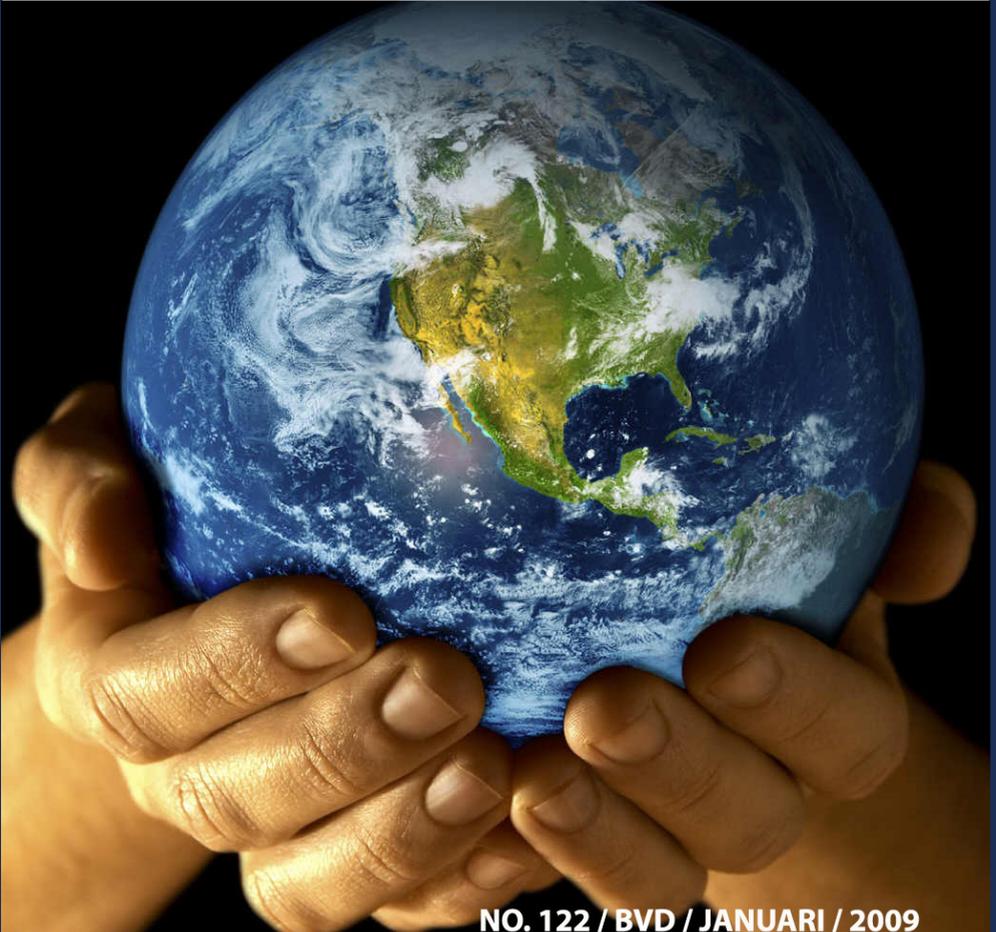


JANUARI 2009



# BVD

## Berita vimala Dharma



NO. 122 / BVD / JANUARI / 2009



## **Sajian Utama**

- 4 **Tema Cinta Kasih Oleh Redaksi**  
8 **Liputan Sarira Oleh Julyanto**  
10 **Introspeksi Kado2 Oleh Henry Filcozwen Jen**  
12 **Pengumuman Buddhis Menulis Oleh Henry Filcozwen Jen**  
16 **Spiritful Drizzle Nengajou dan Tahun Baru di Jepang Oleh Willy Yanto Wijaya**  
20 **Latihan Meditasi Non-Meditasi Diterjemahkan Oleh Endrawan Tan**  
22 **Stori's Story Kau dan Aku Oleh Huiono**  
25 **Ulasan Sutta Cinta Kasih Oleh Willy Yandi Wijaya**  
27 **Renungan Cinta Kasih Universal Oleh Willy Yandi Wijaya**

## **Artikel**

- 14 **Filosofi**  
28 **Artikel Dharma**  
32 **Artikel Bebas**  
38 **Sharing**

## **Lain-Lain**

- 2 **Daftar Isi**  
3 **Dari Redaksi**  
36 **Birthday**  
37 **Laporan Keuangan**  
39 **Kuis**

## 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 Januari :**

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,**

Cinta Kasih merupakan sebuah ajaran Buddha yang demikian luhurnya. Sehingga jika kita semua mengerti dan menerapkan Cinta-Kasih ini, maka tidak akan pernah lagi ada 'bahaya', tidak akan pernah lagi ada makhluk hidup yang harus merasa tidak aman dan tidak-tenteram, merasa terancam jiwanya, hak hidupnya, tidak akan pernah lagi ada ketakutan, tidak akan pernah lagi ada peperangan, pertumpahan darah, perampokan, pencurian, dan berbagai tindak kriminal lainnya.

Cinta kasih yang diajarkan Sang Buddha adalah cinta kasih yang universal yaitu cinta kasih yang tidak terbatas hanya kepada saudara kita saja, tidak pula hanya terbatas kepada manusia saja, tetapi kepada semua makhluk, baik terhadap hewan/binatang, para dewa, bahkan iblis / setan sekalipun.

Semoga, semua makhluk, khususnya, yang membaca buletin ini, terbebas dari kegelapan batin, pandangan salah, menuju pemahaman baru akan pentingnya Cinta-Kasih bagi terciptanya kedamaian. Semoga tulisan-tulisan singkat dalam buletin ini dapat memberikan pengetahuan dan manfaat bagi kita semua. Semoga semua makhluk hidup berbahagia.

Mettacittena

**REDAKSI**

## Mettā (Cinta Kasih)

Salah satu hal yang mudah dikatakan tetapi sulit dipraktikkan adalah 'Cinta Kasih'. Sesungguhnya, cinta kasih bukan hanya sekadar kata-kata. Ketika seorang suami mengatakan cinta kepada istrinya, maka hal itu kita katakan sebagai cinta kasih. Sesungguhnya bukan demikian. Memang, kata-kata cinta seperti itu akan membawa kebahagiaan bagi istrinya, tetapi apabila tidak disertai dengan tingkah laku yang baik, maka kata cinta tersebut bagaikan tong kosong yang nyaring bunyinya, yaitu kata-kata kosong yang tidak ada maknanya. Cinta kasih yang diajarkan oleh Sang Buddha sesungguhnya sangat mulia. Mengapa? Karena cinta kasih yang diajarkan bukan hanya kepada orang-orang terdekat kita, seperti orangtua, saudara, ataupun sahabat, tetapi cinta kasih kepada semua makhluk di alam semesta (Cinta Kasih Universal).

*“Cinta kasih yang diajarkan oleh Sang Buddha sesungguhnya sangat mulia”*

Dijelaskan dalam *Mettā Sutta, Khuddakapāñha, Khuddaka Nikāya* yaitu bahwa: *“Cinta kasih adalah bagaikan seorang ibu yang memper-taruhkannya jiwanya, melindungi putra tunggalnya. Demikianlah terhadap semua makhluk, dikembangkannya pikiran cinta kasih tanpa batas, ke atas, ke bawah, dan ke sekeliling, tanpa rintangan, tanpa benci dan permusuhan.”* Apabila cinta kasihnya terhadap semua makhluk, maka cinta kasih yang kita pancarkan seyogyanya dipancarkan kepada makhluk-makhluk di 31 alam kehidupan, bukan hanya alam manusia dan binatang saja.

Untuk mempraktikkan cinta kasih, perlu sekali dimengerti apa

manfaat dari melaksanakan cinta kasih. Apabila tidak mengerti, maka hal ini bagaikan seseorang yang menyeberangi lautan luas tanpa ada tujuan yang jelas, maka ketika berada di tengah laut, orang tersebut kebingungan 'mau ke mana dia akan berlayar?'. Demikian juga, cinta kasih yang dikembangkan seseorang sesungguhnya mempunyai manfaat yang sangat besar. Hal ini disebutkan dalam *Dhammapada XV:1*, yaitu *"Sungguh bahagia jika kita hidup tanpa membenci di antara orang-orang yang membenci, di antara orang-orang yang membenci kita hidup tanpa membenci."* Orang yang tidak membenci, secara otomatis orang tersebut diliputi dengan cinta kasih. Pahala yang diperoleh adalah kebahagiaan. Kita bahagia ketika memiliki cinta kasih di antara orang-orang yang membenci kita, apalagi kalau di sekitar kita merupakan orang-orang yang juga memiliki cinta kasih, maka kebahagiaan kita tidak akan terbatas.

*"Apabila tidak mengerti, maka hal ini bagaikan seseorang yang menyeberangi lautan luas tanpa ada tujuan yang jelas, maka ketika berada di tengah laut, orang tersebut kebingungan 'mau ke mana dia akan berlayar?'. Demikian juga, cinta kasih yang dikembangkan seseorang sesungguhnya mempunyai manfaat yang sangat besar"*

Berkah dari cinta kasih juga dijelaskan oleh Sang Buddha, seperti yang terdapat dalam *Mettā Sutta, Ekādasakanipāta, Anguttara Nikāya*, yang menyatakan: *"Jika, O para bhikkhu, pembebasan pikiran dengan cinta kasih dikembangkan dan ditumbuhkan, sering dilatih, dijadikan kendaraan dan landasan seseorang, ditegakkan dengan mantap, disatukan, dan dijalankan dengan tepat, maka sebelas berkah bisa diharapkan."*

Apakah sebelas berkah itu?

*Dia tidur dengan tenang;*

*Dia tidak bermimpi buruk;*

*Dia dicintai oleh manusia,*

*Dia dicintai oleh makhluk bukan manusia;*

*Dia akan dilindungi oleh para dewa;*

*Api, racun, dan senjata tidak bisa melukainya;*

*Pikirannya mudah terkonsentrasi;*

*Kulit wajahnya jernih;*

*Dia akan meninggal dengan tidak bingung; dan*

*Jika tidak menembus lebih tinggi,*

*Dia akan terlahir kembali di alam Brahmā.*

Sungguh besar berkah, pahala, dan manfaat dari melaksanakan cinta kasih.

Cinta kasih seharusnya dikembangkan melalui pikiran, ucapan, dan perbuatan. Cinta kasih tidak akan sempurna apabila hanya dilakukan dengan pikiran saja. Cinta kasih tidak akan sempurna apabila hanya dilakukan dengan perbuatan. Cinta kasih tidak akan sempurna apabila hanya dilakukan dengan ucapan. Ketiga hal tersebut, merupakan suatu pedoman untuk mengembangkan cinta kasih kita kepada orang-orang di sekitar kita, dan juga kepada semua makhluk.

*“Cinta kasih seharusnya dikembangkan melalui pikiran, ucapan, dan perbuatan”*

Memang, mengembangkan cinta kasih tidaklah gampang. Misalnya

saat kita ingin mengembangkan cinta kasih kepada musuh kita. Yang sering terjadi adalah kita malah diejek, bahkan dipermainkannya, atau saat kita ingin mengembangkan cinta kasih kepada seekor anjing, kita malah digigitnya. Pada kondisi-kondisi demikian, kita sering kali terjebak dalam emosi. Dan akhirnya niat kita yang pada awalnya baik berubah menjadi kemarahan, kebencian dan emosi negatif lainnya. Kita pun akhirnya lupa pada cinta kasih itu. Lalu, bagaimana cara kita mengembangkan cinta kasih?

Salah satu caranya adalah kita perlu memahami hakikat bahwa pada dasarnya motif seseorang/mahluk dalam bertindak adalah dia ingin bahagia. Semua mahluk pada dasarnya ingin bahagia. Bahkan seekor semut pun sama dengan kita, dia juga ingin bahagia. Saat kita menghadapi musuh kita, mungkin musuh kita berusaha untuk melukai kita. Namun, ingat lah bahwa dia melakukan itu semua semata-mata hanya agar dirinya bahagia. Setelah mengerti hal ini, kita tidak terjebak lagi dalam emosi kebencian, sehingga kita bisa berpikir lebih jernih. Yang perlu kita pikirkan adalah kenapa dia membenci ku? Apa yang harus aku lakukan agar dia tidak membenci ku lagi? Dengan berpikir demikian, kita sudah memancarkan cinta kasih yang luar biasa.

*“Pada dasarnya semua mahluk ingin bahagia”*

Kita bisa menerapkan cinta kasih ini ke semua mahluk di sekitar kita, kepada teman kita, kepada saingan kita, kepada anjing galak, kepada pencuri, dan kepada semua mahluk, baik yang terlihat maupun yang tidak terlihat.

## Sarira



*“Sebuah Fenomena Spiritual”*

Relik merupakan lambang benih kebuddhaan hasil jasa kebajikan praktek Dharma seseorang yang telah mencapai tingkat kesucian dan pada umumnya relik muncul dari hasil kremasi tubuh Sang Arya yang telah mencapai parinibbana. Biasanya relik disemanyamkan dalam stupa dan dimuliakan sebagai bukti adanya pencapaian spiritual oleh para umat Buddha.

Sejarah tradisi puja relik kali ini diadakan di beberapa kota yaitu Palembang, Jambi, Pekanbaru, Medan, Padang, Bandung, Semarang, Surabaya, Jakarta. Sarira Bandung diadakan pada hari minggu, 21 desember 2008 di Hotel Grand Pasundan. Inti acara ini adalah pameran Perkembangan Agama Buddha di Indonesia, Penghormatan Relik Mahabiksu Ashin Jinarakkhita Mahasthavra (Sukong), dan Pemberkahan (Blessing) oleh para Bikkhu.

Pada pameran Perkembangan Agama Buddha di Indonesia, para peserta berjalan melihat dan membaca slide yang ditempel pada sekat seperti pameran foto. Slide-slide tersebut menjelaskan kronologis bukti sejarah peninggalan Buddhis Indonesia secara lengkap dan informatif. Awal masuk berkembang Agama Buddha dapat dipastikan melalui transportasi laut dimana Indonesia telah menjadi pelabuhan yang ramai disinggahi kapal-kapal dagang dari berbagai negeri. Dari sini masuklah berbagai budaya baru yang berkembang (budaya india), sehingga bukti sejarah peninggalan Buddhis Indonesia memiliki banyak persamaan dengan India. Slide-slide berikutnya menjelaskan tentang: banyak siswa yang datang dari berbagai penjuru dunia untuk mempelajari Buddhis di

Sriwijaya, terutama konsep Bodhicitta di Nalanda, kerajaan Sriwijaya; Peninggalan sejarah berupa candi kalasan, candi Sewu, candi Mendut, Candi Borobudur, dan lain-lain pada masa Dinasti Sailendra, kerajaan Mataram kuno; Situs percandian Muara Jambi; Kejayaan Agama Buddha pada zaman Majapahit; Agama Buddha zaman penjajahan; Kebangkitan Buddhis di zaman kemerdekaan (Agama Buddha jatuh karena keruntuhan kerajaan Majapahit dan berkembangnya agama Islam); Perayaan waisak nasional pertama; Bikkhu pelopor kebangkitan; Terbentuknya Sagin dan MBI; Agama Buddha di Barat (sifat ajaran yang menarik minat orang barat adalah Ehipassiko); dan penjelasan tentang Engaged Buddhism. Pada kesempatan itu, para peserta juga diajak berdana untuk pembangunan Prasadha Jinarakkhita sebagai Education Center di Puri Indah Blok JJ Jakarta Barat.

Dari ruang pameran, para peserta menuju ruang Penghormatan relik, bernamaskara menghormati relik dan pemberkahan oleh para Bikkhu. Tujuan acara ini adalah untuk mengingatkan kita bahwa "Perkembangan agama Buddha di Indonesia tergantung dari umatnya sendiri, bukan kepada orang lain. Kalau umat Buddha betul-betul mempraktikkan ajaran Buddha, tidak iri, tidak merasa dengki, akan tetapi penuh kasih sayang, cinta kasih kepada sesama, maka agama Buddha akan berkembang pesat. Jadi untuk mengembangkan agama Buddha, jadilah umat yang baik, yang menjalani ajaran Buddha, yang menjadi orang bermanfaat buat masyarakat banyak, mengasihi sesama, bukan hanya kepada sesama umat Buddha, tetapi juga kepada semua" (ini merupakan nasihat Mahabiksu Ashin Jinarakkhita).

Para peserta merasa acara ini sangat bagus, sangat bermakna dan menambah keyakinan dengan data yang informatif, merasa tenang dengan suasana sekitarnya, para peserta juga memuji dan berterima kasih atas kerja keras para panitia untuk acara yang disusun sedemikian bagus dan profesional. Semoga agama Buddha semakin jaya dan kita dapat mempraktekkan ajaran Buddhis demi kebahagiaan semua makhluk.



**M**inggu (21 Des 2008) kami sekeluarga ikut acara tour karyawan, keluarga besar perusahaan minuman teh kemasan botol, tempat Linda (istri penulis bekerja). Usai anak-anak bermain ATV, flying fox, dan berkuda di kawasan wisata Paku Haji serta makan

bersama, kami melanjutkan “tour berbagi kado” yang sudah kami rencanakan dalam rangka ultah ke-5 Dhika.

Dari sana kami menuju Paris van Java, untuk belanja bulanan keperluan sehari-hari. Kami tidak jadi ke daerah tertentu di pinggiran kota Bandung karena si kecil Ray, sedang flu berat. Pembagian kado dan bingkisan makanan + minuman ringan dilakukan sepanjang perjalanan. Siapa saja yang kami temui dan kami rasa layak mendapat kado atau bingkisan, kami berhenti sejenak dan Dhika yang memberikannya.

Pengemis, tukang becak, anak kecil pengamen jalanan, penjual kue keliling, dan pemulung yang hari itu mendapatkan kado. Beragam ekspresi kami temui. Umumnya tersenyum bahagia dan mata berkaca-kaca. Selain ucapan “terima kasih”, banyak pula yang mendoakan “Semoga panjang umur, banyak rejeki, sehat selalu.”

Hari itu tidak semua kado dan bingkisan habis terbagi. Kado yang tersisa kami simpan dulu, kapan pun kami sekeluarga bepergian, acara “tour berbagi kado” ini akan kami lanjutkan.

Oleh : Hendry Filcozwei Jan

Pembaca, penulisan laporan “tour berbagi kado” ini tak bermaksud pamer. Sekedar berbagi kisah saja. Kami yakin, Anda pun sering melakukan kebajikan meski dengan cara berbeda. Tapi siapa tahu, dari cerita kami ini Anda terinspirasi melakukan hal sama sebagai pembelajaran kepada buah hati Anda.

Siapa tahu, lemari pakaian atau gudang di rumah Anda sudah penuh. Harus “cuci gudang” atau sisihkan pakaian yang sudah tak terpakai lagi dari lemari, untuk kemudian diisi dengan yang baru.

Di masa krisis global yang melanda dunia (termasuk negeri kita tercinta), daya beli masyarakat menurun. Penghasilan lebih ditujukan untuk membeli pemenuhan kebutuhan perut (makanan) daripada pakaian. Berbagi pakaian bekas layak pakai mungkin bisa meringankan sedikit beban mereka dan menghadirkan senyum di wajah anak-anak yang kurang beruntung.

Acara “cuci gudang” seperti ini tak harus dilakukan saat akhir tahun. Pertengahan tahun (Mei & Juni) juga bisa dilakukan, terlebih di bulan-bulan itu kita merayakan Trisuci Waisak.

Artikel Introspeksi dapat dilihat di [www.vihara.blogspot.com](http://www.vihara.blogspot.com) atau di [www.bvd-cyber.blogspot.com](http://www.bvd-cyber.blogspot.com)

\*\*\*\*\*

Oleh : Hendry Filcozwei Jan

## Buddhis Menulis

### Anda Tertantang?

Di jaman internet sekarang ini, artikel untuk menerbitkan sebuah majalah bukanlah kendala. Tinggal connect internet, lalu minta bantuan Om **Google**. Dalam hitungan detik, ratusan bahkan ribuan tulisan yang Anda cari tersaji di sana . Tinggal klik lalu copy.

Tapi hal seperti ini-lah (**copy paste**) yang penulis hindari sejak mengelola majalah Citta dan Gema Dharmakirti (saat masih di Palembang dulu). Mengapa? Kami tak ingin mengecewakan pembaca. Artikel kutipan hanya sebagai pelengkap, tulisan fresh (belum pernah dimuat di media lain) yang kami utamakan.

Di sinilah kendalanya. Tidak banyak yang gemar menulis. Melalui BVD, penulis ingin mengajak pembaca untuk latihan menulis.

Ayo kirimkan tulisan Anda ke [zwei@bdg.centrin.net.id](mailto:zwei@bdg.centrin.net.id) Apa syarat tulisan? Topiknya terserah, tentang apa saja. Sebagai permulaan, tidak perlu panjang. **Tulisan singkat dan padat (maksimal 1000 karakter, termasuk judul dan spasi)**. Biar seragam, judul terdiri dari 2 kata saja. Penulis berharap, ada sebuah pelajaran yang bisa dipetik dari tulisan tersebut (silakan lihat contoh).



Bagaimana cara menghitungnya? Bila Anda mengetik dengan Ms Word, blok seluruh tulisan Anda, klik "Tools" lalu pilih "Word Count." Lihat angka yang tertera di belakang tulisan "Characters (with spaces)"

Oleh : Hendry Filcozwei Jan

Tulisan yang baik akan dimuat di BVD dan di internet (blog "Buddhis Menulis"). Kalau Anda sering berinternet, silakan mampir ke [www.vihara.blogspot.com](http://www.vihara.blogspot.com) lalu klik "Buddhis Menulis" dan "1000 = 1" untuk melihat contoh tulisannya.

Penulis sangat berharap, tulisan Anda-lah yang tampil di sini. Tulisan penulis "Cuma Iseng", hanya sebagai pancingan pembukaan rubrik baru ini. Rubrik ini lebih ditujukan kepada para pemula (Anda yang jarang atau belum pernah menulis, dan ingin belajar/ latihan), meski tetap terbuka untuk siapa saja. Buat yang tidak gemar menulis, ayo berpartisipasi memberikan komentar (komentar, saran dan kritik) di blog "Buddhis Menulis." Anda berani menerima tantangan ini?

## Cuma Iseng

*Ini hanya kisah fiktif yang penulis baca dari majalah cerpen. Keisengan yang berakibat fatal.*

Seorang gadis bete karena sang pacar tidak menepati janji. Pacar mengajak nonton, tapi tiba-tiba membatalkan karena ada keperluan mendadak. Lagi bete, sekarang ngapain? Timbul niat isengnya. Dia angkat telpon rumahnya, lalu menelpon taksi. "Tolong cepat 1 taksi ke jalan anu, ada keperluan darurat." Nanti kalau taksi datang, bilang saja dia tidak memesan taksi. Setengah jam, 1 jam, taksi yang dipesan tak kunjung datang. Sang gadis pun bertambah kesal. Niat mau ngerjain sopir taksi, malah dia yang dikerjain.

Keesokan harinya secara tak sengaja ia membaca koran. Taksi bertabrakan dengan truk, sopir meninggal dunia. Disebutkan sopir itu memacu kendaraannya karena ada permintaan taksi untuk keperluan darurat. Sopir meninggalkan seorang istri dan 2 anaknya yang masih kecil. Itu adalah taksi yang dipesannya. Seketika itu dia lemas dan pingsan.

**Pelajaran: Berpikirlah sebelum melakukan sesuatu.**

## FILOSOFI SEMUT (ANTS PHILOSOPHY)



### 1st philosophy : SEMUT TIDAK PERNAH MENYERAH

- Jika mereka sedang menuju ke suatu tempat dan kamu mencoba menghentikannya, mereka akan mencari jalan lain.
- Mereka akan memanjat keatas, mencari celah lewat bawah atau memutar mengitarinya
- Mereka akan selalu mencari jalan yang lain.

### 2nd philosophy : SEMUT SELALU MEMIKIRKAN MUSIM DINGIN SELAMA MUSIM PANAS

- Kamu tidak akan sebegitu lugu-nya menganggap musim panas akan terjadi selamanya
- Begitu juga semut yang selalu mengumpulkan makanannya se lama musim panas untuk persediaan di musim dingin.
- Kamu harus memikirkan kerasnya batu karang saat kamu menik mati cerahnya matahari dan indahya pasir dipantai.

### 3rd philosophy : SELAMA MUSIM DINGIN, SEMUT SELALU MEMIKIRKAN HANGATNYA MUSIM PANAS

- Selama musim dingin, semut selalu mengingatkan dirinya sendiri : "Musim dingin ini tidak akan lama, segera pasti akan berakhir"
- Hari pertama cuaca terasa hangat, semut keluar sarangnya
- Jika kemudian mereka merasa masih dingin, mereka akan balik ke sarangnya lagi. Tetapi mereka akan terus keluar pada setiap hari pertama cuaca terasa hangat

## 4th philosophy : **KERAHKAN SEMUA KEMAMPUANMU**

- Berapa banyak seekor semut selama musim panas dapat mengumpulkan persediaan untuk keperluan musim dingin ?
- Sebanyak yang mereka mampu

4 filosofi yang bisa kita pelajari dari semut yaitu :

- **Jangan menyerah (*Never give up*)**
- **Berpikirlah kedepan (*Look ahead*)**
- **Bersikap positif (*Stay positive*)**
- **Kerjakan semua yang kamu bisa (*Do all you can*)**

*“Jangan terbelenggu oleh masa lalu, keluarlah dan lakukan sesuatu yang hebat.”*

*( Don't be encumbered by history, just go out and do something wonderfull )*

*(Robert Noyce)*



Oleh : Willy Yanto Wijaya

## Nengajou dan Tahun Baru di Jepang

Tahun Baru di Jepang dirayakan pada tanggal 1 Januari setiap tahunnya. Ada beberapa hal menarik terkait dengan tradisi dan budaya orang Jepang, baik menjelang maupun ketika tahun baru. Menjelang tahun baru, pada akhir Desember, di kota-kota besar seperti Tokyo, malam hari biasanya dihias oleh kerlap-kerlip lampu kecil yang indah. Beberapa daerah di Tokyo seperti Roppongi Hill dan Tokyo Bay bahkan terkenal dengan “Tokyo Illumination” nya, semarak kerlap kerlip lampu yang begitu indah dan menawan. Biasanya kerlap-kerlip lampu ini berwarna kombinasi biru dan putih, memberikan suasana yang romantis di malam musim dingin yang lumayan membekukan.

Pada malam sehari sebelum tahun baru (New Year Eve), biasanya anggota keluarga berkumpul dan makan malam bersama. Satu menu yang sangat khas yang selalu dimakan pada H-1 ini adalah soba (mie hitam). Sebenarnya mie ini tidaklah hitam total, melainkan berwarna agak kelabu kecoklatan dan ada bintik-bintik hitamnya. Berbeda dari udon (mie putih yang agak gemuk dan kenyal – mirip heng



Hiasan bambu, daun pinus, jerami khas Tahun Baru di Jepang

Oleh : Willy Yanto Wijaya

hwa mie) maupun ramen (mie kuning semacam mie pangsit maupun mie instant) yang terbuat dari tepung gandum (wheat), soba terbuat dari tepung soba (buckwheat). Tradisi menyantap mie soba ini melambangkan harapan agar selalu sehat dan panjang umur (seperti untaian mie soba yang panjang).



Berbagai motif dan desain otoshidama yang ada di Jepang

Pada tahun baru, di depan rumah-rumah juga sering terlihat dekorasi bambu, daun pinus, pita, maupun pernak-pernik lainnya. Ternyata pada hari-H (1 Januari), anak-anak di Jepang juga mendapatkan お年玉 (otoshidama), mirip angpao kalau di Indonesia. Cuma, otoshidama ini biasanya memiliki hiasan/ desain yang beraneka ragam. Penulis merasa penasaran dan mencoba mengorek info dari teman satu Lab berapa besar otoshidama yang ia terima waktu masih anak-anak. Ternyata anak-anak SD sampai SMP biasa mendapatkan 3000 atau 5000 yen (kurs 1 yen saat ini sekitar Rp.110,-). Sewaktu SMA ia menerima 10 ribu yen dan bahkan pernah 20 ribu yen waktu awal-awal masuk kuliah. Wah, lumayan juga ya!

Pada malam hari menjelang 1 Januari, biasanya orang Jepang juga banyak yang pergi mengunjungi kuil; dan tepat pada pukul 00.00, kuil-kuil di Jepang akan memukul/ membunyikan genta (lonceng besar yang terbuat dari logam) sebanyak 108 kali. Pada pagi hari maupun siang tanggal 1 Januari, kuil-kuil (baik kuil Buddhis

Oleh : Willy Yanto Wijaya

maupun Shinto) juga ramai dikunjungi orang untuk berdoa dan memohon hal-hal yang baik.

Selain mengunjungi kuil, pilihan lain adalah melihat sunrise (matahari terbit) pertama, baik di gunung maupun di pantai. Selain itu, banyak juga yang pergi bermain ski, memanfaatkan liburan tahun baru (liburan musim dingin).



Nengajou yang penulis terima dari teman. Perhatikan bahwa angka-angka yang tercetak pada bagian bawah sisi depan nengajou adalah nomor undian.

pertama di tahun 2009. Angin pantai yang bertiup kencang luar biasa dingin membekukan. Siang harinya, kami mengunjungi kuil Narita-san untuk berdoa.

Satu hal lagi yang menarik dari tradisi tahun baru di Jepang adalah mengirim 年賀状 (nengajou) yakni kartu ucapan selamat tahun baru. Ada banyak ragam kartu tahun baru tentunya, namun yang paling

Penulis sendiri, beberapa hari sebelum tahun baru, pergi bermain ski di Hakuba di Prefektur Nagano, Jepang. Pada tahun baru, penulis bersama beberapa teman Lab juga pergi ke Pantai Kujukurihama di Chiba (sebelah timur Tokyo) untuk menyaksikan sunrise

populer adalah nengajou (kartu tahun baru) dari Kantor Pos Jepang. Nengajou seharga 50 yen ini sudah termasuk perangko, dan akan dikirimkan oleh kantor pos ke rumah-rumah alamat yang dituju tepat pada tanggal 1 Januari. Setiap tahunnya, tema nengajou selalu disesuaikan dengan siklus shio (sebagai contoh Tahun Kerbau pada 2009). Uniknya lagi, tiap lembar nengajou ini ada undian berhadiahnya. Inilah cerdiknya Pos Jepang! Jadi misal Anda mendapat kiriman nengajou dari teman Anda, dan nomor undian nengajou ini memenangkan hadiah, Anda lah (si penerima) yang mendapatkan hadiah tersebut. Istilahnya, dengan konsep nengajou ini, kita bisa membawakan keberuntungan bagi orang lain (si penerima nengajou kiriman dari kita). Hadiahnya bisa berupa perangkat elektronik maupun paket tur ke Hawaii, ataupun hanya hadiah satu set perangko. Tradisi mengirim nengajou ini diperkirakan sudah dimulai sejak tahun 1949 dan saat ini tiap tahunnya Pos Jepang mencetak sekitar 4 milyar lembar kartu setiap tahunnya. Anda bayangkan saja, katakan tiap tahun cuma terjual 3 milyar lembar (1 lembar = 50 yen) (1yen = Rp.100,-), berapa laba yang bakal diperoleh Pos Jepang?!

Demikianlah serpih gambaran kecil seluk-beluk perayaan tahun baru di Jepang. Tidak terasa, penulis juga sebentar lagi akan menggenapi 2 siklus shio pada musim semi 2009 ini. Penulis mengucapkan Selamat Tahun Baru 2009, Selamat Hari Metta, dan Selamat Tahun Baru Imlek 2560 kepada para pembaca.

# LATIHAN . MEDITASI

Diterjemakan ke Bahasa Indonesia oleh Endrawan Tan

## NON - MEDITASI (Oleh : YM Yongey Mingyur Rinpche VII)

**D**alam latihan perhatian murni (Samatha) Kita tidak perlu bermeditasi. Duduklah dengan punggung lurus, relaksan semua bagian tubuhmu, dan relaksan juga pikiranmu. Kamu tidak perlu memikirkan hal-hal lain – kita hanya duduk dengan tubuh dan pikiran yang relaks. Kita sudah tidak berbicara mengenai meditasi lagi. Kita hanya duduk dengan tubuh dan pikiran yang relaks, persis seperti ketika kita baru menyelesaikan pekerjaan berat yang melelahkan. Bila kita menyelesaikan suatu pekerjaan atau olahraga yang berat, dan kita benar-benar bekerja keras, kita menjadi lelah, dan kita beristirahat dan merelaksan tubuh kita. Mari, duduklah dengan relaks seperti ini.

Oke, selesai. Apa yang kalian rasakan? Apakah kalian dapat relaks? Bagus. Ini adalah meditasi relaksasi. Tapi, tadi saya tidak menginstruksikan kalian untuk bermeditasi. Inilah disebut, non-meditasi adalah jenis meditasi tertinggi. Makanya kita tidak perlu bermeditasi. Kita hanya merelaksan tubuh dan merelaksan pikiran kita.

Kita sering mengalami keadaan relaksasi tubuh dan pikiran kita dalam keseharian hidup kita. Lalu, mengapa kita tidak memperoleh manfaat ketika keadaan ini terjadi?

Karena kita tidak menyadari keadaan ini sedang terjadi. Barusan kita coba relaks sambil menyadari bahwa kita sedang relaks. Inilah yang dinamakan perhatian murni. Maka dari itu, jika kita relaks, perhatian murni harus muncul bersamanya. Biasanya, kita melepaskan lelah kita dan selanjutnya kita relaks, tapi kita tidak menyadari bahwa kita sedang relaksasi – perhatian kita selalu tertuju hal luar, mencari hal-hal lain.

Di sini kita merelaksan tubuh dan pikiran kita sambil menyadarinya bahwa kita sedang melakukan relaksasi. Dengan menyadari bahwa kita sedang relaksasi ketika kita berelaksasi, kita dapat mengambil kendali atas pikiran kita. Jadi, ini mudah kan? Ini sangat mudah. Kamu tidak perlu melakukan apapun. Kamu tidak perlu bermeditasi. Kamu tidak perlu membuat sesuatu. Kamu tidak perlu berusaha keras. Jadi ini lebih mudah daripada tidur! Ketika mau tidur, kita perlu menyiapkan tempat tidur dan memastikan terdapat bantal yang enak dan baru kemudian kita berbaring dan beristirahat.

Ketika kita merelaksan dengan cara begini, apa yang terjadi pada pikiran kita? Pikiran kita relaks dan menyenangkan tapi kita tetap tidak dapat mengenalinya; kita tidak dapat menunjuk pada pikiran kita dan berkata “ini adalah pikiranku yang relaks”

## LATIHAN . MEDITASI

atau “ini adalah pikiranku yang menyenangkan.” Ini adalah teknik meditasi yang telah diuraikan yang disebut meditasi shamatha atau berdiam dalam keheningan tanpa objek.

Bagi pemula mungkin tidak mengalami jenis meditasi ini untuk waktu lebih dari 2, 3, atau 5 detik, tapi ini sudah bagus. Kita harus berlatih dalam kuantitas kecil dan berulang-ulang. Jika kita menyediakan wadah yang sangat besar dan meletakkannya di tempat penampungan air hujan, tetesan air yang jatuh akhirnya akan membuat wadah air ini penuh. Hal yang sama, jika kita berlatih dalam kuantitas kecil – berulang kali, meditasi kita akan berkembang. Kita tidak boleh berpikir dengan pemikiran seperti “Saya butuh duduk dalam waktu yang lama”, “Saya perlu menghentikan pemikiran-pemikiran”, karena pemikiran akan tetap muncul dan kita tidak dapat menghentikannya. Kita tidak dapat menembak pemikiran kita, kita tidak dapat membakar pemikiran kita, dan meskipun kita menyiapkan sebuah bom, semua ini tidak dapat menghentikan pemikiran-pemikiran kita. Inilah sifat dasar dari pikiran. Kita tidak perlu menghentikan pemikiran. Apa yang perlu kita lakukan? Yang kita perlu adalah perhatian murni. Kunci dasar dari meditasi shamatha adalah perhatian murni, atau, dengan kata lain, kesadaran.

Inilah mengapa kita dapat mengatakan bahwa ketika perhatian murni muncul, maka itulah

shamatha, inilah meditasi; namun ketika tidak terdapat perhatian murni, maka tidak ada meditasi. Kita tidak me-ngatakan bahwa ketika ada pemikiran, maka itu bukan meditasi, dan ketika tidak ada pemikiran, maka itu meditasi; bukan seperti demikian. Kuncinya adalah apakah di sana ada perhatian murni atau tidak.

Jadi, meditasi dengan cara ini adalah sangat mudah sekali, tapi hanya ada 1 (satu) kesulitan : karena ini sangat mudah, maka ini menjadi sulit. Ini sulit karena kita tidak memercayainya. Kita selalu berpikir bahwa meditasi harus berhubungan dengan sesuatu yang sangat istimewa. [Rinpoche memeragakan bentuk “blessed out” yang lucu] Relaksss... Damaii..... Terbukaa... Indah..... Ini bukanlah meditasi

Pengharapan kita pada meditasi membelenggu pikiran kita. Karena cara meditasi ini begitu dekat dengan diri kita, maka membuat kita tidak mampu melihatnya. Hal ini mirip dengan contoh cangkir yang saya pegang. Jika cangkir ini saya angkat di depan mata kita, kita tidak mampu melihat/membaca bagian detil pada cangkir. Meditasi mirip seperti itu. Oleh karena itu, bagi pemula, akan agak lebih mudah untuk bermeditasi dengan jenis yang sedikit lebih sulit.

OLEH : HUIONO

## Kau dan Aku

**I**ngatanku sejak dulu memang kurang baik. Dan kini ingatanku semakin kabur karena perjalanan waktu. Tapi kukira ada hal-hal yang masih tersimpan dengan begitu baik di kepalaku. Itu masa-masa paling bahagia dalam hidupku. Kita masih sangat muda waktu itu. Aku baru beberapa hari dipisahkan dari ibuku. Aku sebetulnya sangat sedih. Untung masih ada kau yang menemaniku.

Usiamu sendiri masih sangat muda. Sekitar tiga tahun kalau tak salah. Langkah kakimu masih goyah. Ketika berjalan selalu berjinjit-jinjit kecil. Kau suka berlari dan ayah ibumu akan mengejarmu dengan panik. Kau juga masih sering merangkak. Kau akan mencelekku dan membangunkanku dari tidur. Aku paling malas kalau dibangunkan. Tapi karena kau terus menggelitiku, aku pun bangun dan dengan manja naik ke pangkuanmu. Aku ingat kau seorang yang takut geli. Kau akan cekikikan karena merasa geli setiap kali aku memanjat pahamumu. Aku sering melihatmu tertawa kegelian dengan air liur menetes dan bibir mungilmu yang merah berkilau.

Ketika kau mulai bersekolah, aku dengan setia menunggumu. Sungguh bosan rasanya di rumah tanpa kau yang selalu bermain bersamaku. Aku sering tertidur ketika menunggumu. Tapi kemudian, aku hapal dengan jadwalmu. Aku bisa merasakan kehadiranmu sekitar lima menit sebelum kedatanganmu. Ya, aku seolah bisa melihatmu, mendengarmu dan membaui dirimu sebelum kau muncul di hadapanku. Dan aku akan segera menerjang ke arahmu ketika kaki pertamamu menjejak tanah. Terkadang aku melompat ke dalam mobil sebelum kau sempat turun.

Kau punya seperangkat alat masak-masakan. Terkadang aku menemaimu bermain. Aku tidak tau apa peranku di situ. Sebagai anak mungkin? Terkadang kita bermain bertiga atau berempat bersama anak tetangga. Tapi itu jarang terjadi. Oh ya, aku pernah merusak perangkat masak-masakanmu dan kau menangis tanpa henti. Aku merasa sangat bersalah tapi tidak bisa

berbuat banyak. Kau baru tersenyum lagi setelah ibumu membelikan satu set baru. Tapi sejak saat itu, kau enggan mengajakku bermain masak-masakan lagi.

Kita juga sering jalan-jalan bersama di sekitar kompleks rumah. Terkadang lomba lari sampai kejar-kejaran. Rasanya masa-masa itu sungguh menyenangkan.

Pernah, ketika sedang jalan-jalan, beberapa anak nakal menggonggumu. Aku sangat marah dan membentak mereka. Aku menggemeretakkan gigi dan sorot mataku berubah garang. Aku sempat mengejar mereka hingga beberapa meter sebelum kau memanggilku kembali. Tapi aku masih tidak puas. Aku sangat marah bila melihat ada yang mencoba menyakitimu. Dan ingin rasanya kuhajar mereka berkali-kali.

Aku masih ingat makanan kesukaanmu. Dan aku juga tau kau paling tidak suka makan sayur. Tapi lucunya, kau malah membuang sayuranmu ke mangkok makanku. Tentu saja kau ketahuan ibumu dan dimarahi. Kau harusnya tau, makananku berbeda dengan makananmu.

Terkadang kau kesepian karena ayah ibumu pergi. Kau anak satu-satunya dan hanya ada aku dan pembantu yang menemanimu. Ketika ibu dan ayahmu tak ada, kita sering main hujan hingga kuyub. Itu rahasia kita! Kau cukup sering sakit. Fisikmu memang agak lemah. Ibumu sering menemani dan suka membacakan cerita. Aku turut mendengarkan. Aku hapal kisah-kisah seperti; Putri Salju, Pangeran Berkuda Putih, Cinderella dan Gadis Penjual Korek Api. Karena terpesona dengan cerita-cerita di atas, kau pernah menggumamkan ingin mencari kekasih seperti Cinderella. Kau juga ingin menjadi pangeran berkuda putih.

Masa-masa saat kau masih kecil dipenuhi dengan keriaan kita berdua. Tapi waktu terus berjalan hingga tidak terasa kau mulai tumbuh remaja dan waktu kebersamaan kita semakin berkurang. Terkadang kau habiskan waktu seharian mengurung diri dalam kamar menonton

televisi. Kau juga sering keluyuran bersama teman-temanmu. Jika kau akhirnya membawaku jalan-jalan, kau lakukan dengan berat hati karena tidak tahan dengan ibumu yang mengomeli. Ibumu lah yang terus mengingatkanmu untuk membawaku jalan-jalan, memandikanku dan memberiku makan.

Pada akhirnya kusadari aku hanyalah menjadi beban bagimu. Kau tidak lagi suka menghabiskan waktu bersamaku. Aku juga semakin letih, dan merasa semakin lemah. Aku sudah tua. Jadi kupikir aku tidak ingin terlalu menyusahkanmu. Biarkanlah aku sendiri duduk di sudut rumah terisolasi dari dunia yang tidak akan pernah bisa kuikuti. Aku sudah cukup bahagia bila setiap hari melihatmu baik-baik saja.

Aku hanya seekor anjing dan kau manusia. Tapi kukira persahabatan kita dulunya murni karena saling suka. Jika kau bisa melupakan masa kecilmu yang ceria ketika bermain bersamaku, maka jujur saja, aku tak bisa. Duniaku hanya terasa berharga karena kau pernah begitu bahagia oleh keberadaanku.

Aku menyaksikanmu tumbuh. Tapi aku sangsi kau akan menyadari kematianku. Aku seekor anjing dan kau manusia. Usia kita tidak sama. Dunia kita berbeda. Rasanya menyakitkan bila ternyata hal itu menjadi jurang pemisah di antara kita.

# ULASAN SUTTA

Oleh : Willy Yandi Wijaya

## Cinta Kasih

“Para biksu, janganlah takut akan tindakan-tindakan yang berjasa! Tindakan-tindakan yang berjasa ini sama dengan kebahagiaan. Aku telah mengetahui dengan baik bahwa telah lama sekali aku mengalami hasil-hasil yang dikehendaki, menyenangkan, dan diinginkan dari tindakan-tindakan berjasa yang sering dilakukan.

Selama tujuh tahun aku telah mengembangkan buah-buah pikir cinta kasih. Setelah mengembangkan hati yang penuh cinta kasih selama tujuh tahun, aku tidak kembali ke dunia ini selama tujuh kalpa dari pengerutan dunia dan pengembangan dunia. Bilamana satu dunia hancur, aku memasuki (lewat kelahiran ulang) alam para dewa Cahaya Yang Mengalir, dan jika dunia berkembang lagi, aku terlahir ulang di istana Brahma yang kosong. Dan di sana dahulu aku adalah mahabrahma, pemenang yang tak terkalahkan, yang sangat berkuasa. Dan tiga puluh enam kali aku telah menjadi Sakka, penguasa para dewa, dan beratus-ratus kali aku telah menjadi penguasa alam semesta, raja yang adil dan luhur.”

(AN VIII, 58)

Disebutkan oleh Sang Buddha sendiri, bahwa Beliau mendapatkan hal-hal yang diinginkan dan menyenangkan dengan melakukan tindakan-tindakan yang berjasa, antara lain:

1. Pengendalian diri (perbuatan dan ucapan) yang tidak baik
  2. Menjalankan tugas-tugas atau pekerjaan yang bermanfaat
  3. Pengendalian diri dari keserakahan atau penggunaan barang secara berlebihan
  4. Pengendalian pikiran melalui meditasi atau perenungan benar
  5. Membangkitkan semangat atau upaya dalam melakukan sesuatu
- Salah satu tindakan yang berjasa adalah pengembangan pikiran cinta kasih yang tentunya terwujud melalui tindakan yang nyata.

Disebutkan oleh Buddha sendiri bahwa Beliau mendapatkan manfaat yang sangat besar dengan pengembangan cinta kasih. Perumpamaan yang digunakannya adalah Sang Buddha menggambarkan dirinya bahwa dengan melakukan hal tersebut, kebahagiaan seperti alam dewa (perasaan bahagia) dapat dirasakan dalam jangka waktu yang sangat lama (kalpa).

Penjelasan tentang alam-alam dewa tersebut bisa jadi hanya perumpamaan atau sebagai makna tidak langsung yang disampaikan dalam sutta (ucapan Sang Buddha seperti yang tertulis dalam Tripitaka bagian Sutta Pitaka). Makna tidak langsung sering muncul dalam sutta sehingga bisa banyak penafsiran yang muncul. Jadi penjelasan alam-alam dewa bisa diartikan sebagai kebahagiaan dalam jangka waktu yang lama yang didapat ketika kita mengembangkan cinta kasih.



penjelasan alam-alam dewa bisa diartikan sebagai kebahagiaan dalam jangka waktu yang lama yang didapat ketika kita mengembangkan cinta kasih.

## CINTA KASIH UNIVERSAL

**K**ita bisa mencoba menghilangkan kebencian dalam pikiran dengan melakukan pengembangan pikiran cinta kasih tanpa batas. Ketika membicarakan tentang pikiran cinta kasih, sangat kurang apabila perasaan cinta tersebut tidak terwujud menjadi tindakan nyata, baik melalui ucapan maupun tindakan. Kita mengharapkan orang lain bahagia melalui pikiran, namun kenyataan tetap tidak berubah. Pikiran cinta kasih hanya untuk membentuk mental kita dan melatih pengembangan spiritual. Kita perlu lebih mengembangkan dalam kenyataan yang diwujudkan dalam tindakan atau ucapan sehingga lebih bermakna bagi orang lain dan membekas lebih dalam di pikiran kita.

Cinta kasih universal (*metta* atau *maitri*) diturunkan dari kata sahabat (*mitra*) yang bermakna perasaan cinta kasih terhadap seseorang yang sangat dekat dengan kita layaknya sahabat. Cinta kasih bukan cinta nafsu seperti seorang pria terhadap wanita. Cinta yang dimaksud adalah cinta kasih yang tanpa batasan terhadap siapapun. Cinta kasih menembus ruang dan waktu yang menghangatkan setiap makhluk hidup.

Pentingnya cinta kasih dalam ajaran Buddha dapat kita temukan di dalam Kitab Sutta Pitaka. Di dalam Anguttara Nikaya (AN) I, iv, 3-5 dikatakan bahwa walaupun seseorang mengembangkan cinta kasih di dalam pikirannya walaupun hanya sesaat, tidak sia-sialah orang tersebut bermeditasi dan mengikuti ajaran dan nasihat Sang Buddha. Kemudian dikatakan lebih lanjut bahwa betapa lebih besar cinta kasih tersebut jika dikembangkan. Contoh nyata orang yang melaksanakan pengembangan cinta kasih adalah Sang Buddha sendiri. Di dalam AN VII, 58 dikatakan bahwa beliau telah mengembangkan pikiran-pikiran cinta kasih selama tujuh tahun dan hal tersebut membawanya semakin dekat dengan pencerahan tertinggi.

Bentuk ekspresi cinta kasih salah satunya terwujud melalui tindakan memberi. Cinta kasih terpancar melalui tindakan mengunjungi orang sakit, memberi materi (*dana*) dan berharap semoga bermanfaat bagi si penerima, menawarkan tugas membantu teman, menyemangati teman serta mendengar keluh kesah orang lain dan berusaha membantu. Bentuk cinta kasih yang lain seperti cinta terhadap lingkungan seperti yang terdapat di dalam Samyutta Nikaya III, 45-6 dimana Sang Buddha menyarankan agar kita menanam pepohonan di pinggir jalan besar.

## **Menaklukkan Gajah Nalagiri (dengan Cinta Kasih /Metta)**

**S**ang Buddha seperti biasa sedang berjalan ke suatu daerah untuk membabarkan Dhamma kepada umat-Nya. Beliau diiringi oleh murid-murid-Nya, yang penuh cinta kasih dan pengabdian yang besar kepada Sang Buddha, Sang Guru Agung. Melihat Sang Buddha yang dicintai oleh murid-murid-Nya, menyebabkan Devadatta berpikir : “Adalah suatu kenyataan, bahwa tidak ada satu makhlukpun yang dengan melihat Kesempurnaan Manusia Gotama mampu dan berani untuk menyentuh-Nya. Tetapi raja gajah Nalagiri adalah binatang yang amat galak dan liar, ia tidak mengetahui kesucian Buddha, Dhamma serta Sangha. Ia akan saya lepaskan untuk menghancurkan Bhikkhu Gotama.” Kemudian Devadatta pergi menemui Raja Ajatasattu dan membicarakan masalah ini. Raja terpengaruh oleh penjelasannya dan memanggil penjaga gajah, lalu memberi perintah :

“Penjaga, besok kamu harus memberi minuman keras kepada Nalagiri. Dan lepaskanlah Nalagiri di jalan raya saat Bhikkhu Gotama sedang berjalan.”

Devadatta bertanya kepada penjaga itu berapa banyak air yang biasa diberikan kepada gajah itu, penjaga itu menjawab : “Delapan guci.” Devadatta lalu berkata : “Besok, berikan kepada Nalagiri enam belas guci minuman keras dan lepaskan dia ke arah jalan raya yang akan dilalui oleh Bhikkhu Gotama.” “Baiklah,” jawab penjaga itu. Raja lalu menabuh tambur di seluruh kota dan mengumumkan : “Besok gajah Nalagiri akan menjadi mabuk karena minum minuman keras dan akan dilepas ke dalam kota. Penduduk di kota ini dapat melakukan semua pekerjaannya hanya pada pagi hari, sesudah itu tidak boleh ada satu orangpun yang berada di jalan raya.”

Devadatta lalu turun dari istana dan mendatangi kandang gajah Nalagiri, ia mendekati penjaga gajah itu dan berkata :

“Saya katakan kepadamu, kita mampu untuk menghancurkan seseorang dari posisinya yang tinggi ke posisi yang rendah. Dan menaikkan posisi seseorang yang rendah menjadi posisi yang tinggi. Kalau kamu menginginkan kehormatan, besok pagi-pagi sekali, berikan Nalagiri enam belas guci minuman keras dan ketika Bhikkhu Gotama melewati jalan itu, lukailah gajah itu dengan tongkat berduri. Karena gajah yang kesakitan itu akan marah, ia akan menerobos kandangnya dan berlari keluar, arahkanlah ia ke jalan raya di mana Bhikkhu Gotama sedang berjalan. Maka gajah itu akan menghancurkan-Nya.” Keduanya setuju dengan ren-

cana seperti itu. Berita ini bergema ke seluruh kota. Pengikut Sang Buddha mendengar berita ini amat khawatir, lalu mendatangi Vihara dan meminta Sang Buddha untuk tidak masuk ke kota esok hari, karena ada bahaya besar yang menghadang Beliau. Mereka berjanji akan membawakan semua kebutuhan yang diperlukan oleh Sang Guru beserta murid-murid-Nya. Tetapi Sang Buddha menyatakan tetap akan menjalankan tugas-Nya seperti biasa. Para pengikut-Nya melihat bahwa mereka tidak akan merubah rencana Sang Guru Agung akhirnya mereka meninggalkan Vihara dengan perasaan amat khawatir. Setelah mereka pergi, Sang Buddha merenungkan semua keluarga-Nya yang sudah mengerti akan Kebenaran. Beliau juga melihat apabila Nalagiri berhasil ditaklukkan-Nya, maka delapan puluh ribu mahluk akan mendapatkan pengertian yang jelas tentang Dhamma Yang Mulia. Keesokan paginya, Beliau memanggil Ananda, dan berkata untuk memberitahukan kepada para bhikkhu di delapan belas vihara yang berada di sekitar Rajagaha untuk menyertai-Nya masuk ke kota. Bhikkhu Ananda melaksanakan apa yang diminta oleh Sang Guru, dan semua bhikkhu berkumpul di Vihara Veluvana.

Sang Buddha dengan disertai oleh semua murid-murid-Nya, berjalan memasuki Rajagaha. Penjaga gajah itu bekerja sesuai dengan instruksi Devadatta dan banyak orang berkerumun di sekitar jalan raya. Para pengikut Sang Buddha berpikir : “Hari ini mungkin akan terjadi pertempuran antara Sang Guru Agung dan gajah liar itu. Kami akan menyaksikan kekalahan gajah Nalagiri dari Sang Buddha yang tiada bandingannya.” Penduduk lalu menaiki atap-atap rumah, gudang-gudang yang ada di sekitar jalan raya itu. Tetapi ada pula pertapa lain yang berpikir : “Nalagiri adalah gajah yang amat galak, binatang liar dan tidak mengetahui kebaikan dan cinta kasih yang besar dari seorang Buddha. Hari ini ia akan menghancurkan tubuh Bhikkhu Gotama dan Beliau akan meninggal. Hari ini kami akan melihat apa yang terjadi dengan-Nya.”

Para pertapa lalu berdiri di atas sebuah gudang dan di tempat-tempat yang tinggi. Gajah Nalagiri melihat Yang Maha Sempurna berjalan menghampirinya, penduduk yang ada di sana amat ngeri melihat gajah tersebut. Gajah yang amat kesakitan itu berlari dengan liarnya, ia menghancurkan pagar rumah-rumah dan mengangkat belalainya tinggi-tinggi, serta menginjak-injak kereta menjadi hancur berantakan. Dengan kuping dan ekornya yang terangkat, ia berlari dengan kencangnya seperti gunung yang tinggi menghampiri Yang Maha Sempurna. Para bhikkhu yang melihat gajah Nalagiri

berlari mendatangi Sang Buddha, memberitahu Sang Guru Agung : “Yang Mulia, gajah Nalagiri berlari di sepanjang jalan ini, ia adalah binatang yang amat galak dan liar, ia pembunuh manusia. Kami mohon Yang Mulia balik kembali.” “O... Para Bhikkhu datanglah ke sini, jangan takut; tidak ada satu mahlukpun yang dapat menghancurkan Sang Tathagata dengan suatu serangan. Tathagata mencapai Parinibbana bukan karena suatu serangan.” Para bhikkhu, tetap memperingatkan Sang Guru sampai tiga kali. Yang Mulia Sariputta lalu meminta Sang Buddha dengan berkata : “Yang Mulia, apabila ada satu persembahan yang harus diberikan kepada seorang ayah, maka beban itu terletak pada anak sulungnya. Saya akan mengalahkan binatang ini.” Sang Buddha lalu berkata : “Sariputta, kekuatan seorang Buddha adalah satu hal dan pengikutnya adalah hal yang lain.” Beliau menolak tawaran itu, dan berkata : “Sariputta, tetaplah tinggal di sini.”

Para bhikkhu lainnya juga meminta ijin untuk mengalahkan gajah liar itu, tetapi Sang Guru menolak permintaan mereka. Kemudian Yang Mulia Ananda, pembantu Sang Buddha yang mempunyai pengaruh besar terhadap Sang Buddha, tidak mampu bersikap diam dalam menghadapi masalah ini, ia lalu berteriak : “Biarkan gajah itu membunuh saya terlebih dahulu.” Yang Mulia Ananda berdiri di depan Sang Buddha, siap untuk mengorbankan hidupnya untuk Sang Tathagata. Tetapi Sang Buddha berkata kepadanya : “Bergeserlah Ananda, jangan berdiri di hadapanKu.” Yang Mulia Ananda berkata : “Yang Mulia, gajah ini amat galak dan liar, ia dapat membunuh orang, seperti nyala api pada permulaan suatu lingkaran. Biarkanlah ia membunuh saya terlebih dahulu dan sesudah itu ia baru dapat menghampiri Yang Mulia.” Yang Mulia Ananda memohon tiga kali, dan Beliau tetap berdiri di depan Sang Tathagata, Beliau tidak mau mundur. Kemudian Sang Buddha dengan kekuatan kesaktian-Nya membuat Yang Mulia Ananda berada di belakang Beliau dan menempatkan-Nya di tengah-tengah para bhikkhu yang tengah berkerumun.

Pada waktu itu ada seorang ibu, terlihat oleh pandangan gajah Nalagiri, ibu itu amat ketakutan, ia ingin berlari karena ketakutan, tetapi anaknya terjatuh ketika ia ingin menggendong anak itu di pinggangnya. Posisinya berada di antara Sang Tathagata dan gajah Nalagiri, ibu itu berusaha berlari. Gajah itu mengejar ibu tersebut, ibu tersebut terpaksa berdiri di tempatnya dengan amat ketakutan bersama anaknya yang menjerit sekeras-kerasnya. Hati Sang Buddha bergetar, dengan penuh cinta kasih yang terpancar dengan kuatnya (odissakametta) dan dengan suara-Nya yang penuh kelembutan seperti suara Dewa Brahma, memanggil Nalagiri

: “Ho..! Nalagiri...! Siapa yang membuatmu menjadi gila dengan enam belas guci minuman keras, kamu tidak diperintahkan untuk menyerang orang lain, tetapi diarahkan untuk menyerangKu. Jangan keluarkan kekuatanmu dengan merusak tanpa tujuan, datanglah kepadaku.”

Mendengar suara Sang Buddha, Nalagiri membuka matanya dan melihat tubuh Sang Buddha yang bersinar terang. Ia menjadi gelisah dan dengan kekuatan cinta kasih Sang Buddha yang amat besar, maka pengaruh minuman keras yang amat kuat itu hilang. Dengan menurunkan belalainya dan mengoyang-goyangkan kupingnya ia mendatangi dan berlutut di kaki Sang Tathagata. Kemudian Sang Tathagata berkata : “Nalagiri, kamu adalah gajah jahat, Aku adalah Gajah Buddha, tidak jahat dan liar, tidak membunuh manusia, tetap mengembangkan cinta kasih.” Sambil berkata demikian Sang Tathagata lalu mengulurkan tangan kanan-Nya dan mengelus-elus kepala gajah itu dan mengajarkan Dhamma kepadanya dengan bersabda : “Jangan menyerang Sang Buddha, O, gajah..! Dengan pikiran akan melukai-Nya, akan membuatmu menderita. Pembunuh seorang Buddha tidak akan memperoleh alam kehidupan yang baik setelah kematiannya.”

“Bebaskanlah dirimu dari mabuk-mabukkan dan melakukan perbuatan bodoh. Karena orang yang bodoh tidak akan dapat pergi ke alam yang baik. Kamu harus melakukan perbuatan baik sehingga kamu dapat menuju ke alam bahagia.” Seluruh badan gajah itu bergetar karena diliputi oleh kebahagiaan yang amat besar, dan ia sekarang bukan hanya binatang berkaki empat biasa lagi, tetapi ia telah mencapai Tingkat Kesucian Pertama (Sotapanna). Penduduk yang melihat keajaiban ini berseru dengan gembira dan bertepuk tangan dengan riang. Dengan penuh kebahagiaan, mereka menutupi badan gajah itu dengan hiasan-hiasan. Kemudian Nalagiri terkenal dengan nama Dhanapalaka (pemilik kekayaan) dan ia menjadi amat jinak dan tidak menyakiti siapapun.

Setelah Sang Buddha memperlihatkan keajaiban ini, Beliau berpikir adalah tidak patut untuk mencari dana di tempat yang sama. Sesudah mengalahkan para pertapa tersebut, dengan diiringi oleh murid-murid-Nya, Beliau melangkah menuju ke kota seperti orang yang telah memenangkan suatu pertempuran dan pulang kembali ke Vihara Jetavana. Para penduduk menuju Vihara Jetavana, berdana makanan berupa nasi, minuman dan makanan enak lainnya kepada Sang Guru Agung beserta murid-murid-Nya. Penduduk kota itu telah menanam kebajikan yang besar sekali.

## KEMBALI KE AWAL

*Gunung api akan meluapkan baranya  
Lima ratus tahun dari sekarang  
Ajaran Buddha akan kembali*

**K**emudian sang hulubalang menghilang dari depan seterusnya, setelah memilih untuk tetap mempertahankan apa yang diyakininya, dengan hanya meninggalkan beberapa baris ramalan. Kerajaan Majapahit mengalami kemunduran pada masa akhir pemerintahan Raja Brawijaya V (1468 - 1478) dan runtuh pada tahun 1478. Kerajaan Majapahit yang mengalami keruntuhan pada tahun 1478 juga membawa dampak runtuhnya pilar-pilar kejayaan Ajaran Buddha di Nusantara. Rakyat yang tetap setia memeluk Agama Shiva-Buddha mengungsi dan berkumpul di berbagai tempat di Jawa Timur dan Pulau Bali. Maka berangsur-angsur Ajaran Buddha dan Hindu digeser kedudukannya oleh Agama Islam. Namun, sebuah literatur kuno<sup>1</sup> mengatakan bahwa Ajaran Buddha di Indonesia akan tertidur dalam empat zaman dan akan bangkit kembali setelah 500 tahun kemudian semenjak runtuhnya Kerajaan Mahapahit pada tahun 1478.

Menuju tahun yang dimaksud, Nusantara banyak mengalami perubahan. Mulai dari zaman kerajaan, zaman penjajahan, zaman kemerdekaan hingga orde lama dan jaman orde baru. Tahun 1978, Agama Buddha diakui secara resmi oleh negara Republik Indonesia dalam GBHN. Di antara banyak tokoh yang hadir di Indonesia untuk menyebarkan ajaran Buddha, ada satu yang menjadi pelopor.

### Evolusi Batin

"...Sehingga saat sekarang ini pengabdian beliau kurang lebih 40 tahun maka dari itu waktu sepenuhnya kami serahkan kepada beliau, terima kasih". Tidak berapa lama, terdengar suara yang lembut, " Para ariyawan, para samanera, para atthasila-upasika, kami merasa gembira dapat berjumpa. **Tetapi tadi telah diterangkan, untuk memberi bimbingan, kami sendiri masih perlu bimbingan bagaimana bisa membimbing lain orang...."**

Kalimat di atas dapat ditemui pada awal rekaman ceramah yang terjadi di Ampel, Jawa Tengah bulan Juli 1993. Suara kedua adalah milik seorang Bhikkhu yang merupakan pelopor kebangkitan agama Buddha di Indonesia. Kesan yang didapat dari perkataan Almarhum Maha Biku Ashin Jinarakkhita di atas adalah beliau sangat rendah hati. Seperti telah disebutkan di atas, kurang lebih 40 tahun beliau mengabdikan namun yang dikatakan sangat menarik dan mengejutkan. "...kami sendiri masih perlu bimbingan bagaimana bisa membimbing lain orang...." Inilah kualitas seorang putra Indonesia yang telah mengalami evolusi batin. Berhubungan dengan evolusi batin, berikut adalah pesan beliau yang lain,

**" Sebagai orang yang lahir dan dibesarkan di Indonesia, tentunya kita juga mengemban tugas membantu evolusi bangsa Indonesia. Karena kita terjun di bidang rohani, maka peran kita adalah membantu evolusi batiniah bangsa ini ke taraf yang lebih tinggi. Kita, dalam mengembangkan agama Buddha di Indonesia, tidak hanya mengembangkan agamanya saja. Melainkan juga berupaya agar bagaimana bisa membantu evolusi rohani bangsa kita. Sehingga nantinya, kelahiran-kelahiran yang ada di sini, kualitasnya semakin lama semakin baik. Dengan demikian, bangsa Indonesia tidak hanya menjadi semakin berkualitas di bidang fisik saja, melainkan juga di bidang rohani."**

Sangat jelas bahwa almarhum Biku Ashin tidak hanya memikirkan kepentingan agama Buddha namun juga menginginkan agar Indonesia dengan masyarakatnya yang beragam mengalami evolusi batin sehingga akhirnya kualitas masyarakat Indonesia meningkat. Kualitas yang meningkat terlihat dari tingkah laku, memahami apa yang boleh dilakukan dan apa yang tidak boleh dilakukan. Bila tingkah laku sudah kokoh dan benar-benar dijaga, maka tahap selanjutnya adalah membenahi batin (pikiran). Namun tahap ini tidaklah semudah membalikkan telapak tangan, perlu waktu yang lama, dan itu harus dimulai dari sekarang oleh diri kita sendiri, sederhana saja. Tingkatkan kualitas tingkah laku dahulu lalu secara perlahan-lahan memperbaiki pola pikir dan akhirnya mampu melihat suatu kondisi/keadaan apa adanya.

Lima ratus tahun telah berlalu dari runtuhnya Kerajaan Majapahit, agama Buddha perlahan-lahan mulai bangkit dan akhirnya banyak orang yang tergugah untuk mengikuti ajaran Buddha, mereka menjadi umat Buddha. Perkem-

bangan agama Buddha terus berlanjut, mulai dari organisasi buddhis<sup>2</sup>, penerbit buku buddhis<sup>3</sup>, pondok meditasi, tempat retreat dan lainnya. Namun perkembangan yang terjadi sebenarnya tidak diukur dari banyaknya organisasi buddhis, penerbit buku buddhis dan lainnya. Almarhum Biku Ashin Jinarakkhita, pada awal tahun 1990-an pernah memberikan nasihat kepada para peserta Pabajja Sramanera. Inti nasihat beliau adalah sebagai berikut :

**“Perkembangan agama Buddha di Indonesia tergantung dari umatnya sendiri, bukan pada orang lain. Kalau umat Buddha betul-betul mempraktikkan ajaran Buddha, tidak iri, tidak merasa dengki, akan tetapi penuh kasih sayang, cinta kasih kepada sesama, maka agama Buddha akan berkembang pesat. Jadi untuk mengembangkan agama Buddha, jadilah umat Buddha yang baik, yang menjalankan ajaran Buddha, yang menjadi orang yang bermanfaat buat masyarakat banyak, mengasih sesama, bukan hanya kepada sesama umat Buddha tetapi juga kepada semua.”**

Satu lagi, nasihat yang berharga dari seorang Guru Besar Buddhis di Indonesia. Dalam nasihat beliau yang ini ditekankan bahwa yang **paling mendasar** harus dilakukan adalah **mengembangkan kualitas diri sendiri**, teruslah menggosok permata yang ada di diri kita sehingga terlihat kemilaunya. Jika umat Buddha benar-benar memahami dan menjalankan ajaran Buddha, maka sudah pasti Agama Buddha akan berkembang pesat sehingga dapat bermanfaat bagi masyarakat luas.

### Penutup

Sudah sepantasnya bahwa kita sebagai umat Buddha mempelajari ajaran dengan baik, mungkin itu akan membawa kita ke tahap intelektual, sebatas memuaskan pengetahuan saja. Kemudian coba masuk ke tahap selanjutnya yaitu menjalankan apa yang kita pelajari atau yang biasa disebut praktik. Amati apakah ada perubahan yang terjadi dalam hidup ini, bila memang ada yang berubah, maka anda adalah seorang buddhis. Bila belum ada, lakukan terus tahapan itu. Dibutuhkan kesabaran, ketekunan untuk mendapatkan hasil, semuanya tergantung pada diri kita sendiri. Secara mudah, seorang buddhis adalah dia yang mau mentransformasi sifat-sifat buruk (negatif) yang ada menjadi sifat-sifat baik (positif) secara terus-menerus, bukan hanya sesaat. Sebagai penutup, ada satu humor sekaligus bahan renungan untuk

kita semua: Orang pertama bertanya, "kamu tahu kalau Buddha, Guru Agung kita kalau melihat situasi sekarang bisa memiliki satu penyakit?". Orang kedua, "Oya, Cuma satu penyakit...sakit apa itu?". Orang pertama dengan sangat yakin berkata, "sakit hati."

Tulisan ini diselesaikan pada hari Kamis, 20 Nopember 2008 sebagai bentuk kepedulian terhadap tingkat kualitas manusia yang semakin menurun. Terlebih di masyarakat buddhis, terutama pemuda-pemudi buddhis. Semoga dengan tulisan ini, mereka yang membaca dapat tergugah untuk menjalankan ajaran dengan baik, menjadi seseorang yang benar-benar buddhis. Semoga semua makhluk turut bersuka cita untuk mendapatkan limpahan jasa kebajikan sebagai salah satu cara memiliki sifat baik. (Aryo Kurniawan Dharmasurya).

### Catatan :

1. Kemungkinan literatur yang dimaksud adalah Darmogandhul/Darmagandhul, sebuah serat yang menceritakan proses perpindahan agama di tanah Jawa
2. Organisasi buddhis yang penulis ketahui adalah WALUBI, PATRIA, MBI, WBI, Sekber PMVBI, dan masih banyak lagi yang berkibar untuk perkembangan agama Buddha
3. Penerbit buddhis yang penulis ketahui adalah Ayusta, Dian Dharma, Karaniya, Manggala, Ehipassiko, Kadam Choeling Bandung, penerbitan PVVD dan masih banyak lagi yang berjuang untuk perkembangan agama Buddha.

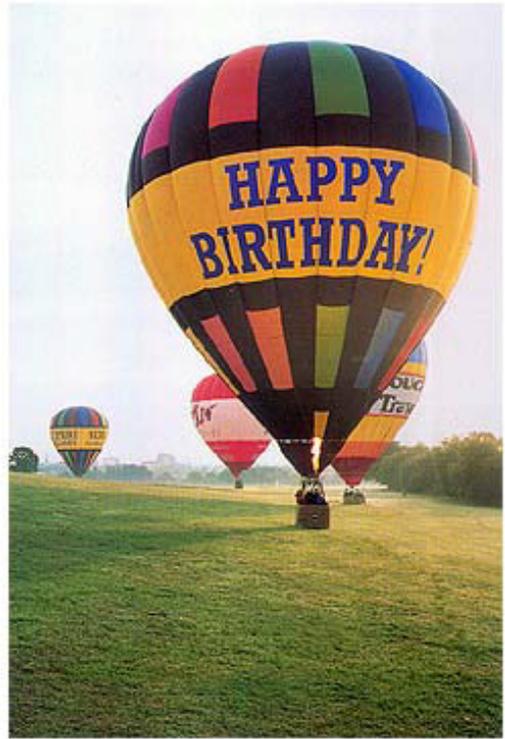
Apabila para pembaca ingin mengontak penulis, silakan hubungi redaksi, alamat email ada pada kami.

### Referensi :

1. Buku acara Sejuta Pelita Sejuta Harapan di Candi Borobudur 2005.
2. Menabur Benih Dharma di Nusantara : Riwayat Singkat Bhikkhu Ashin Jinarakkhita.
3. Rekaman ceramah Bhikku Ashin Jinarakkhita di Ampel, Jawa Tengah, Juli 1993.
4. Tanya jawab dengan narasumber dari berbagai profesi.
5. Internet.

# BIRTHDAY

- 1 William Adm
- 1 Fa Cong (Farianto)
- 2 Debby
- 4 Robby
- 5 Ihau
- 5 Harry Darmawan
- 5 Leong Yuen Chin
- 7 Martono
- 7 Adit
- 7 Rika Susanti
- 9 Fendy Hartanto
- 10 Juliana
- 10 Dian Puspasari
- 11 Arifin
- 13 Lany
- 13 Alnig
- 13 Adelia
- 14 Dedi Setiadi
- 14 Yanny SR
- 15 Budiman
- 15 Chandra Suciadi
- 16 Tau Pak Hung
- 16 Surya
- 17 Melvina
- 17 Darwin
- 18 HenQ
- 18 Andriani
- 18 Hengky Fernando D.
- 18 Yerry Chandra
- 18 Yulia
- 20 The Tjong Lie
- 20 Julia
- 20 Imelda Halim
- 20 Ridwan Firdaus (Iwang)
- 21 Spektro
- 21 Estelia
- 21 Henry Buntoro (Spektro)
- 23 Beatrice



- 23 Triguna Ashin Wijaya
- 23 Rizal
- 24 Wini
- 24 Edyanto
- 27 Ratna
- 27 Lenny
- 27 Ratna Dewi
- 28 Rossy
- 29 Shintya
- 29 Lena
- 29 Andy W.
- 29 Andri S
- 29 Shintya TS
- 30 Akian
- 30 Hendra
- 30 Danniad
- 31 Dian Haryanto

**LAPORAN KEUANGAN MEDKOM  
BULAN JANUARI 2009**

pendapatan :	
Dana dari Donatur *)	: Rp.110.000-
Dari BPH	: Rp. 130.000,-
Pengeluaran:	
Biaya Cetak (100 eks.)	: Rp. 230.000,-
Biaya kirim	: Rp. 10.000,-
Biaya Operasional	: Rp. 0
Dana Akhir	: Rp. 0,-

**ANGGARAN PENGELUARAN  
BULAN FEBRUARI 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 -**

Oleh : Yenny Lan

## Anjing Saja Bisa Bersyukur

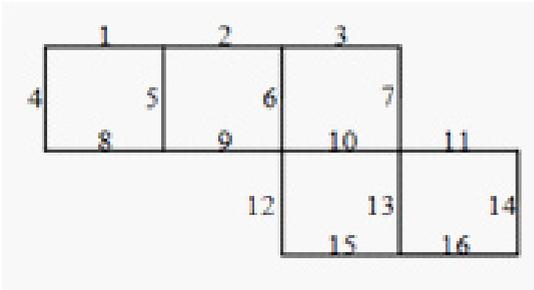
Beberapa bulan lalu, saat aku sedang libur kuliah, aku pulang ke rumah selama liburan itu. Saat itu aku mendapatkan anjing peliharaanku di rumah hilang. Blacky, itulah nama anjing peliharaanku. Blacky sudah 4 hari tidak pulang ke rumah. Saat itu aku berharap semoga tidak terjadi hal yang mencelakakan Blacky dan Blacky segera pulang kembali ke rumah.

Lalu setelah hari kelima, aku bersyukur karena Blacky telah pulang ke rumah, walaupun dengan keadaan yang kurang baik karena kaki sebelah kanan Blacky agak pincang. Tapi aku tetap bersyukur karena Blacky telah pulang ke rumah dengan selamat, hanya saja sampai sekarang pun aku tidak tahu kenapa Blacky tidak pulang ke rumah selama 4 hari.

Tetapi ada satu hal yang berubah dari Blacky. Sejak dia pulang kembali, aku memperhatikan kalau setiap jam 12 siang, saat ada azan berkumandang, Blacky juga beraung-aung mengikuti suara azan itu. Blacky ikut berdoa bersama dengan suara azan itu. Ketika azan selesai berkumandang, Blacky juga berhenti beraung-aung. Hal ini terjadi setiap hari.

Saat itu aku berpikir 'Blacky, yang hanya seekor anjing saja bisa berdoa mengucapkan syukur dengan caranya sendiri'. Kita sebagai manusia, yang memiliki akal budi seharusnya lebih banyak berdoa mengucapkan syukur atas apa yang kita miliki sekarang dan apa yang diberikan Tuhan kepada kita. Semoga sharing pengalaman aku ini bisa bermanfaat untuk semua yang membaca. Sabbe Satta Bhavantu Sukhitatta. Semoga semua makhluk berbahagia.

# KUIS



Susun lah 16 batang ini hingga menjadi **kotak persegi** semua! **Syaratnya**, antar persegi **tidak boleh** terpisah, dan **hanya** diperbolehkan memindahkan **2 batang** (batang tidak boleh berhimpit). Jumlah kotak persegi **tidak dibatasi**.

**Contoh jawaban :**

batang 1 dipindahkan ke sebelah kiri batang 12. Dan batang 4 dipindahkan ke sebelah bawah batang 9.

**Jawaban kuis BVD edisi November:**

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

Pemenang Edisi Desember 2008 yaitu:

**Kevin Tanadi**

Kirimkan jawaban Anda paling lambat **tanggal 1 Februari 2009** dengan format :

Quiz BVD\_Januari\_jawaban\_nama\_kota asal

**via SMS ke : 085221527272**

**via email ke : redaksibvd@yahoo.com**

## **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](http://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](mailto:redaksibvd@yahoo.com)  
Blog : [www.bvd-cyber.blogspot.com](http://www.bvd-cyber.blogspot.com)