

JULI 2008



BVD

Berita vimala Dharma

NO. 116 / BVD / JULI / 2008





Sajian Utama

- 4** Tema Istirahat Oleh Herman
5 Kegiatan PVVD Makrab Oleh Vivi
6 Profil Sangha Samanera Nyanabhadra Oleh Endrawan Tan
10 Introspeksi Bulutangkis Oleh Hendry Filcozwei Jan
12 Spiritful Drizzle Hati yang Lembut Oleh Willy Yanto Wijaya
15 Berita Perjalanan Unit Kakak Asuh ke Cikampek Oleh Maria
17 Lanjutan dari halaman 9
23 Stori's Story Kalah Dari Anjing Oleh Huiono
26 Ulasan Sutta Tidur Nyenyak Oleh Willy Yandi Wijaya
30 Vegetable Suop for Our Mind Nyaris Oleh Willy Yanto Wijaya
35 Lanjutan dari halaman 31
34 Renungan Sadari dan Renungi Oleh Willy Yandi Wijaya

Artikel

- 27** Artikel Bebas
BVD Kecil
32 BVD Kecil
33 Story

Lain-Lain

- 2** Daftar Isi
3 Dari Redaksi
22 Karikatur
36 Birthday
37 Laporan Keuangan
38 Kuis
39 Ucapan Terima Kasih

SUSUNAN REDAKSI

Pelindung :

Persamuhan Umat Vihara
Vimala Dharma

Redaksi :**Pemimpin Redaksi :**

Herman

Humas :

Sendy, Mike

Editor :

Cycillia, Suanto

Layouter :

Herman, Hendy,
Sendy, Sucipto

Illustrator :

Oli, Herman, Yunita

Keuangan :

Herman

Sirkulasi :

Suanto, Sendy

Blog-er & Reporter :

Juliyanto

Cover Juli :

Herman

Kontributor BVD:

Hendry Filcozwei Jan, Huiono,
Willy Yanto Wijaya, Willy Yandi
Wijaya, Endrawan Tan

Kontributor BVD Kecil :

Angel, Yen-Yen

Pencetak :

Ko Facong

Namo Buddhaya,

BVD kembali hadir dan edisi kali ini mengambil tema Istirahat karena kebetulan bulan Juli merupakan bulan Istirahat atau liburan bagi para pelajar atau para mahasiswa yang telah melakukan aktivitasnya selama 1 semester.

Setelah melaksanakan berbagai aktivitas dan menyelesaikan ujian. Akhirnya tiba lah saatnya untuk beristirahat. Kita semua memerlukan istirahat untuk memulihkan tenaga atau menyembuhkan sakit kita. Istirahat menjadi hal yang sangat penting dalam hidup kita. Dalam Buddhisme pun telah ditekankan betapa pentingnya istirahat. Tanpa istirahat kita bagaikan air keruh dalam gelas yang selalu bergerak tanpa diam.

Tidak hanya para pelajar membutuhkan istirahat. Tetapi kita semua membutuhkannya tanpa kecuali. Bahkan binatang-binatang pun membutuhkan istirahat. Akhir kata, semoga para pembaca dapat memetik manfaat dari bacaan ini dan selalu mempraktekkan dharma demi kebahagiaan semua mahluk.

Mettacittena

REDAKSI

Oleh: Herman

ISTIRAHAT

Sebagai manusia, kita sudah sangat lama berlari tanpa henti. Tubuh dan batin kita akhirnya perlahan-lahan jatuh sakit. Untuk penyembuhan tubuh dan kehidupan batin, kita perlu belajar untuk beristirahat. Ini adalah latihan untuk berhenti, latihan untuk tenang. Seperti pada hewan-hewan di hutan. Ketika mereka terluka atau sakit, mereka selalu mencari tempat yang aman dan tenang untuk berbaring selama beberapa hari. Hewan-hewan tersebut tidak berpikir untuk berburu atau makan atau melakukan apapun, karena mereka merasa perlu beristirahat dan mereka tahu bahwa hanya beristirahat lah dapat menyembuhkannya.¹

Kita sebagai manusia mungkin berpikir, jika kita tidak memakan apapun, kita akan semakin lemah dan tidak bisa sembuh. Kita tidak sebijak hewan-hewan, karena puasa adalah sebuah cara yang sangat mengagumkan untuk membantu tubuh dan kehidupan batin kita untuk sembuh. Tidak terpikir untuk melakukan apapun, makan, lari, mengerjakan proyek, bahkan untuk penyembuhan dan meditasi. Kita hanya cukup untuk berhenti dan membiarkan tubuh kita untuk beristirahat.¹

Banyak di antara kita yang tidak sanggup untuk membiarkan tubuh dan batin kita untuk beristirahat. Hal ini dikarenakan di dalam diri kita terdapat suatu dorongan yang sangat kuat untuk melakukan sesuatu. Kita sudah berlari tanpa henti selama beberapa ribu tahun. Jadi, kita harus mulai berlatih untuk berhenti. Berlatih untuk menyentuh hidup di saat ini yang sangat mengagumkan.¹

Tanpa di sadari kita telah berlatih meditasi samatha. Lebih tepatnya disebut samatha tanpa objek. Ini sebenarnya merupakan salah satu latihan meditasi yang paling gampang, tetapi masalahnya adalah "terlalu gampang", sehingga banyak orang menjadi tidak sanggup melakukannya. Kita cukup mengistirahatkan pikiran kita seperti saat kita istirahat dan melepaskan kelegaan setelah melakukan perjalanan yang cukup panjang selama berjam-jam. Hanya itu yang perlu kita lakukan, dan kita akan mendapatkan penyembuhan tubuh dan batin kita. Ini adalah latihan yang luar biasa. Kita akan merasakan begitu indah dan mengagumkan hidup dalam ketenangan. Kita akan mendapatkan energi kehidupan yang baru seakan-akan kita baru terlahir kembali.

*"Ini (meditasi samatha tanpa objek) sebenarnya merupakan salah satu latihan meditasi yang paling gampang, tetapi masalahnya adalah **terlalu gampang.**"*

KEGIATAN PVVD

Oleh : Vivi (Ketua Makrab 2008)

MAKRAB PVVD 2007



NI DIA PARA
SENOR2 KITA



SO SWEET



F4 VVD



Lum mandi
ya ??



Narsis Group

Seru lho
hiking nya



Kompak
buanget



Panitia & peserta
makrab

Makrab (malam keakraban) adalah salah satu kegiatan tahunan yang di adakan PVVD. seperti tahun sebelumnya, tahun ini akan diadakan kembali untuk menyambut anak2 angkatan baru dalam MAKRAB kita akan belajar, berkenalan, bermain, dan berbagi bersama dengan temen2 kita. untuk temen2 ANGKATAN BARU atau temen2 yang belum pernah ikutn makrab ayoo segeraaa bergabung di MAKRAB tahun ini. rasakan keasyiikan dan pengalaman luar biasa. yang tidak ikutn Rugiiii Sendiriiii ^-^ Nantikan "MAKRAB PVVD 2008"

Coming soon

Oleh : Endrawan Tan

Mengenal Anggota Sangha

Samanera Nyanabhadra : Motivasi

Nama	:	Nyanabhadra [Yeshes bZangpo]
Alamat	:	1. Ekayana Buddhist Centre Jl. Mangga II No. 8L-M-N-0 K Duri Kepa, Jakarta Barat - Indonesia 2. Institute of Buddhist Dialectic College for Higher Tibetan Studies Dharamsala P.O. Sarah, District Kangra - 176215 Himachal Pradesh - I n d i a
TTL	:	1 Januari 1979
Pendidikan	:	1. Ilmu Komputer – S1 Unpad 2. Teknologi Pendidikan UPI
Guru Pentabhisan	:	1. Biku Sthavira, Dharmavimala 2. YM Dalai Lama ke-14
Guru Belajar	:	Biku Dharmavimala Sthavira, YM Dalai Lama, Dagpo Rinpoche, Biku Thich Nhat Hanh, Geshe Sonam Rinchen

Pada kesempatan kali ini, saya menanyakan beberapa hal kepada Yang Luhur Samanera Nyanabhadra seputar hidup dan alasan Beliau memilih kehidupan samanera - meninggalkan kehidupan konvensional, yang tidak lazim bagi banyak orang. Hal yang tidak kalah pentingnya adalah bagaimana aktivitas seorang samanera, apakah sehari-hari penuh duduk meditasi. Dari semua itu, tujuan tanya jawab ini adalah untuk mengetahui lebih banyak sisi kehidupan monastik. Apakah begitu mengerikan? Atau begitu membahagiakan? Apa bedanya dengan kehidupan biasa?

Di usianya yang tergolong sangat muda, Samanera Nyanabhadra ditabiskan menjadi samanera pada awal tahun 2007 (umur 27) oleh Bhante Dharmavimala Thera. Sebelumnya ia belajar bahasa Tibet di India selama kurang lebih ½ tahun. Sempat meniti karir kerja yang mapan di Bandung selama 5 tahun lebih, dan saat ini ia belajar filosofi Mahayana di Institute of Buddhist Dialectic, Dharamsala – Propinsi Himachal Pradesh, India utara; dan awal tahun 2008 ditabiskan menjadi samanera (tradisi Mahayana) oleh YM Dalai Lama XIV, dengan nama penahbisannya Tenzin Donpel.



Samanera Nyanabhadra - Perjalanan ke Gua Guanyin di Hanoi - Vietnam

Berikut beberapa pertanyaan yang saya tanyakan kepada Samanera Nyanabhadra:

Tanya : **Sebaiknya menyapa seorang Samanera dengan apa?**

Samananera : Dalam bahasa Tibet, seorang samanera disapa dengan khu-so-la. Namun, menyapa dengan samanera sudah termasuk sapaan hormat.

T : **Latar belakang Samanera mengenal Agama Buddha?**

S : Saya sempat belajar Islam sewaktu SD. Sejak kelas IV SD saya baru mengenal ajaran Buddha di sekolah. Pada saat itu, ajaran Buddha baru masuk ke sekolah di Karimun – Kepulauan Riau, kakak saya yang ketiga mengajak untuk pindah ke Agama Buddha, saat itu masih kecil dan percaya begitu saja dengan ucapan kakak. Jadi saya sangat berterima kasih kepada kakak saya, saat itu kedua orang sudah tidak ada lagi, jadi sejak umur 5 tahun saya sudah kehilangan ibu, dan sekitar setengah tahun kemudian ayah saya juga menyusul, jadi kami didukung oleh kakak kandung dari segi ekonomi, dan begitu juga pengaruh cara pandang beragama, kami lebih pasif dan ikut saja apa pun kata-kata kakak pada saat itu, jadi saya pindah ke Buddhisme begitu saja.

T : **Jadi kapan Samanera mulai intensif belajar ajaran Buddha?**

S : Saya mulai intensif belajar ajaran Buddha ketika kuliah di Bandung pada tahun 1997, yakni di Vihara Vimala Dharma. Salah satu caranya yakni melalui membaca (buku). Dulu mulai ikut aktif sebagai staf Perpustakaan, perpustakaan kita (Dharma Ratna) memiliki banyak sekali sumber pengetahuan dharma bagaikan harta karun. Pengetahuan dari membaca ini sangat berguna. Dalam hal ini, kita butuh minat untuk membaca buku dharma. Disamping buku berbahasa Indonesia seperti Karaniya dan Penerbitan PVVD, sebaiknya kita juga membaca buku Dharma berbahasa Inggris, karena sumber dalam Bahasa Inggris cukup banyak.

T : **Bagaimana cara membangkitkan minat baca umat?**

S : Butuh cara dan promosi yang tepat. Pengurus harus mampu memberi kesedaran kepada umat untuk mau membaca, manfaat-manfaat membaca terutama dari divisi Perpustakaan. Informasi di BVD, membuat resensi buku, bedah buku dan dari pengurus aktif juga membaca.

T : **Namun ada kendala, misalnya sulit mengajak umat untuk ikut bedah buku ?**

S : Butuh persiapan matang, publikasi yang menarik, seingat saya terakhir ada lomba membuat poster yang berisi kata-kata yang mengajak semua orang untuk aktif membaca. Jika memang sedikit, ini tidak menjadi masalah. Mulailah dari sedikit demi sedikit, yang penting adalah mampu membuat “lingkaran dalam” yang kuat. Dengan bedah buku, kita membaca, mengupas dan praktik apa yang disampaikan dalam buku tersebut. Selama ini kita sering terjebak dengan kuantitas, yang datang harus ramai, padahal kualitas yang seharusnya jadi perhatian kita. Namun secara keseluruhan kita memperhatikan kuantitas dan kualitas.

T : **Berapa orang saudara Samanera?**

S : Ada 8 orang, sekarang 7, karena kakak yang tertua sudah meninggal dunia.

T : Apa yang menjadi motivasi Samanera menjalani kehidupan membiara (monastik), dalam sisi lain Samanera memiliki bekal sarjana dan telah memiliki pekerjaan yang cukup baik. Bukankah ini tidak lumrah bagi orang-orang terdekat maupun sebagian besar masyarakat kita?

S : Awalnya saya termotivasi oleh kisah-kisah sejarah zaman dahulu seperti kisah ajaran Buddha pernah berkembang pesat di Sriwijaya, kemudian saya juga termotivasi oleh juga kisah Pangeran Sidharta beserta guru-guru besar seperti Nagarjuna, Aryadeva, Shantideva, dan Atisa. Di masa keemasan Sriwijaya, ada banyak biksu yang belajar di sana dan mengajarkan ajaran Buddha (terutama Mahayana) demi manfaat bagi banyak orang, pada saat itu umat Hindu dan Buddha hidup harmonis berdampingan. Dan saya yakin, ajaran Buddha yang non kekerasan dan penuh cinta kasih dapat memberikan manfaat ke seluruh aspek kehidupan. Dan jika kita pikir dalam-dalam, apa lagi yang perlu kita kejar, kecuali kemajuan spritual. Apalagi jika berbicara tentang kematian, apapun yang kita miliki, mobil, uang, jabatan, titel sarjana, dan lainnya, tidak dapat kita bawa bersama ketika mati. Yang kita bawa adalah karma baik, pengetahuan, realisasi, kemajuan spiritual, hati yang damai, Untuk itu, saya perlu berlatih dengan serius, saya ingin hidup bahagia, definisi kebahagiaan yang berbeda dengan definisi pada umumnya, saya mau berenang keluar dari samudra penderitaan ini.

Kehidupan monastik tidak menakutkan seperti yang dibayangkan, tiap hari diam meditasi, tidak boleh ini tidak boleh itu, seperti orang dipenjara oleh aturan, Buddha Sakyamuni bukan bermaksud memenjarakan kita dengan aturan-aturan, justru mau membebaskan kita dari berbuat buruk dan terlahir ke alam rendah dan menderita, jadi aturan membebaskan kita dari derita, mereka yang mengerti, akan memahami aturan dari segi pembebasan, namun mereka yang kurang memahami hanya akan melihat dari segi pengurangan atau di penjara.

Pengalaman yang diwariskan oleh orang tua kita adalah pengalaman hidup berumah tangga, sehingga kesempatan untuk bersentuhan dengan kehidupan monastik menjadi berkurang, kalau bersentuhan dengan kehidupan monastik, maka ia bisa mengerti apakah kehidupan seperti itu cocok atau tidak, berikanlah semua orang kesempatan untuk mencoba, kalau memang jalur sangha monastik yang menjadi karir kehidupannya, seseorang akhir jua akan masuk kehidupan monastik, dan apabila memang kesiapannya masih kurang, ia tetap akan kembali lagi menempuh kehidupan rumah tangga secara alami, namun kesempatan mencicipi kehidupan sangha monastik memberi jejak sangat indah, dan tentu saja para anggota monastik senior juga perlu memberikan bimbingan yang pantas.

Bahkan dikisahkan Pangeran Siddharta juga pergi di malam sunyi, Beliau yang seharusnya mewariskan tahta raja saja rela meninggalkan semua itu, kenapa hal kecil-kecil duniawi tidak bisa kita relakan? Memang perlu persiapan untuk sampai pada tahap demikian, kalau Anda sudah siap, pintu sangha monastik selalu terbuka, kesempatan selalu ada di sana.

T : Berarti ada keyakinan bahwa ajaran Buddha akan berkembang ?

S : Ya, berkembang dan dapat memberikan manfaat kepada banyak orang, sifat universal ajaran Buddha yang sangat menakjubkan, menurut saya berlatih dan mengaku diri sebagai seorang buddhis itu baik, namun berlatih dalam jalur buddhis tanpa mengaku sebagai buddhis juga baik, jangan terjebak pada 'label', walaupun label masih dibutuhkan. Ajaran Buddha bisa berkembang atau tidak adalah tergantung generasi penerusnya (junior), dan tentu saja generasi sebelumnya (senior) yang berperan untuk 'melahirkan' mereka yang mau terus belajar, meditasi, dan beraksi seumur hidup, kita adalah generasi penerus dari Buddha Sakyamuni, kitalah yang bertugas melanjutkannya, dan tentu saja kita butuh tenaga-tenaga muda untuk mau masuk dalam monastik. Sangha monastik yang baru ini perlu berlatih dengan komitmen yang serius, setelah beberapa tahun kemudian baru diperbolehkan terjun ke dalam masyarakat. Sangha monastik yang baru butuh "bekal" yang matang sebelum ia memberikan sesuatu kepada orang lain, dan ujung-ujungnya adalah sangha monastik dan umat yang berlatih bersama yang bisa mewariskan ajaran Buddha ke generasi selanjutnya.

T : Ketika memutuskan menjadi samanera, apakah langsung atau masih menunggu?

S : Ada jangka waktu persiapan. Saya sendiri sangat terinspirasi oleh kisah-kisah para guru besar zaman dahulu hingga sekarang yang masuk sangha monastik, seperti Nagarjuna, Aryadeva, Shantideva, Serlingpa Dharmakirti, Atisa, dan guru-guru besar dari Universitas Nalanda. Tunas juga butuh waktu untuk tumbuh menjadi pohon dan begitu juga kemudian memberikan buah atau hasil.

T : Siapa saja guru belajar Samanera?

S : Saya dulu pernah belajar dengan Bhante Bhadraruci, Bhante Dharmavajra yang akrab disapa dengan Bante Cakra, dan juga Lama Dagpo Rinpoche sebagai guru dharma. Sedangkan guru dharma yang sekaligus guru dalam kaitan dengan sangha monastik, saya belajar langsung dari Bhante Dharmavimala dan YM Dalai Lama.

T : Terus, dapatkan Samanera menceritakan proses belajar?

S : Awalnya saya belajar Theravada. Saya mendapat ajaran Theravada yang begitu indah. Dulu saya sering berkunjung ke Vihara di Sukabumi tempat tinggal Bhante Cakra, setelah di Bandung, saya lebih banyak bersentuhan dengan filosofi Mahayana melalui ajaran dari Lama Dagpo Rinpoche. Dagpo Rinpoche tinggal di Perancis, beliau hampir rata-rata setiap tahun sekali datang ke Indonesia, oleh karena itu kadang hanya bertemu sekali dalam setahun, namun beliau sering pergi ke Biara Dagpo Shedrup Ling di Kullu, India Utara; jadi saya juga berkesempatan untuk belajar ke sana, karena antara Dharamsala dan Kullu tidak terlalu jauh. Demikian juga YM Dalai Lama juga sangat sibuk, oleh karena itu saya belajar dari tulisan-tulisan beliau, memanfaatkan kesempatan untuk menghadiri pelajaran Dharma yang beliau berikan secara berkala di Dharamsala, maupun geshe (gelar kehormatan doktor filosofi dari tradisi Gelugpa) yang mendapat tugas mengajar di Institute of Buddhist Dialectic.



Sebulan terakhir ini, sepanjang jalan dari rumah sampai ke gerbang kompleks perumahan penulis, warga dilanda demam bulutangkis. Dari anak-anak sampai orang dewasa bermain bulutangkis di jalan. Mungkin ini pengaruh Indonesia jadi tuan rumah perebutan piala Thomas dan Uber serta kejuaraan dunia bulutangkis yang disponsori sebuah perusahaan rokok.

Olah raga ini sangat dekat dengan penulis. Keluarga besar papa sangat gemar dengan olah raga ini. Bukan hanya sekedar hobby, tapi berprestasi. Papa juara bulutangkis (meski hanya tingkat kabupaten). Penulis pernah lihat foto-foto beliau dengan pialanya, tapi anehnya tak satu pun piala itu terpanjang di rumah. Mengapa? Ceritanya

terkesan tak masuk akal. Ada yang juara ganda, pasangan main papa pinjam pialanya untuk berfoto. Tidak pernah dikembalikan. Piala juara tunggal putra? Sama saja, ada yang dipinjam untuk didokumentasi, ada yang dipinjam untuk dipajang di sekretariat klub-nya dan lain-lain. Papa pun tidak gigih meminta kembali piala tersebut. Alhasil, tak satu pun piala yang ada di rumah. Juara tanpa piala.

Penulis dan adik laki-laki penulis termasuk gemar olah raga ini. Fasilitas ada: raket punya papa, kock sisa latihan dan dari merek terkenal. Hanya saja mainnya di depan rumah, bukan di lapangan bulutangkis (GOR). Pernah terpikir untuk jadi atlet? Tidak! Bahkan setelah SMP, sama sekali tidak pernah main bulutangkis lagi. Mengapa?

Pertama karena jadi atlet belum bisa dijadikan sandaran hidup layak (setidaknya begitu yang terpikir oleh penulis saat itu).

Kedua, melihat pengalaman papa. Banyak yang tidak fair (dari lapangan sampai "penculikan" piala). Olah raga seharusnya menjunjung tinggi sportivitas, tapi banyak yang tidak sportif. Papa bukan hanya berprestasi di bulutangkis saja, tapi juga di cabang tenis lapangan. Setelah cukup berumur, bulutangkis ditinggalkan, beralih ke tenis lapangan. Prestasi juga lumayan. Yang paling penulis ingat adalah kejuaraan dalam rangka 17 Agustus. Padahal saat itu kondisi papa sedang tidak fit. Kaki kesleo karena terjatuh. Setelah diurut, atas

dorongan dari teman-teman di klubnya, papa ikut bertanding. Pertandingan demi pertandingan dilalui dan menang, hingga akhirnya jadi juara pertama. Perjuangan panjang dari babak penyisihan hingga tampil di final tunggal putra. Dapat hadiah? Ternyata tidak! Dengan berbagai alasan, kata panitia, pertandingan tersebut tidak diakui (tidak sah). Setelah diusut, ternyata hanya karena juara pertama bukan dari klub penyelenggara pertandingan. Ups...

Ketiga, karena mama (almarhumah) sering komplain. Urusan bisnis sering dikalahkan hobby olah raga. Untuk bisnis, "prestasi" papa memang tidak secemerlang olah raga. So... penulis jadi agak "alergi" dengan olah raga ini.

Sebenarnya tidak ada yang salah. Kedua hal (bisnis dan olah raga, juga hal-hal lain) bisa seiring sejalan. Di bisnis lancar, di olah raga berprestasi. Asal bisa mengaturnya dengan baik (bijaksana). Bahkan lobby-lobby bisnis, sering dilakukan di sela-sela olah raga (baca: golf).

Semua butuh keseimbangan. Seperti dalam olah raga, ada kalanya kita menang, ada kalanya kita kalah. Sering menang bisa buat kita lupa diri, sering kalah bisa mematahkan semangat. Pada atlet, ada masa jaya (masa keemasan dan dielu-elukan semua rakyat

Indonesia), ada masa harus pensiun (gantung raket, istilah untuk bulutangkis dan tenis lapangan). Ada saatnya kita bekerja, ada saatnya kita beristirahat. Saat jaya, harus pintar-pintar mengatur keuangan. Banyak contoh atlet (termasuk juga artis), hidup mewah di masa jaya, hidup menderita di usia senja. Dari dunia olah raga tinju, Ellyas Pical bisa jadi contoh kasus yang kurang pandai me-manage keuangan di masa jaya.

Ehm... ngomong-ngomong soal olah raga baik bagi kesehatan, tak perlu diragukan lagi. Di usianya yang ke-77 (dalam hitungan Tionghua malah 78) tahun, papa masih kuat bermain bulutangkis seminggu 2 kali. Tentu saja sekarang hanya untuk menyalurkan hobby olah raganya, bukan untuk berprestasi.

Apa yang bisa dipetik dari kisah ini? Semua harus dijalani secara seimbang. Olah raga boleh, asal kepentingan keluarga tetap nomor satu. Kalau olah raga dijadikan sandaran hidup (jadi atlet profesional), pandai-pandailah mengatur keuangan (hadiah, bonus, dan lain-lain) di masa jaya, sebagian ditabung untuk persiapan masa pensiun. Atau bisa siapkan usaha sampingan untuk bekal masa yang akan datang. Ada masa kita begitu dikenal, disanjung,... Tapi waktu terus berjalan, orang-orang baru akan menggantikan peran kita yang harus pensiun. Bila persiapan matang, kita dapat beristirahat dengan tenang menikmati masa tua.

Oleh : Willy Yanto Wijaya

Hati yang Lembut

Sewaktu penulis masih kuliah di ITB, biasanya setiap kali penerimaan mahasiswa baru, KMB (Keluarga Mahasiswa Buddhis) ITB seringkali mengadakan mentoring mengenai Buddhisme. Mentoring biasanya mencakup sharing mengenai riwayat hidup Buddha Gautama dan ajaran-ajaran dasar Beliau. Penjelasan mengenai riwayat hidup Sang Buddha tersebut biasanya selalu ditekankan pada aspek-aspek keajaiban (miracles) baik ketika masa Pangeran Siddharta maupun setelah Beliau menjadi Buddha. Penulis merasa heran kenapa pembahasan selalu difokuskan pada keajaiban-keajaiban seperti ini (sebagai contoh: keajaiban ganda api dan air, berjalan tujuh langkah, dsb)? Memang, tidaklah salah untuk membahas hal ini. Tapi bukankah ada dua keajaiban dalam riwayat hidup Buddha yang lebih ajaib dan lebih indah untuk dibahas? Dua keajaiban ini adalah Kebijaksanaan dan Belas kasih (Wisdom and Compassion).

Sang Buddha sendiri telah mengajarkan pada kita bahwa Dhamma bukanlah agar kita memiliki keajaiban berjalan di atas air; Dhamma adalah untuk mengikis kualitas-kualitas mental negatif dalam diri kita. Dhamma is the miracle of education. Dhamma adalah suatu keajaiban pembelajaran bagi kita. Keajaiban Dhamma itu sendiri terletak pada kualitas pendidikannya, pada bagaimana Dhamma itu diterapkan dan dimanfaatkan bagi kebaikan diri kita dan semua makhluk.



Mereka yang semakin mendalami esensi dari Dhamma, hidupnya akan semakin simpel dan menyejukkan. Sederhana, tanpa pamrih, penuh semangat, namun memberikan kesejukan. Bacalah buku-buku Bhante Thich Nhat Hanh, Anda akan merasakan spirit yang begitu manusiawi dan menyentuh akar-akar spiritual kita. Ketika penulis

Oleh: Willy Yanto Wijaya

mendengar ceramah Master Cheng Yen (pendiri Tzu Chi), penulis merasa begitu tersentuh, kata-kata Beliau terasa begitu lembut, sederhana, namun menggetarkan hati. Inilah “the real miracle” dari Buddha Dharma: kelembutan hati. Sebuah spirit dari welas asih dan kebijaksanaan.

Ketika masih menjadi pangeran, Buddha pun telah menunjukkan hati Beliau yang begitu lembut. Beliau memiliki belas kasih yang mendalam dan pandangan hidup yang penuh prinsip, sebagaimana tertuang dalam kisah berikut:

Suatu hari Pangeran Siddharta meninggalkan Rajagraha menuju sebuah kaki gunung tempat tinggal para petapa. Di tengah perjalanan, ia melihat debu berjatuhan dari gunung di tengah-tengah suara derap langkah hewan. Ketika mendekat, ia melihat ternyata kerumunan panjang itu adalah domba dan kambing yang sedang bergerak beriringan seperti sebarisan awan-awan. Hewan-hewan itu sedang diarahkan menuju kota. Di barisan belakang dari kerumunan itu, seekor anak domba berjalan tertatih-tatih dan pincang kesakitan, salah satu kakinya terluka dan berdarah. Pangeran Siddharta memperhatikan anak domba tersebut dan ibunya yang berjalan di depannya yang terus menerus melihat ke belakang, mengkhawatirkan anaknya yang masih kecil itu. Hati Pangeran Siddharta dipenuhi oleh rasa haru dan kasihan. Ia kemudian menggendong domba kecil yang kakinya terluka tersebut, dengan lembut merawatnya sambil berjalan di belakang mengikuti kerumunan hewan tersebut.

Ketika Pangeran Siddharta melihat si penggembala, ia bertanya, “Kemana kamu akan membawa kerumunan hewan ini? Bukankah biasanya mereka digiring pulang ketika hari menjelang senja? Mengapa kamu menggiringnya di saat siang terik begini?” Si penggembala menjawab, “Raja akan mengadakan upacara pengorbanan besar-besaran hari ini, dan kami telah diperintahkan membawa seratus ekor domba dan seratus ekor kambing ke kota sebelum tengah hari.” Siddharta berkata, “Saya akan ikut denganmu.” Dia membawa domba kecil tersebut dengan kedua lengannya sepanjang jalan menuju kota. Berjalan di belakang kawanan domba, Siddharta akhirnya tiba di kota; kemudian ia pergi menuju istana tempat

Oleh: Willy Yanto Wijaya



akan dilangsungkannya upacara pengorbanan.

Raja dan sekelompok pendeta pemuja api sedang menguncarkan ayat-ayat, ketika api yang besar bernyala-nyala di atas altar. Mereka akan segera membunuh kerumunan domba sebagai kurban, tapi ketika pemimpin dari pendeta pemuja api mengangkat pedangnya untuk menggorok leher domba pertama, Siddharta segera bergerak dan menghentikannya. Dengan sikap yang kalem dan penuh belas kasih, Siddharta berkata kepada Raja Bimbisara, "Yang Mulia, mohon jangan membiarkan para pendeta ini menghancurkan hidup hewan-hewan yang malang ini." Kemudian ia berkata kepada orang-orang yang sedang berdiri

sebagai saksi peristiwa tersebut, "Semua makhluk hidup bergantung pada kehidupannya. Mengapa manusia mesti melakukan kekerasan yang brutal terhadap hewan-hewan yang baik hati ini? Penderitaan dari kelahiran, penuaan, penyakit dan kematian sendiri secara alamiah akan mengakhiri kehidupan mereka." Siddharta melanjutkan, "Jika manusia mengharapkan kebaikan dan belas kasih, semestinya mereka juga menunjukkan kebaikan dan belas kasih, sebab sebagaimana Hukum Sebab Akibat, ia yang membunuh, akan dibunuh. Kalau kita mengharapkan kebahagiaan di masa depan, tidaklah semestinya kita menyakiti makhluk apapun. Sebab siapapun yang menyemai benih-benih kesengsaraan dan kesedihan, niscaya akan memanen buah yang sama." Sikap dan ucapan Siddharta membawakan rasa sejuk dan hati yang damai serta penuh welas asih, juga terdengar lugas dan berwibawa. Ia berhasil sepenuhnya mengubah pandangan Raja dan para pendeta pemuja api sehingga upacara pengorbanan dibatalkan.

Raja Bimbisara kemudian meminta Siddharta tinggal di negerinya untuk mengajar para penduduk agar menjadi welas asih. Pangeran Siddharta sangat berterima kasih secara mendalam, namun karena ia belum mencapai tujuannya, Pencerahan Sempurna, ia dengan rendah hati menolak undangan tersebut dan pergi."

Perjalanan Unit Kakak Asuh ke Cikampek**22 Juni 2008,**

Di pagi hari yang masih terasa dingin itu, 6 orang pemuda Vihara Vimala Dharma sudah berada di dalam mobil hijau PVVD. Siapa mereka dan mau kemana mereka? Mereka adalah para pengurus Unit Kakak Asuh PVVD yang sedang berjalan menuju CIKAMPEK. Perjalanan ini memiliki suatu tujuan, yaitu menjalin kembali relasi dengan adik-adik asuh di Cikampek yang sudah terputus selama 2 tahun, serta melihat kondisi para adik asuh dan keluarganya.

Pk. 07.00 kami sudah tiba di VIHARA BODHI DIEPA, Cikampek. Perjalanan yang ternyata lebih cepat dari perkiraan membuat kami mendapat kesempatan melihat seorang anak yang dengan cekatan menyiapkan ruangan kebaktian sendirian. Melihat semangat anak itu membuat kami semua langsung bergerak untuk membantunya.

Pk. 07.30 kami bertemu dengan ROMO MARJI VIRIYANANDA, seorang guru Agama Buddha sekaligus pengawas adik asuh untuk wilayah Cikampek. Beliau menerima kami dengan sangat baik. Sambil menunggu waktu dimulainya kebaktian, beliau menceritakan sekilas gambaran kehidupan di Cikampek.

Pk. 08.00 kebaktian dimulai. Kebaktian tersebut dipimpin oleh seorang anak bernama YANSEN. Yansen, yang juga diajarkan sebagai seorang adik asuh, ternyata sempat putus sekolah sehingga di usianya yang sudah 15 tahun ini, ia terpaksa masih duduk di kelas I SMP. Maklumlah, ibunya hanya seorang penjual kue-kue basah, sedangkan Ayahnya telah lama meninggal dunia.

Pk. 10.00 Setelah kebaktian selesai, kami mendapat kesempatan untuk berbincang-bincang dengan adik-adik asuh yang diajarkan oleh Romo Marji. Melalui perbincangan tersebut, kami mencoba memperkenalkan diri dan memberitahukan maksud kedatangan kami. Adik-adik asuh juga menceritakan kondisi mereka, sekolah mereka dan cita-cita mereka. Salah satu adik asuh ternyata bercita-cita meneruskan pendidikannya ke Sekolah Tinggi Ilmu Agama Buddha SMARTUNGGGA. Ia senang sekali ketika mengetahui bahwa Unit Kakak Asuh PVVD juga menyediakan beasiswa bagi siswa yang bersekolah di sekolah tersebut.

Pk. 12.00 Romo Marji dan 3 orang pemuda Vihara Bodhi Diepa menemani kami mengunjungi rumah para adik asuh. Rumah yang pertama kami datangi adalah rumah SETIA MUDITA. Dita yang berusia 16 tahun dan seharusnya duduk di kelas II SMA ini ternyata telah lama putus sekolah. Dita yang awalnya segan untuk kembali bersekolah dan menerima bantuan dari para Kakak Asuh PVVD, akhirnya dapat kembali

menumbuhkan semangat belajarnya berkat nasehat dari sang ayah dan Romo Marji. Ayah dari Dita memberi semangat padanya agar mau melanjutkan sekolah kembali walaupun terpaksa kembali ke kelas I SMP. Satu kata-kata yang kami ingat dari Ayah Dita adalah: "Kalau kamu tidak belajar, kamu harus siapkan otot kamu untuk bekerja lebih keras lagi. Kamu harus siap jadi tukang becak saja ya.."

Selain Yansen dan Dita, 4 adik asuh lainnya yang kami kunjungi ternyata lebih beruntung. Mereka dapat terus mengejar pendidikan tanpa sempat merasakan putus sekolah. Hal ini dapat tercapai berkat kerja keras para orang tua/ wali, walaupun pekerjaan mereka sebagai tukang nasi goreng, guru atau pun wiraswasta tidak dapat banyak menghasilkan.

Pk. 14.00 kami kembali ke Bandung. Perjalanan kali ini melelahkan namun menyenangkan. Kami mendapat kesempatan melihat sisi lain kehidupan manusia. Kami bersyukur dapat menikmati pendidikan hingga jenjang yang tinggi dan kami bertekad akan terus membantu mereka yang membutuhkan.

Kondisi ekonomi Indonesia yang dilanda krisis ini memang dirasa sangat berat oleh rakyat-rakyat kelas menengah ke bawah. Kenaikan harga semua kebutuhan hidup sungguh membuat semua orang berpikir mengurangi pengeluaran. Namun demikian, tentu jangan sampai pendidikan anaklah yang harus dikorbankan. Karena merekalah masa depan negara kita. Karena merekalah masa depan perkembangan Agama Buddha di Indonesia. Karena merekalah masa depan kita semua. (andita)



UNIT KAKAK ASUH PVVD
Rekening BCA No. 7770439820
an. Sumarya/ Sanjay Sham Bhojwani

Telp: 081910422016/ Maria: 081802190500
Email: unitkakakasuh_pvvd@yahoo.com

Oleh : Endrawan Tan

lanjutan dari halaman 9



dari kiri ke kanan, Samanera Nyanabhadra, Bhante Dharmavimala, Thay Phab Dung, Bhante Nyanaprathama, foto di Gua Guanyin, Hanoi - Vietnam

Bhante Dharmavimala selalu memberi bimbingan berkaitan dengan banyak hal, jadi, guru cukup berperan dalam proses belajar. Dari sisi guru demikian, kemudian dari sisi seorang murid, seseorang juga perlu semangat dan rajin dalam belajar, latihan, dan meditasi.

T : Apakah tidak terjadi kesulitan mempelajari lebih dari satu tradisi karena adanya perbedaan?

S : Belajar Theravada dan Mahayana merupakan satu kesatuan. Karena saya yakin, Buddha mengajarkan sesuai kebutuhan masing-masing orang. Dalam hal ini, saya butuh Theravada dan saya juga butuh Mahayana, perpaduan indah, karena sampai detik ini, saya merasakan semua teori dan latihan saling menunjang dan memperkuat. Barangkali ada orang yang protes bilang seperti gado-gado, tapi buktinya banyak yang demikian terjadinya, mencicipi gado-gado dan rasanya oke, tidak membawa pertentangan, justru perpaduan yang damai, saling menunjang, terlalu 'pagi' untuk mengatakan bahwa

gado-gado tidak enak. Kalau memang ada orang yang hanya suka makan lontong saja yang ada dalam gado-gado, itu juga boleh. Banyak orang terjebak pada kemurnian aliran sehingga lupa esensi inti ajaran Buddha yang hanya ada satu rasa, yaitu rasa 'pembebasan'. Ketika semua aliran berbicara meditasi, semua menuju pada goal yang sama, yaitu bahagia dan pembebasan. Walaupun saya lebih fokus dengan Mahayana dan semangat bodhicitta, namun saya tidak meninggalkan esensi praktik ajaran Theravada.

T : Suka duka menjalani kehidupan Samanera?

S : Duka tidak banyak. Lebih banyak suka, karena Duka kujadikan Suka, dan Suka tetaplah menjadi Suka.

T : Bisa dijelaskan, Samanera?

S : Mungkin orang akan berpikir bahwa menjalankan Vinaya (sila-sila yang dijalankan seorang biku/samanera) merupakan suatu hal yang berat sehingga berpikir menjadi samanera atau biku menjadi sulit dan tertekan. Namun sebaliknya, menjalankan vinaya merupakan hal yang membuat saya bahagia dan bebas. Karena menjalankan Vinaya berarti membebaskan saya. Membebaskan diri saya agar tidak jatuh ke dalam alam neraka ataupun alam rendah. Jadi vinaya merupakan pelindung. Menjalankan vinaya berarti membuat pelindung diri. Dengan menyadari hal ini sepenuhnya, maka hidup kita menjadi bahagia, bukan duka atau tertekan, menjalankan vinaya dengan

pemahaman esensinya, maka yang hadir adalah kebahagiaan, ringan, dan santai, oleh karena itu tugas para praktisi monastik adalah menjadikan semuanya menjadi suka dan suka tetaplah suka, dan jangan terjebak dalam suka, namun berbahagialah dalam suka, dan menyadari sepenuhnya suka.

T : Apa yang perlu dipersiapkan seorang jika ingin menjalankan pabbaja atau samanera?

S : Perlu persiapan yang matang, persiapan mental, segi pengetahuan, dan komitmen, sebelum ditahbiskan oleh YM Dalai Lama XIV, ada satu pertanyaan yang menarik, pertanyaan itu berbunyi demikian, "Tahukah Anda bahwa menerima penahbisan sangha monastik adalah komitmen seumur hidup, bersediakah anda?" Jadi lakukanlah banyak persiapan.

T : Bagaimana dengan persiapan ke lingkungan/keluarga?

S : Pada awalnya, kebanyakan orang tua akan menentang jika anaknya punya niat untuk masuk sangha monastik. Namun, kita dapat menyampaikan dengan sabar, tenang, dan penuh cinta kasih mengenai aspirasi kita. Karena semua orang tua berharap anaknya bahagia, dan tentu saja bahagia yang sesuai dengan definisi orang tua, dan tentu saja bahagia yang mereka maksud adalah bahagia berumah tangga. Kita dapat meminta izin kepada orang tua kita agar memberikan kesempatan untuk mencoba menjalankan program pabbaja atau samanera. Kita memohon kepada orang tua untuk memberikan kita kesempatan untuk mencicipi kebahagiaan sebagaimana yang dikatakan oleh Buddha. Belum tentu kita tidak bahagia ketika masuk ke sangha monastik. Untuk itu, perlu untuk mencoba, karena sangha monastik adalah megarahkan orang untuk menjadi lebih baik, lain cerita kalau anak tersebut mau minta izin menjadi pengedar narkoba atau bajak laut, silakan orang tua mencegah dengan segala upaya, jangankan orang tuanya sendiri, kalau memang bisa saya juga bakal ikut membantu untuk mencegahnya.

T : Apakah sulit menjalankan hidup menjadi samanera, dalam artian adanya perbedaan aktivitas umat biasa dengan kehidupan samanera?

S : Sejauh yang saya lihat hingga saat ini, kehidupan seorang samanera atau biku tentu saja begitu normal. Kita juga makan, minum, mandi dan beraktivitas lainnya. Yang beda adalah kegiatan utamanya. Seorang sangha monastik seyogianya setiap hari melaksanakan meditasi, hidup dengan penuh kesadaran, sadar apa yang terjadi dalam pikirannya, tubuhnya, dan ucapannya; belajar dan berlatih untuk kemajuan spritual. Saya masih ingat ketika seorang reporter bertanya kepada YM Dalai Lama, seberapa banyak waktu yang dipergunakan untuk latihan meditasi, YM hanya senyum dan menjawab 24 jam. Sedangkan umat perumah tangga melakukan aktivitas di tempat kerja atau bisnisnya. Sama-sama beraktivitas, sama-sama bisa melakuka meditasi yaitu meditasi kerja, meditasi menuju kebahagiaan, kedamaian, dan ketentraman.

T : Sehingga aktivitas seorang monastik tidak membosankan?

S : Tidak membosankan. Semakin banyak meditasi maka semakin bisa hidup penuh kesadaran, seharusnya mendatangkan kedamaian dan kebahagiaan, melahirkan energi dan semangat baru yaitu energi perhatian dan waspada; bagi yang cinta kemajuan spiritual, cinta kedamaian, cinta kebijaksanaan, ia tidak akan merasa bosan. Apabila muncul rasa bosan, mungkin dia lupa makna dan manfaat dari latihan monastik atau perlu berlatih lebih rajin dan semangat lagi, dalam hal ini, biku senior atau sesama anggota sangha monastik wajib saling mengingatkan akan kemuliaan dan manfaat dari berlatih, dengan rajin berlatih berarti kita menjadi lonceng kesadaran buat anggota monastik lain.

T : **Latihan seperti apa yang dapat diterapkan oleh umat biasa?**

S : Latihan hidup berkesadaran atau meditasi. Latihan ini juga digunakan oleh sangha monastik dalam mencapai kemajuan spiritual. Jadi, selain meditasi formal dilakukan di vihara, hutan-hutan, semua dari kita dapat melakukan meditasi dalam keseharian yaitu meditasi yang bersatu padu dengan kehidupan sehari-hari. Meditasi tidak hanya duduk, diam, dan merem, namun ada meditasi santai dan rilek, hanya memperhatikan napas keluar dan masuk kemudian sadar sedang bernapas dan sadar aku masih hidup, kembalilah pada momen ini dan saat ini, maka meditasi itu menjadi begitu indah dan mudah, yang perlu dilakukan adalah perhatian atau sadar pada apa yang sedang kita lakukan. Sadar dengan apa pun yang sedang kita kerjakan. Ini suatu latihan. Ketika nyetir, sadar sedang meyetir mobil. Ketika dosen memberikan penjelasan di kelas sadar dan konsentrasi mendengar, kita sering menyetir tapi kadang pikiran melayang ke tempat lain sehingga banyak terjadi kecelakaan, kita sering mendengarkan dosen memberikan pelajaran tapi pikiran melayang ke tempat lain sehingga lupa akan pelajaran dari dosen itu, kita sering terjebak di masa lalu yang sudah lewat dan khawatir masa mendatang yang belum juga tiba, jangan merasa bahwa meditasi hanyalah latihan para anggota sangha monastik saja, dan meditasi harus duduk bersila, diam, dan merem, namun ini latihan meditasi bisa dilakukan dengan berbagai metode oleh siapapun, apakah sangha monastik maupun umat biasa, bahkan umat agama lain juga bisa.

T : **Apa manfaat latihan seperti ini Samanera ?**

S : Latihan ini memberi manfaat yang besar. Kita akan semakin memiliki kepekaan tentang apa yang kita lakukan, sehingga kita bisa memberi respon yang sesuai dan tepat. Kita menciptakan energi positif yang akhirnya menjadi kebiasaan baru kita, ketika kita marah, barangkai kita bisa menarik napas, aku sadar aku sedang menarik napas, napas keluar aku sadar aku sedang marah, bernapas keluar dan masuk, aku melepaskan kemarahan, kita menyadari kita sedang marah, maka kemarahan akan dapat diatasi, yaitu melalui cara kelembutan kita membelai kemarahan itu dan mengundang marah kembali ke tempat asalnya, melalui cara damai yaitu perhatian penuh kesadaran seperti ini kita mengalahkan marah tanpa perlu senjata apa pun, bukan dengan cara kekerasan, menekan, bom, tank, rudal untuk mengalahkan kemarahan. Seandainya kita

tidak sadar sepenuhnya, jika ada senapan atau golok, kita bisa secara seponatan menembak atau mengayunkan golok itu kepada orang yang membuat kita marah. Berlatihlah dalam kondisi damai seperti sekarang ini, dan ketika marah datang berkunjung kepada kita, saat itu kita sudah siap. Melalui latihan seperti ini, kita dapat mencegah aktivitas karma buruk, demikian juga dengan emosi-emosi negatif lainnya.

T : Apakah latihan perhatian atau berkesadaran merupakan aktivitas karma baik?

S : Landasan karma baik adalah niat dan beberapa faktor penunjang. Dengan latihan perhatian atau berkesadaran menghasilkan kualitas karma baik yang lebih besar. Dengan berkesadaran, kita akan menjadi tahu apa yang harus dilakukan, apa yang tidak. Jadi latihan perhatian atau berkesadaran menurut cara buddhis tentu saja berkaitan dengan kebajikan, dan cara ini yang mengarahkan kita ke hal baik, yaitu sadar dengan apa yang sedang terjadi, lihat dengan baik-baik dan mendalam, kemudian memberi respon dengan tepat. Contoh ketika berdana, jika dilandasi kesadaran, kita akan tahu cara berdana. Orang berdana dengan tulus adalah “diam-diam”, tanpa memberitahu orang lain bahwa ia telah berdana. Dalam hal ini, sangat diperlukan kualitas batin daripada kuantitas ketika berdana.

T : Apakah menjadi samanera merupakan suatu usaha atau pilihan karena ‘takdir’?

S : Kalau dibilang takdir, kita perlu definisi jelas dulu apa makna takdir, takdir yang saya tahu adalah bersifat ketetapan atau ketentuan dari sosok makhluk yang Adi Kuasa, jadi saya kurang sepaham dengan jalan pikiran demikian. Saya sendiri percaya dengan koleksi karma yang sudah kita tabung, dan kekuatan koneksi karma yang membawa kita ke kondisi kita saat ini, jadi saya masuk menjadi anggota sangha monastik bukanlah takdir, melainkan kondisi penunjang dalam kehidupan ini dan ditunjang atau dipengaruhi oleh koneksi karma sebelumnya, sehingga pilihan saya jatuh pada masuk sangha monastik. Tapi dari saya sendiri, saya merasa (kira-kira) kehidupan sebelumnya seperti pernah menjalani kehidupan monastik, sehingga ada relasi karma sebelumnya, dan tentu saja relasi ini tercipta dari berbagai kondisi dan perjumpaan, contohnya perjumpaan dengan dharma, guru, dan lingkungan. Jadi, perlu usaha yang dalam waktu jangka yang panjang, Siddharta juga demikian, perlu upaya dan waktu yang lama.

T : Pesan Samanera kepada pembaca tentang monastik?

S : Jangan merasa bahwa kehidupan monastik merupakan sesuatu yang mengherikan. Ada orang yang mengatakan “...saya takut menikah.. saya takut menghadapi masalah”. Jika memang demikian hal ini, maka kita bisa bertanya balik: apakah kamu berani tidak menikah? Berani terima tantangan ini? Bagaimanapun juga, baik monastik maupun perumah tangga, sama-sama berada di jalur latihan, namun dilihat secara umum, kesempatan untuk berlatih tentu saja adalah anggota sangha monastik, dan umat perumah tangga terlalu sibuk dengan tugas di kantor dan bisnis maupun pekerjaan. Namun kita

lihat di Indonesia, anggota sangha monastik juga sibuk melayani umat yang begitu banyak, bahkan anggota sangha monastik banyak menghabiskan waktu untuk mengurus 'bisnis', sehingga lupa untuk terus melatih diri. Kualitas berlatih memang sulit untuk dijelaskan secara eksak, karena toh banyak perumah tangga yang berlatih begitu rajin dan tekun sehingga dilihat dari kualitas-kualitas mereka lebih baik daripada anggota sangha monastik, dan saya melihat banyak kejadian seperti ini, dia yang berlatihlah yang maju terus dalam spiritual, apakah dia seorang monastik maupun umat perumah tangga, namun menurut pendapat pribadi, aspirasi masuk sangha monastik merupakan aspirasi tertinggi, karena saya yakin dengan jalur yang ditempuh oleh Sidharta dan semua guru-guru besar dari zaman dahulu hingga saat ini. Contohnya pada pahlawan zaman sekarang seperti YM Dalai Lama, YM Thich Nhat Hanh, YM Sheng Yeng, dan sebagainya. Silahkan pilih. Jadi, jika ada yang tertarik masuk sangha monastik, silahkan mencoba.

T : OK, terima kasih Samanera. Pesan terakhir kepada generasi muda?

S : Kondisi sangha monastik saat ini masih belum begitu mendukung untuk berlatih karena kurangnya sumber daya dan kondisi. Tapi, inilah tugas-tugas generasi muda, mari kita bangun bersama komunitas untuk berlatih perhatian murni untuk diri sendiri maupun manfaat bagi orang lain. Dan bagi mereka yang tertarik masuk sangha monastik, mari kita bangun sangha monastik yang semangat belajar dan berlatih, apalagi suatu saat generasi monastik senior (tua) akan 'pensiun', maka kita lah yang menjadi penerus. Bagi mereka yang beraspirasi menempuh karir berumah tangga juga bisa ikut bergandengan tangan untuk maju dalam spiritual dan saling mendukung. Saya berpikir bagaimana kita bisa mengembalikan ajaran Buddha yang menyebar luas dan memberi manfaat kepada orang banyak ketika zaman Kerajaan Sriwijaya. Tapi bukan berarti kita harus menjadikan semua orang menjadi anggota sangha monastik. Nggak. Namun bagi yang berminat dan ingin tahu, boleh dan silahkan mencoba. Itu sangat dianjurkan. Walaupun setelah mengetahui dan merasakan, akhirnya pilihannya tetap rumah tangga, juga silahkan.

Terima kasih kepada khu-so-la Nyanabhadrā atas waktu dan sharing Dharmanya. Semoga semua ini dapat menambah pengertian kita mengetahui sangha dan sekaligus memotivasi kita untuk menjalankan hidup dengan perhatian murni demi manfaat diri sendiri maupun orang banyak. Semoga Buddha Dharma berkembang dan memberikan manfaat bagi semua makhluk.

*Monastik = biarawan; biku/ni, samanera/i

KARIKATUR

OLEH : YUNITA CINDRA



OLEH : HUIONO

Kalah Dari Anjing

Kupikirkan tentang masa lalu tentang beberapa temanku, teman yang betul-betul sudah lama –mungkin teman SD– aku jadi teringat berbagai kisah konyol, tolol, absurd atau sedikit jorok. Aku anak yang nakal dulunya. Sekarang pun, kalau mengingatnya, aku masih berpotensi menjadi nakal kembali.

Tapi, aku hanya mau menceritakan hal-hal yang seru dan ada hubungannya dengan teman-temanku. Sebab kalau ternyata hal-hal itu memalukan, aku tidak sendiri. Pada saat ada orang lain yang ikut menanggung sesuatu bersamamu, maka efeknya seolah berkurang –itu menurutku. Waktu itu aku dan teman-temanku mencuri mangga di tetangga sebelah teman baik temannya temanku yang punya anjing galak. Tapi juga punya adik perempuan yang manis. Kami memanjat pohon dengan saling menginjak pundak. Ketika di atas, kami mulai memetik buah mangga. Karena temanku di bawah tidak becus menangkapnya, mangga itu berguling hingga ke halaman teman baik temannya temanku. Ketika dia memunggutnya, adik teman baik temannya temanku keluar karena suara gaduh dan ribut.

Kami yang berada di atas memang meneriaki dan memaki teman kami itu dungu. Temanku itu, yang baru saja kami panggil dungu jadi tersipu karena malu. Bukan karena kami memakinya dungu. Tapi karena adik teman baik temannya temanku yang menurut kami semua sangat manis, tersenyum padanya. Rupanya dia jadi malu ketahuan mencuri mangga tetangga gadis pujaan kami semua. Kami juga terdiam dan tidak bersuara lagi. Pura-pura tidak tahu apa yang sedang terjadi. Aku mengambil dua pucuk daun mangga yang masih muda dan berwarna coklat lalu menempelkan di atas bibirku. Terlihat seperti kumis kalau dari jauh. Gadis kecil manis itu tersenyum padaku. Dan aku jadi sangat malu.

Tiba-tiba anjing teman baik temannya temanku keluar dan mulai menggongong ke arah temanku yang tadi kami panggil dungu. Dia lari terbirit-birit membawa mangga di tangan dan rasa malu di dadanya. Kami yang di atas pun tak kalah kaget. Meski anjing itu mustahil mencapai ketinggian kami saat itu.

Yah, betul saja. Pemilik pohon mangga yang sedang kami panjati keluar dan menatap kami tanpa sepele kata pun. Buru-buru kami turun dan lari tunggang langgang. Sandal jepitku ketinggalan dan ketika aku kembali, pemilik pohon mangga sudah kembali ke dalam rumah menikmati secangkir

kopinya yang sempat diteguknya tinggal setengah sebelum suara anjing menyalak menyadarkannya bahwa ada sekelompok bocah tengik yang menggerogoti pohon mangganya.

Sebetulnya rasa takut kami pada pemilik pohon mangga yang sudah tua itu sedikit berlebihan. Dia tidak akan memarahi kami atau melempari kami dengan batu. Tapi biasanya, anak-anak suka sekali menciptakan rasa takut yang akhirnya mereka ubah menjadi lelucon atau semacam kekurangajaran yang tak semestinya. Kami sering mengatakannya siluman tua yang dingin. Karena memang dia tidak pernah tersenyum atau marah. Ekspresinya selalu datar-datar saja. Kami berpikir kalau dia menganggap kami hanya setumpuk sampah. Dan itulah awal mula kami mencari gara-gara padanya. Mulai mencuri buah mangganya.

Aku ingat gadis kecil manis yang memergoki kami mencuri mangga masih di depan pintu rumahnya dan melemparkan senyum yang hampir membuatku tersandung karena aku tidak menduga dia akan melempar senyum maut di saat aku sedang terburu-buru melarikan diri. Aku menyengir ke arahnya tapi anjingnya bereaksi dengan menggonggong ke arahku. Kemudian dia memarahi anjingnya. Dalam hatiku aku begitu puas. Aku yakin gadis kecil manis itu telah terikat padaku.

Aku menemukan teman-temanku sedang berada di rumah temanku. Mereka sudah mulai menggerogoti mangga yang salah satunya susah payah kudapat. Aku mengambil sebiji yang sepertinya sudah ada bekas gigitannya. Entah kenapa temanku tak jadi membukanya aku tak peduli. Kemudian temanku mengatakan masing-masing hanya dapat satu. Aku mulai menyadari kenapa pada manggaku ada bekas gigitan tapi tidak jadi dimakan. Rupanya manggaku satu-satunya yang belum matang. Asam dan sepat rasanya. Aku menanyai mereka, siapa yang sudah begitu bodoh memetik mangga mentah itu. Mereka begitu sepatat menunjuk ke arahku. Dan sepertinya memang benar aku yang memetikinya. Aku tidak tahu membedakan mangga matang dan mentah hanya dengan meraba-rabanya. Aku membuang mangga itu setelah gigitan ketiga karena gigiku mulai ngilu. Mereka tidak bicara apa-apa. Dan aku tak mau mengemis pada mereka supaya membagikan sedikit mangga mereka.

Oh ya, aku harus menceritakan tentang gadis kecil manis itu lagi. Beberapa hari kemudian aku bertemu lagi dengannya di sekolah. Dia kelas dua dan aku kelas tiga. Seharusnya aku kelas empat. Tapi aku pernah tinggal kelas sekali.

Aku memberinya permen dan dia tersenyum padaku. Aku menyadari kalau senyum mempesonanya yang kulihat dari atas pohon beberapa hari yang lalu ternyata termanipulasi oleh ketinggian saat itu. Ternyata tidak terlalu manis. Giginya bagian samping ternyata ompong. Ompong satu ternyata sangat aneh dilihat dari dekat. Lebih aneh dibandingkan bila aku tersenyum di depan cermin

STORY'S STORY

dan menyadariku gigiku yang ompong hampir seluruh barisan depan. Ketika pulang sekolah, aku mengantarkannya hingga depan pintu rumahnya. Anjingnya yang entah dari mana munculnya menerkamku. Aku jatuh ke belakang dan kepalaku berkunang-kunang. Aku hampir saja menangis. Tapi sebagai anak kecil, aku bisa jaga harga diri juga. Aku tak mau meneteskan air mata di depannya. Dia memarahi anjingnya. Aku berharap anjingnya ditenangkannya, dilemparnya pakai batu atau dipukul pakai sapu. Tapi ternyata tidak. Dia malah mengelus-elus anjingnya dan itu membuatku kecewa. Padahal seharusnya dia mengelus kepalaku yang benjol. Aku langsung berdiri dan pura-pura tegar sambil menahan rasa iriku pada anjing itu. Aku ingin sekali memisahkan mereka. Tapi bagaimana caranya?

Aku pamit padanya dan lagi-lagi dia terseyum padaku. Aku berjarak hampir tiga meter darinya. Serangan anjing itu membuatku terpental cukup jauh juga. Dan, dari jarak hampir tiga meter ini, senyum dengan ompong sampingnya terlihat begitu manis.

Aku yang terlalu percaya diri setelah mendapatkan senyum manisnya berulang kali akhirnya memperbesar nyali. Aku mengajaknya duduk di atas jalan masuk ke rumahku yang di bawahnya terdapat parit kecil. Kami terdiam beberapa saat terbuai oleh bunyi aliran air parit yang nyaris tak terdengar dan bunyi ikan-ikan parit yang mengambil napas yang tak mungkin terdengar. Kuputuskan untuk bersuara. Tapi aku malah mengatakan sesuatu yang menjijikkan. Aku menunjukkan padanya seonggok kotoran manusia yang terapung dan terbawa arus air parit. Kemudian aku menatap matanya yang berbinar indah.

Aku tahu perasaanmu padaku, ujarku saat itu. Tapi aku tak mau dekat-dekat anjingmu.

Dia menatapku diam. Kurasa dia malu karena berhasil kutebak isi hatinya. Tapi ternyata tidak. Dia tidak mengerti arah pembicaraanku.

"Maksudmu apa?" tanyanya dengan lugu.

Aku bilang padanya. Dia kalau menyukaiku, harus berpisah dari anjingnya. Aku tak suka pada anjingnya.

Dia bilang padaku dia menyukaiku. Tapi dia tak mau berpisah dari anjingnya. Dan kemudian dia berjalan meninggalkanku begitu saja. Tentu saja aku menjadi bingung.

Lalu dia berbalik lagi. Matanya menjadi berkaca-kaca.

"Kau jahat! Anjing itu kupelihara sejak kecil. Aku tak mau berpisah dengannya." Untuk pertama kalinya aku belajar tentang sakit hati. Aku kalah dibandingkan seekor anjing? Lebih sakit lagi ditolak oleh orang yang sebenarnya menyukaiku. Demi anjing?

OLEH : WILLY YANDI

Tidur Nyenyak

“Yang Mulia, apakah Bhante telah tidur nyenyak?”

“Ya, Pangeran, aku telah tidur nyenyak. Di antara mereka di dunia yang selalu tidur nyenyak, akulah salah satunya.”

“... Misalnya ada seorang perumah tangga yang tinggal di rumah dengan atap yang dingin, diplester di luar dalam, terlindungi dari angin, dengan pintu yang dikunci dan jendela tertutup. Dan ada tempat tidur di rumah, ditutupi permadani wol hitam yang berbulu panjang, dengan sprei wol putih, penutup ranjang yang berhias bunga, dibentangi kulit rusa yang sangat indah, dengan tirai di atas bagian kepala dan bantal merah menyala di kedua ujungnya. Bagaimanakah pendapatmu, pangeran, apakah orang itu akan tidur nyenyak atau tidak?”

“dia pasti tidur nyenyak bhante. Dia akan menjadi salah satu dari di dunia yang selalu tidur nyenyak”

“Nah, pangeran, nafsu (keserakahan), kebencian, dan kebodohan batin yang menyiksa perumah tangga itu, yang menyebabkan dia tidak tidur nyenyak, telah ditinggalkan oleh Tathagata, terpotong di akarnya, dibuat gersang seperti tunggul pohon palma, terhapus sehingga mereka tidak lagi muncul di masa depan. Oleh karena itulah, pangeran, aku tidur nyenyak”
(Ringkasan Anguttara Nikaya III, 34)

Dari Anguttara Nikaya ini, sang Buddha menjelaskan bahwa tidur nyenyak bisa diperoleh dengan dukungan dua faktor:

1. faktor eksternal
2. faktor internal

walaupun faktor eksternal seperti kenyamanan tempat dapat mendukung kenyamanan tidur seseorang, Sang Buddha menjelaskan bahwa yang paling penting adalah faktor internal dalam diri. Ketika seseorang selalu dipenuhi pikiran serakah, benci, akan memengaruhi pikirannya sehingga tidurnya tidak tenang.

Jadi menurut pandangan buddhis, nyenyak tidur seseorang dipengaruhi terutama faktor dalam diri yaitu kadar keserakahan, kebencian dan kebodohan dalam diri. Ketika kadar pikiran negatif tersebut semakin kecil, seseorang akan tidur dengan tenang, nyenyak dan damai.

ARTIKEL BEBAS

OLEH: ALVIN

JADILAH ORANG BAIK YANG BIJAKSANA

Ada cerita dari Zen dimana diceritakan ada dua orang bikhu yang hendak menyebrangi sebuah sungai. Bikhu yang pertama adalah seorang bikhu senior dan yang satunya lagi adalah bikhu yang masih muda. Waktu mereka sedang berusaha menyebrangi sungai itu, mereka berdua melihat seorang wanita yang masih muda mendapat kesulitan untuk menyebrangi sungai yang akan mereka lewati. Hal ini membuat bikhu yang masih muda itu bingung, sebab ada Vinaya kebikhuan yang melarang seorang bikhu memegang wanita.

Tapi ketika wanita itu memohon bantuan dari bikhu yang senior untuk menyebrangi sungai, tanpa ragu-ragu bikhu senior itu lalu membantu si wanita itu dengan mengendongnya untuk melewati sungai bersama-sama. Sementara mereka bertiga bersama-sama melewati sungai, bikhu yang masih muda itu heran dengan perbuatan bikhu seniornya itu. Ia berfikir, “bukankah menurut vinaya kebikhuan, seorang yang menjadi bikhu itu, dirinya akan dibatasi untuk tidak memegang seorang wanita apalagi mengendongnya?” Meskipun wanita yang digendong bikhu senior itu telah pergi jauh dan mereka juga telah berjalan jauh melewati sungai itu, bikhu yang masih muda itu terus saja berfikir mengapa bikhu seniornya melanggar vinaya kebikhuan. Akhirnya bikhu muda itu memberanikan diri untuk berbicara kepada bikhu seniornya. Ia berkata: “Bhante mengapa bhante mengendong seorang wanita ketika kita melewati sungai? bukankah tindakan itu melanggar vinaya seseorang yang menjadi bikhu?”

Bikhu senior hanya menjawab kepadanya: “wanita apa yang saya gendong? walaupun anda melihat saya mengendong seorang wanita, tetapi pikiran saya sudah lama sekali tidak memperhatikan lagi wanita. Sebaliknya walaupun saya tidak melihat anda mengendong seorang wanita, tetapi sampai sekarang pun anda masih terus saja mengendong dan membawa-bawa wanita di dalam pikiran anda”

Sekarang saya akan mencoba memberikan penjelasan dari cerita zen itu. Kedua orang yang menjadi bikhu itu diumpamakan sebagai orang-orang yang mau melatih diri mereka untuk mencapai keadaan yang lebih baik. Dan perumpamaan ini bisa dipakai oleh siapa saja yang mau berusaha menjadi lebih baik, bukan harus seorang bikhu / memiliki pandangan tertentu saja. Bikhu senior menggambarkan seorang yang baik serta memiliki pengalaman dan kebijaksanaan yang tinggi. Sedangkan bikhu yang masih muda mengam-

barkan seorang yang baik yang taat pada aturan yang diberikan oleh pandangan yang diterimanya.

Seseorang yang mau mencapai keadaan yang lebih baik, ia tidak cukup hanya berjanji saja untuk menjadi orang yang baik, tetapi ia harus berusaha untuk mencapai tujuannya itu. Hal ini digambarkan dimana para bikhu berusaha untuk menyebrangi sungai. Dan di dalam setiap usaha yang dilakukannya, ia pasti akan menemukan masalah yang harus dihadapinya. Hal ini dijelaskan dengan perumpamaan dimana para bikhu itu melihat seorang wanita yang kesulitan untuk menyebrang sungai.

Kebingungan yang dialami bikhu muda karena adanya vinaya kebikhuan yang melarangnya memegang seorang wanita, menggambarkan bahwa seseorang yang berusaha bisa mendapatkan suatu masalah yang akan membuatnya kebingungan / serba salah seandainya ia harus mengambil suatu keputusan untuk menyelesaikan masalahnya itu, karena masalahnya itu tidak bisa diselesaikan oleh suatu aturan-aturan agama dan yang sejenisnya, yang selama ini ia anggap benar. Masalah yang seperti itu hanya bisa diselesaikan dengan kebijaksanaan orang tersebut.

Supaya menjadi orang yang bijaksana, seseorang harus melatih dirinya untuk keluar dari bentuk-bentuk dualisme seperti benar / salah dll. Ia juga harus melatih dirinya untuk tidak terikat pada pandangan / aturan-aturan dogmatis yang dianggapnya benar. Hal ini dikarenakan suatu bentuk kebijaksanaan tidak memihak pada salah satu bagian dari dualisme, seperti hanya menerima kata benar, baik, boleh, aku, peraturan, suci, dll, lalu menolak kata-kata salah, jahat, tidak boleh, kamu, bukan peraturan, hina, dll. Maka suatu keputusan yang diambil dengan cara yang bijaksana akan selalu menjadi jalan tengah dari suatu permasalahan. Tetapi suatu bentuk aturan masih terikat pada dualisme dan kondisi / keadaan yang dibuat dalam aturan itu, sehingga seseorang yang melanggar suatu bentuk aturan dapat dikatakan telah melakukan kesalahan. Hal ini berarti seseorang yang mengikuti suatu bentuk aturan tertentu dan ia terikat pada aturan itu, maka ia tidak akan dapat menumbuhkan kebijaksanaan pada dirinya, apalagi kalau ia juga tidak memahami arti bentuk aturan tersebut. Suatu bentuk aturan hanya dapat mengendalikan diri seseorang pada kondisi-kondisi tertentu saja untuk menjadi lebih baik, dan itu pun masih tergantung pada benar / salah aturan itu.

Perumpamaan dari bikhu senior yang tanpa ragu-ragu menggendong seorang wanita, menggambarkan seseorang yang sudah keluar dari bentuk-bentuk dualisme karena ia sudah tidak terikat pada aturan-aturan yang dogmatis yang dianggapnya benar. Ia juga tidak akan memihak pada kata benar atau menolak pada kata salah dari suatu aturan yang diterimanya, tetapi ia sudah memahami arti dari bentuk aturan itu, sehingga ia dapat mengambil keputusan yang bijaksana sebagai jalan tengah untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

Bagi orang-orang yang masih terikat kuat pada dualisme, pasti akan merasa heran atau menganggap salah pada orang yang bisa mengambil suatu keputusan dengan bijaksana, jika keputusannya itu melanggar aturan yang selama ini dianggap benar. Hal ini diumpamakan dengan keheranan bikhu muda yang heran melihat perbuatan bikhu seniornya. Sedangkan bikhu muda itu terus saja berfikir mengapa bikhu seniornya melanggar vinaya, menggambarkan seseorang yang masih terikat pada dualisme benar dan salah dari suatu aturan yang diterimanya. Ia bisa mengatakan salah pada orang lain hanya karena melihat kondisi seseorang yang tindakannya tidak sesuai dengan aturan yang diterimanya. Orang itu hanya mengikuti begitu saja dan taat pada bentuk aturannya, tetapi ia tidak memahami dengan jelas maksud dari aturannya itu. Akibatnya kebijaksanaan tidak tumbuh di dalam pikirannya.

Kalau anda memperhatikan dikehidupan sehari-hari, ternyata banyak orang yang baik, tetapi tindakannya seperti bikhu muda itu. Orang itu taat menjalani suatu aturan dari pandangan yang mereka anggap benar, misalnya: harus vegetarian, wajib puasa, harus beribadah pada hari tertentu dll, tetapi orang itu tidak menyadari bahwa dirinya telah terikat pada aturannya sendiri. Maka jika ada suatu kondisi yang mungkin orang lain tidak bisa menjalankan aturannya, mereka tidak bisa memberikan solusi dengan bijaksana. Malahan mereka hanya mempertahankan aturannya dengan berbagai argumentasi yang membenarkan aturannya itu. Hal seperti itu digambarkan seperti bikhu muda yang mengatakan bahwa bikhu seniornya telah melanggar vinaya ke-bikhuan

Jawaban dari bikhu senior atas pertanyaan bikhu muda itu, adalah mengulang isi dari dhammapada ayat 1 dan 2. Bahwa pikiran kita sendirilah yang menentukan perbuatan baik atau jelek dan bukan apa yang ada diluar diri kita. Kita juga diajarkan untuk menjadi orang yang dapat menyikapi suatu permasalahan dengan bijaksana tanpa terikat pada aturan-aturan yang dogmatis. Dan jika kita menilai bahwa bikhu yang masih muda itu lebih bodoh (kebijaksanaannya) dari pada bikhu yang senior, ini berarti bahwa menjadi orang yang baik saja masih bisa dikatakan orang yang bodoh. Maka marilah kita berusaha untuk menjadi orang yang baik yang bijaksana. Salah satu caranya adalah berusaha menyadari untuk tidak terikat pada aturan-aturan yang dogmatis, meskipun aturan itu berasal dari suatu pandangan yang kita percayai.

Demikianlah penjelasan saya tentang cerita zen di atas. Jika ada kritik dan saran atas tulisan ini jangan ragu-ragu untuk memberikannya untuk perkembangan batin kita semua. Terima kasih.

Vegetable Soup for Our Mind

OLEH : WILLY YANTO WIJAYA

NYARIS

Kadang, ketika aku merenung, aku sering merasa bahwa hidup memang terduga. Kadang suatu peristiwa terjadi begitu cepat, seperti kepergian orang yang kita sayangi, seolah bagaikan mimpi semuanya telah berlalu dan tinggal menjadi kenangan. Arah hidup memang dipenuhi ketidakpastian. Peristiwa demi peristiwa silih berganti. Seringkali, arah hidup kita benar-benar dapat secara dominan ditentukan oleh keputusan/ tindakan kita pada momen-momen tertentu saja. Momen-momen tertentu ini sangat menentukan, walaupun ia hanyalah momen yang kecil dan singkat. Misalkan momen ketika Anda memilih jurusan dan universitas yang dituju, momen ketika Anda apply kerja dan memutuskan untuk meniti karir pada suatu perusahaan X, momen ketika Anda memutuskan menjalin hubungan dengan seseorang yang bakal menjadi partner hidup Anda. Betapa momen-momen itu akan begitu membentuk corak dan warna hidup Anda ke depannya.

Misalkan saja, seandainya momen ketika aku mengisi formulir SPMB, aku tidak memilih melanjutkan studi di ITB, melainkan di universitas di kota lain, tentu sangat mungkin aku tidak akan mengenal teman-teman yang kukenal sekarang. Mungkin aku akan mengenal teman-teman yang lain; mungkin juga jalan hidupku ke depannya akan berbeda lagi.

Setiap keputusan kita, tindakan kita, dari momen ke momen akan menentukan bagaimana kita ke depannya. Tapi suatu saat, toh semua momen-momen ini akan berlalu dan menjadi kenangan. Saat ini kita berpikir bahwa diri kitalah yang terpenting, pusat dari segalanya. Akan tetapi, seratus tahun lagi, kemana perginya diri kita? Kemana perginya segala kenangan yang pernah kita rasakan? Kemana perginya hal-hal yang pernah ada bersama kita? Kemanakah perginya tulisan di BVD ini?

Walaupun semua momen ini akan pergi dan berlalu, pasti akan dilupakan, tetap ingin rasanya aku “mengabadikan” beberapa diantaranya sebelum terlupakan. Meskipun mereka hanyalah momen-momen kecil dalam hidupku, momen-momen yang mungkin tidak begitu berarti...

Sewaktu aku SMA (waktu itu disebut SMU), di sekolah selain belajar, aku juga menyempatkan diri berjualan buku pelajaran. Awal mulanya adalah karena aku merasakan buku yang dijual di koperasi sekolah harganya terlalu mahal. Apakah mungkin mendapatkan buku yang sama dengan harga yang lebih murah? Karena sejak kecil aku gemar korespondensi (surat-menyurat), timbullah ide untuk men-

Vegetable Soup for Our Mind

girim surat ke Penerbit buku pelajaran tersebut di Jakarta, untuk menanyakan apakah mungkin mendapatkan potongan harga kalau membeli langsung ke penerbit tersebut. (Wah, Outsourcing bisnis nih yee...)

Sementara itu, adikku menemukan ada satu toko buku yang menjual buku dengan potongan harga 10% dan malah 15% kalau membeli banyak (di atas 100 rb). Hmm, ini adalah peluang bisnis, pikirku waktu itu. Beberapa lama kemudian, aku mendapatkan balasan dari penerbit tersebut. Ternyata ia tidak memberikan diskon untuk pembelian langsung, tapi menawarkan untuk gabung ke Book Club nya, bisa mendapat diskon 10% untuk tiap pemesanan.

Karena penawaran Book Club tersebut tidak lebih menguntungkan dibandingkan toko buku yang ditemukan adikku, ia bukanlah opsi yang dipilih. Eh, tapi disamping penawaran untuk join Book Club, penerbit itu juga menyertakan katalog buku-buku yang ia terbitkan. Dan ah, di lembaran terakhir katalog tersebut terdapat daftar alamat cabang-cabang penerbit tersebut di seluruh Indonesia. Wah! ternyata ada juga perwakilan penerbit tersebut di kota Serang (kota tempatku tinggal).

Mulailah aku melakukan petualangan bisnis. Dengan menggunakan sepeda, aku mencari alamat perwakilan penerbit tersebut, yang letaknya cukup jauh dari rumahku. Sekitar 20 menit-an dengan sepeda. Aneh, setelah tiba, dari luar hanya tampak seperti rumah biasa. Setelah memberanikan diri memasuki halaman rumah, aku bertemu dengan pegawai perwakilan penerbit tersebut. Mulailah perbincangan kami lakukan, mulai dari keheranan pegawai tersebut bagaimana aku bisa tahu alamat mereka, hingga tentang potongan harga pembelian buku, deal, ia memberikan rabat 30% untuk setiap pembelian buku. Yes! ini melebihi ekspektasi potongan harga 20% yang aku harapkan.

Mulailah aku berbisnis buku bareng adikku. Setiap caturwulan atau semester adalah masa-masa yang menggairahkan bagi bisnis perbukuan. Kadang aku merasa ga enak juga ke koperasi sekolah karena penjualannya yang agak menurun, karena kami menjual buku lebih murah (dengan potongan harga). Tapi apa boleh buat, inilah hukum ekonomi. Sekalipun kami tidak menjual buku, para siswa juga bakal banyak yang pergi ke toko buku yang ngasih potongan harga 10% tersebut.

Bulan demi bulan berlalu seperti biasa. Seperti biasa, aku selalu mengantuk pulang pesanan buku-buku dengan sepeda, kadang memang melelahkan, tapi inilah perjuangan hidup, dan lagipula aku menikmatinya.

bersambung ke halaman 35

Anjing & Kucing

Pernah melihat anjing atau kucing? tentu saja kita semua pernah melihat kedua jenis hewan ini. Anjing dan kucing adalah hewan yang paling banyak dipelihara orang. Mereka sangat penurut dan jinak.



Selain jinak, apa sih persamaan mereka? secara fisik, mereka sama-sama berkaki empat, karnivora (pemakan daging), dan lain sebagainya. Ada satu hal menarik dari hewan-hewan ini. Tahu tidak apa?

Anjing dan kucing suka sekali tidur atau istirahat. Mengapa ya? Ternyata, salah satu alasan mereka tidur adalah untuk menyembuhkan luka atau sakit mereka. Selain itu, dengan tidur, mereka bisa mempertahankan energi mereka dalam waktu yang sangat lama tanpa makan. Tetapi ada juga anjing atau kucing yang tidur karena malas. Nah, yang terakhir ini tidak boleh kita tiru atau contoh.

Lalu, bagaimana ya cara istirahat yang benar? Sebenarnya caranya sangat gampang, yaitu cukup berhenti, tidak berpikir untuk melakukan apapun, - makan, berlari, main, bahkan bermeditasi dan berdoa. Tetapi, banyak orang yang tidak bisa melakukannya dengan benar. Contohnya: setelah dimarahin atau bertengkar, ada yang menjadi tidak bisa tidur, dan ada juga yang bisa tidur seperti biasanya. Tetapi pikirannya tidak tidur karena dia tidak berhenti berpikir, kemarahan dan kekesalannya tidak berhenti bergejolak sehingga yang tidur sebenarnya hanya badannya, sedangkan pikirannya tidak tidur.

Nah, sekarang kita sudah mengerti bagaimana cara istirahat yang benar. yaitu tidak berpikir untuk melakukan apapun. Jadi, mari lah kita belajar untuk beristirahat yang benar yaitu seperti hewan-hewan yang beristirahat untuk menyembuhkan luka atau sakit mereka.

Pertanyaan: Tadi telah dijelaskan bagaimana cara istirahat yang benar, nah sekarang pertanyaanya bagaimana cara bekerja yang benar?

ANAK RAJIN DAN ANAK MALAS

Okisah adalah seorang anak berumur 15 tahun yang hidup bersama kakeknya. Okisah adalah anak yang sangat rajin. Semua pekerjaan rumah dikerjakan olehnya. Okisah mempunyai seorang teman yang malas, dia bernama Fiosta. Fiosta tinggal di dekat sungai, tidak jauh dari rumah Okisah. Dia tinggal bersama kakak laki-lainya.

Pada suatu sore Okisah sedang memotong kayu bakar. Tiba-tiba Fiosta datang...

F : "Hi, Sah, sedang sibuk tidak? ayo temanin aku ke pasar malam!"

O : "Tidak bisa! aku sedang sibuk."

F : "Kamu sibuk apa sich? Setiap hari bekerja, tidak pernah istirahat."

O : "Sebenarnya aku mau pergi dengan kamu, tapi sekarang tidak bisa!"

F : "Yach udah, aku pulang dulu yach? percuma aku maksa, kamu pasti tidak mau pergi."

O : "Huuu..." (terdengar suara dari mulut Okisah)

"Kukuruyuk..." (terdengar suara ayam berkokok pertanda pagi). Okisah pun pergi ke sungai dengan membawa 2 ember air.

F : "Pagi-pagi begini, Mengapa ada suara orang di sungai ya? siapa ya? (Fiosta penasaran, kemudian pergi melihat). Setan! Setan!" (Teriak Fiosta)

O : "Hi, Ta... kamu sudah bangun? pagi sekali!"

F : "Oh, rupanya kamu sah. Tadi, aku kira ada makhluk luar angkasa yang sedang menyelidiki bumi dengan membawa salah satu contoh alam dari bumi."

O : "Ah kamu, yang aneh-aneh aja. Tapi bagus juga sih, kamu punya imajinasi yang sangat tinggi. Nanti mungkin kamu bisa menjadi orang kaya dengan modal imajinasi kamu itu

F : "Oh ya? Mengapa tidak pernah terpikir oleh ku ya?"

F/O : "Ha...ha...ha..."

F : "Sah, kamu rajin sekali, bagaimana caranya?"

O : "Mau tahu caranya? " yang pasti:

1. Mempunyai keinginan yang besar

2. Selalu percaya diri bahwa kita bisa

F : "Tetapi setiap kali aku melihat kamu, kamu pasti sedang bekerja. Kenapa aku tidak pernah melihat kamu beristirahat?"

O : "Oh ya? Kalau begitu... nanti aku janji deh akan meluangkan waktu untuk beristirahat dan bermain bersama kamu, tetapi kamu juga harus berjanji kalau kamu akan menjadi anak yang rajin!"

F : "Oke deh, aku janji!"

O : "Aku pulang dulu ya? mau membantu kakek di ladang."

Semenjak kejadian itu, Okisah pun meluangkan waktunya untuk bermain dan bercanda ria bersama dengan Fiosta. Hidupnya tidak hanya dihabiskan dengan bekerja. Hidupnya menjadi seimbang. Begitu juga dengan Fiosta, sekarang dia sudah menjadi anak yang rajin dan akhirnya menjadi seorang penulis yang sukses.

OLEH : WILLY YANDI WIJAYA

Sadari dan Renungi

Setiap hari kita menghabiskan waktu dengan melakukan berbagai hal entah itu penting atau tidak penting. Walau demikian, apakah kita pernah berpikir, setiap hal yang kita lakukan betul-betul bermanfaat bagi diri sendiri atau yang lain? Atau bahkan tanpa sadar kita semakin membuat ego kita semakin kuat?

Ketika kita akan melakukan suatu hal, kita harus betul-betul berpikir dulu apa akibat yang akan kita lakukan. Kita juga harus selalu sadar akibatnya apakah baik bagi diri sendiri maupun makhluk lain?

Ketika kita akan melakukan suatu hal, kita harus betul-betul mengerti bahwa akibatnya bisa membuat kita gagal atau merugikan diri sendiri. Untuk itulah kita perlu meningkatkan kewaspadaan.

Setiap tindakan yang akan kita lakukan, kita harus lakukan dengan penuh pertimbangan. Pikirkan akibatnya dulu sebelum melakukan sesuatu. Pikirkan akibatnya dulu sebelum mengatakan sesuatu. Pikirkan akibatnya dulu sebelum bertindak.

Ketika kita melakukan sesuatu tanpa pertimbangan, hal tersebut mungkin akan merugikan orang lain atau diri sendiri di masa depan. Tanpa memikirkan akibat dari suatu ucapan, ucapan kita bisa saja malah merusak hubungan persahabatan kita.

Kesadaran akan akibat-akibat suatu tindakan, didapat melalui renungan (sati). Renungan yang berulang-ulang terhadap hidup atau tindakan sendiri dengan bercermin ke masa lalu, memikirkan akibat-akibat yang telah dilakukan, akan membuat kita semakin penuh kesadaran dalam bertindak dan penuh dengan pertimbangan dalam berbuat.

Renungan dapat kita lakukan dengan berpikir ke masa lalu akibat-akibat dari suatu tindakan kita di masa lampau. Atau renungan juga dapat dilatih dengan berpikir tindakan orang lain yang berakibat sesuatu terhadap dirinya. Dengan demikian, kita akan selalu waspada karena kebiasaan berpikir sebelum bertindak telah tertanam dalam diri kita secara berulang-ulang.

lanjutan dari halaman 31

Perwakilan penerbit itu berada di Kompleks Perumahan Pasir Indah, di daerah Ciceri, kota Serang. Seperti biasa, di suatu senja, aku mengayuh pedal sepedaku ke sana untuk mengambil pesanan buku. Sore itu seperti sore biasanya, tidak ada yang istimewa. Setelah melunasi transaksi pembelian, sebagian buku kubawa dengan memasukkannya ke dalam tas ransel, sebagian lagi (seingatku) diikat di tempat duduk belakang sepeda. Beban bawaanku berat sekali, belum lagi sepeda yang kunaiki adalah sepeda sport yang tinggi dan ramping, ukuran 27 inch.

Sambil menggoet pedal sepeda, aku menyusuri jalanan yang mulai gelap karena sudah maghrib; sekitar jam 6-an sore. Rasanya semuanya seperti biasa saja, tidak ada yang aneh. Keluar dari kompleks perumahan tersebut, aku tiba di jalanan yang agak lebar. Lalu lalang kendaraan yang ramai pun terasa, seperti lalu lalang pikiran dalam otakku yang tak pernah diam.

Dalam cakaya langit yang mulai remang itu, aku bersepeda menyusuri jalanan. Tiba-tiba, aku merasa aneh. Seperti ada yang memanggilku. Ah, mungkin hanya perasaanku saja. Aku tidak menghiraukannya. Aku terus saja mendayung sepedaku. Tiba-tiba, “Zhush...ssh...shh...”, terdengar suara kereta api lewat, lebih kurang hanya 3-4 meter di belakangku. Jantungku berdebar kencang, kedua bola mataku melebar seolah dalam tatapan kaget dan kosong. “Amitufo... Namo Guan Shi Yin Pu Sa,” ujarku dalam hati.

Nyaris! Timing yang sangat menentukan! Ternyata, setelah menguasai keadaan, aku baru sadar bahwa suara-suara panggilan yang aku dengar sebelumnya bukanlah cuma perasaan saja, itu adalah suara panggilan dari orang-orang di sekitar tempat itu untuk memperingatkan aku. Ternyata, di ruas jalan itu tidak ada palang penyetop kendaraan di depan rel kereta api, cuma ada lampu indikator yang berwarna merah yang berkelap-kelip. Aku tidak menyadari lampu itu, lagipula biasanya toh kalo ada kereta api lewat, palang penyetop akan turun disertai suara sirene.

Aku menarik nafas panjang. Tidak dapat dibayangkan bagaimana kalau aku telat beberapa detik saja... Untunglah juga aku tidak berhenti ketika merasa mendengar suara-suara panggilan itu.

Nyaris saja... Itu adalah detik-detik yang sangat menentukan hidupku. Beda sedikit saja, aku akan masuk ke koran lokal keesokan harinya. Beda sedikit saja, rekan-rekan tidak akan pernah mengenalku dan tidak akan pernah membaca artikelku di BVD ini...



“Selamat Ulang Tahun” kepada:

- 1 Yuliane Wijaya
- 4 Edy Suwito
- 4 Johan Halim
- 5 Yudi
- 6 Andi
- 7 Junaidi
- 7 Rainaldo
- 7 Yuliana
- 9 Herlina
- 12 Hendra
- 14 Irene Garnit Agripina
- 16 Kristin
- 16 Marcus Kasim
- 17 Sovi Chrissetianes
- 18 Julianto
- 18 Winarto
- 19 Alkarim Darussalam
- 21 Juli Yanny
- 22 Cang Yu Ciang
- 22 Susanti
- 24 Anita Putriliem
- 24 Foong Chandra
- 24 Yudha



JULI • 2008

- 25 Lea Sutrisna
- 26 Stefanus
- 27 Johnson
- 27 Juliady
- 27 Martina Setiadinata
- 28 Yesi Lia
- 29 Christina
- 29 Imelda Miharja Kusuma
- 30 Rinawati Soedibjo

Selamat Ulang Tahun juga bagi teman-teman yang lain dan kami mohon maaf sekali bagi teman-teman pengurus VVD atau pun bagi umat yang namanya mungkin tidak tercantum di sini.

LAPORAN KEUANGAN MEDKOM BULAN JULI 2008

pendapatan :

Dana dari Donatur *)	:	Rp. 0,-
Dana dari BPH PVVD	:	Rp. 350.000,-

Pengeluaran:

Biaya Cetak (150 eks.)	:	Rp. 345.000,-
Biaya kirim	:	Rp. 5000,-
Biaya Operasional	:	Rp. 0

Dana Akhir	:	Rp. 0-
------------	---	--------

ANGGARAN PENGELUARAN BULAN AGUSTUS 2008

Biaya cetak	:	Rp. 345.000,-
Biaya kirim	:	Rp. 225.000,-
Biaya Operasional	:	Rp. 0,-

*) Bagi pembaca yang ingin menjadi **donatur**, dapat langsung ditransfer ke rekening **KCP MARANATHA 2821509442** atas nama **RATANA SURYA SUTJIONO**. Contac Person atau Konfirmasi ke **HERMAN (085221527272)**

soal

Di bawah ini ada sebuah pesan dalam bahasa Indonesia, tetapi bentuknya tidak biasa. Pecahkan kalimat aneh ini (translate ke dalam bahasa indonesia yang benar) untuk menemukan jawaban kuis !

awa atrahdi jsiu ab n halada samatuag kiluj

Petunjuk:

1. Kalimat aneh ini bukan bahasa asing, tetapi bahasa indonesia yang aneh.
2. Tanda baca, spasi, dan sejenisnya tidak punya arti (bisa diabaikan).

Jawaban kuis BVD edisi Mei:

simbol 1 = 1 Δ = 1 x 3 = 3 (segitiga memiliki 3 segi)

simbol 2 = 2 O = 2 x ∞ = ∞ (lingkaran memiliki ∞ segi)

simbol 3 = 3 x = 3 x 0 = 0 (huruf x tidak memiliki segi)

simbol 4 = 4 \square = 4 x 4 = 16 (segiempat memiliki 4 segi)

Hati-hati! 2O bukan menyatakan bahwa simbol no. 2 adalah O, melainkan bahwa simbol 2O menyatakan 2 buah O

Jadi, simbol 1 + simbol 4 = 3+16=19

Pemenang Edisi Juni 2008 yaitu:

--- tidak ada yang menjawab dengan benar ---

Kirimkan jawaban Anda paling lambat **tanggal 30 Juli 2008** dengan format :

Quiz BVD_Mei_jawaban_nama_kota asal

via SMS ke : 085221527272

via email ke : redaksibvd@yahoo.com

atau langsung ke alamat redaksi bvd :

Jl. Ir. H. Juanda No. 5

Bandung 40116



Salon & Bridal **KARTIKA**

Taman Kopo Indah II Ruko 3 no:2 Bandung
(022) 5425422, 70006509, 91220645



PAKET HEMAT
MULAI RP 2.680.000,-
MAKE UP NYA OKE!
HARGANYA OKE!



*“Kami segenap Panitia Ulang
Tahun Emas VVD mengucapkan
terimakasih kepada “Kartika
Salon” atas Bantuannya*



BUDDHA VACANA

(Program Diskusi Agama Buddha)

Di radio Mei Sen 92.1 FM
(Bandung Suara Indah)

Setiap hari **Rabu** pukul **18.00 WIB**

Majelis Buddhayana Indonesia
Prop. Jawa Barat

BVD ELEKTRONIK

www.dhammadhamma.org

JADWAL KEGIATAN DI VIHARA VIMALA DHARMA

Kebaktian Pemuda	Minggu, pkl 08.00 wvvd
Kebaktian Umum	Minggu, pkl 10.00 wvvd
Kebaktian Gabungan (pemuda+umum)	Minggu II, pkl 09.00 wvvd
Kebaktian GABI "Vidya Sagara"	Minggu, pkl 10.00 wvvd
Kebaktian Remaja (12 -16 tahun)	Minggu, pkl 10.00 wvvd
Kebaktian Avalokitesvara	Rabu, pkl 07.00 wvvd
Kebaktian Mahayana	Jumat (minggu I), pkl 18.00 wvvd
Kebaktian Umum	Jumat, pkl 15.30 wvvd
Kebaktian Uposatha	Tgl 1 & 15 Lunar, pkl 07.00 wvvd
Latihan Meditasi	Senin & Selasa, pkl 18.00 wvvd
Unit Bursa "Matri Sagara"	Minggu, pkl 10.00 - 12.00 wvvd
Unit Perpustakaan "Dharmaratna"	Minggu, pkl 10.00 - 13.00 wvvd
Perayaan Ultah	Minggu II, pk 11.00 wvvd
Kunjungan Kasih & Upacara Duka	CP : Triguna(081931239119)
Unit Kakak Asuh PVVD	Beasiswa untuk adik asuh CP : Maria (081802190500)
Pemberkatan Pernikahan	

Media Komunikasi :

Berita Vimala Dharma, terbit sebulan sekali
Majalah Dinding Buchigarni, terbit dua bulan sekali

Pemuda Vihara Vimala Dharma
Jl. Ir. H. Juanda No. 5 Bandung 40116
Telp. (022) 4238696

E-mail : redaksibvd@yahoo.com
Blog : www.bvd-cyber.blogspot.com