



Berita, News, Vritta, 新闻
DHAMMASENA

Not for Sale

Keluarga Mahasiswa Buddhis Trisakti

DHAMMA INFO

Seputar Informasi Buddhis

DHAMMA SHARING

By Bhante Tejavaro Thera

DHAMMA HISTORY

Sejarah Buddhis di Indonesia

EDISI KE-38 2023



Namo Buddhaya,

Pada zaman milenial ini yang sering kita sebut juga "zaman now", menjadikan kita sering melupakan kehidupan yang sebenarnya. Kita tentu terlalu melekat pada nafsu duniawi dan melupakan praktik kesadaran. Kita lupa bahwa praktik kesadaran dapat membuat kehidupan kita lebih bermakna dan bahagia.

Buddha mengajarkan kita untuk selalu sadar setiap saat dan menjadi metode terbaik dalam menghadapi setiap peristiwa sekaligus, dapat menghilangkan kekhawatiran yang timbul. Salah seorang master Zen yang terkenal di dunia saat ini, yaitu Ven Thich Nhat Hanh menuangkan dalam sebuah karya lagu yang berjudul "Happiness Is Here and Now" mengingatkan kita, agar terus belajar menghilangkan kekhawatiran serta tidak perlu untuk terburu-buru.

Redaksi Keluarga Mahasiswa Buddhis Dhammasena mengangkat tema "Peace of Mind" pada edisi ke-38 ini karena ingin menghadirkan "Buddha" dalam kehidupan kita sehari-hari sebagai jawaban akan kondisi dunia saat ini. Kami mengucapkan terima kasih kepada pembaca setia Majalah Dhammasena dan berbagai pihak yang telah berkontribusi dalam penerbitan majalah ini, baik dalam bentuk tenaga maupun material.

Semoga Majalah Dhammasena edisi ke-38 ini turut memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan Buddha Dharma di Indonesia serta bermanfaat bagi seluruh makhluk hidup yang ingin mendengarkan Dharma.

Sabbe Sattā Bhavantu Sukhitattā

Semoga semua makhluk hidup berbahagia

Sadhu...Sadhu...Sadhu

Mettacittena,
Tim Media Dhammasena

Tim Redaksi Berita Dhammasena 2022/2023

Pembimbing

Y.M. Bhante Tejavaro Thera

Penanggung Jawab

Ketua Umum Dhammasena Universitas Trisakti

Irene Stephanie Gow

Ketua Redaksi

Sofian Nata

Divisi Jurnalisme

Anastacia Sumalo & Louis Geonardo

Divisi Editing

Sofian Nata

Divisi Ekstern

Silawati Dayang Ganjar

Divisi Dokumentasi & Publikasi

Jelly Tan

DAFTAR ISI

7

MAIN TOPIC:
> THE WAY OF HAPPINESS
> MEDITATION
> METTA

13

CERITA BUDDHIS:
> PENYU MEMBALAS BUDI
> PEMBERIAN DANA TIADA TARA

17

SEJARAH BUDDHIS:
> CANDI BOROBUDUR

19

PROKER DHAMMASENA

22

CHINESE DHAMMA

24

POJOK INFO DS

25

BIOTA LAUT

27

FUNFACT BUDDHIS

30

DHAMMA SHARE

ABOUT US

Selamat Hari Raya Waisak 2567 B.E. / 2023



Seiring berjalannya waktu, kebutuhan untuk berkumpul dan memberikan pelayanan bagi mahasiswa Buddhis Trisakti pun semakin meningkat. Akhirnya timbul sebuah tekad yang kuat untuk membentuk suatu wadah kegiatan yang dapat mewujudkan keinginan tersebut. Oleh karena itu bersama Dosen Agama Buddha Usakti (Pandita Sumedha Widyadharma), Saudari Senny Ruslim dan beberapa rekan lainnya menghadap Rektor Usakti dan mengajukan surat permohonan agar mahasiswa Buddhis Usakti diberi izin dan tempat untuk melakukan kebaktian di kampus. Dari hasil pengajuan, ternyata Rektor sangat menghargai dan mendukung rencana tersebut. Maka dibentuklah Wadah Kegiatan Mahasiswa Buddhis Usakti pada tanggal 24 Desember 1984.

Seiring dengan itu, Y.M. Sri Pannavaro Mahathera berkenan memberikan nama Buddhis "DHAMMASENA" yang artinya "PRAJURIT DHAMMA". Untuk selanjutnya, nama Dhammasena ini selalu dijadikan motivasi dan sumber inspirasi untuk menjadi Prajurit Dhamma sejati yang senantiasa belajar dan berkarya dalam Buddha Dhamma.

Find Us at:



[kmb_dhammasena](https://www.instagram.com/kmb_dhammasena)



[UKMB Dhammasena Trisakti](https://www.youtube.com/channel/UC...)



www.dhammasena.org

Informasi lebih lanjut,
scan barcode dibawah ini





THE WAY OF HAPPINESS

Bagi Buddha, jalan menuju kebahagiaan dimulai dari pemahaman tentang akar penyebab penderitaan. Mereka yang menganggap Buddha pesimis karena kepeduliannya terhadap penderitaan telah kehilangan intinya. Faktanya, dia adalah seorang dokter yang terampil - dia mungkin menyampaikan kabar buruk tentang penderitaan kita, tetapi dia juga meresepkan pengobatan yang proaktif.

Dalam metafora ini, obatnya adalah ajaran kebijaksanaan dan welas asih Buddha yang dikenal sebagai Dharma, dan perawat yang menyemangati kita dan menunjukkan cara meminum obatnya adalah komunitas Buddhis atau Sangha. Namun, penyakitnya hanya dapat disembuhkan jika pasiennya mengikuti nasihat dokter dan mengikuti rangkaian pengobatan — Jalan Mulia Beruas Delapan, yang intinya melibatkan pengendalian cita.

Dalam agama Buddha, pengobatan ini bukanlah obat sederhana untuk ditelan, tetapi praktik pikiran dan tindakan sehari-hari yang dapat kita uji sendiri secara ilmiah melalui pengalaman kita sendiri.

MAIN TOPIC

Ajaran Buddha mengejar kebahagiaan dengan menggunakan pengetahuan dan praktik untuk mencapai keseimbangan mental. Dalam ajaran Buddhis, keseimbangan batin, atau ketenangan pikiran, dicapai dengan melepaskan diri dari lingkaran nafsu keinginan yang menghasilkan dukkha. Jadi, dengan mencapai tataran batin di mana Anda dapat melepaskan diri dari semua nafsu, kebutuhan, dan keinginan hidup, Anda membebaskan diri dan mencapai tataran kebahagiaan dan kesejahteraan yang transenden.

Seperti yang dijelaskan dalam syair pertama Dhammapada, bagi Buddha, disfungsi mental dimulai dari pikiran. Sang Buddha mendorong para pengikutnya untuk mengejar “ketenangan” dan “wawasan” sebagai sifat-sifat batin yang akan menuntun ke Nirvana, Realitas Tertinggi. Seperti disebutkan sebelumnya, Jalan Beruas Delapan secara keseluruhan dikatakan membantu seseorang mencapai kualitas-kualitas ini

8 Jalan Kebenaran :

1. Pandangan Benar / pemahaman
2. Niat/pikiran benar
3. Ucapan benar
4. Tindakan Benar
5. Mata Pencarian Benar
6. Usaha Benar
7. Perhatian Benar
8. Konsentrasi Benar



Sumber Referensi :

1. <https://www.pursuit-of-happiness-org.translate.goog/history-of-happiness/buddha>
2. <https://www.goodreads.com/work/quotes/154391-dhammapada>

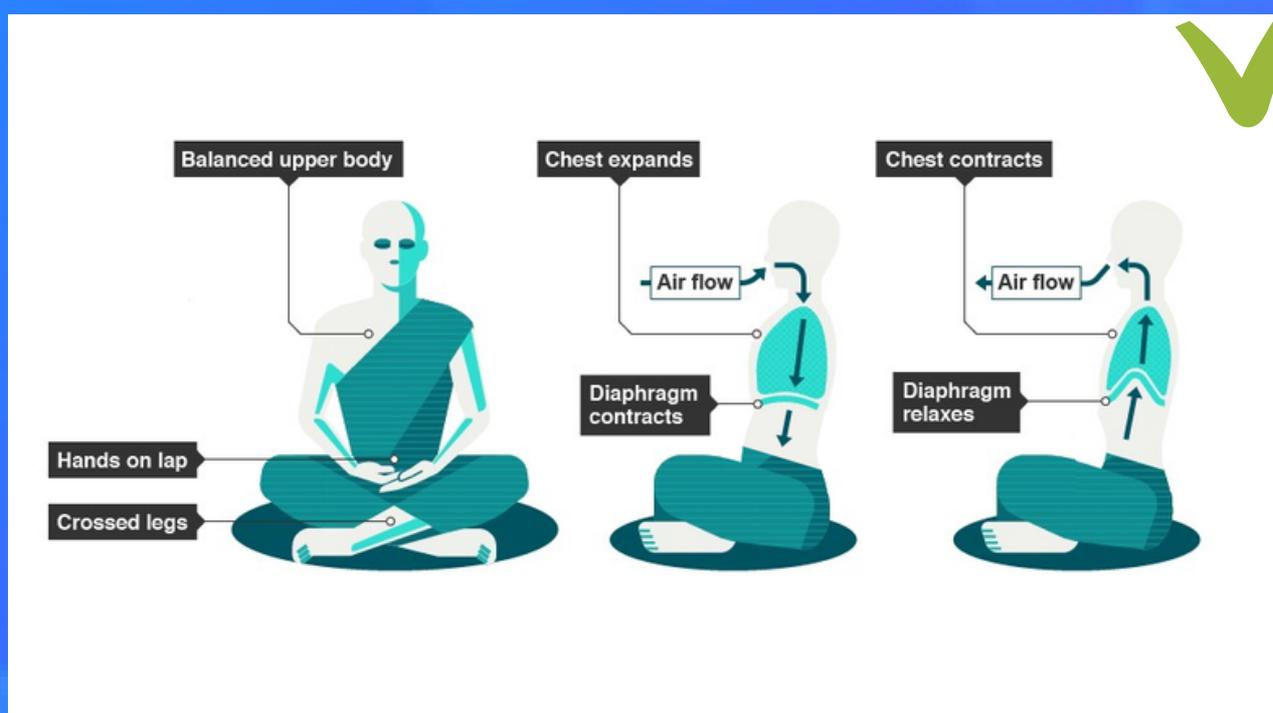
MEDITATION



Meditasi ajaran Buddha memiliki tujuan untuk kesehatan mental. Tidak hanya sekadar kesehatan mental, namun ketenangan dan kedamaian. Meski begitu, usaha mendapatkan kesehatan mental ini sering digunakan untuk 'pelarian diri'.

Meditasi yang sebenarnya tidaklah seperti itu. Berkat salah paham ini, sebuah aktivitas bertujuan murni malah mendapati makna merosot turun. Bahkan ada banyak pengkaitannya sebagai usaha memiliki kekuatan gaib.

Praktek Meditasi Yang Benar



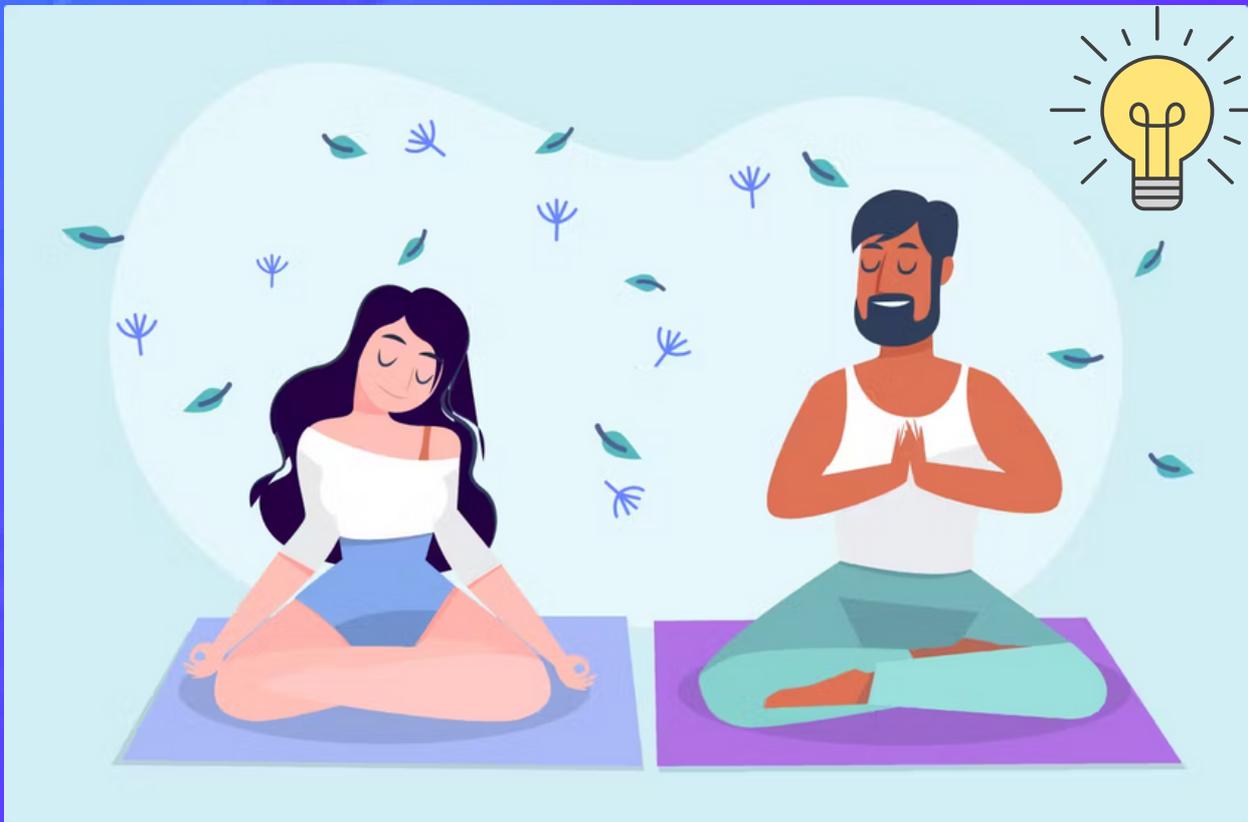
Sumber Foto : Madium Galery

MAIN TOPIC

Objek yang digunakan untuk meditasi ajaran Buddha dengan benar adalah kesadaran pada pernapasan (anapanasati). Penenang jiwa dan pikiran menggunakan irama tarikan napas sangat efektif untuk berkonsentrasi. Setiap saat, makhluk hidup bernapas. Tapi dari sekian banyak, jarang ada yang menyadari tarikan dan hembusan napas tersebut. Irama menenangkan lebih banyak terabaikan, dianggap sebagai sesuatu yang biasa.

Ketika bermeditasi menggunakan anapanasati, Anda berusaha memusatkan pikiran pada aliran pernapasan alami. Ini berarti, napas tersebut dapat panjang atau pendek, berat ringan, cepat lambat, apapun ritmenya selama Anda menyadarinya. Konsentrasi harus sepenuhnya pada napas. Abaikan hal-hal di sekitar, lupakan apa yang harus dilupakan. Ritme napas dilakukan 10 sampai 15 menit sampai kedamaian itu tercapai.

Sumber Foto : Cerebral



Sumber Referensi :

1. <https://bodhidharma.ac.id/artikel/47/Meditasi-Ajaran-Buddha,-Praktik-Serta-Manfaatnya>.
2. <https://medium.com/age-of-awareness/diaphragmatic-breathing-for-meditation-and-mindfulness-a38eb1d938e1>

Sumber Foto : Freepik



METTA

Love in Buddhism

Masih banyak manusia pada kehidupan sekarang tidak menggunakan cinta kasih (mettā-) sebagai dasar dalam pelaksanaan aturan kemoralan. Cinta kasih (mettā-) dirumuskan sebagai keinginan akan membahagiakan semua makhluk tanpa kecuali (Wowor, 2005: 76). Pengembangan cinta kasih (mettā) ditujukan kepada diri sendiri, orang lain, atau bahkan untuk semua makhluk.

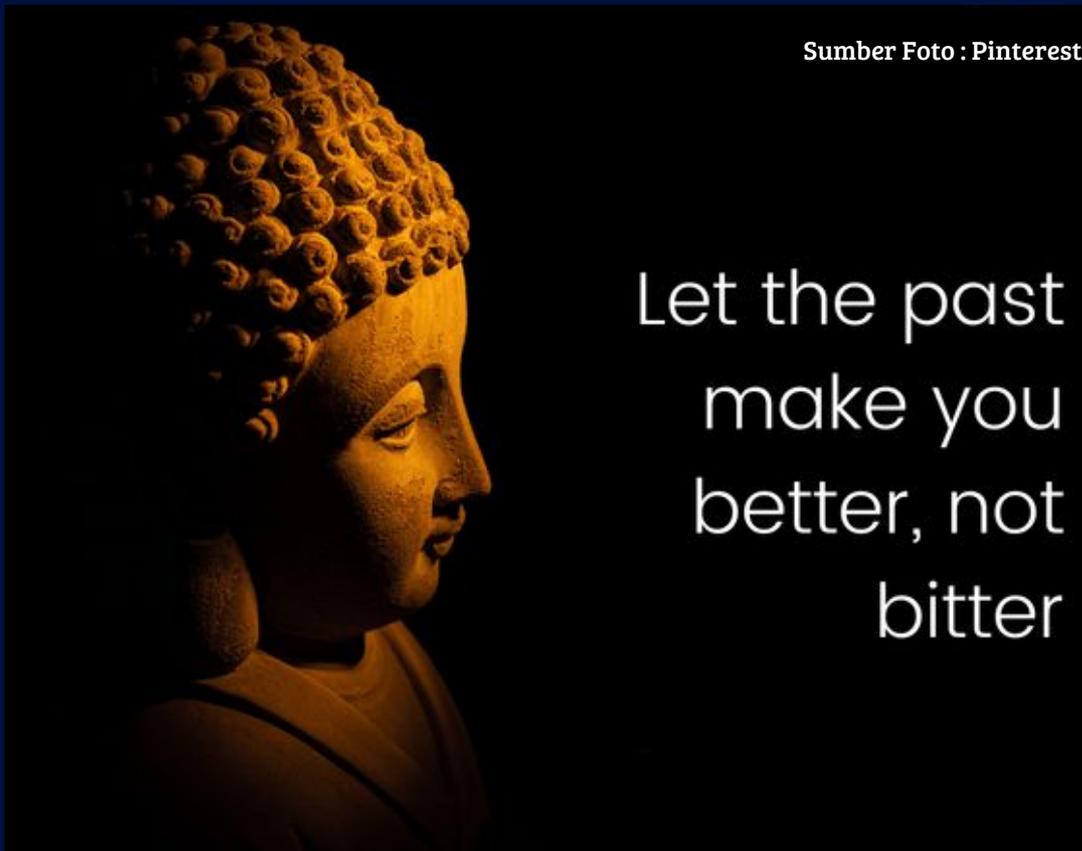
Mettā adalah rasa persaudaraan, persahabatan, pengorbanan, yang mendorong kemauan baik, memandang makhluk lain sama dengan dirinya sendiri (Dhammasugiri, 2004: 21). Hal tersebut mencerminkan bahwa dengan melaksanakan cinta kasih maka akan dapat tercipta keharmonisan. Seseorang yang mengembangkan cinta kasih berarti mempraktikkan prinsip tanpa kekerasan.



“The non-doing of any evil, the performance of what's skillful, the cleansing of one's own mind: this is the teaching of the Awakened.”
- Buddha Siddhartha Guatama Shakyamuni, The Dhammapada

MAIN TOPIC

Seperti yang dialami Buddha sendiri ketika sedang bermeditasi kemudian diganggu oleh mara, dengan kekuatan cinta kasih panah dan lautan api tidak bisa melukai Buddha. Berdasarkan *Äguttara NikÄya* (Hare, 2001: 103) manfaat dari mengembangkan cinta kasih adalah tidak ada api, racun, maupun pedang yang dapat melukainya. Cinta kasih merupakan kekuatan dari dalam diri seseorang sebagai pencegah perbuatan buruk. Pengembangan cinta kasih bertujuan untuk memisahkan pikiran dari kebencian. Prinsip dari cinta kasih adalah tidak menyakiti, bebas dari rasa benci, dan permusuhan.



love

Sumber Referensi :

1. <http://magabudhi.or.id/posisi-ajaran-cinta-kasih-dalam-agama-buddha>
2. <https://www.goodreads.com/work/quotes/154391-dhammapada>

Penyu Membalas Budi

Sumber Foto : Tzu Chi



Ada sepasang suami istri yang sangat gemar makan daging penyu. Suatu kali, mereka membeli seekor penyu yang sangat besar. Setelah membelinya, mereka berpesan kepada pelayan di rumah mereka untuk membunuh penyu itu dan memasaknya untuk makan siang.

Melihat mata si penyu bersinar terang dan keempat kakinya terus bergumul, pelayan itu merasa tidak tega. Dia lalu memutuskan untuk melepaskan penyu itu di kolam mumpung majikannya sedang keluar. Majikannya kembali ke rumah pada siang hari. Sang majikan bertanya, "Mengapa di meja makan tidak ada hidangan daging penyu?"

Pelayan itu menjawab, "Tadi penyu itu kabur karena saya kurang berhati-hati. Saya tidak bisa menemukannya." Sang majikan sangat marah, lalu mengeluarkan sebuah cambuk untuk memukulnya. Dia memukul si pelayan hingga terluka parah, hingga kemarahannya terlampaikan. Beberapa hari kemudian, pelayan itu menderita demam. Sang majikan meminta orang memapahnya ke sebuah pavilion dan membiarkannya menunggu mati di sana.

Keesokan harinya, sang majikan mengutus orang untuk melihat apakah si pelayan sudah meninggal atau belum. Tak disangka, si pelayan sudah pulih kembali. Sang majikan juga datang dan bertanya padanya, "Kamu tidak makan obat. Jelas-jelas kamu sudah hampir meninggal, bagaimana kamu bisa pulih kembali?" Si pelayan menjawab, "Saya juga tidak tahu. Tadi malam, saya seperti merasa ada sesuatu keluar dari air dan menggunakan lumpur untuk mengolesi seluruh tubuh saya. Karena merasa sangat sejuk, saya lalu siuman."

Sang majikan tidak percaya. Pada malam harinya, dia bersama istrinya bersembunyi di balik pohon. Mereka melihat seekor penyu yang besar. Penyu itu terlihat mirip dengan penyu yang mereka beli dari pasar. Penyu itu seperti mengulum sesuatu di mulut dan bolak-balik berulang kali untuk mengolesi kepala, wajah, dan leher pelayan itu.

Sumber Foto : Tzu Chi



Setelah dilepas, hewan juga tahu untuk membalas budi. Hewan juga punya perasaan. Sejak saat itu, sepasang suami istri itu tak lagi berani memakan penyu. Mereka tidak berani memakan semua makhluk hidup yang bernyawa.

Sumber Referensi :

1. <https://www.tzuchi.or.id/ruang-master/master-bercerita/si-penyu-membalas-budi/12886>

Pemberian Dana Tiada Tara



Sumber Foto : Tzu Chi

Suatu saat raja memberi dana makanan kepada Sang Buddha dan bhikkhu-bhikkhu lainnya dalam jumlah besar. Saingan-saingannya, yang bersaing dengannya, telah mengatur upacara pemberian dana yang lainnya dalam jumlah yang lebih besar dari raja. Jadi, raja dan para saingannya bersaing dalam pemberian dana. Akhirnya, ratu Mallika memikirkan sebuah rencana. Untuk melaksanakan rencana ini, ia meminta raja membangun sebuah paviliun besar.

Pada saat itu, dua menteri raja hadir. Salah seorang yang bernama Junha sangat senang dan memuji kemurahan hati raja atas pemberian dana kepada Sang Buddha dan para bhikkhu. Ia juga mengatakan bahwa pemberian yang sebesar itu hanya dapat dilakukan oleh seorang raja. Ia sangat senang karena raja akan membagi kebaikan atas perbuatan baiknya kepada semua makhluk. Dengan kata lain, menteri Junha bergembira atas kemurahan hati raja yang tiada taranya. Setelah bersantap, Sang Buddha menatap kepada orang-orang yang hadir dan mengetahui bagaimana perasaan menteri Kala. Kemudian, Beliau berpikir bahwa jika Ia menyampaikan khotbah panjang tentang pengertian, Kala akan bertambah kecewa, dan akibatnya akan lebih menderita dalam kehidupannya yang akan datang.

Jadi, dengan perasaan kasihan terhadap Kala, Sang Buddha hanya menyampaikan khotbah singkat dan kembali ke Vihara Jetavana. Raja mengharapkan khotbah panjang tentang pengertian, oleh karena itu ia menjadi sangat sedih karena Sang Buddha hanya memberikan khotbah singkat

Begitu melihat raja, Sang Buddha berkata, "Raja yang agung! Anda seharusnya bergembira karena berhasil mempersembahkan dana yang tiada taranya (asadisadana). Sebuah kesempatan yang jarang sekali datangnya; dan datang hanya sekali selama kemunculan setiap Buddha. Tetapi menteri Kala merasa bahwa hal itu hanyalah sebuah pemborosan, dan sama sekali tidak berharga.

Jadi, jika saya memberikan khotbah panjang, ia akan menjadi kecewa dan tidak senang, dan akibatnya, ia akan sangat menderita pada kehidupannya yang sekarang maupun pada kehidupan-kehidupan berikutnya. Itulah mengapa Saya berkhotbah sangat singkat sekali. Kemudian Sang Buddha menambahkan, "Raja yang agung! Adalah suatu kebodohan tidak bergembira atas kemurahan hati yang telah diberikan oleh orang lain dan akan pergi ke alam yang rendah. Orang bijaksana bergembira atas kemurahan hati orang lain, dan melalui pengertian, mereka saling membagi keuntungan kebaikan dengan yang lainnya dan akan pergi ke tempat kediaman para dewa."



Sumber Foto : Tzu Chi

Sumber Referensi :

1. <https://samaggi-phala.or.id/tipitaka/kisah-pemberian-dana-yang-tiada-taranya-2/>



CANDI BOROBUDUR

Dirangkum dari berbagai sumber, bangunan Candi Borobudur diperkirakan dibangun pada abad ke 8-9 sekitar 800 tahun sebelum Masehi oleh wangsa atau dinasti Syailendra. Dinasti Syailendra tercatat sebagai penganut agama Buddha aliran Mahayana. Sementara di sekitar Borobudur juga terdapat penganut Hindu aliran Siwa. Proses pembangunan Candi Borobudur berlangsung hingga ratusan tahun dan benar-benar rampung pada masa kekuasaan Raja Samaratungga pada tahun 825 SM.

Kemegahan Borobudur dikabarkan sempat sirna berabad-abad tahun terkubur tanah dan debu vulkanik, yang diperkirakan terkena efek erupsi Gunung Merapi. Akan tetapi, bangunan candi megah itu berhasil direstorasi kembali oleh pemerintahan Thomas Stamford Raffles ketika menjabat sebagai Gubernur Jenderal di Pulau Jawa pada 1911. Raffles ketika itu meminta bantuan seorang Insinyur Belanda Christian Cornelius untuk memeriksa kondisi bangunan Candi Borobudur yang terkubur sekaligus membenahinya.

Sejarah Borobudur pun bertambah panjang usai masa restorasi yang cukup lama dan menelan biaya besar. Beragam alasan, termasuk dinilai sebagai kompleks candi terbesar di Indonesia, menjadikannya dinobatkan Situs Warisan Dunia UNESCO pada 1991. Candi Borobudur memiliki bentuk struktur seperti punden berundak yang semakin ke atas semakin mengecil dengan empat buah tangga pada setiap arah mata angin. Sementara panjangnya 121,66 meter, lebar 121,38 meter, dan tinggi 35,40 meter.

*"Now may every living thing, young or old, weak or strong,
living near or far, known or unknown, living or departed
or yet unborn may every living thing be full of bliss."*
Anonymous, The Dhammapada

Sumber Foto : CNN Indonesia



Makna struktur tersebut diasumsikan seperti roda kehidupan alam semesta dan terbagi menjadi tiga bidang yang dikenal sebagai kamadhatu, rupadhatu serta arupadhatu.

Kamadhatu: Bagian paling bawah candi yang melambangkan alam bawah, perilaku manusia terkait nafsu duniawi.

Rupadhatu: Bagian tengah candi yang melambangkan alam antara, yaitu perilaku manusia yang mulai meninggalkan keinginan dunia tapi masih terikat dunia nyata.

Arupadhatu: Bagian atas candi yang melambangkan atas, atau unsur tak berwujud sebagai tanda tingkatan meninggalkan nafsu duniawi.

Sumber Referensi :

1. <https://www.cnnindonesia.com/edukasi/20220513155107-574-796488/sejarah-candi-borobudur-dan-makna-reliefnya>
2. <https://www.goodreads.com/work/quotes/154391-dhammapada>



PROGRAM KERJA DHAMMASENA



Dhammasena Welcoming Party 2022

Kathina 2566 B.E./2022



Pekan Penghayatan Dhamma (PPD) XXXVIII



PROGRAM KERJA DHAMMASENA



Aksi Sosial 2023

Kebaktian 3 Unit 2023



KKDLC 2022

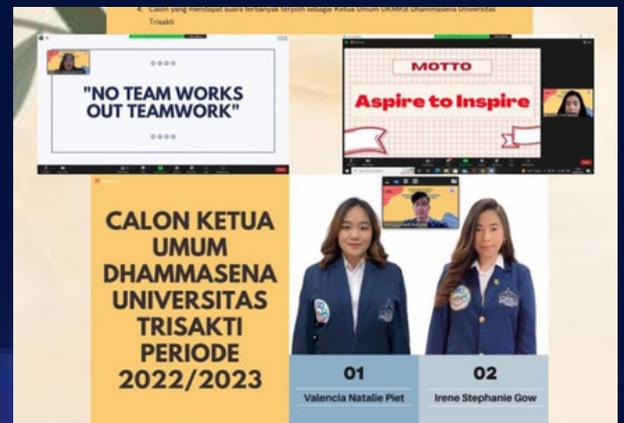


PROGRAM KERJA DHAMMASENA



DS Anniversary

Pemilu



Program Kerja 3 Unit

佛法的传播（佛法传播）是指将佛陀的教导和教义传播给更多的人，以促进他们的觉悟和解脱。在中国，佛法有着悠久的历史 and 深远的影响力。在这篇文章中，我们将探讨佛法在中国的传播以及它对中国社会和文化的影响。

佛教最早传入中国可以追溯到公元前1世纪的东汉时期。当时，佛教通过丝绸之路从印度传入中国，并在中国各地建立了寺庙和道场。随着时间的推移，佛教逐渐与中国的传统宗教和哲学相融合，形成了独特的中国佛教文化。

在佛教的传播过程中，语言起到了重要的作用。普通话（官话）作为中国的主要语言，成为了传播佛法的主要工具之一。通过用普通话教授佛法，使更多的人能够理解佛陀的教导，并将其应用于日常生活中。

中国有许多著名的佛教寺庙和学院，成为佛法传播的重要场所。例如，中国最著名的佛教寺庙之一是位于山西省的少林寺。少林寺以其独特的武术和禅宗修行而闻名于世，吸引了无数的学生和参观者。

除了传统的寺庙和道场，现代科技也在佛法传播中发挥了重要作用。互联网和社交媒体为佛教教义的传播提供了新的途径。通过在线平台，人们可以轻松获取佛经、佛教教义和禅修指导，并与其他佛教徒分享心得和经验。

佛法的传播对中国社会和文化产生了深远的影响。佛教的价值观，如慈悲、智慧和平等，渗透到中国人的日常生活中。佛教的艺术和文化也对中国的绘画、雕塑、建筑和文学产生了深远的影响。许多中国古代文化经典中都可以找到佛教的影子。

总的来说，佛法的传播在中国有着悠久的历史 and 广泛的影响。通过普通话作为主要

Penyebaran Dharma (transmisi dharma) mengacu pada penyebaran ajaran dan ajaran Buddha kepada lebih banyak orang untuk mempromosikan pencerahan dan pembebasan mereka. Di Cina, Buddhisme memiliki sejarah panjang dan pengaruh yang luas. Pada artikel ini, kita akan mengeksplorasi penyebaran agama Buddha di Tiongkok dan pengaruhnya terhadap masyarakat serta budaya Tiongkok.

Pengenalan paling awal agama Buddha ke Tiongkok dapat ditelusuri kembali ke Dinasti Han Timur pada abad ke-1 SM. Pada saat itu, agama Buddha diperkenalkan ke Tiongkok dari India melalui Jalur Sutra, dan kuil serta ashram didirikan di seluruh Tiongkok. Seiring waktu, agama Buddha secara bertahap bergabung dengan agama dan filosofi tradisional Tiongkok, membentuk budaya Buddha Tiongkok yang unik.

Bahasa telah memainkan peran penting dalam penyebaran agama Buddha. Putonghua (Mandarin), sebagai bahasa utama di Tiongkok, telah menjadi salah satu alat utama penyebaran agama Buddha. Dengan mengajarkan Dharma dalam bahasa Mandarin, lebih banyak orang dapat memahami ajaran Buddha dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Ada banyak kuil dan akademi Buddha terkenal di Tiongkok, yang menjadi tempat penting penyebaran agama Buddha. Misalnya, salah satu kuil Buddha paling terkenal di Tiongkok adalah Kuil Shaolin di Provinsi Shanxi. Terkenal dengan seni bela diri dan latihan Zennya yang unik, Kuil Shaolin telah menarik banyak siswa dan pengunjung. Selain kuil dan ashram tradisional, teknologi modern juga berperan penting dalam penyebaran agama Buddha. Internet dan media sosial telah menyediakan jalan baru untuk penyebaran ajaran Buddha.

Kebaktian Rutin



Kegiatan kebaktian rutin yang dilakukan oleh umat Buddha ditujukan untuk menghormati ajaran Buddha dan mengembangkan kebijaksanaan serta kedamaian batin.

Dhammasena sendiri melaksanakan kebaktian rutin yaitu dengan melakukan Puja Bakti yang rutin dilakukan pada Hari Jumat, pukul 12 p.m - 13 p.m.

Visit Vihara

Kegiatan visit vihara atau kunjungan ke vihara adalah cara yang umum dilakukan oleh umat Buddha untuk mengenal dan menghormati agama Buddha serta mendapatkan pengalaman spiritual.

Dhammasena melaksanakan kegiatan Visit Vihara secara rutin dalam setiap bulannya untuk mempelajari simbolisme dan praktik yang terkait dapat membantu untuk lebih memahami pengalaman di vihara.



DS Sports



Kegiatan olahraga merupakan kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan kebugaran jasmani serta meningkatkan kesehatan mental dan emosional. Hal ini tentunya memiliki dampak positif bagi kesehatan fisik.

Dhammasena melaksanakan kegiatan DS Sports secara rutin untuk setiap bulannya dengan tujuan mempererat hubungan antar individu dalam organisasi serta menjaga kesehatan secara berkala.

"Join Us In The Middle Way"



BIOTA LAUT



Sumber Foto : Goodminds.id

Biota laut merujuk kepada semua bentuk kehidupan yang ada di lingkungan laut atau perairan laut, termasuk dalam samudra, lautan, dan laut dangkal. Biota laut mencakup beragam organisme, mulai dari organisme mikroskopis seperti plankton hingga hewan yang lebih besar seperti paus dan hiu.

1. Planktonic



Sumber Foto : Goodminds.id

Planktonic adalah salah satu jenis biota yang utama. Ciri utama dari biota ini adalah berenang dan mengapung untuk mengikuti arus. Perlu diketahui bahwa biota ini tidak dapat berenang dengan melawan arus air karena memiliki keterbatasan.

Organisme bentik sangat penting terkait dengan perannya dalam ekologi perairan karena organisme dan material di dasar perairan tersebut berperan dalam sirkulasi nutrisi, siklus karbon, rantai makanan, serta keseimbangan ekosistem perairan.

2. Benthik



Sumber Foto : Goodminds.id

3. Nektonic



Sumber Foto : Goodminds.id

Organisme nektonic penting dalam rantai makanan laut, baik sebagai pemangsa maupun sebagai mangsa. Mereka berperan dalam mengendalikan populasi organisme lain di dalam ekosistem perairan. Selain itu, organisme nektonic juga berperan dalam sirkulasi nutrisi dan pertukaran energi di perairan.

Biota laut memberikan berbagai manfaat penting bagi manusia dan ekosistem perairan yaitu salah satu sumber pangan, sumber pendapatan, tempat rekreasi, dan sumber penyerapan karbon. Oleh karena itu, kita sebagai manusia memiliki peran penting untuk menjaga kelestarian biota laut. Hal tersebut dapat kita laksanakan dengan beberapa upaya berikut :

- Mengurangi Penggunaan Plastik
- Hindari Membuang Sampah di Laut
- Melestarikan Habitat Pantai
- Mendukung Organisasi Lingkungan dan Inisiatif Perlindungan Laut
- Mendukung Pengelolaan Perikanan Keberlanjutan (Sustainability)

Sumber Foto : Sea Gallery



Sumber Referensi :

1. <https://goodminds.id/biota-laut/>
2. <https://www.merdeka.com/jateng/upaya-pelestarian-alam-di-laut-dan-tujuannya-perlu-diketahui-klm.html>

1 - Manusia Bisa Menjadi Buddha

Dalam ajaran Buddha, bukan hanya orang tertentu, bukan juga ditentukan oleh nasib dan takdir seorang dibidang Buddha, Buddha pun bukan lah sebuah nama, melainkan gelar untuk manusia yang telah mencapai penerangan sempurna, mencapai kebahagiaan sejati Nibbana, seperti Sang Buddha Sakyamuni Gautama, nama asli nya adalah Sidharta Gautama, beliau merupakan pangeran dari kerajaan Kapilavastu dari suku Sakya. Beliau memilih jalan untuk mencapai pengetahuan sempurna, kesempurnaan, kebahagiaan sejati yaitu Nibbana. Dari sanalah beliau menemukan cara dan jalan untuk menjadi Buddha, yaitu dengan 4 Kebenaran Mulia, 8 Jalan Kebenaran, dan melenyapkan 3 akar kejahatan. Jika kita mengikuti jalan yang beliau ajarkan kita sendiri bisa menjadi Buddha dan mencapai penerangan sempurna sama seperti beliau.

2 - Umat Buddha Tidak Menyembah Berhala

Dalam Buddhisme banyak patung patung yang kita sebut sebagai rupang, dari kata rupa yang arti nya menyerupai. Patung atau Rupang Buddha ini dibuat seperti dan menyerupai wujud sang Buddha yang bertujuan untuk umat nya sebagai objek penghormatan terhadap jasa jasa beliau yang telah mengajarkan Dhamma ajaran Sang Buddha untuk terlepas nya penderitaan dan tercapai nya kebahagiaan sejati yaitu Nibbana.



3 - Tanah Suci dalam Buddha Tidak Kekal

Dalam ajaran Buddha ada 31 Alam kehidupan dari alam neraka terendah sampai alam surga tertinggi, manusia yang wafat akan tumibal lahir kembali ke alam lain sesuai dengan karma kebajikan nya di 31 alam ini, bisa saja terlahir di alam Dewa, atau di alam rendah seperti alam binatang, makhluk halus, atau alam neraka. Dan jika karma baik nya sudah lunas dengan masa yang begitu panjang, alam Dewa pun bisa turun kembali menjadi alam manusia, sama sebaliknya juga alam rendah jika karma buruk nya sudah lunas maka akan terlahir kembali di alam manusia.

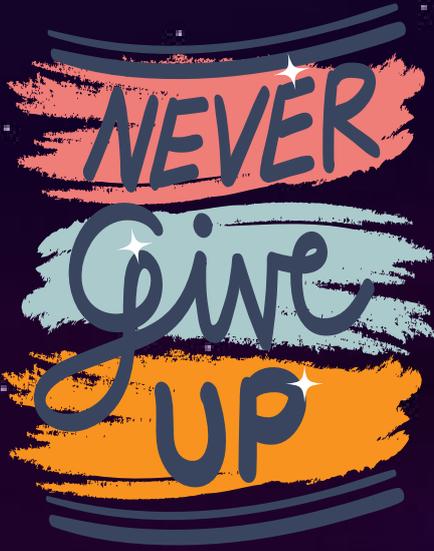
Begitulah terus menerus kelahiran sampai mungkin tidak terhitung jumlahnya seperti lingkaran yang lahir kembali dari masa ke masa. Sering ada pertanyaan, lalu kenapa populasi manusia selalu bertambah dan binatang ternak pun selalu makin banyak jika tumibal lahir/reinkarnasi benar ada tentu bukankah jumlah jiwa/populasi tetap sama? Untuk menjawab hal itu umat Buddha mempercayai bahwa kehidupan bulan cuma di bumi saja, tapi jauh disana ada planet planet lain yang berpenghuni.

Sang Buddha mengetahui bahwa manusia makhluk hidup terus berputar di 31 alam kehidupan ini, bahkan beliau sudah tau kehidupan masa lalu nya sebelum nya menjadi siapa, dan sang Buddha bisa keluar dari lingkaran 31 alam kehidupan itu dengan menemukan kebahagiaan sejati yaitu Nibbana. Dengan mencapai ke Buddha an maka tidak akan terlahir kembali di 31 alam kehidupan itu dan bebas dari segala penderitaan.



Sumber Referensi :

1. <https://www.kompasiana.com/bangkitardiansyah0059/605e6c958ede48371a5a7ca2/fakta-unik-ajaran-buddha?page=2>



EVERYTHING IS POSSIBLE

Setiap manusia ingin meraih kesuksesan dalam hidupnya. Namun tidak setiap manusia mampu meraih kesuksesan seperti yang diinginkan. Dan untuk meraih kesuksesan itu, tidaklah mudah. Butuh perjuangan dan pengorbanan. Baik materi maupun immateri.

Dibalik kesuksesan seseorang, banyak cerita yang mengharu biru. Umumnya tentang kondisi ekonomi yang tidak memungkinkan untuk meraihnya. Ketiadaan yang menjadi motivasi untuk menjadi orang yang lebih baik.

Kegagalan adalah hal yang biasa terjadi. Seperti seorang anak yang belajar berjalan. Untuk berdiri saja, harus jatuh berkali-kali. Tetapi, terus berusaha bangkit dan bangkit lagi. Sampai kedua kaki mampu berdiri tegak menopang bobot tubuh. Dan akhirnya bisa menjaga keseimbangan. Sehingga kedua kaki mampu berjalan bahkan berlari kencang.

Hidup adalah perjuangan. Yang harus kita menangkan. Dan untuk itu, jangan menyerah walaupun apa yang terjadi. Tetap semangat dan nikmati setiap peristiwa. Yakin dan percaya, bahwa apapun yang terjadi adalah yang terbaik bagi kita.

Sumber Referensi :

1. <https://www.gurusiana.id/read/ermilakhairissyanti/article/jangan-menyerah-5369143>



DHAMMA SHARE WITH Y.M. Bhante Tejavaro Thera

"Seperti yang sudah kita semua ketahui nih bahwasannya sekarang ini eranya sudah berkembang pesat dan semuanya sudah serba digital, serba teknologi, nah menurut Bhante sendiri apakah hajaran agama Buddha ini masih relevan Bhante?"

Y.M. Bhante Tejavato Thera

"Hingga di era globalisasi dan teknologi seperti sekarang ini? Tentu masih karena ini mengembangkan lebih mengedepankan tentang moral dan lebih mengedepankan tentang kebahagiaan baik seorang ibu ataupun seorang anak. Demikian juga yang paling penting adalah kebahagiaan batin karena hajaran Buddha lebih mengedepankan sebab seorang anak atau seorang anak bahagia lebih baik. Mengembangkan diri ke arah yang lebih baik maka batin seseorang itu akan lebih tenang lebih bahagia

Di mana perkembangan Jawa sekarang kita ketahui bahwa dengan berbagai banyak seperti kemudahan, seperti kelancaran kita mau pergi kemana tinggal naik mobil, pesawat. Tetapi ini adalah kenyamanan dalam bidik fisik, ketika Dharma dikembangkan justru lebih ke kenyamanan di dalam batin seseorang. Nah ketika kita mengambilkan bahwa kebahagiaan seseorang, kenyamanan seseorang ini bukan hanya secara fisik tetapi ada mental juga

Maka disitu kita harus mengejar kebahagiaan secara fisik, tetapi kita harus sadar bahwa fisik kita juga mengalami perubahan baik kuat, sakit, lemas, dan sebagainya atau kondisi-kondisi lainnya, ketika kita di jalan kita sudah ketemu dengan hal-hal yang mungkin tidak sesuai keinginan kita

Masih berkaitan dengan era saat ini, Bhante Masyarakat sekarang ini sudah mulai aware atau sudah mulai sadar soal kesehatan mental Salah satu cara untuk merawat kesehatan mental itu bisa dilakukan dengan cara bercerita atau curhat."

"Bhante, apakah boleh kita curhat kepada sang Buddha menceritakan tentang hal-hal sedih Atau masalah yang kita alami di dalam kehidupan sehari-hari?"

Y.M. Bhante Telavato Thera

"Memang membuat hati kita lega, tenang, tetapi pada intinya ketika kita cerita di depan altar sebetulnya tidak akan memberikan efek atau pengaruh yang besar .

Seperti contoh sederhana sakit, mungkin kehilangan, atau mungkin hal-hal lain Sebetulnya terjadi dari pikiran kita sendiri Jadi ketika kita bercerita seperti itu, tidak apa-apa karena tidak ada masalah.

Yang penting kita tidak terbawa dengan suasana dan selalu berpikir bahwa ada hal di luar yang bisa meresekkan semuanya. Agama Buddha kembali pada diri kita sendiri, pada pikiran kita sendiri."

"Tentang mimpi, sebenarnya boleh gak sih Bhante kita mempercayai kejadian yang dimimpikan dalam arti sebagai pertanda? misalnya sebelum tidur, saya ada curhat kepada Sang Buddha tentang permasalahan dalam hidup."

Y.M. Bhante Telavato Thera

"Sebenarnya kalau mimpi ini kan hal yang sebagai kembali Batin kita, batin kesekuran Yang mana saat istirahat menenangkan kishinya. Maka tetap pikiran itu dia akan menyamakan seperti menunjukkan gambar-gambar Ya kan, baik yang kita lakukan kemarin Terus mungkin sebelum-sebelumnya akan menunjukkan secara jelas Seperti apa, tetapi hal itu tidak nyata.

Jadi kalau kita mimpi sedang makan, sebetulnya kita tidak makan Nah oleh karena itu, apakah mimpi ini sangat mempengaruhi kehidupan seseorang? Sebetulnya tidak, mimpi tidak mempengaruhi kehidupan seseorang sama halnya sebuah mimpi ini sebuah tekan atau sebuah perasaan, pikiran yang bersemangat Jadi ketika mimpi itu hal, mimpi buruk Lalu nanti kita menjadi bersedih, kita galau, kita tidak semangat, kan sayang."



Sadhu... Sadhu... Sadhu



Join Us In the Middle Way