

DESEMBER 2008



BVD

Berita vimala Dharma



NO. 121 / BVD / DESEMBER/ 2008



Sajian Utama

- | | |
|----|--|
| 4 | Tema Pikiran Oleh Redaksi |
| 10 | Introspeksi Kado Oleh Henry
Filcozwen Jen |
| 12 | Artikel Dharma Shamatha Oleh
Endrawan Tan |
| 15 | Spiritful Drizzle Kisah Tiga Genjia Oleh
Willy Yanto Wijaya |
| 20 | Tahukah Anda |
| 22 | Stori's Story Yang Telah Pergi Oleh
Huiono |
| 25 | Ulasan Sutta Kata-kata Yang Baik Oleh
Willy Yandi Wijaya |
| 27 | Sharing Dharma Pikiran Saat Ini Oleh
Willy Yandi Wijaya |
| 29 | Artikel Dharma (Lanjutan) |

Artikel

- | | |
|----|---------------|
| 28 | Artikel Bebas |
|----|---------------|

BVD Kecil

- | | |
|----|--------------|
| 20 | Cerita fiksi |
| 32 | Kisah |

Lain-Lain

- | | |
|----|---------------------|
| 2 | Daftar Isi |
| 3 | Dari Redaksi |
| 20 | Karikatur |
| 35 | Resensi |
| 36 | Birthday |
| 37 | Laporan
Keuangan |
| 38 | Kuis |
| 39 | Pengumuman |

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

Keuangan :

Herman

Sirkulasi :

Suanto, Sendy

Blog-er & Reporter :

Juliyanto

Cover Desember :

Herman

Kontributor BVD:

Hendry Filcozwei Jan, Huiono,
Willy Yanto Wijaya, Willy Yandi
Wijaya, Endrawan Tan, Alvin,
Yenny Lan

Kontributor BVD Kecil :

Angel, Yen-Yen

Namo Buddhaya,

Pikiran merupakan karakter dasar dari suatu makhluk hidup. Dalam agama Buddha, pikiran merupakan salah satu ajaran yang paling utama. Ajaran tentang pikiran ini lah yang membedakan ajaran agama Buddha dengan agama lainnya. Agama Buddha sangat menekankan pada pikiran.

Buddha mengajarkan bahwa jika kita bisa menyucikan pikiran, maka kita akan terbebas dari penderitaan. Salah satu konsep dalam agama Buddha adalah gagasan tentang “ Segala sesuatu diciptakan oleh pikiran.” Jadi, pikiran itu sangat penting untuk kita ketahui dan kita pahami.

Apakah pikiran itu? bagaimana cara menyucikan pikiran kita? dan pertanyaan-pertanyaan lain tentang pikiran bisa ditemukan dalam BVD ini. Tentu saja di sini hanya dibahas secara umum. Untuk mendalami lebih jauh, mungkin pembaca bisa membaca buku-buku Buddhis lainnya. Di sini, kami hanya berharap para pembaca bisa lebih terbuka wawasannya walaupun mungkin hanya sedikit. Setidaknya kami berharap pembaca bisa mengenal tentang pikiran dalam ajaran agama Buddha.

Jika ada kesalahan, mohon dimaafkan. Dan jika ada saran atau kritik, mohon dikirim ke kami lewat e-mail bvd. Semoga kami bisa terus memperbaiki kesalahan kami. Dan semoga bisa berkembang menjadi lebih baik lagi.

Mettacittena

REDAKSI

PIKIRAN

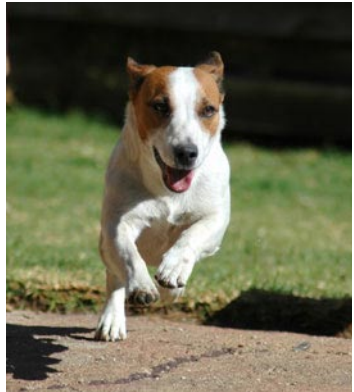
Semua makhluk hidup yang memiliki kesadaran (bahkan yang terkecil sekalipun) pasti memiliki tiga karakter dasar yaitu tubuh, ucapan dan pikiran. Tubuh adalah bagian fisik yang terus berubah. Ucapan mengacu pada semua jenis komunikasi dalam bentuk suara, kata-kata, gerakan, dan ekspresi wajah. Pikiran lebih sulit dijelaskan karena pikiran bukan sebuah benda yang bisa kita tunjuk seperti tubuh dan ucapan. Ribuan buku dan artikel telah ditulis untuk mencoba menjelaskan bagian misterius dari makhluk hidup ini. Meskipun banyak waktu dan tenaga yang dihabiskan untuk menemukan apa dan di mana itu pikiran, tidak ada seorang pun yang bisa menemukannya.

Menurut hasil penelitian, disimpulkan bahwa pikiran tidak memiliki lokasi spesifik, bentuk, warna atau kualitas-kualitas lain yang nyata. Lebih mudah mengatakan bahwa pikiran itu tidak ada. Tetapi secara sadar ataupun tidak sadar, kita berpikir dan merasa. Kita menderita ketika punggung kita sakit, kita bisa merasa sedih dan gembira. Jadi, tidak bisa dikatakan bahwa pikiran itu tidak ada. Meskipun kita tidak bisa melihatnya, pikiran selalu hadir dan aktif.



Salah satu hal yang menarik dari pikiran kita adalah perubahan pola dalam pikiran. Ada sebuah contoh sederhana untuk menjelaskan ini. Jika kita takut kepada anjing, maka pikiran kita akan membuat sebuah

pola (konsep) baru bahwa anjing itu menakutkan. Sehingga lain kali ketika saya melihat seekor anjing, pikiran saya akan mengingatkan saya bahwa anjing itu menakutkan. Dan pola ini akan menjadi semakin meyakinkan atau kuat hingga akhirnya menjadi sebuah kebiasaan. Seandainya suatu hari saya mengunjungi teman saya yang memelihara anjing, mula-mula saya takut mendengar anjing menggongong ketika saya mengetuk pintu rumah dan anjing tersebut keluar untuk mengendus saya. Tapi setelah beberapa saat, anjing tersebut mengenal saya dan duduk di kaki saya atau bahkan di pangkuan saya dengan tenang sehingga saya terkadang harus memindahkannya. Apa yang terjadi di pikiran anjing tersebut adalah pikirannya memberitahukan kepadanya bahwa si pemilik menyukai saya, dan anjing ini akhirnya merasa bahwa “orang ini asyik juga!” Sementara itu, saya juga mulai berpikir, Mungkin anjing adalah binatang yang baik. Setiap kali saya mengunjungi teman saya, pola ini akan semakin kuat dan pola lama akan melemah, hingga akhirnya saya tidak takut pada anjing lagi. Jadi, pengalaman yang berulang-ulang dapat mengubah pandangan kita.



Apa yang mau disampaikan cerita di atas adalah bahwa pikiran itu merupakan sebuah pengalaman yang terus-menerus terekam, terjadi, dan berlipat seiring waktu. Pikiran kita pada dasarnya damai, seperti pikiran seorang anak kecil yang menemani orang tuanya mengunjungi sebuah museum seni. Ketika orang tuanya sedang sibuk memberikan penilaian kepada karya seni yang dipamerkan, anak ini hanya melihat. Ia tidak bertanya apakah hasil karya A lebih baik daripada karya B. Cara

pandangannya sungguh-sungguh murni dan tanpa penilaian. Kondisi seperti ini dalam Buddhis disebut dengan kedamaian sejati.

Ketika pikiran kita murni, kita akan terbebas dari penderitaan. Jika pada dasarnya pikiran kita murni, mengapa kita masih mengalami penderitaan? Pikiran bisa dianalogikan sebagai bongkahan emas yang tertutup lumpur. Yang mana yang lebih berharga : bongkahan emas yang tertutup lumpur atau bongkahan emas yang sudah dibersihkan? Sebenarnya, nilai kedua-duanya sama. Perbedaannya hanya terletak pada permukaannya saja. Pikiran kita pada dasarnya adalah damai dan murni. Bentuk-bentuk pikiran seperti “saya jelek”, “saya bodoh”, atau “saya bosan” seperti lumpur yang menutupi bongkahan emas. Sehingga banyak orang tidak menyadari hakikat sejati pikirannya. Selama kita tidak menyadari hakikat sejati kita, kita menderita.

Tetapi kita tidak perlu khawatir, sebab kotoran batin ini bisa dibersihkan seperti kita membersihkan lumpur yang menutupi bongkahan emas untuk mengembalikan kualitasnya. Menurut Buddha, hakikat sejati pikiran yang murni bisa dirasakan dengan cara membiarkan pikiran untuk tenang. Bagaimana caranya? Sesungguhnya, mengalami kedamaian sejati lebih mudah daripada minum air. Kita hanya perlu mengistirahatkan pikiran kita. Tidak butuh fokus atau usaha khusus.



Seperti ketika kita baru saja menyelesaikan sebuah perjalanan yang panjang, kemudian segera beristirahat di kursi yang nyaman. Saat itu, tentu saja kita merasakan kenyamanan dan kedamaian. Kedamaian seperti ini lah yang dinamakan kedamaian

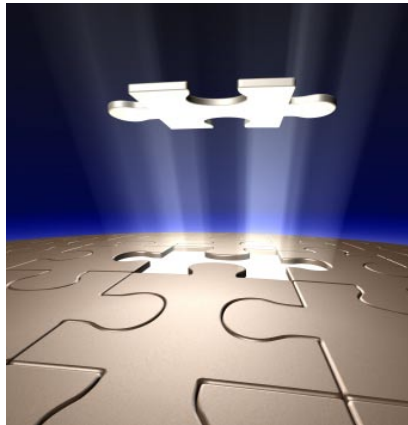
sejati (tidak butuh usaha khusus untuk mencapainya).

Kondisi seperti ini dalam Buddhis dikatakan berada dalam keadaan meditasi tanpa objek. Salah satu kesulitan dalam meditasi tanpa objek adalah karena ia terlalu mudah untuk dilakukan. Akhirnya kita mudah sekali terjebak dalam bentuk-bentuk pikiran, perasaan dan sensasi lainnya. Untungnya, ada metode yang lebih mudah untuk menenangkan pikiran yaitu meditasi dengan objek. Dalam meditasi ini, kita menggunakan objek kita untuk menenangkan pikiran. Dalam meditasi dengan menggunakan objek, kita cukup menyadari semua informasi sensorik (objek) yang diterima indra kita. Kita dapat menggunakan indra penglihatan untuk memeditasikan bentuk dan warna, pendengaran untuk meditasi pada suara, penciuman untuk meditasi bau, dan pengecapan untuk meditasi rasa, serta indra sentuhan untuk meditasi sensasi fisik. Daripada menjadikannya gangguan, informasi yang kita dapatkan dari indra kita dapat menjadi asset yang berharga untuk latihan kita. Apapun itu, kita bisa menjadikannya sebagai objek untuk mendukung meditasi kita. Sesungguhnya, inti dari meditasi adalah kesadaran. Kapan pun, di mana pun, ketika kita sedang menyadari pikiran kita, maka itulah meditasi.



TIM FORMATUR PVVD 2009

Setiap individu perlu berubah untuk menjadi lebih baik. Sama halnya dengan organisasi perlu perubahan untuk menjadi lebih baik. Perubahan yang dimaksud adalah regenerasi. Agar kualitas individu-individu yang berada dalam organisasi semakin berkembang, regenerasi perlu dilakukan. Dan itulah tindakan yang dilakukan oleh PVVD dalam memperbaharui kepengurusannya. Langkah-langkah yang dilakukan oleh PVVD salah satunya adalah membentuk suatu tim untuk melakukan hal tersebut (baca: regenerasi).



Tim formatatur atau biasa yang sering kita dengar TF dibentuk untuk memilih calon ketua baru untuk kepengurusan selanjutnya. Anggota TF yang terdiri dari Kristianto, Sunarti, Yunita, Kristian, dan Thomas sebagai koordinator TF dibentuk pada tanggal 16 November 2008 oleh Surya. Dalam memilih calon-calon ketua, TF melakukan berbagai survey atau pengamatan. Salah satunya dengan kuesioner yang dibagikan kepada umat. Tujuan pembagian kuesioner ini untuk memberi masukan kepada TF tentang calon ketua yang diharapkan.

Setelah melalui proses pelobian dengan orang-orang yang dituju, didapatkan daftar nama calon yang akan maju sebagai calon ketua PVVD (baca: kandidat). Marcela yang merupakan mahasiswa Maranatha, Kevin yang merupakan mahasiswa ITB, dan Andi yang merupakan mahasiswa ITB menyatakan kesiapannya kepada TF untuk maju sebagai calon ketua PVVD. Para kandidat ini semuanya angkatan 2006 dan aktif dalam keorganisasian lainnya selain di kepengurusan PVVD sekarang ini (untuk info lebih lengkap lihat masing TF).

Acara-acara yang diadakan oleh TF antara lain kampanye-kampanye dari para kandidat, dan pemilu. Harapan TF untuk umat adalah mendukung acara-acara yang dibuat oleh TF maupun oleh para kandidat. Dan jangan lupa untuk ikut serta dalam pemilu yang diadakan pada bulan Maret. Untuk para kandidat diharapkan selalu mengikuti acara-acara TF, dan menjalankannya dengan penuh semangat dan antusias. Apapun kesulitan yang dihadapi yakin pasti semuanya (baca: kesulitan) akan berlalu. Akhir kata dari TF, sukses untuk semua. Semoga semua makhluk berbahagia.





Bulan Desember adalah bulan introspeksi. Mengevaluasi perbuatan baik apa saja yang sudah dilakukan dan kebiasaan buruk mana yang masih susah dihilangkan. Coba menilai kualitas diri sendiri, apakah bertambah baik daripada tahun kemarin.

Bagi penulis, bulan Desember memang bulan spesial karena 2 anggota keluarga beruliah (Dhika & Linda, istri penulis). Tapi bulan Desember tahun ini jadi lebih spesial karena Dhika mau perayaan ultahnya dirayakan intern keluarga saja. Ultah ke-1 sampai ke-4 sudah dirayakan dengan mengundang teman dekat rumah atau teman sekolah, kali ini hanya dirayakan sekeluarga.

Berhasil membujuk Dhika agar ultahnya dirayakan sekeluarga sudah merupakan sebuah “prestasi” bagi kami. Jauh hari sebelumnya Dhika sudah minta ultahnya dirayakan dengan mengundang teman, dengan harapan mendapat banyak kado. Meski untuk mendapatkan hasil ini (perayaan ultah sekeluarga), kami (penulis dan istri) masing-masing “ditodong” untuk memberikan 3 kado.

Kalau selama ini Dhika hanya menerima banyak kado, kali ini kami ingin mengajari Dhika sebagai pemberi kado di ultahnya. Dalam berbagai kesempatan saat menyaksikan TV, kami sering menceritakan banyak sekali orang di luar sana yang tidak seberuntung Dhika. Bisa makan dan minum yang enak, memakai pakaian yang bagus, sekolah,

Oleh : Hendry Filcozwei Jan

main ke mall, dan lain-lain. Banyak temannya yang tidak bisa merasakan itu semua. Jadi kali ini, Dhika yang bertugas memberikan kado kepada teman-temannya yang kurang beruntung.

Kini saatnya cuci gudang. Sebelumnya mainan Dhika yang sudah jarang dimainkan sudah dipisah dan diberikan kepada sepupunya. Sekarang pakaian Dhika & Ray (adiknya) yang diperiksa, mana yang sudah tidak muat dan sudah tak terpakai lagi. Kami membungkusnya, tiap bungkus terdiri dari 2 potong pakaian. Lumayanlah ada sekitar 30 “kado” berupa pakaian layak pakai plus tas dan sepatu. Semua “kado” kami beri tulisan seperti: pakaian untuk anak usia 1-2 tahun, sepatu untuk anak 3-4 tahun, dan seterusnya agar nanti tepat sasaran. Ditambah lagi ada 30 paket bingkisan berupa makanan ringan dan minuman.

Kami sekeluarga berencana bermobil ke sebuah daerah di pinggiran Bandung (belum diputuskan ke mana). Kado tersebut akan dibagikan kepada siapa saja yang kami rasa pantas untuk menerimanya sepanjang perjalanan. Entah pengamen, pengemis, pemulung, atau siapa saja. Dhika yang akan membagikannya langsung.

Saat tulisan ini dibuat, “tour berbagi kado” ini belum dilakukan karena memang hari ultah Dhika belum tiba. Penulis sendiri tak sabar ingin merasakan detik-detik itu. Menyaksikan pemberian kado yang tak seberapa ini, membahagiakan penerimanya. Menyaksikan mata yang berkaca-kaca, mendengar ucapan terima kasih yang tulus, ikut terharu merasakan mereka bahagia, di sinilah letak kebahagiaan memberi. Bukankah membahagiakan orang lain akan melahirkan kebahagiaan tersendiri?

Note:

Met ultah ke-5 untuk Anathapindika Dravichi Jan (Dhika) dan Linda. Semoga panjang umur dan sehat selalu.

Shamatha



Bahasa Tibet untuk berdiam dalam keheningan atau shamatha adalah shi-ne. Suku kata pertama adalah shi, bermakna menjadi tenang. Apa artinya “menjadi tenang”? Artinya kita tidak mengontrol pikiran normal kita, pikiran yang menderita dan pikiran yang berperilaku seperti seekor monyet liar. Shi merujuk pada menenangkan pikiran kita – kita mengambil kendali batin kita dan menenangkan kualitas-kualitas yang buruk seperti pikiran yang liar.

Suku kata ke-dua, ne, berarti berhenti/diam atau beristirahat. Ini adalah cara untuk mengambil alih pikiran agar dapat melaku-

kan tujuan apapun yang kita inginkan. Jika kita ingin agar pikiran kita menjadi tenang, pikiran menjadi tenang; dan jika kita menginginkan pikiran kita berpikir sesuatu, maka pikiran akan melakukannya. Kita telah benar-benar mengendalikan pikiran kita. Inilah apa yang disebut ne.

Kita berbicara tentang apakah kita mengambil kendali atau memberi kebebasan terhadap pikiran kita. Kita mungkin bertanya, apakah hal biasa bila kita mengontrol ataupun memberikan kebebasan pada pikiran kita? Tidak, ini sama sekali bukan mengontrol maupun membebaskan.

Meskipun kita ingin agar kita tidak marah, tapi kita tetap jadi marah. Meskipun kita tahu bahwa kemarahan itu tidak baik, tapi kemarahan tetap muncul. Hal yang sama, kita tidak ingin sedih atau depresi, kita tidak ingin pikiran kita jadi tegang, namun semua itu tetap terjadi.

Persoalannya adalah pikiran kita menciptakan masalah-masalah yang semestinya pikiran itu tidak bermasalah.

Oleh: Endrawan Tan

Pikiran Monyet

Jika kita membawa seekor monyet liar di sini dan melepaskannya berkeliaran, ada dua hal yang akan dilakukannya:

1. Monyet itu akan menciptakan pekerjaan untuk kita yang semestinya tidak perlu ada pekerjaan.
2. Monyet itu akan menciptakan masalah yang semestinya tidak perlu ada masalah.

Monyet itu akan menciptakan kekacauan yang semestinya tidak perlu ada kekacauan. Ia akan datang mendekati altar dan merobek lukisan Buddha serta memporak-porandakan semua persembahan. Ia akan menurunkan semua ornamen di altar dan memberantakkan semua bantal meditasi, dan melemparnya ke sembarang tempat.

Namun sebenarnya monyet tersebut tidak perlu melakukan semua itu. Jauh lebih baik jika monyet itu masuk dan duduk dengan nyaman di atas bantal meditasi dan ia hanya perlu relaks saja di sana. Jika monyet itu sedikit merasa haus, ia dapat pergi ke altar dan minum air; cukup tersedia di sana. Terlepas dari semua itu, sesungguhnya monyet itu tidak perlu melakukan semua itu.

Hal yang sama terjadi pada pikiran kita. Batin kita mudah tersinggung pada masalah yang sangat kecil; masalahnya hanya kecil dan kita bawa masalahnya menjadi sangat besar dan kita menjadi lebih tegang terhadap masalah itu. Kenapa hal ini terjadi?

Ini terjadi karena kita mengekang diri dengan persepsi kita sendiri, dan juga karena kita tidak tahu bagaimana untuk bisa relaks. Selama ceramah saya tentang cinta kasih dan welas asih, saya mengilustrasikan bagaimana penempatan cangkir sebagai landasan kita membuat masalah kecil menjadi masalah besar.

Ketika bekerja, kita terikat pada masalah kecil dalam pekerjaan kita, dan masalah ini menguras semua perhatian kita sehingga kita menjadi lalai

terhadap masalah besar. Ketika belajar, bila pikiran kita terlalu dicengkeram oleh pandangan-pandangan yang kita miliki sekarang, kita tidak akan mampu belajar dengan sangat baik karena tidak ada ruang lagi untuk menerima informasi baru. Ketika kita menyetir mobil, kita selalu berpikir orang di depan kita dan bagaimana cara kita untuk menyalipnya, serta terus berpikir bahwa waktu yang ada semakin mendesak.. Jika kita menyetir dengan sikap itu, maka kita akan rentan sekali mengalami kecelakaan; kita akan membelokkan mobil kita yang semestinya tidak harus kita belokkan dan waktu perjalanan menuju tempat tujuan pun akan bertambah lama.

Contoh lainnya; bagaimana kita bereaksi ketika melihat wajah kita sendiri. Banyak orang yang begitu hanyut dalam perasaan, dan menjadi begitu tegang melihat wajah mereka sendiri. [Rinpoche memperagakan kembali]. "Wajah saya harus bagus." Kita melihatnya dengan begitu tegang dan membawa pikiran kita ke dalam cermin. Meskipun tidak ada yang salah pada wajahmu, namun jika kamu melihatnya dengan sikap seperti ini dalam tempo yang lama, alhasil kamu akan menemukan ada sesuatu yang salah di wajahmu. Kamu akan menemukan bahwa hidungmu sedikit bengkok, atau pipi kiri lebih besar daripada pipi kanan, atau hal-hal lain sejenisnya. Dan kamu akan merasa sedih dan tidak nyaman terhadap itu, dan akan lebih memfokuskan hal ini menjadi sebuah "masalah". Ditinjau dari segi persepsimu sendiri, "kekurangan" ini akan menjadi lebih besar, lebih besar dan lebih besar lagi. Setelah sebulan kamu melakukannya, ketika kamu bercermin melihat dirimu dan kamu akan berpikir, "Hidungku benar-benar tidak lurus," meski sebenarnya tidak bengkok. Kamu akan merasa sangat malu dengan dirimu, dan kamu tidak mau keluar dimana ada orang melihatmu. Bahkan, mungkin kamu akan berhenti berbicara dan berkomunikasi dengan orang lain karena kamu berpikir bahwa semua orang akan memperhatikan hidungmu yang bengkok, meskipun sesungguhnya mereka tidak memerhatikannya.

Walapun semua ini sama sekali tidak benar, dari perspektif persepsi kita sendiri, kita akan melihat diri kita sebagai seseorang yang tidak menarik, dan pada saat itu pikiran kita akan membuat berbagai masalah yang mana sebelumnya tidak ada masalah sama sekali. Kita harus mengerti bahwa inilah yang terjadi pada diri kita. Jika kita mengerti, inilah yang disebut sebagai pengetahuan benar, atau prajna [skt].

Kisah Tiga Genjia

(Cerita Rakyat dari Provinsi Sichuan, Cina)

Suatu kala, di suatu tempat, hiduplah tiga orang yang memiliki nama yang sama – Genjia. Genjia yang pertama adalah kepala suku, Genjia yang kedua adalah seorang tukang kayu, dan Genjia yang ketiga adalah pelayan kepala suku.

Genjia si tukang kayu telah menikah dengan seorang wanita yang sangat cantik. Genjia si pelayan kepala suku menyukai wanita tersebut dan siang malam bermimpi mendapatkannya. Tetapi istri Genjia si tukang kayu adalah seorang wanita yang menjunjung norma susila dan tidak akan membiarkan Genjia si pelayan mendekatinya. Akhirnya, Genjia si pelayan memikirkan cara untuk membunuh si tukang kayu agar mendapatkan istrinya.

Beberapa waktu kemudian, ayahanda dari Genjia sang kepala suku wafat. Genjia si pelayan melihat hal ini sebagai kesempatan emas untuk melenyapkan Genjia si tukang kayu. Setiap hari ia sembunyi-sembunyi mempelajari kaligrafi dari naskah-naskah kuno Buddhis dan berhasil meniru gaya tulisan kuno dan esoteris tersebut. Ia kemudian menulis sebuah dokumen dengan gaya tulisan kuno ini dan menyerahkannya kepada majikannya, sang kepala suku, sambil berkata, "Tuan, ini adalah dokumen yang saya temukan tempo hari. Saya tidak dapat memahami satupun tulisannya dan telah membawakannya secara khusus kepada Tuan untuk diteliti."

Genjia sang kepala suku puyeng membaca tulisan tersebut dan menyerahkannya kepada sekretaris untuk dibaca. Setelah membacanya, sang sekretaris berkata, "Dokumen ini tertanda dari almarhum kepala suku terdahulu. Di dalamnya, ia berkata bahwa ia telah naik ke surga dan menjadi petugas penting di sana, akan tetapi ia tidak memiliki kediaman yang

Oleh : Willy Yanto Wijaya

memadai. Ia meminta Tuan untuk mengirimkannya seorang tukang kayu – yang paling ahli – untuk mendirikan kediaman yang memadai di sana.”

Genjia sang kepala suku terus memikirkan almarhum ayahnya dan merasa gundah gulana. Ia kemudian memanggil Genjia si tukang kayu, menunjukkan dokumen tersebut dan memintanya untuk segera pergi ke surga.

Genjia si tukang kayu kaget setengah mati. Ia tidak berani menolak, akan tetapi ia memohon sedikit waktu, “Bagaimana mungkin hamba berani menolak perintah Tuan. Akan tetapi, hamba memohon sedikit waktu untuk melakukan persiapan. Mohon berilah hamba tujuh hari. Sesudah itu, mohon adakanlah Upacara Pembakaran Ranting di ladang rami di belakang rumah hamba untuk mengantarkan hamba ke surga. Dengan demikian, hamba akan naik ke surga untuk mendirikan kediaman mewah bagi mendiang kepala suku.”

Genjia sang kepala suku mempertimbangkan bahwa permohonan ini masuk akal dan menyetujuinya.

Setelah Genjia si tukang kayu keluar, ia berusaha melakukan beberapa penyelidikan. Ia penasaran bagaimana mungkin sang kepala suku bisa mendapatkan ide seperti ini. Ia akhirnya menemukan bahwa ternyata asal muasalnya berasal dari dokumen kuno yang ditemukan oleh Genjia si pelayan. Setelah mempertimbangkan lebih lanjut, ia berkesimpulan bahwa pasti ini adalah rencana busuk dari Genjia si pelayan untuk mencelakakannya.

Ia kemudian pulang dan membicarakan hal ini kepada istrinya. “Hal yang paling tidak masuk akal telah terjadi. Kepala suku memintaku pergi membangun kediaman mewah di surga. Pastilah ia telah ditipu oleh Genjia si pelayan. Aku tidak berani menolak, namun memintanya mengadakan Upacara Pembakaran Ranting di belakang rumah kita sebelum aku pergi. Tidak ada gunanya mencoba membantah kepala suku. Hanya ada satu cara untuk lolos dari maut. Kita berdua harus menggali terowongan bawah tanah di malam hari dari

Oleh : Willy Yanto Wijaya

halaman belakang rumah ke kamar kita, lalu kamu akan menyembunyikanku di sana. Dalam kurun waktu setahun, aku akan memikirkan cara membalasnya.”

Istrinya sangat terkejut oleh penuturan ini. Kebenciannya terhadap Genjia si pelayan merasuk hingga ke sumsum tulangnya. Ia akan melakukan apapun untuk menyelamatkan suaminya. Lantas, setiap hari ketika malam tiba, mereka berdua menggali terowongan secara rahasia. Pada hari ke-7, terowongan selesai digali. Mereka menutup lubang masuk terowongan dengan seongkah batu dan menaburkan tanah di atasnya, sehingga orang-orang tidak menyadarinya.

Hari ke-8 pun tiba, hari bagi si tukang kayu untuk naik ke surga. Dengan disaksikan oleh para sesepuh dan para pelayan serta diiringi oleh sorak riuh suara terompet tanduk dan genderang, kepala suku pun tiba untuk mengantarkan si tukang kayu ke surga. Mereka menyusun tumpukan kayu dan ranting di ladang rami dan menyuruh Genjia si tukang kayu untuk menjinjing kotak perkakas di bahunya dan membawa tas di tangannya. Setelah Genjia si tukang kayu siap dan berdiri di tengah, mereka pun menyalakan tumpukan ranting kayu dan menyaksikan asap membubung ke angkasa, “mengantarkannya ke surga”.

Genjia si pelayan takut kalau-kalau seketika api dinyalakan, si tukang kayu akan mengacaukan segalanya dengan berteriak-teriak ketakutan. “Ayo!” ia berteriak kepada kerumunan, “Tiup terompetmu dan dentumkan genderangmu! Bersorak dan bergembiralah! Genjia si tukang kayu sedang dalam perjalanan ke surga untuk membangun kediaman mewah bagi sesepuh kepala suku kita. Bukankah ini hal yang luar biasa!” Kepala suku datang menghampiri untuk melihat-lihat. Genjia si pelayan dengan gembira menunjuk asap yang membubung dan berkata, “Tuan, lihatlah! Genjia si tukang kayu sedang menuju surga.” Kepala suku merasa sangat gembira.

Momen ketika tumpukan kayu dinyalakan dan asap mulai membubung ke angkasa, Genjia si tukang kayu mengangkat bongkahan batu dan kabur melalui terowongan menuju kamar tidurnya. Ia bersembunyi di rumahnya selama setahun penuh. Istrinya berusaha

pergi mencari susu, mentega, dan makanan-makanan bergizi untuknya; dan karena ia tidak melakukan pekerjaan apapun, menjelang satu tahun, ia menjadi lebih gemuk dan kulitnya pun menjadi lebih putih. Sementara itu, Genjia si pelayan mencoba seribu satu cara untuk menggoda istri Genjia si tukang kayu. Istri Genjia si tukang kayu juga mencoba seribu satu cara untuk menghindarinya. Genjia si pelayan pun gagal total dalam usahanya.

Ketika Genjia si tukang kayu bersembunyi di rumah, ia dengan rajin berlatih kaligrafi tulisan naskah-naskah Buddhis kuno. Ia mempersiapkan dokumen yang ditulis dengan gaya otentik dan menyimpannya secara pribadi. Pada hari H perayaan satu tahun “kenai-kannya ke surga”, ia datang dan berdiri persis di tempat ketika ia “dibakar”, dengan menjinjing kotak perkakas yang sama di bahunya dan tas yang sama di tangannya. Ia kemudian berujar, “Bagaimana kabar semuanya? Saya baru kembali dari surga.”

Istrinya adalah orang pertama yang datang. Ia pura-pura sangat terkejut dan segera bergegas melaporkan hal ini kepada kepala suku. Kepala suku sangat gembira mendengar Genjia si tukang kayu telah kembali. Ia menyambutnya dengan penuh kehormatan diiringi terompet tanduk dan genderang, serta mengundangnya datang ke kediamannya. Ia ingin mengetahui bagaimana kabar ayahandanya di surga. Ketika menemui sang kepala suku, Genjia si tukang kayu berkata dengan suara yang sangat serius, “Ketika hamba mendirikan kediaman mewah di surga, mendiang kepala suku memperlakukan hamba dengan kebaikan yang luar biasa, seperti halnya kebaikan Anda kepada hamba, Tuan. Itulah sebabnya badan hamba menjadi berisi dan berbentuk. Kediaman mewah telah selesai didirikan, dan betapa luar biasa indah bangunannya – sepuluh kali ukuran kediaman termewah di muka bumi! Hanya ada satu hal yang kurang: seorang pelayan. Mendiang kepala suku sangat merindukan pelayan lamanya yang amat ia sayangi. Ia sangat menginginkan pelayannya untuk naik ke surga dan mengurus beberapa hal untuknya. Setelah beberapa waktu, ia boleh kembali lagi ke bumi.”

Setelah mengatakan hal ini, Genjia si tukang kayu menyerahkan dokumen berisi tulisan-tulisan kuno yang telah dipersiapkannya, sambil menambahkan bahwa mendiang kepala suku lah yang menyuruhnya untuk mengantarkannya.

Genjia sang kepala suku membaca dokumen tersebut dan merasa yakin sepenuhnya terhadap keseluruhan kisah tersebut. Ia lalu menyuruh Genjia si pelayan untuk pergi melayani sesepuh kepala suku di kediaman mewah barunya di surga. Ketika Genjia si pelayan melihat Genjia si tukang kayu sedang berdiri di sana dan terlihat begitu sehat setelah “kenaikannya ke surga”, dan setelah ia mendengarkan penjelasan yang detil mengenai surga oleh Genjia si tukang kayu, ia tidak tahu lagi harus berpikir apa. “Mungkin aku memang memiliki kekuatan magis,” ia berkata dalam hati. “Adalah ide dariku untuk mengirimkannya ke surga, dan ia sungguh-sungguh kelihatannya telah ke sana! Mungkin saja, sebenarnya memungkinkan untuk pergi ke surga, dan mendiang kepala suku memang memiliki kediaman mewah di sana!”

Ia mengikuti cara si tukang kayu dan meminta tujuh hari untuk melakukan persiapan, dan Upacara Pembakaran Ranting akan diadakan di ladang rami di belakang rumahnya untuk mengirimkannya ke surga. Ia berpikir bahwa karena Genjia si tukang kayu bisa kembali dari surga, tentulah ia juga bisa. Pada hari ke-8, sebagaimana halnya seperti upacara sebelumnya, Genjia si pelayan berdiri di tengah-tengah tumpukan ranting kayu dengan menjinjing kotak peralatan di bahunya dan tas di tangannya. Sebagaimana halnya seperti upacara sebelumnya, diadakan juga iringan suara riuh terompet dan genderang, lalu sang kepala suku memberikan aba-aba untuk menyalakan tumpukan kayu untuk menghantarkannya ke surga.

Tetapi tentu saja kali ini ada yang berbeda. Salah satu perbedaannya adalah ketika segalanya berakhir, setumpuk tulang hangus ditemukan diantara abu sisa pembakaran. Perbedaan lainnya adalah bahwasanya si pelayan tidak pernah kembali lagi. Ia menetap di surga selamanya untuk membantu sang mendiang kepala suku mengurus kediaman mewahnya.

Sebuah Senyuman

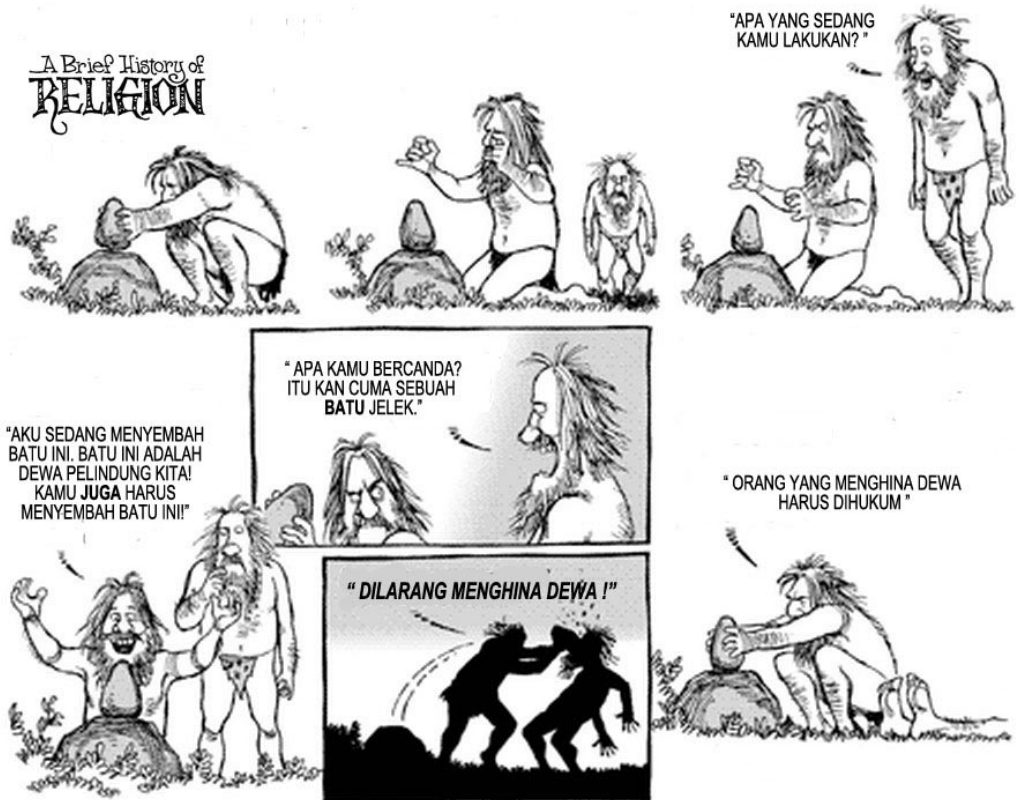
oleh : Yen-Yen

Di Jepang, ada seorang pekerja sekaligus mahasiswa yang ingin membuat sebuah alat untuk membantu pekerjaan dia sebagai pamadam kebakaran. Sekarang dia lagi menjalani pendidikan S2 di Tokyo. Pada suatu hari, sahabatnya mengajak dia untuk membuat sebuah robot. Ini adalah pertama kalinya dia membuat robot. Membuat robot adalah impiannya sejak kecil. Karena memerlukan biaya yang besar, dia bekerja keras untuk mengumpulkan banyak uang. Akhirnya uangnya pun berhasil dia kumpulkan. Kemudian dia mulai mengerjakan robotnya. Dia mengerjakannya dengan sungguh-sungguh. Atas usahanya yang sungguh-sungguh, akhirnya dia berhasil menyelesaikan robotnya. Setelah melalui beberapa percobaan, ternyata robotnya berhasil berfungsi dengan baik, Robot ini banyak membantu pekerjaannya. Tetapi ada satu kekurangannya yaitu tidak bisa tersenyum. Dia pun ingin memperbaiki kekurangan ini. Dia memikirkan berbagai macam cara untuk membuat robot ini bisa tersenyum. Dia ingin membuat robotnya semirip mungkin dengan manusia. Namun dia tidak berhasil.

Pada suatu hari, terjadi kebakaran di sebuah gedung. Dia dan robotnya pun segera pergi ke sana. Ada seorang anak kecil yang terperangkap di sana. Mereka pun bergegas masuk ke dalam gedung tersebut untuk menolong anak kecil itu. Dia pun berhasil mendapatkan anak kecil itu. Saat mau keluar, tiba-tiba tiang di depannya roboh. Namun berhasil ditahan oleh robotnya. Walaupun robot itu tidak bisa berbicara. Tetapi dia mengerti maksud dari robot itu. Robot itu seolah-olah mengatakan, " Kalian harus segera keluar dari disini karena sebentar lagi gedung ini akan roboh. " Mereka pun segera berlari menuju keluar. Sesampainya di jendela, dia meneriakkan robotnya, " Cepat keluar! ". Robot itu hanya tersenyum dan seolah-olah mengatakan , " kalian keluar dulu, nanti saya menyusul."

Akhirnya dia dan anak kecil itu berhasil keluar dari gedung dengan selamat. Namun, robotnya tidak sempat keluar dan roboh bersama gedung itu. Dia berharap robotnya masih bisa menyelamatkan diri. Tapi, setelah diselidiki, ternyata robotnya telah hancur. Pada masa itu, Di seluruh Jepang digegerkan oleh kisah robot itu. Di mana-mana terdapat profil robot itu. Walaupun si pekerja itu kecewa, dia merasa bangga sekali karena berhasil membuat robotnya tersenyum.

KARIKATUR ...



ASAL MULA KEPERCAYAAN ADALAH BERSUMBER DARI PIKIRAN KITA.

" SEMUA FENOMENA ADALAH PROYEKSI DARI PIKIRAN. SEMUA YANG KITA HASILKAN BERSUMBER DARI PIKIRAN. DENGAN PIKIRAN, KITA MENCIPTAKAN DUNIA. "

BUDDHA MENGAJARKAN KEPADA KITA BAHWA :

" JANGANLAH BERBUAT JAHAT, TAMBAHKANLAH KEBAJIKAN, SUCIKAN HATI DAN PIKIRAN. " (Dhammapada.183)

OLEH : HUIONO

Yang Telah Pergi

Kau selalu menyisakan sebuah kenangan dalam dirimu meskipun seluruh ingatanmu saling berebut tempat. Bagimu, mengingat kembali kenangan itu memberimu suatu kekuatan, sebuah semangat baru. Meski waktu telah mengikis semua simbol kejayaanmu, kau masih menemukan cemerlangan yang kerap bersinar dalam kerentanan tubuhmu. Di situlah kamu selalu merasa bersyukur karena telah mengenalnya.

Kau murni seorang penggerutu. Pemarah dan congkak. Kau sering menutupi kegelisahanmu dengan marah-marah, menyalahkan siapa saja. Semua orang menganggapmu galak, temperamen dan berhati keras. Tapi ada juga yang menganggap dirimu tegar.

Kau tentu tahu melebihi siapa pun tentang dirimu sendiri. Bahwa kau sebetulnya rapuh. Sikapmu yang keras, pemarah dan egois sebetulnya merupakan bentuk pelarian terhadap hal-hal yang ingin kau hindari. Menurutmu, jika kau membiarkan dirimu menjadi lemah lembut, menjadi penyabar, atau seorang yang pengertian, kau tidak akan sanggup menghadapi hidup yang keras. Dalam hidup ini, selalu ada pertarungan dan saling menaklukkan. Di situlah terdapat suatu kebanggaan. Jadi, kau menempa dirimu dengan keras. Acapkali sikap dan tindakanmu mengundang keluhan dan kemarahan.

Kau sesekali, tentu saja rindu dengan kehangatan. Sapaan riang dari orang-orang yang kau kenal, ingin kau dengar. Tapi kau ragu hal itu berguna. Dengan membiarkan diri terlena dalam kebahagiaan, segala canda hangat, puji dan sanjungan, akan mengakibatkan orang itu besar kepala. Besar kepala sama saja tenggelam dalam kelenaan dan membuat malas. Itu akan membuat berkurang semangat mencapai puncak kekuasaan.

Tapi ada sesuatu yang sungguh sangat mengusikmu. Kalau bagimu cara yang kau terapkan adalah sesuatu yang ideal untuk mencapai kedudukan yang dihormati, maka cara yang digunakannya membuatmu bertanya-tanya. Itu adalah kebalikan darimu. Tingkat keberhasilannya, sama atau bahkan lebih baik dari caramu. Karena itu kau mulai mengamatinya. Mungkin ada sesuatu yang bisa kau pelajari darinya.

Di mana pun dia, selalu kaulihat tersenyum. Sikap hangatnya, ekspresi riangnya sangat berlawanan denganmu. Dan kau tidak mengerti kenapa kau merasa ada yang salah dalam dirimu. Sudah jelas posisi dan jabatan kalian sama. Memiliki tanggung jawab berat. Tapi dia selalu lebih santai. Dia seolah tidak terbebani. Dia sungguh toleransi. Bahkan bila orang berbuat kesalahan, dia memaafkan tanpa memberikan ganjaran.

Kau dulu bila disenyuminya hanya mengangguk pendek sebagai tanda hormat. Belakangan, hatimu bergetar meski hanya melihatnya sepintas. Kau merasa menemukan sosok yang berlawanan denganmu, yang sebetulnya dulu pernah ingin kau wujudkan sebagai dirimu sendiri. Penemuan ini membuatmu serba salah.

Tapi ternyata dia sangat rapuh. Benar-benar sangat rapuh. Kau melihat sendiri dia menangis pada hari dimana kau pulang telat karena pekerjaan lebih berat. Kau merasa kasihan padanya. Dan detik itu kau kehilangan kekaguman padanya; karena kerapuhannya. Kau merasa menang karena caramu yang dingin, keras, tegas dan tidak kenal kompromi terbukti lebih manjur daripada dia yang selama ini terkenal hangat, lembut dan toleran. Kau tidak pernah mau menungging frustrasi sendirian. Lebih baik kau lemparkan pada orang lain agar bebanmu berkurang. Kalau dia, rasanya tidak. Karena terlalu baik hati itu makanya dia menanggung beban sendirian.

Kau menawari mengantarnya pulang. Dia tidak keberatan. Dia ternyata cerewet juga. Dan mungkin karena sudah menganggapmu teman, dia menceritakan hal-hal yang selama ini mengganjal di hatinya. Kau tidak ingin tahu. Tapi kau diam saja mendengarkan.

Kau mendengarkan betapa dia punya keinginan yang mulia. Dia ingin membantu keluarganya. Saudara-saudarinya. Dia juga ingin agar ibunya merasa lega karena dia bisa mandiri. Dia selalu berusaha bangkit dari keterpurukan walaupun sangat sulit. Terkadang, dari masalah-masalah yang dihadapinya, dia menyadari betapa banyak kesulitan yang harus dilalui manusia dalam kehidupan ini. Karena itu, dia berusaha mengerti. Jadi bila ada yang melakukan kesalahan, dia pikir begitulah kemampuan yang dimiliki orang itu. Bukankah setiap orang memiliki batas kemam-

puan berbeda-beda? Terkadang dia bertanya apakah yang dilakukannya sudah benar atau masih salah. Tapi, melihat orang lain bahagia selalu membuat dirinya lebih lega. Dia pikir, salah dan benar agak sulit dijelaskan. Karena bisa membuat orang bahagia. Dia mengaku dirinya memang naif. Tapi begitulah dirinya. Itu yang ingin dilakukannya.

Dia bertanya bagaimana pendapatmu.

Kau berkata kau tidak ingin terlibat dengan masalah orang lain.

Dia menghela napas. Lalu katanya, kadang kita terlibat dalam suatu masalah tanpa pernah kita inginkan. Karena itu kita tak seharusnya berpangku tangan bila mengetahui orang lain mengalami kesulitan.

Kau merasa tersindir. Kau bilang, kalau terlalu mencampuri masalah orang lain, justru akan terkena getahnya. Bukankah masalah sendiri juga sangat banyak. Kau, kenapa tadi menangis? Masalahmu sendiri saja tidak bisa kauatasi. Kenapa masih memikirkan masalah orang lain?

Dia tersentak. Tidak disangkanya perkataannya membuatmu marah. Dia meminta maaf. Katanya, dia hanya merasa terkadang orang sangat membutuhkan pertolongan. Ada banyak hal yang tidak bisa dihadapi sendirian. Begitu maksudnya yang sebenarnya. Dia meminta maaf sekali lagi.

Kau diam saja. Sebenarnya kau merasa tidak enak karena marah-marah. Kau pun sadar kalau terlalu banyak kesulitan dalam hidup ini yang tidak bisa kau atasi sendiri.

Tiga bulan kemudian kau menghadiri upacara kematiannya. Dia terkena kanker hati dan divonis mati pada hari di mana kau menemukannya menangis di malam hari. Hatimu terasa sakit. Terutama bila mengingat kau marah padanya. Tapi tetap ditunjukkannya padamu perasaannya yang tulus. Dia selama tiga bulan terakhir hidupnya, selalu berusaha membuat orang bahagia.

Kau betul-betul menyesal. Entah kenapa setelah dia pergi kau baru menyadari betapa pentingnya hidup untuk membahagiakan orang lain.

ULASAN SUTTA

Oleh : Willy Yandi Wijaya

Kata-kata yang baik

Demikianlah yang telah saya dengar:

Suatu ketika Sang Buddha tinggal di hutan Jeta, di dekat savatthi. Beliau berkata kepada para bhikkhu:

“Ucapan yang memiliki empat ciri adalah ucapan yang disampaikan dengan baik, tidak salah dan tidak dicela oleh para bijaksana; yaitu ucapan seorang bhikkhu yang berbicara hanya yang bermanfaat dan bukan yang tidak bermanfaat, yang berbicara hanya yang berharga dan bukan yang tidak berharga, yang berbicara hanya yang menyenangkan dan bukan yang tidak menyenangkan, yang berbicara hanya yang benar dan bukan yang tidak benar. Ucapan yang bercirikan empat faktor ini adalah ucapan benar dan bukan ucapan buruk, tidak salah dan tidak dicela oleh para bijaksana.”

Demikianlah sabda Sang Penguasa [Sang Buddha], dan setelah itu, sebagai Guru, Beliau melanjutkan dengan mengatakan ini:

“Ucapan yang bermanfaat adalah yang paling utama, kata orang-orang suci.

Orang harus berbicara apa yang berharga dan bukan yang tidak berharga. Inilah yang ke dua.

Orang harus berbicara apa yang menyenangkan dan bukan yang tidak menyenangkan. Inilah yang ke tiga.

Orang harus berbicara apa yang benar dan bukan apa yang salah. Inilah yang ke empat.”

Subhasita sutta, Sutta Nipata 450 (Sn 450)

Dari sutta tersebut kita dapat melihat bahwa penekanan Sang Buddha terhadap ucapan yang bermanfaat paling diutamakan. Hal tersebut karena ucapan tersebut berhubungan dengan orang lain—etika sosial buddhis. Di Sn 451 dikatakan bahwa ucapan yang bermanfaat tersebut adalah pengucapan kata-kata yang tidak menyakiti atau tidak saling menyakiti. Ucapan yang bermanfaat sebagai sisi aktif dari ucapan yang

tidak menyakiti berbentuk ucapan yang memiliki akibat secara langsung terhadap orang lain, contohnya memberi nasihat kepada teman atau seorang anak kecil, ucapan yang membuat orang lain secara langsung terhindar dari penderitaan, ucapan dalam memberikan suatu pandangan kebenaran (Dharma) yang secara langsung memberi manfaat langsung, ucapan yang membuat orang lain tidak melakukan kejahatan.

Selanjutnya Sang Buddha mengatakan bahwa selayaknya kita berbicara sesuatu yang berharga, yang mempunyai makna atau nilai yang patut untuk dikatakan. Misalnya, ucapan yang membahas tentang ilmu pengetahuan, ucapan yang membahas tentang Ajaran Buddha secara teoritis, ucapan yang membahas pengetahuan.

Kemudian, kita dianjurkan untuk berbicara yang menyenangkan sebagai respon aktif dari ucapan yang tidak menyakitkan. Yang dapat kita lakukan adalah memberi ucapan selamat, berterima kasih, memuji (bukan menjilat). Ucapan ini membuat orang lain menjadi gembira, bahagia atau senang.

Yang terakhir sangat jelas mengenai ucapan yang benar dan yang salah. Ucapan benar adalah ucapan yang sesuai dengan kenyataan, ucapan yang jujur, ucapan apa adanya, ucapan yang tidak melebih-lebihkan atau mengurang-ngurangkan.

Jadi empat ciri ucapan ini dianjurkan oleh Sang Buddha agar senantiasa ada dalam ucapan kita sehari-hari. Biasanya suatu ucapan yang kita lakukan, tergantung kondisinya sehingga suatu kata yang tadinya bermanfaat pada kondisi kemarin bisa jadi tidak bermanfaat untuk kondisi keesokannya. Pun, suatu ucapan bisa mengandung banyak ciri sekaligus. Suatu ucapan bisa bermanfaat, sekaligus menyenangkan dan benar. Bisa pula ucapan tersebut menyenangkan namun kurang tepat karena dilebih-lebihkan. Idealnya sebuah ucapan memenuhi 4 ciri tersebut selain 5 ciri ucapan benar lainnya, yaitu harus tepat waktu, benar (sesuai dengan kenyataan), lembut, bertujuan positif dan berdasarkan cinta kasih seperti yang disebutkan dalam Anggutara Nikaya V, 198 (Petikan AN no. 114 suntingan Bhikkhu Bodhi)

Pikiran Saat ini

Setiap saat kita selalu berpikir. Proses tersebut terkadang telah menyita sebagian besar waktu kita. Tanpa sadar waktu telah berlalu dengan cepat. Kita menjadi budak dari pikiran yang mengembara tak tentu. Biasanya pikiran tersebut berangan-angan sesuatu yang telah lalu atau harapan-harapan di masa mendatang. Bukan tidak baik hal tersebut kita lakukan, namun sesuatu yang dilakukan secara berlebihan malah akan mendatangkan akibat yang sebaliknya dari yang kita inginkan.

Berpikir tentang masa lalu untuk merenungkan hal-hal yang telah dilakukan adalah sesuatu yang sangat baik dan positif yang sangat dianjurkan. Berpikir ke masa depan, rencana hidup, cita-cita, harapan di masa mendatang juga merupakan sebuah pemikiran yang baik yang akan membuat hidup saat ini menjadi lebih hidup. Namun, yang perlu kita sadari adalah bukan terikat oleh pikiran penyesalan masa lalu yang telah lewat yang akhirnya membuat kita menjadi pesimis dan putus asa. Juga bukan pemikiran harapan dan keinginan di masa depan yang terlalu berlebihan serta tidak realistis yang membuat kita terbuai oleh imajinasi-imajinasi.

Pun, pikiran kita jangan terlalu terikat oleh masa lalu yang begitu baik yang seolah-olah akan mendatangkan hanya hal-hal yang baik. Ketika saat ini terjadi sebaliknya, pikiran akan menjadi putus asa dan bisa membawa kepada stres berkepanjangan. Begitu pula pemikiran pesimis terhadap masa mendatang janganlah terlalu dipikirkan. Boleh saja pikiran memetakan kemungkinan positif dan negatif baik di masa lalu maupun di masa depan, akan tetapi yang perlu kita waspadai adalah pemikiran atau pikiran yang berlebihan terhadap hanya satu sisi, entah itu positif atau negatif saja. Pikiran yang demikian akan membawa penyesalan, keputusan, ketakutan, kebencian atau kemarahan jika kenyataan yang terjadi atau yang akan terjadi tidak sejalan dengan sesuatu yang sangat amat kita pikirkan akan yakin bakal terjadi.

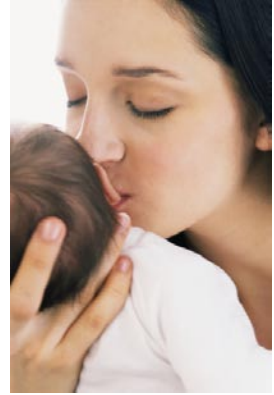
Jadi, marilah kita berpikir lebih nyata tentang masa lalu dan masa depan. Realistislah terhadap kejadian masa silam dan masa mendatang yang ada sisi positif maupun sisi negatifnya. Yang paling penting janganlah kita terikat dengannya. Pikirkan diarahkan kepada saat ini dan satu kata yang baik yaitu hanya "lakukanlah".

A moment to remember

by : Chen

"Musuh terbesar kita bukanlah orang lain, melainkan diri kita sendiri", demikianlah salah satu kata-kata perenungan. Entah dengan berbagai usaha yang kita lakukan, kita sangat sulit sekali "menekan/meruntuhkan" keegoisan diri, ke gengsian, keserakahan hingga mengalahkan diri kita sendiri. Seringkali kita selalu berusaha melakukan "pembenaran" pada diri sendiri.

Aku menjadi ingat sebuah momen yang telah ku lalui.



Sebagai mahasiswa luar Bandung, terasa berat sekali meninggalkan keluarga dan kampung halaman. Hari terasa berjalan menjadi lebih cepat dan semakin cepat menjelang hari H untuk meninggalkan keluarga dan melanjutkan studi di Bandung. Momen bersama keluarga, senda gurau, makan malam bersama menjadi memori kenangan yang indah. Aku pernah berfikir apakah momen seperti ini akan terjadi lagi? Ataukah ini yang terakhir? Timbulkan ketakutan dan kegelisahan dalam diri. Momen-momen kebersamaan di keluarga menjadi momen-momen yang tersimpan dalam lubuk hati yang dalam. Waktu terus berlalu, aku pun berangkat ke Bandung melanjutkan studi. Dalam pikiranku, terbersit niat untuk namaskara terlebih dahulu kepada orang tua sebelum berangkat. Sebagai rasa ungkapan terima kasih yang mendalam, pamitan, dan lain sebagainya. Tapi, sungguhlah sulit mengalahkan keegoan dalam diri. Terkadang aku selalu berpikir, dengan begitu gampangnyaku bisa namaskara di depan altar, dengan entengnyaku bernamaskara ke anggota Sangha (padahal ga kenal sama sekali). Tapi kenapa begitu sulit Namaskara di depan orang tua ?. Suatu fenomena yang aneh, padahal sudah jelas-jelas orang tua ku telah melahirkan, mendidik, membesarkan, memberikan uluran kasih sayang yang luar biasa untukku.

Dengan praktek namaskara secara sungguh-sungguh, dapat melatih diri kita menjadi rendah hati, tidak sombong. Ku sadari betapa dalam diriku telah terbangun "tembok" berupa ke-aku-an yang "keras", hingga diriku sendiripun tidak mampu "merobohkannya", sampai-sampai untuk namaskara di depan orang tua saja aku tidak mampu melakukannya. Aku menjadi sangat malu sekali dengan diriku, sekian tahun aku belajar Dharma tetapi hanya secara teoritis, memuaskan intelektual, tapi aku tidak bisa mempraktekkannya dengan baik.

Terus dan terus terngiang-ngiang dalam benak pikiranku untuk mencoba mengalahkan ke-aku-an dalam diri. Salah satunya berupa praktek langsung namaskara kepada orang tua. Hal ini ternyata sulit sekali. Jauh lebih sulit daripada ujian-ujian di perkuliahan yang pernah ku hadapi.

Aku selalu pulang kampung setahun sekali. Dan tiap kali pulang kampung, tekad utama adalah namaskara pada orang tua. Tahun 2006 merupakan tahun pertama kalinya aku pulang kampung sejak kuliah di Bandung. Tekadku "runtuh" dan "kalah" dibanding ke-aku-an dalam diri. Tahun berikutnya ku coba lagi, dan ternyata masih gagal. Belajar mengalahkan ke-aku-an ku untuk hal ini butuh waktu dalam hitungan tahun. Hinggalah suatu hari aku menyaksikan Drama Musikal Sutra Bakti Seorang Anak di Jakarta, yang membuat diriku seolah-olah aku perlu sekali ditampar atas keteledoranku, menyaksikan betapa besar kasih yang telah diberikan orang tua, dan sangat sulit untuk membalasnya. Kembali ku bulatkan tekad dalam diri, tahun 2008 akan aku akan namaskara langsung kepada orang tua ketika pulang kampung. Setibanya di rumah, kembali perkataan "iya", "nggak", "iya", "nggak", "iya", "nggak", terus menerus bergejolak dalam batin. Dan akhirnya aku memilih iya, tanpa banyak pikir setelah ku runtuhkan "tembok" ke-aku-an (baca: keengsian) dalam diri, dengan penuh kesadaran aku bersujud, menyadari kebaikan orang tua yang begitu luar biasa, telah menimbulkan kebahagiaan, ketenangan, dan kedamaian batin. Finally I did it, Buddha.

lanjutan dari halaman 14

Begitu banyak hal serupa yang terjadi dalam pikiran kita dan tidak ada alasan baik untuk selain kejadian ini daripada menjadi kreasi dalam pikiran kita. Namun, kita selalu percaya pada pemikiran kita dan berpikir bahwa pemikiran kita adalah 100% benar.

Persepsi dibuat oleh pikiran, pikiran meyakini proyeksi dari pikiran sehingga ini menjadi siklus mata rantai. Inilah cara kerjanya, pikiran menjadi percaya pada persepsinya yang dibuatnya.



Batin yang Fleksibel

Ketika kita bermeditasi berdiam dalam keheningan, atau shamatha, kita membuat batin kita menjadi lebih fleksibel, dan dengan cara itu kita mendapatkan kontrol itu. Kita membawa kekuatan pada batin kita, seperti olahraga. Jika kita berolahraga dan juga mengonsumsi vitamin-vitamin, hasil yang akan diperoleh adalah tubuh kita menjadi sehat kuat secara alami. Bila kekuatan tubuh ini secara alami terbentuk dalam tubuh kita, maka penyakit yang sedang kita derita saat ini akan pergi dengan sendirinya dan tubuh sehat kita akan membantu mencegah timbulnya penyakit di masa mendatang.

Pendekatan olahraga dan mengonsumsi vitamin ini jauh lebih baik daripada kita mengonsumsi obat ketika kita sakit, karena, sebagai contoh, jika kita makan obat untuk menyembuhkan penyakit yang berhubungan dengan paru-paru, obat ini dapat membebani hati dan ginjal kita. Jika kita makan obat untuk menyembuhkan ginjal, itu juga dapat mengganggu bagian (organ) tubuh kita lainnya – obat-obatan dalam jangka panjang tidak membawa daya tahan dan kekuatan tubuh alami. Padahal daya tahan dan sehat alami sangat penting bagi tubuh. Begitu juga mengapa kita berlatih shamatha, berdiam dalam keheningan: untuk membangun kemampuan dan kekuatan yang men-

jadi bagian utama pada batin kita.

Lebih lanjut, ketika kita berlatih meditasi jenis ini, kita membangkitkan apa yang disebut sebagai “kedamaian batin”, kedamaian sejati yang tidak bergantung pada sebab dan kondisi eksternal. Jika kita berusaha untuk memperoleh kedamaian dengan bergantung pada sebab eksternal, maka usaha ini mirip dengan upayamu mengonsumsi obat agar dengan cepat sembuh dari penyakitmu.

Jika kita tiba-tiba terluka karena jatuhnya cangkir, dan mampu mengatasi situasinya, maka hal ini dapat membuatmu kembali merasa nyaman dalam tempo singkat. Tapi, jika cangkir itu membuat hancur, maka cangkir ini menyebabkan kita begitu menderita. Jika kita bermain GameBoy atau hiburan yang sejenisnya, untuk sementara waktu hal ini akan membuat kita senang. Tapi, jika kita terlalu melekat pada permainan ini, maka permainan ini dapat menjadi penyebab penderitaan kita ketika alat permainan ini rusak, dan kerusakan sebuah benda merupakan fenomena alami karena benda merupakan unsur dari fenomena.

Inilah alasan-alasan umum mengapa berlatih meditasi, shamatha begitu penting. Sangat penting untuk kita mengerti alasan-alasan umum ini sebelum kita belajar untuk mempraktikkannya.

Sebagai contoh, jika kita ingin menembak, kita perlu mengetahui apa dan di mana sasaran tembaknya. Jika tidak, kita tidak dapat mengarahkan peluru kita. Dalam hal latihan shamatha, ada 2 (dua) hal pokok : kunci utama pada tubuh dan kunci utama pada pikiran.

Sumber : <http://mingyur.org>

The Very Venerable Yongey Mingyur Rinpoche

Meditation and Non-meditation - Talk One

Halifax Shambhala Center, Nova Scotia Canada, January 27, 2004

Penterjemah ceramah

: Tyler Dewar

Ditulis ulang (Inggris)

: Ben Trembley

Editor B.Inggris

: Judith Smith

Terjemahan ke Indonesia

: Endrawan – Oktober 2008 (untuk kalangan pribadi)

Malam Natal Terakhir bersama Sahabat ku

oleh : Angel

Di sebuah kota di Jepang, hidup lah sebuah keluarga bernama Konno. Mereka mempunyai satu anak perempuan bernama Shino. Keluarga ini cukup terkenal karena mereka memiliki peternakan dan ladang di mana-mana. Walaupun demikian, mereka tidak sombong. Mereka bahkan suka membantu banyak orang. Tetangga-tetangga dan orang-orang yang tinggal di sekitar mereka pun sangat baik kepada mereka.

Pada suatu ketika, sebuah keluarga baru yang bernama Artwing pindah ke sana. Keluarga Artwing berasal dari Amerika. Mereka hanya mempunyai seorang anak laki-laki yang bernama Daniel Artwing. Sesuai tradisi, keluarga Konno selalu mengunjungi setiap tetangga yang baru pindah.

Pada suatu sore, keluarga Konno pun pergi mengunjungi keluarga Artwing. Saat sampai di depan rumah keluarga Artwing, ayah Shino mengetuk pintu (tok... tok... tok...) "Permisi", ayah Shino berkata. "Ya, tunggu sebentar" jawab orang yang berada di dalam. Saat pintu dibuka, ternyata Ibu Artwing yang menyambut. "Ya, ada apa ya?" Tanya Ibu Artwing. "Oh, tidak... kami datang ke sini hanya dengan tujuan berkenalan dengan kalian." Jawab ayah Shino. "Oh, kalau begitu silahkan masuk!" jawab Ibu Artwing. "Kenalkan, kami dari keluarga Kanno." kata ayah Shino. "Oh, kenalkan... kami adalah keluarga Artwing, kami berasal dari Amerika." jawab ayah Artwing. "Ha...ha...ha... ternyata baru kenal, kita sudah bisa dekat ya!" kata ayah Shino. "Benar sekali, ha...ha...ha..." jawab ayah Artwing. "Oh ya, kenalkan ini anak perempuan ku, Shino, umurnya baru 8 tahun." cerita ayah Shino. "Berarti kita sama, saya juga punya seorang anak yang sebaya dengan anak mu, namanya Daniel, umurnya 10 tahun." jawab ayah Daniel. Kemudian ayah Daniel memanggil Daniel untuk berkenalan.

Sembari orang tua kedua keluarga ini mengobrol, Daniel dan Shino pun berkenalan. "Halo, ko Daniel, kenalin, aku Shino." kata Shino. "Oh... Hai..." jawab Daniel. "Ko, besok malam kita lihat bintang yuk!" ajak Shino. "Boleh, besok aku jemput di rumah mu ya!" jawab Daniel. Malam pun semakin larut. Akhirnya Shino dan keluarganya pulang.

Keesokan harinya, pada pagi yang cerah mereka berdua pergi bersama ke sekolah. Saat siang, mereka juga pulang sekolah bersama. Hari pun semakin sore. Pada malam harinya Daniel menepati janjinya untuk menjemput Shino.

Sambil berjalan-jalan, Daniel dan Shino saling bertukar pendapat. "Ko Daniel, Lihat bintang itu! Bintang itu yang paling bersinar di antara bintang-bintang yang lain." kata Shino. "Oh...ya, benar sekali." jawab Daniel. "Ko Daniel berjanji lah bahwa kita akan bersahabat selamanya dan bintang itulah saksinya dimana pun kita berada. Jika kita melihat bintang itu, kita akan teringat oleh persahabatan kita, berjanjilah!" kata Shino sambil mengangkat jari kelingkingnya. "Ya...aku berjanji pada mu dan bintang itu lah yang akan menjadi saksinya." Jawab Daniel.

Saat itu lah mereka bersahabat. Malam itu terasa sangat spesial. Tetapi kebahagiaan itu pun hanya bertahan 2 minggu sebab keluarga Daniel secara mendadak harus pulang ke negara asalnya. Mungkin bagi orang dewasa, perpisahan itu adalah wajar. Tetapi bagi kedua anak tersebut, perpisahan ini sangat lah menyedihkan. Ketika mendengar hal ini, Shino sangat sedih dan Daniel pun juga merasa sangat sedih. Tiba-tiba Daniel punya ide. "Shino, mulai besok mungkin kita tidak bisa bertemu lagi. Tetapi kita masih bisa surat-menyurat. Bagaimana?" Tanya Daniel. "Ko Daniel benar, kita masih bisa surat-menyurat." jawab Shino. Akhirnya mereka pun sepakat dengan ide ini. Dan Daniel pun segera meniggalkan Shino.

Bertahun-tahun mereka masih saling berkomunikasi melalui surat. Bahkn sampai mereka tumbuh dewasa pun masih saling surat-menyurat. Sampai suatu saat, Daniel pun merasa aneh karena surat yang dikirim Shino semakin hari semakin sedikit. Dan akhirnya Shino tidak pernah mengirim surat lagi. Daniel pun menjadi penasaran sebenarnya apa yang terjadi pada Shino. Akhirnya Daniel memutuskan untuk pergi ke Jepang untuk mencari tahu. Sesampai di rumah Shino, ia mngetuk pintu, tetapi tidak ada seorang pun yang menjawabnya. Kemudian Daniel bertanya kepada warga sekitarnya. Rupanya Shino sedang berada di rumah sakit. Daniel pun segera pergi ke rumah sakit dan bertemu dengan keluarga Shino. Ternyata Shino sedang tergeletak lemas di rumah sakit. Ia memakai tabung oksigen dan alat medis lainnya. Melihat keadaan ini, Daniel sangat sedih. Daniel sangat terpukul saat mengetahui bahwa Shino terkena kanker stadium IV. Daniel pun segera masuk dan duduk di samping Shino. "Shino.... bangun, ini aku, ko Daniel." kata Daniel. Shino pun membuka matanya secara perlahan. "Ko Daniel.... Shino senang sekali melihat koko ada di sini. Maafkan Shino sebab Shino tidak bisa menulis surat kepada ko Daniel lagi." jawab Shino. "Ngga, kamu tidak salah koq!" jawab Daniel. "Ko, sebentar lagi natal, ko Daniel temanin ak yah sampai ak tidak ada di dunia ini lagi. Firasat ku mengatakan begini." kata Shino. "Kamu ngomong apa sih!... kamu tidak boleh sembarang ngomong begitu. Kamu harus tetap semangat untuk hidup. Ko Daniel akan tetap menemani kamu apapun yang terjadi." jawab Daniel.

Shino pun meneteskan air mata dan Daniel pun memeluknya. Setiap hari Daniel selalu menemani hari-hari Shino di rumah sakit. Hingga suatu saat, Shino berkata, "Ko Daniel, Shino mau pulang, Shino mau di rumah saja, Shino mau dirawat di rumah saja. 2 hari lagi kan natal!". "Tapi kamu kan masih lemah," jawab Daniel. "Aku mohon, aku tidak mau melewati natal di rumah sakit ini, aku mohon kepada ko Daniel. Tolong kabulkan permohonan Shino!" kata Shino. "Baiklah, ko Daniel akan meminta izin pada dokter dulu ya." Jawab Daniel.

Akhirnya Shino pun diizinkan dokter untuk pulang ke rumah. Shino senang sekali. Keesokan harinya Daniel membawa Shino pulang ke rumah. Sesampai di rumah Shino dibaringkan ke tempat tidur. "Ko... besok natal, Shino senang sekali." kata Shino. "Tapi, wajah kamu koq kelihatan sedih?" kata Daniel. "Habis, di luar sana pasti orang-orang sedang berjalan-jalan dengan wajah senang. Sedangkan aku di sini, Cuma bisa menunggu ajal menjemput." jawab Shino. "Kamu ga boleh berkata begitu! Walaupun kamu tidak bisa seperti mereka, tapi kamu kan ada ko Daniel yang menemani. Pokoknya kamu tidak boleh patah semangat, Oke!" jawab Daniel. "Oke" jawab Shino. Keesokan harinya adalah hari natal. Saat Shino bangun, Daniel langsung berkata, "Selamat Natal!" "Eh, selamat natal juga" jawab Shino. Mereka pun merayakan natal dengan makan bersama. Setelah makan, mereka pun pergi berjalan-jalan dengan mobil. Sepanjang jalan di selimuti oleh salju. Shino pun sangat menikmatinya. Hari semakin seore, dan mereka pun pulang ke rumah. Pada malam hari, mereka makan bersama, suasana ruangan begitu hangat, ceria dan harmonis.

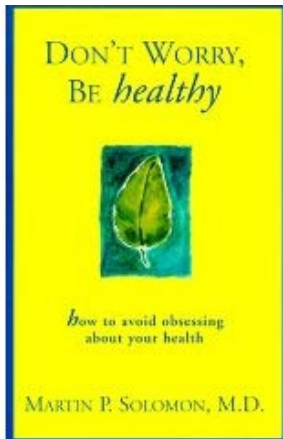
Pada malamnya, Daniel mengantar Shino untuk tidur. Pada malam itu, Daniel mempunyai firasat tidak enak sehingga dia terus menemani Shino sampai larut malam. "Ko Daniel, sebentar lagi bel berbunyi, ingatlah selalu persahabatan kita! Bintang menjadi saksi persahabatan kita. Ingatlah Shino setiap kali ko Daniel melihat bintang itu." kata Shino. "Ya Shino, ko Daniel akan selalu ingat janji kita." Akhirnya bel natal berbunyi dan saat itu lah Shino menghembuskan nafas terakhirnya di dunia ini.

Setelah Shino dimakamkan. Pada malam harinya Daniel pergi ke ladang tempat Shino dan Daniel mengikat janji persahabatan mereka. Di antara semak-semak terdengar seperti langkah suara wanita menyambut Tahun baru dan lembaran hidup yang baru. TAMAT

Pesan dari cerita ini adalah :

Hargailah hidup mu dengan sebaik-baiknya dan manfaatkanlah hidup ini dengan hal-hal yang berguna selagi kamu masih hidup di dunia ini.

Don't Worry be Healthy



Di dalam buku ini terdapat banyak cerita bagaimana kita dapat hidup sehat dan menjaga kesehatan kita. Tapi jangan khawatir bila kita sakit karena sakit merupakan hal yang wajar bagi manusia ataupun makhluk hidup lainnya. Bila ada orang yang tidak pernah sakit, itu baru aneh. Ketika tubuh kita sakit jangan biarkan pikiran kita ikut sakit sebab yang utama adalah pikiran yang sehat. Pikiran yang membuat seseorang sakit dan pikiran pula yang menyembuhkannya.

Selain itu, di buku ini juga terdapat cerita bagaimana meditasi dapat menyembuhkan seseorang dari sakit dan mengajarkan kita bagaimana bersahabat dengan rasa sakit. Mungkin merasa aneh, koq bersahabat dengan rasa sakit??? Tapi bersahabat dengan rasa sakit, kita dapat mengurangi rasa sakit yang kita derita mungkin juga dapat membuat kita cepat sembuh atau lebih menghargai kehidupan.

Untuk lebih tahu isi dari buku ini silakan pinjam dan baca di Perpustakaan Vihara Vimala Dharma.



-



LAPORAN KEUANGAN MEDKOM BULAN DESEMBER 2008

pendapatan :

Dana dari Donatur *)	:	Rp. 50.000-
Dari BPH	:	Rp. 200.000,-

Pengeluaran:

Biaya Cetak (100 eks.)	:	Rp. 230.000,-
Biaya kirim	:	Rp. 10.000,-
Biaya Operasional	:	Rp. 0

Dana Akhir	:	Rp. 10.000,-
------------	---	--------------

ANGGARAN PENGELUARAN BULAN JANUARI 2009

Biaya cetak	:	Rp. 345.000,-
Biaya kirim	:	Rp. 0
Biaya Operasional	:	Rp. 10.000,-

*) Bagi pembaca yang ingin menjadi **donatur**, dapat langsung ditransfer ke rekening:

BCA KCP MARANATHA 2821509442 atas nama
RATANA SURYA SUTJIONO.

Setelah berdana, harap dikonfirmasi ke :
HERMAN (085221527272)

- Terima Kasih -

Urutkan dari yang terbesar ke yang terkecil !

1. 2^{222}

2. 2^{555}

3. 2^{333}

4. 3^{333}

5. 5^{222}

6. 5^{333}

7. 5^{555}

Contoh Jawaban:

1-2-3-4-5-6-7 atau 7-6-5-4-3-2-1 atau dst

Jawaban kuis BVD edisi November:

Benih

Pemenang Edisi November 2008 yaitu:

tidak ada pemenang

Kirimkan jawaban Anda paling lambat **tanggal 20 Januari 2009** dengan format :

Quiz BVD_Desember_jawaban_nama_kota asal

via SMS ke : 085221527272

via email ke : redaksibvd@yahoo.com

BERITA PVVD

- 1. Tanggal 13 Desember 2009 : Ceramah YM. Bks. Bhadra Pala**
- 2. Tanggal 14 Desember 2009 : Mother's Day - GABI - di Aula VVD**
- 3. Tanggal 21 Desember 2009 : Pameran Reliktur (SARIRA) Pk.13.00-21.00 di Hotel Grand Pasundan**
- 4. Tanggal 25-29 Desember 2009 : Munas**

PENGUMUMAN

1. BINA WIDYA

Waktu : tanggal 17-19 Januari 2009
Pembimbing : Ayya Santini
Tempat : Wisma Kusalayani
Contact person : Surya (081809090895)

- 2. Tim Formatur dibentuk pada tanggal 16 november 2008 oleh Surya. Adapun anggota TF terdiri dari :**
 - a. Thomas (Koordinator TF)**
 - b. Kristanto**
 - c. Sunarti**
 - d. Yunita**
 - e. Kristian**

- 3. Kandidat Ketua PVVD Periode 2009-2010 :**
 - a. Andi Setiawan, Teknik Informatika ITB' 06**
 - b. Kevin Tanadi, Teknik Informatika ITB' 06**
 - c. Marcelina, Akuntansi Maranatha'06**

BUDDHA VACANA

(Program Diskusi Agama Buddha)

Di radio Mei Sen 92.1 FM
(Bandung Suara Indah)

Setiap hari **Selasa** 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 , pkl 18.00 wvvd
Unit Bursa "Maitri Sagara"	Minggu, pkl 10.00 - 12.00 wvvd
Unit Perpustakaan "Dharmaratna"	Minggu, pkl 10.00 - 13.00 wvvd
Dharmajala	Rabu, pkl 06.30 Jumat, pkl 05.30 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