.

8 BERHENTI MEROKOK



Perlu anda ketahui bahwa yang namanya rokok mengandung tar dan campuran tembakau yang menjadikan gigi berwarna kuning. Jika anda benar-benar ingin memutihkan gigi maka sebaiknya anda

berhenti merokok mulai dari sekarang. Selain dapat memutihkan gigi, merokok juga dapat membuat hidup anda lebih sehat.

9 MENGGUNAKAN BIJI PINANG



Biji buah pinang bermanfaat untuk merawat gigi. Biji buah pinang diyakini oleh masyarakat dulu dapat membantu untuk memutihkan gigi. Caranya yaitu dengan membakar biji buah pinang hingga hangus

lalu dihaluskan hingga lembut. Lalu gosokkan biji buah pinang yang telah halus tersebut ke gigi kita dengan menggunakan sabut pinang atau kain katun. Lakukan 2 minggu sekali.

Dan tunggu hasilnya.

10 MENGONSUMSI PRODUK SUSU



Tahukah anda, beberapa produk susu yang terjual di pasaran seperti keju atau jenis makanan lain (yogurt) yang mengandung kalsium yang tinggi akan sangat baik dikonsumsi untuk membantu memutihkan dan menguatkan gigi? Jadi perbanyaklah konsumsi makanan yang mengandung kalsium tinggi terutama susu.

11 MENYIKAT GIGI SECARA RUTIN



Tips terakhir, usahakan anda menyikat gigi 3x sehari, atau minimal 2x sehari yaitu pada pagi hari, siang, dan pada malam hari sebelum anda tidur, dan jangan lupa pilihlah sikat gigi yang tidak

berbahaya untuk gusi anda. Menyikat gigi yang baik minimal memerlukan waktu selama 3 menit.

Menyikat gigi juga tidak perlu keras-keras karena dapat merusak gusi anda.

MENJADI YANG SDM BERKARAKTER

Situasi dan kondisi bangsa ini semakin hari semakin tidak menentu. Banyak kaum intelek di negeri ini tapi moralitas malah merosot. Ada berbagai pendapat yang mengatakan bahwa tepuruknya bangsa ini gara-gara salahnya sistem pendidikan. Dalam kondisi seperti ini tidak selayaknya kita saling menyalahkan, namun yang terpenting adalah bagaimana mencari solusi agar pembangunan Sumber Daya Manusia sesuai dengan harapan kita..

Pendidikan pertama kali kita dapatkan dari orang tua. Orang tua adalah guru pertama sehingga jangan sekali-kali memberikan contoh yang tidak baik bagi anak. Orang tua harus memberikan contoh-contoh yang riil kepada si anak dalam hal etika, moral, agama, dan juga memberikan pengetahuan serta ketrampilan yang cukup bagi si anak. Orang tua harus dapat memahami karakter yang ada pada si anak dan potensi apa yang dapat dikembangkan. Jangan memaksakan kehendak pada anak karena hal tersebut dapat membuat anak tertekan dan mempengaruhinya mentalnya.

Di samping mendapatkan pendidikan di rumah, pendidikan juga bisa diperoleh di sekolah. Di sekolah kita akan mendapatkan pengetahuan dan pengalaman yang berharga yang merupakan bekal berguna untuk membangun peradaban bangsa ini.

Tanpa adanya pengetahuan sulit menjadi bangsa yang maju.

lihat saat ini. Pendidikan intelektual memang penting namun banyak bangsa yang mengalami kehancuran karena hanya mementingkan pendidikan intelektual dan mengabaikan pendidikan etika dan nilai-nilai agama. Dalam menyikapi hal ini tentunya harus ada keseimbangan antara pendidikan intelektual dan mental.

PENDIDIKAN BUDDHIS

Pendidikan merupakan proses pendidikan dan tata laku seseorang atau kelompok orang dalam mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran atau latihan. Dalam agama Buddha, pendidikan adalah usaha terus menerus dalam latihan untuk mendapatkan pengetahuan benar, sehingga ada perubahan sikap dan pola pikir yang mengarah kepada kebenaran.

Secara singkat pendidikan Buddhis menyangkut tiga komponen pokok, yaitu penguasaan pengetahuan secara komprehensif (pariyatti), mempraktekan apa yang telah dipelajari dan menjadikannya sebagai pedoman untuk tingkah laku sehari-hari (patipatti) dan pada akhirnya penguasaan pencapaian dari kebenaran (pavedha).

Sistem tersebut diatas sangat bagus dan sitimatis, jika sistem ini diterapkan dengan benar maka akan menghasilkan manusia-manusia yang berkualitas. Pendidikan Buddhis benar-benar mengarahkan kepada kepribadian yang positif,



bukan hanya mampu dalam hal pengetahuan, sains, dan teknologi tetapi juga mempunyai perilaku yang sesuai dengan etika dan agama serta mampu menghadapi fenomena kehidupan dengan tegar.

Dalam Mavgala Sutta ada syair yang berbunyi: “Memiliki pengetahuan dan ketrampilan, terlatih baik dalam tata susila adalah berkah utama” Dari syair tersebut jelas bahwa dalam agama Buddha, pendidikan sangat dijunjung tinggi dan pendidikan Buddhis lebih diarahkan pada pendidikan intelektual dan spiritual. Pengetahuan dan ketrampilan sangat diperlukan dalam menata kehidupan ini tetapi akan menjadi berbahaya jika tidak dibarengi dengan pendidikan spiritual karena akan menghasilkan orang-orang yang pintar tetapi tidak mempunyai moral yang akhirnya akan menghancurkan tatanan kehidupan ini.

Untuk mencapai target dalam pendidikan Buddhis, maka ada tiga aspek yang harus dikembangkan, yaitu: aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Menurut pandangan Buddhis setiap individu memiliki kemampuan kognitif (vijja), afektif (carana) dan psikomotor (kosala). Tentunya pengembangan tiga aspek ini harus dilakukan secara bersamaan sehingga nantinya akan ada keseimbangan.

1. Aspek kognitif (vijja)

Seperti yang Sang Buddha sabdakan dalam Manggala Sutta bahwa memiliki pengetahuan adalah berkah utama. Tanpa pengetahuan dapat dibaratkan orang yang tersesat di hutan tak tahu kemana harus melangkah kaki. Sebaliknya, jika kita memiliki pengetahuan, maka ada arah yang jelas untuk melangkah dan jalan keluar akan kita dapatkan. Sang Buddha tentu saja menganjurkan agar setiap orang agar setiap orang menjadi orang terpelajar, terutama dalam hal moral, intelektual dan terutama pendidikan spiritual. Kebodohan (moha) dan ketidaktahuan (avijja) merupakan akar dari semua kejahatan. Senjata yang paling ampuh untuk mengatasi adalah dengan memiliki pengetahuan yang benar.

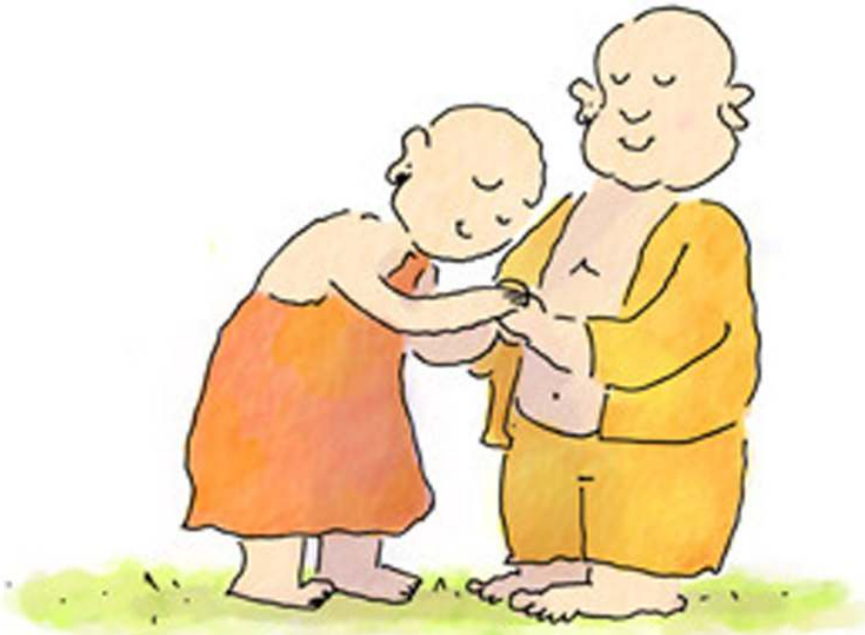
Untuk mendapatkan pengetahuan dapat ditempuh dengan tiga cara, yaitu: dengan cara belajar, membaca, mendengar (suta maya pabba), dengan cara merenung, merefleksikan suatu yang telah dipelajari (cinta maya pabba), dan dengan jalan meditasi (bhavana maya pabba). Dengan adanya pengetahuan maka kita tidak menjadi orang bodoh yang mudah diperdaya oleh nafsu keinginan kita.

2. Aspek Afektif

Untuk membangun masyarakat yang beradab dimana ketentraman dan keharmonisan dapat dirasakan diperlukan perilaku yang baik setiap individu. Seseorang yang memiliki kebajikan moral akan merasakan ketentraman, kedamaian dan kebahagiaan dan juga akan dirasakan oleh lingkungan sekitar seperti yang Sang Buddha sabdakan dalam Theragatha 612; “Kebajikan moral adalah sebagai dasar, pendahulu dan pembentuk dari semua yang baik dan indah. Oleh karena itu, hendaklah orang menyempurnakan kebaikan moral”.

3. Aspek Psikomotor

Dalam Kitab Tipitaka kita dapat menjumpai kata “aya kosalla” (keahlian untuk mengumpulkan uang), “upaya kosalla” (keahlian dalam berusaha), “manasikara kossalla” (keahlian dalam hal tujuh faktor pencerahan sempurna). Secara umum kata “kosalla” merujuk pada aktifitas intelektual dan perbuatan yang berkenaan dengan Dhamma. Dalam hal ini pendidikan dalam aspek psikomotor diarahkan untuk usaha pengembangan batin dengan mempraktekan jalan menuju pencerahan. Pengembangan aspek psikomotor sangat penting untuk membentuk manusia yang bijak yang memahami kakikat kehidupan ini. Dengan demikian seseorang akan mampu menghadapi proses kehidupan ini secara wajar dan bijak. Sangat sulit memiliki kondisi batin yang seperti itu, oleh karena itu kita terus berusaha meraihnya.



“Be kind whenever possible.
It is always possible.”

-Dalai Lama

Majalah Swara Dhammasena dicetak sebanyak 1000 eksemplar per edisi, dan disebar secara GRATIS untuk mendorong penyebaran Dhamma khususnya di daerah Jabodetabek. Karena itu kami memberi kesempatan bagi siapapun yang ingin berpartisipasi dalam bentuk dana maupun iklan, dapat menghubungi redaksi kami:

083893854330

(Yulicia)

Apabila seseorang berbuat bajik, hendaklah ia mengulangi perbuatan itu, dan bersukacita dengan perbuatan itu.
Sungguh membahagiakan akibat dari perbuatan bajik

-Dhammapada 118-

Dextone®

Daya Extra Top Nempelnya



ADHESIVE MAKE EVERYONE PURPOSE

JOY OF LIVING

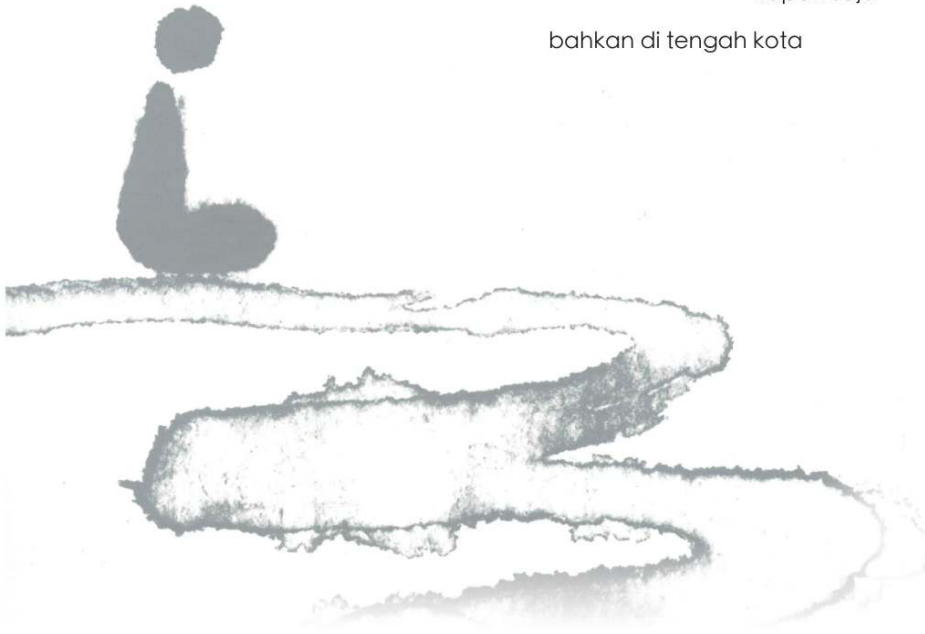
開心禪

Kita dapat bermeditasi

di mana saja

kapan saja

bahkan di tengah kota



Tergar
MEDITATION CENTRE JAKARTA
德瑪雅加達禪修中心

Retret dua hari dimana kita akan belajar dan berlatih cara-cara bermeditasi yang sangat bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari.

Setiap awal bulan, sabtu & minggu. 09:00 - 18:00

GREEN MANSION, JLN BOULEVARD RAYA 47 NO 35. JLN RAYA DAAN MOGOT, JAKARTA BARAT, INDONESIA. T: (021)29025314.