

APRIL 2009



BVD

Berita vimala DharmA



NO. 125/ BVD / APRIL / 2009



Sajian Utama

- 4** Tema Hukum Sebab Akibat & Kekosongan
Oleh Redaksi
- 7** Liputan Musda Oleh Julyanto
- 10** Introspeksi TV Oleh Henry Filcozwen Jen
- 12** Rubrik Buddhis Menulis
Oleh Henry Filcozwen Jen
- 16** Spiritful Drizzle Satu Jam Bersama Geisha
Oleh Willy Yanto Wijaya
- 25** Ulasan Sutta Pentingnya Ketekunan
Oleh Willy Yandi Wijaya
- 27** Renungan Masa Depan Buddhisme
Oleh Willy Yandi Wijaya
- 29** Artikel Dharma Mencapai Jhana
Oleh Redaksi

Artikel

- 22** Artikel Bebas
- 35** BVD Kecil
- 38** Cerpen

Lain-Lain

- 2** Daftar Isi
- 3** Dari Redaksi
- 20** Karikatur
- 36** Birthday
- 37** Crew
- 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 April :

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,

Salah satu konsep yang sering diajarkan oleh Buddha adalah Hukum Sebab Akibat yang Saling Bergantungan dan Kekosongan. Ajaran ini termasuk salah satu ajaran terpenting dalam Buddhisme. Namun demikian, banyak umat Buddhis yang belum mengerti konsep ini. Tentu saja juga ada beberapa umat Buddhis yang mengerti benar tentang konsep ini.

Pada edisi kali ini, BVD berusaha untuk menjelaskan gambaran umum tentang Hukum Sebab Akibat dan Kekosongan. Semoga penjelasan singkat ini dapat memberikan gambaran dan wawasan kepada pembaca tentang konsep ini. Dalam edisi kali ini, BVD juga memaparkan sebuah metode meditasi yang paling penting yaitu *"The Basic Method of Meditation"* yang diajarkan oleh seorang guru meditasi terkemuka Ven. Ajahn Bramh. Semoga Tulisan di dalam BVD ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Akhir kata, kami mengucapkan terima kasih kepada pembaca yang telah setia membaca dan mengikuti BVD dari awal sampai edisi ini. Kami akan terus berusaha memberikan yang terbaik untuk edisi-edisi berikutnya. Jika ada masukan dan saran, mohon dikirim ke e-mail kami.

Mettacittena

REDAKSI

Sebab Akibat yang Saling Bergantungan dan Kekosongan

Buddha sering mengajarkan perihal sebab akibat yang saling bergantungan dan kekosongan. Melalui pemahaman tentang sebab akibat yang saling bergantungan, Buddha mencapai penerangan sempurna. Beliau berkata, “Keterkaitan antara sebab dan akibat sungguh dalam maknanya. Bila tidak menyadari bahwa segala sesuatu saling berhubungan seperti segulung benang, penderitaan dan kelahiran kembali tidak akan dapat dihentikan.”

Hukum Sebab Akibat yang Saling Bergantungan

Yang menjadi dasar dari sebab dan akibat yang saling bergantungan adalah bahwa kehidupan dan dunia ini dibangun oleh sekumpulan hubungan, yang mana muncul dan lenyapnya suatu hal bergantung pada faktor-faktor lain yang menyebabkannya :

*Ketika ini ada, itu ada
Munculnya ini, memunculkan itu
Ketika ini tidak ada, itu tidak ada
Lenyapnya ini, melenyapkan itu
“ini” + Penyebab + Kondisi = “itu”*

Pada prinsip kebergantungan dan kerelatifan, terletak kemunculan, keberlanjutan, dan pelenyapan keberadaan. Ini dinamakan Huku sebab akibat yang saling bergantungan. Ditekankan bahwa semua fenomena di alam semesta merupakan keadaan yang terkondisi secara relatif dan tidak muncul sendiri tanpa kondisi-kondisi yang mendukung. Suatu fenomena muncul karena kombinasi dari semua kondisi yang ada sehingga mendukung kemunculan fenomena itu. Dan sebuah fenomena akan lenyap bila kondisi dan komponen penyokongnya telah berubah dan tidak dapat menopangnya lebih lama lagi. Keberadaan kondisi penyokong ini juga bergantung pada faktor-faktor lain dalam hal kemunculan, keberlanjutan, hilangnya dan kemungkinan muncul kembali kondisi tersebut. Dalam hal ini, segala sesuatu adalah kosong (mem-

punyai karakteristik kekosongan) dari sebuah sifat diri yang bebas. Hukum ini juga menjelaskan bagaimana kelahiran kembali bisa terjadi.

Keterkaitan antara Sebab dan Akibat dan Kerelatifan

Hukum sebab akibat yang saling bergantung adalah cara yang realistis untuk memahami alam semesta. Kenyataan bahwa segala sesuatu tak lebih dari sekumpulan hubungan yang kompleks, konsisten dengan pandangan ilmu modern seperti teori relativitas Einstein dan teori kuantum. Karena segala sesuatu terkondisi relatif dan saling terkait, di dunia ini tidak ada sesuatu yang bisa dipandang sebagai sebuah inti yang kekal dengan identitas kekal pula. Segala sesuatu adalah seperti apa adanya, dan berhubungan dengan benda-benda lain. Sebagai contoh, seseorang tidak dapat dengan sendirinya atau secara alami menjadi seorang ayah, dia menjadi seorang ayah karena hubungan dengan anaknya. Seorang pria yang menjadi ayah bagi anaknya juga menjadi anak bagi ayahnya. Identitasnya relatif dan bergantung pada hubungannya dengan orang lain. Istilah-istilah seperti panjang dan pendek, tinggi dan rendah, dsb adalah relatif dan hanya akan berarti dalam hubungannya dengan benda lain. Dunia dibangun oleh hubungan, tetapi umumnya kita menciptakan gambaran-gambaran yang salah mengenai kekekalan sesuatu dalam pikiran kita yang disebabkan oleh kebodohan dan keserakahan kita. Sebagai contoh, sudah biasa bagi kita untuk melekat pada apa yang menurut kita cantik dan kita sukai, dan menolak apa yang jelek dan tidak kita sukai. Karena ditaklukkan oleh keserakahan dan kebencian, kita disesatkan oleh kebodohan. Kita tidak menyadari bahwa ini semua sesungguhnya tidak nyata. Seperti sebuah bola api yang diputar dengan cepat, pada suatu saat, dapat menciptakan ilusi sehingga nampak sebagai sebuah lingkaran cahaya yang padat.

Keterkaitan antara Sebab dan Akibat dan Kekosongan

Perhatikan sebuah biskuit! Sebuah biskuit kelihatan seperti biskuit nyata karena ada beberapa sifat biskuit padanya. Jika biskuit itu benar-benar ada, lalu ketika kita mencari apa sebenarnya biskuit itu, kita seharusnya mampu menemukannya. Tapi saat sebuah biskuit diremukkan.

Apakah sekarang itu masih sebuah biskuit? Jika biskuit itu memiliki beberapa sifat biskuit didalamnya, dimanakah sifat itu sekarang? Apa yang kita punyai sekarang adalah atom dan molekul yang sama dengan sebelumnya, akan tetapi sekarang kita menyebutnya sebagai remah, bukan biskuit lagi ! Biskuit ada karena sekumpulan atom dan molekul berkumpul satu dalam pola tertentu. Pikiran kita melihatnya dan memahaminya sebagai sebuah benda dan menyebutnya biskuit. Benda itu menjadi biskuit karena kita semua telah memahaminya dengan cara yang sama dan telah setuju dengan kesepakatan bersama untuk menyebutnya biskuit.

Hal sama juga berlaku bagi "diri" atau "aku". Bagian mana dari tubuh anda yang merupakan aku? Lengan anda? kaki anda? otak anda? atau batin anda? Jelas bahwa kita bukan bagian apapun dari tubuh kita. Aku bukan jasmani dan juga bukan batin. Dengan kata lain, aku itu tidak ada. Inilah yang dimaksud dengan "tanpa aku". Ini tidak berarti bahwa aku tidak ada sama sekali. Yang tidak ada adalah keberadaan yang kekal dan bebas. Aku bergantung pada sebab-sebab dan kondisi-kondisi : bertemunya sel sperma dan sel telur orang tua kita, kesadaran kita dari kehidupan yang lampau, dll. Aku bergantung pada bagian-bagian penyusunnya : batin dan jasmani. Aku juga bergantung pada konsep dan penamaan. Dengan bergabungnya batin dan jasmani, kita memahami seseorang dan menamakannya aku. Kita ada hanya karena dilabeli dengan dasar penyusunnya.

Ketika kita menyadari Kekosongan

Ketika kita menyadari kekosongan, kita melihat tidak ada orang nyata yang marah. Tidak ada orang nyata yang perlu dipertahankan reputasinya, tidak ada seseorang atau objek cantik yang harus kita miliki. Dengan menyadari kekosongan, kemelekatan, kemarahan, iri hati, kesombongan, dan sifat-sifat tidak terpuji lainnya musnah. Ini tidak berarti kita menjadi malas dan tidak memiliki ambisi, dengan berpikiran : tidak ada aku yang nyata, tidak ada tujuan yang nyata, lalu untuk apa aku melakukan sesuatu? Menyadari kekosongan memberikan kita ruang gerak yang luas. Dari pada menghabiskan energi kita untuk kemelekatan, amarah, kebodohan, kita bebas menggunakan kebijaksanaan dan welas asih kita yang besar, dengan berbagai cara untuk membantu makhluk hidup.

MUSYAWARAH DAERAH IV

Mengemban Misi Dharma Mengabdikan Cita Persada



Setiap vihara Buddhayana Indonesia memiliki Persaudaraan Muda-mudi Viharanya masing-masing. Wadah apakah yang menyatukan PMV-PMV tersebut? Sekber PMVBI. Pada tanggal 6-8 maret 2009 diadakan MusDa ke 4 di Vihara Buddhasena, Bogor. Perwakilan PVVD yang menghadiri acara ini adalah Herman, Ismail, Juliyanto dan Maria. Herman mewakili PVVD untuk menghadiri sidang komisi untuk membahas Media Komunikasi PMV di Jawa Barat, Ismail membahas tentang SDM dan organisasi, Juliyanto membahas tentang Dharma Duta dan Maria membahas tentang GABI.

Perwakilan PVVD kita berangkat hari jum'at sore. Semestinya sih mereka kumpul dulu dan briefing di Vihara. Tapi karena saat itu hujan deras, maka mereka dijemput di kos masing-masing (kecuali satu orang yang sudah ke Vihara). Tiba di Bogor sekitar pukul 18.30, para peserta makan malam dulu. Acara malam itu hanya penjelasan mengenai Sekber, Sagin dan MBI, serta menyanyikan bersama Mars Sekber (yang baru pertama kali dinyanyikan oleh peliput acara ini).

Keesokan harinya, Sidang dimulai setelah kebaktian. Setelah memutuskan dan mengesahkan Rancangan Peraturan Tata Tertib Musyawarah Daerah IV, Putu ditunjuk sebagai ketua sidang, tommy sbg wakil ketua dan Raka sebagai sekretaris. Sore harinya para peserta dibagi menjadi 4 kelompok untuk membahas tentang topik yang di pegang masing-masing (topik yang dibawa anak-anak PVVD telah disebutkan diatas). Semoga solusi atas permasalahan Buddha Dharma di Jawa Barat yang dibahas dapat dilaksanakan dengan efektif.

Malam harinya dipilih calon ketua Sekber PMVBI Jawa Barat periode 2009-2012. Bakal calon ketua ada 4, yaitu Robert Safei, Ivana, Harianto dan Tommy. Namun ko Robert dan ko Harianto menolak untuk menjadi calon ketua karena ada alasan tertentu. Jadi, calon ketua yang tertinggal adalah ci Ivana dan ko Tommy. Setelah acara pemilihan calon ketua, suhu Sien Yi memberikan kami ajaran mengenai SDM melalui film tentang Upali yang ditampilkan. Setelah film selesai kami tonton, dengan kocak, suhu memperlihatkan realitas bahwa kami sungguh payah bila dimintai pendapat. Begitu ditanyai pendapat mengenai film yang baru ditonton, tidak ada yang berani menjawab. Akhirnya setelah sedikit dipaksa, 3 peserta membeberanikan diri menyampaikan pendapat (yang paling lucu sih ada yang berkomentar dia merasa sama dengan upali sebagai kasta sudra).

Setelah sesi suhu berakhir, malam budaya dimulai. Malam budaya adalah acara yang diisi oleh beberapa PMV yang memperlihatkan hasil latihan dan kreatifitas mereka. Kebanyakan sih drama musical cinta, nyanyi bareng dan yang dibawakan PMV tuan rumah adalah shou yi (seni gerakan tangan yang merepresentasikan lagu Buddhis yang diputar. Biasanya digunakan untuk tunawicara).



Setelah acara Sidang selesai. Para peserta yang tadinya malu-malu untuk berkenalan akhirnya mulai saling berkenalan. Malam itu penulis bahkan tidak tidur karena membahas beberapa hal dengan peserta dari PMV lain. Setelah membahas tentang Dharma pada awal pertemuan, tiba-tiba pembicaraan dialihkan ke hal-hal lain, misalnya kisah pribadi masing-masing peserta, dll. Tidak terasa sudah pagi dan anak-anak yang tidak tidur asik berfoto ria.

Akhirnya acara puncak MUSDA yaitu pemilihan ketua Sekber yang baru dimulai. Suasana pemilihan ketua dilaksanakan dengan sangat tertib. Setiap PMV memiliki satu hak suara. Pemilihan dilakukan dengan suara terbanyak. Dan akhirnya, terpilihlah ci Ivana sebagai Ketua Sekber baru yang akan mengemban tugasnya untuk mengembangkan Buddha Dharma terutama di wilayah Jawa Barat untuk beberapa tahun mendatang. Setelah itu, pemberkatan, sumpah ketua Sekbar sekaligus penutupan MUSDA dilaksanakan di Dharmasala Vihara Buddhasena yang dipimpin oleh anggota Sangha.

Oleh : Hendry Filcozwei Jan



Berbagai ajang pencarian bakat digelar stasiun TV. Yang terbanyak tentulah pencarian penyanyi baru. Mulai anak-anak, remaja, sampai dewasa. Baik pop maupun dangdut. Yang lain? Ada pencarian pemain sinetron, penari, pelawak, pembaca berita, dan terakhir pesulap.

Menarik mengamati fenomena ini. Ajang pencarian bakat seperti ini tak pernah sepi peminat. Memang TV punya daya tarik yang sangat kuat. Anda jadi salah satu peserta saja (tersingkir

di babak-babak awal dan tak lolos ke final), wajah Anda sudah lumayan dikenal masyarakat. Efeknya? Yah... apalagi kalau bukan order tambah banyak, tarif pun jadi naik. Apalagi Anda keluar sebagai juara!

Jadi tidak heran ajang pencarian bakat yang didukung stasiun TV ini sangat diminati. TV memang kotak ajaib. Bisa menyulap pengamen jalanan menjadi penyanyi berhonor tinggi, masuk dapur rekaman, dan jadi artis. Ajang pencarian bakat yang baru-baru ini menyita perhatian penulis adalah *The Master*, pencarian pesulap yang layak menyandang gelar "*The Master*." Ada 2 alasan mengapa penulis tertarik. Pertama, sulap adalah salah satu hobby penulis. Kedua, salah satu pesertanya (Joe Sandy) adalah teman penulis (yang juga jadi MC pada pesta pernikahan penulis).

Kali ini penulis "surprise" dengan ending acara ini. Semua sesuai dengan prediksi penulis. Sejak awal penulis memperkirakan lawan terberat Joe Sandy adalah Abu Marlo (sama-sama magician dari Bandung, member KSB = Komunitas Sulap Bandung). Prediksi penulis, yang akan jadi *The Master* adalah Sandy. Benar saja, mereka bertemu di final, dan Sandy yang menang. He...3x prediksi penulis tepat.

Oleh : Hendry Filcozwei Jan

Di beberapa ajang pencarian bakat, prediksi penulis sering tidak tepat. Yang menurut penulis suara dan penampilannya kurang oke, ternyata terus melaju. Yah... keberhasilan peserta bukan hasil penilaian juri (bagus tidaknya penampilan), tapi berdasarkan SMS yang masuk.

Jauh sebelum iklan acara The Master ditayangkan, Sandy menelpon penulis bercerita bahwa ia baru ikut audisi dan terpilih menjadi 1 dari 5 peserta The Master. "Mohon dukungan dan doanya" ujar Sandy. Setelah acara berlangsung, kami pun masih sering berkomunikasi dan ngobrol tentang sulap.

Prediksi penulis bahwa Sandy akan menang pada acara "Mencari Bintang Tanpa Mantra" ini bukan lantaran dia teman penulis. Menurut penulis, memang penampilannya lebih baik daripada yang lain. Apalagi performancenya di final. Dua kali penampilannya menghasilkan standing ovation dari penonton. Penilaian juri pun sama. Dan semuanya jadi lengkap, ketika dukungan penonton lewat SMS pun sama (lebih banyak yang mendukung Sandy).

Apa yang bisa penulis petik dari kisah ini? Kerja keras dan kesungguhan. Saat kenal dengan Sandy (pada sebuah acara di rumah Mr. Robbin, legenda sulap asal Bandung), Sandy masih seorang karyawan bank swasta dengan pekerjaan sampingan sebagai MC (meskipun sangat mungkin penghasilannya sebagai MC jauh lebih besar daripada gaji kantornya). Lajang asal Subang ini adalah satu dari sedikit MC (Master of Ceremony) yang hobby sulap dan sering memberikan sentuhan sulap saat pada acara yang dibawakannya. Setelah yakin dengan pilihan karirnya, dia memutuskan untuk total di MC dan sulap. Dia lepaskan karirnya di perbankan.

Menikmati pekerjaan yang dilakukan, kemauan keras untuk terus belajar, ditambah dengan totalitasnya saat menjalankan pekerjaan, memang paduan yang pas untuk profesi apa pun. Ketika semua usaha maksimal dan terbaik telah ditampilkan, gelar The Master hanyalah bonusnya.

Selamat buat Sandy.

Oleh : Hendry Filcozwei Jan

Buddhis Menulis

Minim Minat

Ternyata tidak mudah mengajak pembaca berpartisipasi mengirimkan tulisan untuk majalah BVD tercinta. Di edisi kemarin, dari 3 tulisan yang masuk, hanya 1 yang memenuhi syarat, dan telah dimuat.

Di edisi ini, selain tulisan dimuat di BVD dan blog, penulisnya akan dapat hadiah agenda keren. Kami sediakan 5 agenda keren, tulisan yang masuk hanya 3 (dari 2 orang). Satu tak sesuai ketentuan, jadi tinggal 2 tulisan dari 1 orang dan kebetulan masih penulis yang sama, Lani. Jadi 4 agenda tersisa dari sponsor, penulis bagikan kepada redaksi BVD (sebagai kenang-kenangan).

Kalau peminat rubrik “Buddhis Menulis” tetap sepi, rubrik ini akan ditutup. Mungkin “Buddhis Menulis” hanya akan hadir dalam bentuk online saja. Kami tunggu partisipasi pembaca yang ingin belajar menulis (maaf, sekarang tanpa hadiah). Tulisan yang dinilai baik, akan dimuat di BVD dan blog. Bahkan, rencana jangka panjang penulis, tulisan yang dimuat kelak akan dibukukan, kemudian dibagikan secara gratis.



Anda masih tertarik untuk belajar menulis?

Oleh : Hendry Filcozwei Jan

Sumber Ide

Banyak yang bertanya, "Dari mana sih... datangnya ide untuk menulis? Bagi penulis, sumber ide bisa dari mana saja. Dari bacaan yang pernah dibaca, kejadian sehari-hari, pengalaman sendiri, pengalaman teman, tayangan televisi, dan masih banyak lagi. Apa yang terlihat, bisa jadi sumber ide untuk tulisan. Hanya kita belajar lebih peka terhadap lingkungan sekitar kita.

Tulisan berjudul "Kawan" yang dimuat kali ini karya Lani. Dari mana inspirasinya? Terlihat Lani menuliskan kesannya terhadap seorang temannya (teman chatting?). Karena tulisan yang datang sedikit, yg layak muat hanya 1, maka penulis tambahkan 1 artikel karya penulis berjudul "Isi Kepala."

Penulis pun sering "kurang ide" untuk menulis. Apa lagi yang harus ditulis? Tapi dasar "penulis kepepet," ada saja ide yang muncul dan bisa dijadikan sebuah tulisan saat dikejar deadline. Tulisan berjudul "Isi Kepala" ini dihasilkan pada detik-detik terakhir sebelum bahan untuk "Buddhis Menulis" dikirim ke redaksi BVD. Selamat menikmati.

Semoga Anda tertantang untuk mengirim tulisan Anda. Apa pun temanya, kirimkan saja. Syaratnya? Maksimal 1.000 karakter (termasuk judul dan spasi). Sangat singkat! Tak usah ragu. Tak usah takut tulisan Anda jelek, belum layak muat, dan lain sebagainya. Sebelum bisa berjalan atau berlari, kita semua melalui proses. Mulai tengkurap, merangkak, duduk, berdiri sambil berpegangan, dan seterusnya. Jatuh? Pasti pernah, tapi kita tidak pernah jera, kita terus mencoba hingga kini kita bisa berjalan, berlari, dan melompat.

Lalu? Mulailah mengetik, keluarkan semua yang ada di benak Anda menjadi tulisan. Tidak dimuat tapi Anda telah mencoba, jauh lebih baik daripada tidak pernah memulai sama sekali.

Info lebih lengkap dan untuk melihat contoh tulisan yang lain, silakan kunjungi www.vihara.blogspot.com lalu klik "Buddhis Menulis dan "1000=1"



Kawan

Ck... ck... kakiku melangkah tak karuan melintasi rerumputan hijau. Di bawah langit yang berwarna biru, sebiru hatiku sore ini. Hmm, jadi ingat sama seseorang.

Ini tentang dia, selintas suaranya, sekilas wajahnya dan seindah perangnya. Aku merindukannya, di hari-hariku yang lelah. Tapi aku begitu membencinya. Sebab dia tak pernah menyebutkan namaku. "Hah! Nama itu gak penting" jawabnya, tiap kali aku bertanya siapa namaku. Ugh! Bagaimana bisa dia berpikir seperti itu? Dari nama bisa ketebak karakter seseorang, dari nama orang akan menoleh jika dipanggil, dari nama orang bisa tertebak terlihat manis dan dari nama pula seseorang mempunyai kebanggaan. Walau dulu aku sempat membenci namaku, gara-gara dia, aku jadi merindukan namaku.

Aneh, aku belum sempat bertemu langsung dengannya. Hanya lewat layar ataupun hanya sekedar suara yang kudengar. Dia memang misteri seperti kehidupan ini. Tapi sesungguhnya dia adalah sosok manusia yang rendah hati.

Pelajaran : "Sahabat adalah harta yang tak ternilai"

Oleh : Hendry Filcozwei Jan

Isi Kepala

Berdiri di kereta api antara Jakarta-Bandung? Tentu capek dong. Dulu, kalau dapat tiket berdiri, penulis punya ada 3 pilihan: duduk lesehan di gerbong kereta makan (restorasi) yang luar biasa panas karena tanpa jendela, duduk lesehan di sambungan kereta plus aroma toilet, atau berdiri saja di gerbong. Tak ada yang nyaman ya?

Pernah sekali penulis didekati orang tua (kuli angkut barang) di stasiun Gambir. "Pak, mau tempat duduk?" Karena kasihan sama orang tua (juga kebetulan tidak dapat tempat duduk), "Boleh" jawab penulis. "Ayo ikut saya. Nanti kasih Rp5.000 saja" kata bapak itu. Lumayanlah Jakarta-Bandung dapat duduk, cuma tambah Rp 5.000, pikir penulis.

Memang benar, sampai kereta berjalan pun, penulis bisa duduk nyaman di sana (tak ada klaim dari orang lain). Tapi tahukah Anda, tempat duduk itu ternyata jatah untuk Jatinegara? Begitu stop di Jatinegara, penulis harus berdiri lagi karena ada yang lebih berhak duduk di sana!

Pelajaran: Memang sukar menebak isi kepala seseorang.



Oleh : Willy Yanto Wijaya

Satu Jam bersama Geisha

Eits, jangan berpikiran yang macam-macam dulu. Satu jam bersama Geisha? Yup.

Pertengahan Februari yang lalu, Tokyo Institute of Technology mengadakan "study tour" ke Kyoto dan Nara buat para mahasiswa asing. Tapi ada yang spesial dari perjalanan ke Kyoto kali ini yakni bakal adanya acara menyaksikan pertunjukan tarian dari geisha.

Untuk mendapatkan posisi duduk yang strategis, aku pun sengaja datang setengah jam lebih awal sebelum acara dimulai. Eh sialan, ternyata sudah ada beberapa orang yang datang lebih awal dan membentuk barisan pertama. Tapi ga apa lah, barisan kedua juga sudah cukup memadai.

Detik-detik yang dinantikan pun tiba. Ternyata muncul seorang wanita setengah baya (lihat Foto 1). Walah, masa geishanya seperti itu? Aku pun merasakan aura kekecewaan dari para penonton. Tapi ternyata kami salah sangka. Tidak lama berselang, muncullah gadis manis yang mengenakan kimono yang indah sekali (lihat Foto 2).

Gila! Kami 80 orang mahasiswa asing bak nyamuk pers (wartawan) saja. Blitz dan flash dari puluhan kamera pun seakan menghujam tiada henti. Sebelum memulai pertunjukan tariannya, kami pun dijelaskan bahwa sebutan "geisha" kuranglah sopan. Biasanya mereka dipanggil "maiko-san" atau "geiko-san". "Maiko" adalah mereka yang sedang belajar (magang) untuk kelak menjadi "Geiko". Ketika menginjak usia 20 tahun, maka status "maiko" akan menjadi "geiko". Jadi seorang maiko berusia di bawah 20 tahun, dan maiko-san yang akan menampilkan tarian kepada kami pun ternyata masih berusia 18 tahun. Secara harfiah, "maiko" (ⓧⓧ) berarti "gadis penari" dan "geiko" (ⓧⓧ) berarti "gadis seni" serta "geisha" (ⓧⓧ) berarti "pekerja seni".

Ciri khas yang membedakan maiko dengan geiko antara lain: pada maiko, lipstik hanya pada bibir bagian bawah, tepi mata diberi warna kemerahan (seperti tampak pada Foto 2). Selain itu, sanggul rambut maiko

Oleh : Willy Yanto Wijaya

sepenuhnya adalah rambut asli dan kimono yang dikenakan maiko pun biasanya "colourful" dan berwarna cerah. Sedangkan pada geiko, lipstik dikenakan pada kedua belah bibir dan geiko boleh menggunakan wig (rambut palsu). Dandan dan kimono yang dikenakan geiko pun biasanya agak monokrom (tidak terlalu colourful). Wanita setengah baya (Foto 1) tersebut adalah ibu pembimbing/ pelatih Maiko-san yang akan menampilkan tarian. Ketika ia mulai memetikkan shamisen (kecap tradisional Jepang), maka dimulailah pertunjukan tarian oleh Maiko-san.

Gerakan tari Maiko-san yang lemah lembut dan gemulai seakan menyihir para penonton yang hadir. Ditambah dengan petikan suara shamisen yang bak alunan surgawi, kami semua seakan terpana dan terhipnotis. Tarian yang dibawakan menggambarkan perubahan empat musim; dengan variasi penggunaan payung dan kipas yang menambah semarak gerakan tari.

Setelah selesai pertunjukan tari, sesi tanya jawab dengan Maiko-san pun dimulai. Ketika Maiko-san memperkenalkan diri, suaranya yang lembut dan merdu benar-benar mempesona. Akhirnya aku mengerti mengapa orang-orang kaya zaman dulu rela mengeluarkan banyak duit untuk dihibur oleh geiko/ maiko. Maiko dan geiko benar-benar dilatih segalanya, mulai dari sikap/ gerakan tubuh, bahasa dan ucapan, hingga keterampilan seni tari, nyanyi, bermain alat musik (seperti shamisen), tata cara tea ceremony (upacara teh), sastra, dan puisi. Gerak-gerik dan tutur kata maiko-san benar-benar mirip gadis-gadis keraton zaman dulu yang halus dan lemah lembut. Dan konon katanya, seorang maiko/ geiko dilatih hingga memiliki daya kesabaran yang luar biasa (ultimate patience). Berikut beberapa pertanyaan dari penonton yang beberapa dijawab langsung oleh Maiko-san dan sebagian lagi dijawab oleh si ibu pembimbing.

T: Sejak kapan menjadi maiko? Mengapa menjadi maiko?

M: Sejak usia 16 tahun, memutuskan menjadi maiko sejak lulus SMP. Menjadi maiko karena sejak kecil, suka memakai kimono yang indah, dan juga belajar banyak hal. Dan juga senang karena bisa bertemu dan berinteraksi dengan banyak orang seperti Anda-Anda.

Oleh : Willy Yanto Wijaya

T: Jadwal sehari-harinya bagaimana?

M: Dari pagi-pagi sekali sudah latihan gerakan tarian dan sikap jalan, juga belajar tutur kata dan dialek Kyoto. Siangnya juga menghabiskan beberapa jam untuk merias, dandan, mengenakan kimono. Malamnya sering mengadakan pertunjukan tarian (seperti saat ini), pulang larut malam, kemudian harus mengantri mandi (catatan: geiko yang paling senior mendapatkan prioritas urutan mandi paling awal. Karena Maiko-san ini paling muda, ia termasuk yang urutan mandi terakhir). Tidur sekitar jam 2 malam.

T: Apakah tidak ada liburan?

G: Sebulan libur dua kali. Biasanya para maiko-san/ geiko-san pergi shopping dan jalan-jalan. Dan setahun boleh pulang ke rumah orang tua sebanyak tiga kali.

T: Apakah untuk menjadi maiko harus ada izin dari orang tua?

G: Ya, harus ada izin dari orang tua.

T: Apakah orang tua harus membayar untuk biaya hidup/ pelatihan anaknya menjadi maiko?

G: Tidak. Semua biaya ditanggung oleh sekolah/ tempat pelatihan. Biasanya kami menseleksi/ interview calon yang ingin menjadi maiko.

T: Apakah selama menjadi maiko/ geiko boleh menikah?

G: Tidak. Kalau memutuskan untuk menikah, ya mesti berhenti jadi geiko/ maiko.

Sempat mencuat dalam pikiranku, berarti Maiko-san ini cuma lulus SMP dan tidak melanjutkan ke SMA. Apakah hal ini baik baginya? Tapi setelah dipikir-pikir, kan ini juga pilihan hidupnya. Kalau ia merasa bahagia menjadi maiko-san, mengapa tidak? Hanya karena tidak lazim (seperti kita-kita yang sekolah hingga SMA bahkan universitas), kita tidaklah bisa men-judge (menilainya) sebagai "kurang baik". Toh, sistem pendidikan modern yang ada sekarang (dari SD – Univ) juga baru dimulai sejak beberapa abad yang lalu. Lagipula, menjadi maiko-san, ia sebenarnya juga "sekolah" dan belajar banyak hal seperti seni, sastra, dan sikap (attitude). Dan pula, sewaktu-waktu ia bisa berhenti (keluar) dari profesi ini. Bisa dibilang ada sedikit "analog" juga dengan orang-orang yang memutuskan menjadi anggota Sangha dalam hal "ketidaklaziman" jalur hidup (menurut pandangan masyarakat umum).

Oleh : Willy Yanto Wijaya

Demikianlah sekelumit kisah dan pesona dari dunia maiko-san. Oh ya, Anda perhatikan kimono indah beserta obi (sabuk/ belt) berhiaskan permata yang dikenakan oleh Maiko-san? Satu set kimono tersebut harganya lebih dari 1 juta yen (Rp. 120 juta).



Foto 1. Ibu pembimbing yang sedang memainkan shamisen



Foto 3. Tarian nan gemulai yang sedang ditampilkan Maiko-san



Foto 2. Dandanan khas dari seorang Maiko-san



Foto 4. Foto bareng bersama Maiko-san

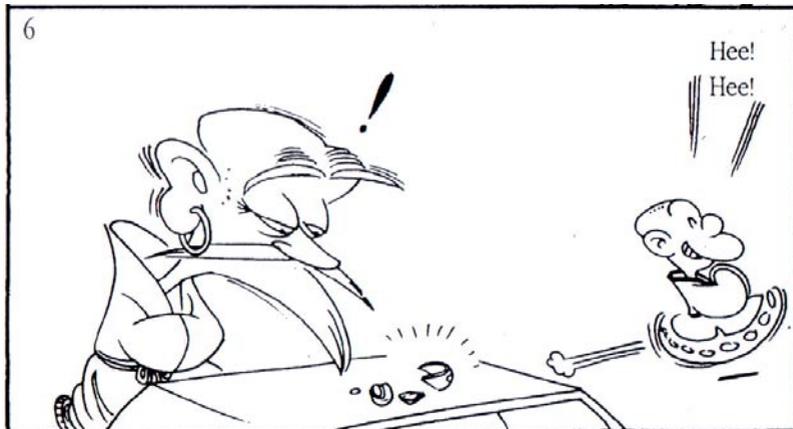
KARIKATUR



WAFATNYA SANG CANGKIR



KARIKATUR



Sumber : Tulisan Gede Prama

Berani Gagal

Untuk dapat menikmati hidup, hal terpenting yang perlu Anda lakukan adalah menjadi SADAR. Inti kepemimpinan adalah kesadaran. Inti spiritualitas juga adalah kesadaran. Banyak orang yang menjalani hidup ini dalam keadaan "tertidur." Mereka lahir, tumbuh, menikah, mencari nafkah, membesarkan anak, dan akhirnya meninggal dalam keadaan "tertidur."

Analoginya adalah seperti orang yang terkena hipnotis. Anda tahu di mana menyimpan uang. Anda pun tahu persis nomor pin Anda. Dan Andapun menyerahkan uang Anda pada orang tidak dikenal. Anda tahu, tapi tidak sadar. Karena itu, Anda bergerak bagaikan robot-robot yang dikendalikan orang lain, lingkungan, jabatan, uang, dan harta benda.

Pengertian menyadari amat berbeda dengan mengetahui. Anda tahu berolah raga penting untuk kesehatan, tapi Anda tidak juga melakukannya. Anda tahu memperjualbelikan jabatan itu salah, tapi Anda menikmatinya. Anda tahu berselingkuh dapat menghancurkan keluarga, tapi Anda tidak dapat menahan godaan. Itulah contoh tahu tapi tidak sadar!

Ada dua hal yang dapat membuat orang menjadi sadar. Pertama, peristiwa-peristiwa pahit dan musibah. Musibah sebenarnya adalah "rahmat terse-lubung" ' karena dapat membuat kita bangun dan sadar. Anda baru sadar pentingnya kesehatan kalau Anda sakit. Anda baru sadar pentingnya olah-raga kalau kadar kolesterol Anda mencapai tingkat yang mengkhawatirkan.

Anda baru sadar nikmatnya bekerja kalau Anda di-PHK. Seorang wanita karier baru menyadari bahwa keluarga jauh lebih penting setelah anaknya terkena narkoba. Seorang sopir taksi pernah bercerita bahwa ia baru menyadari bahayanya judi setelah hartanya habis.

Kematian mungkin merupakan satu stimulus terbesar yang mampu menyentak kita. Banyak tokoh terkenal meninggal begitu saja. Mereka sedang sibuk memperjualbelikan kekuasaan, saling menjegal, berjuang meraih jabatan, lalu tiba-tiba saja meninggal. Bayangkan kalau Anda sedang menonton film di bioskop. Pertunjukan sedang berlangsung seru ketika tiba-tiba listrik padam. Petugas bioskop berkata,

”Silakan Anda pulang, pertunjukan sudah selesai!”

Anda protes, bahkan ingin menunggu sampai listrik hidup kembali. Tapi, si penjaga hanya berkata tegas,

”Pertunjukan sudah selesai, listriknya tidak akan pernah hidup kembali.”

Itulah analogi sederhana dari kematian. Kematian orang yang kita kenal, apalagi kerabat dekat kita sering menyadarkan kita pada arti hidup ini. Kematian menyadarkan kita pada betapa singkatnya hidup ini, betapa seringnya kita meributkan hal-hal sepele, dan betapa bodohnya kita menimbun kekayaan yang tidak sempat kita nikmati.

Hidup ini seringkali menipu dan meninabobokan orang. Untuk menjadi bangun kita harus sadar mengenai tiga hal, yaitu siapa diri kita, darimana kita berasal, dan ke mana kita akan pergi. Untuk itu kita perlu sering mengambil jarak dari kesibukan kita dan melakukan kontemplasi.

Ada sebuah ungkapan menarik dari seorang filsuf Perancis, Teilhard de Chardin,

”Kita bukanlah manusia yang mengalami pengalaman-pengalaman spiritual, kita adalah makhluk spiritual yang mengalami pengalaman-pengalaman manusiawi.”

Manusia bukanlah "makhluk bumi" melainkan "makhluk langit." Kita adalah makhluk spiritual yang kebetulan sedang menempati rumah kita di bumi. Tubuh kita sebenarnya hanyalah rumah sementara bagi jiwa kita. Tubuh diperlukan karena merupakan salah satu syarat untuk bisa hidup di dunia. Tetapi, tubuh ini lama kelamaan akan rusak dan akhirnya tidak dapat digunakan lagi. Pada saat itulah jiwa kita akan meninggalkan "rumah" untuk mencari "rumah" yang lebih layak. Keadaan ini kita sebut meninggal dunia. Jangan lupa, ini bukan berarti mati karena jiwa kita tak pernah mati. Yang mati adalah rumah kita atau tubuh kita sendiri.

Coba Anda resapi paragraf diatas dalam-dalam. Badan kita akan mati, tapi jiwa kita tetap hidup. Kalau Anda menyadari hal ini, Anda tidak akan menjadi manusia yang ngoyo dan serakah. Kita memang perlu hidup, perlu makanan, tempat tinggal, dan kebutuhan dasar lainnya.

Bila Anda sudah mencapai semua kebutuhan tersebut, itu sudah cukup!

Buat apa sibuk mengumpul-ngumpulkan kekayaan — apalagi dengan menyalahgunakan jabatan — kalau hasilnya tidak dapat Anda nikmati selamanya. Apalagi Anda sudah merusak jiwa Anda sendiri dengan berlaku curang dan korup. Padahal, jiwa inilah milik kita yang abadi.

Lantas, apakah kita perlu mengalami sendiri peristiwa-peristiwa yang pahit tersebut agar kita sadar? Jawabnya: ya! Tapi kalau Anda merasa cara tersebut terlalu mahal, ada cara kedua yang jauh lebih mudah:

Belajarlah MENDENGARKAN.

Dengarlah dan belajarlah dari pengalaman orang lain. Bukalah mata dan hati Anda untuk mengerti, mendengarkan, dan mempertanyakan semua pikiran dan paradigma Anda. Sayang, banyak orang yang mendengarkan semata-mata untuk memperkuat pendapat mereka sendiri, bukannya untuk mendapatkan sesuatu yang baru yang mungkin bertentangan dengan pendapat mereka sebelumnya. Orang yang seperti ini masih tertidur dan belum sepenuhnya bangun.

ULASAN SUTTA

Oleh : Willy Yandi Wijaya

Pentingnya Ketekunan

“Para Bhikkhu, ... apapun keadaan-keadaan bajik yang ada, semuanya berakar pada ketekunan, menyatu pada ketekunan, dan ketekunan dianggap sebagai yang terbaik dari semuanya. Sama seperti jejak kaki semua makhluk hidup yang bergerak dapat masuk ke dalam jejak kaki gajah, dan jejak kaki gajah dianggap sebagai yang terbaik dari semuanya, yaitu karena besarnya jejak kaki gajah, demikian pula apapun keadaan-keadaan bajik yang ada, semuanya berakar pada ketekunan....

Sama seperti semua tiang penyangga atap runcing mengarah ke ujung atap, menanjak ke ujung atap, menyatu ke ujung atap, dan ujung atap itu dianggap sebagai yang terbaik dari semuanya,.... Sama seperti sungai besar yang ada—Sungai Gangga, Yamunaa, Acirawatii, Sarabhuu, Mahii—semuanya menuju samudera, melandai, meluncur, dan mengarah ke samudera, dan samudera dianggap sebagai yang terbaik dari semuanya, demikian pula apapun keadaan bajik yang ada, semuanya berakar pada ketekunan, dan ketekunan dianggap sebagai yang terbaik dari semuanya.”

(Anguttara Nikaya X, 15)

Ketekunan (appamaada) adalah sesuatu yang perlu kita miliki. Tanpa ketekunan, apapun yang kita perbuat, hasilnya tidak akan seperti yang kita harapkan. Ketekunan merupakan salah satu aspek dari Daya-Upaya Benar (salah satu bagian dari Jalan Mulia Berunsur Delapan). Sifat ketekunan tersebut adalah penuh dengan kehatian-hatian atau waspada dan ketulusan dalam melakukannya.

Dalam sutta tersebut, Sang Buddha bahkan mengumpamakan dengan berbagai analogi. Sutta tersebut telah disingkat. Aslinya lebih banyak perumpamaan yang Sang Buddha katakan. Inti dari Sutta tersebut adalah bahwa ketekunan atau kerja keras adalah dasar dari setiap pelatihan spiritual kita. Bahkan dalam bidang pekerjaan maupun lainnya diperlukan ketekunan.

Di dalam ketekunan juga terdapat semangat, disiplin dan pengendalian diri. Jadi ketekunan yang dimaksud oleh Sang Buddha adalah ketekunan dalam hal-hal yang positif, yang bukan diarahkan untuk menyakiti makhluk lain.



REDAKSI mengucapkan :

*“Selamat atas terpilihnya **Andi Setiawan** sebagai Ketua PVVD untuk periode 2009-2010. Semoga bisa membawa PVVD kita menjadi lebih baik lagi. “*





Masa Depan Buddhisme

Perkembangan ajaran Buddha (Dharma) telah menembus batas daerah dan tradisi hingga mendunia seperti saat ini. Sejak era Asoka yang memulai mengenalkan Buddhisme ke berbagai penjuru dunia, hingga kolonialisme Barat membuat dunia Barat mengenal filsafat timur, salah satunya adalah Ajaran Buddha. Buddhisme

Zen dan Therawada dikenal di Barat dahulu, kemudian disusul Buddhisme Wajrayana dan Sukhawati atau Tanah Suci (Pure Land) serta Buddhisme tradisi lainnya. Hingga baru-baru ini mulai istilah Buddhisme Nawayana (Navayana) yang berarti Kendaraan Baru (New Vehicle) Buddhisme.

Buddhisme Nawayana tersebut adalah hasil pertemuan ajaran Buddha dengan dunia Barat dan pemikiran Barat terhadap Buddhisme. Hal tersebut adalah sesuatu yang wajar seperti ketika munculnya penafsiran terhadap Buddhisme sehingga lahirnya Buddhisme Therawada, Mahayana serta Wajrayana. Walaupun mungkin di masa depan akan bermunculan bentuk Buddhisme yang baru, yang penting bagi Buddha adalah esensi ajaran yang Beliau kemukakan. Spirit tersebut masih terkandung dalam tradisi-tradisi Buddhis yang bertahan hingga saat ini, yaitu Therawada, Mahayana dan Wajrayana.

Pertemuan Buddhisme dengan pemikiran Barat yang terbuka, melahirkan salah satunya konsep Buddhisme Libat-diri (Engaged Buddhism). Buddhisme Libat-diri tersebut adalah upaya untuk membuat agama Buddha lebih terlibat dengan berbagai permasalahan modern yang muncul, seperti masalah lingkungan, kemanusiaan, politik, ekonomi, populasi manusia, teknologi dan lainnya. Konsep Buddhisme Libat-diri menitikberatkan pada isu sosial, tentunya penekanan terhadap individu juga penting, disamping kenyataan

RENUNGAN

bahwa segala sesuatu itu saling terkait sehingga sebagai suatu kelompok akan lebih kuat ketimbang sebagai suatu individu dalam proses untuk berlatih menuju pencerahan.

Terlepas dari berbagai pendekatan Buddhisme dalam menanggapi berbagai isu maupun permasalahan dunia modern, sebagai Buddhis tentunya kita harus membuka pikiran dan pandangan. Sebelum menolak, harus kita telaah dan analisis dahulu. Jangan menolah mentah-mentah suatu upaya pemikir-pemikir Buddhis modern karena zaman ini berbeda dari masa sekitar 2500 tahun yang lalu di mana masalah lingkungan, politik, ekonomi, teknologi, kemanusiaan, psikologi belum ada atau belum berkembang menjadi kompleks seperti saat ini. Jadi istilah Politik Buddhis, Ekonomi Buddhis, Ekologi Buddhis, Psikologi Buddhis, Bioteknologi Buddhis, Sosiologi Buddhis dan lainnya adalah sebuah upaya untuk menjembatani konsep ajaran Buddha dalam menanggapi perkembangan dunia yang semakin kompleks saat ini.

Kita nantikan dan saksikan saja perkembangan Buddhisme di masa mendatang. Yang penting esensi Buddhisme seperti welas asih, cinta kasih, kebijaksanaan, tanpa-aku masih terkandung dalam setiap pendekatan Buddhis terhadap berbagai hal.



Ditulis kembali Oleh : Redaksi

MENCAPAI JHANA

Meditasi diakui bisa menurunkan tekanan darah, meningkatkan kekebalan tubuh kita terhadap penyakit, dan menurunkan kadar kolestrol kita. Ada penelitian yang menyatakan bahwa meditasi bisa meningkatkan ukuran otak manusia, membuat kita berpotensi lebih cerdas. Meditasi juga membuat kita lebih bahagia. Karena inilah, banyak umat Buddha maupun yang bukan umat Buddha di seluruh dunia berminat untuk berlatih meditasi. Namun demikian, banyak diantara mereka walaupun merupakan umat Buddha masih belum mengerti tentang meditasi dan bagaimana cara berlatih meditasi.

Jadi, Apa itu meditasi?

Meditasi adalah cara untuk melepas. Dalam meditasi anda melepas dunia luar yang ruwet untuk meraih kedamaian batin yang mantap. Dalam berbagai tradisi spiritual, meditasi adalah jalan untuk menuju pikiran yang murni dan kokoh. Pengalaman pikiran yang murni ini, terlepas dari dunia luar, luar biasa nikmat. Ini adalah kebahagiaan yang lebih nikmat dari kenikmatan duniawi yang paling nikmat.

Apa yang diperlukan untuk berlatih meditasi?

Dalam berlatih meditasi, diperlukan kerja keras, terutama pada permulaan. Memang sudah hukum alam bahwa tanpa perjuangan kita tidak akan maju. Entah anda seorang umat awam ataupun Bikkhu, jika tidak berupaya anda tidak akan ke mana-mana. Usaha saja tidak cukup, tetapi anda perlu kepiawaiian. Ini berarti bahwa mengarahkan energi anda ke hal-hal yang tepat saja dan mempertahankannya sampai usai. Jadi, kunci utama dalam meditasi adalah kesabaran dan ketekunan.

Apa yang penting diketahui sebelum berlatih meditasi?

Untuk mengetahui ke mana upaya anda harus diarahkan dalam meditasi, anda harus mempunyai pemahaman jernih akan sasaran meditasi. Sasaran meditasi adalah kesunyian nan indah, keheningan, dan kebeningan pikiran. Jika anda mampu mamahami sasaran tersebut, maka penerapan upaya dan cara-cara untuk mencapai sasaran itu menjadi lebih jelas.

Bagaimana cara berlatih meditasi?

Ada banyak metode dalam berlatih meditasi. Tentu saja karena keterbatasan tempat, kita tidak bisa menjabarkan semua metode tersebut satu per satu di sini. Namun yang perlu anda ketahui cukup metode dasar dalam meditasi (The Basic Methods of Meditation) yaitu sebuah metode yang paling mendasar untuk berlatih meditasi. Sangat sesuai dipraktikkan oleh para pemula. Ada dua tahap dasar yaitu tahap awal dan tahap lanjut

Tahap awal

Dalam tahap ini, kita akan melewati empat tahap. Mungkin anda ingin cepat-cepat melewati tahap-tahap awal ini, tetapi anda harus tahu bahwa jika anda melewati tahap ini dengan buru-buru, ini seperti mencoba membangun rumah di atas pondasi yang asal-asalan. Bangunan bisa menjulang dengan cepat, tetapi bisa juga runtuh dengan segera. Dengan membuat dasar dan pondasi yang kokoh lah kita akan mencapai suatu keadaan yang stabil. Empat tahap awal tersebut adalah sebagai berikut :

Tahap satu : kesadaran saat ini

Meditasi dimulai dengan tahap sederhana yaitu meletakkan atau melepaskan masa lampau dan masa depan. Mungkin ini kita pikir ini adalah hal yang mudah untuk dilakukan, tetapi kenyataannya tidak semudah yang kita pikirkan. Melepas masa lalu berarti tidak memikirkan pekerjaan anda, keluarga anda, komitmen anda, tanggungjawab anda, suka duka masa kanak-kanak anda, dan sebagainya. Jika kita meninggalkan semua sejarah ini, kita akan menjadi bebas. Begitu pula untuk masa depan,antisipasi, rasa takut, rencana, dan harapan, biarlah berlalu juga. Kalau selama bermeditasi anda berpikir, “berapa menit lagi waktunya? berapa lama lagi saya harus menahan ini?” itu namanya berkelana ke masa depan. Jadi, yang perlu anda lakukan adalah melepaskan kedua hal tersebut. Ketika anda telah melepaskan seluruh masa lampau dan seluruh masa depan, itu seakan-akan anda sudah benar-benar hidup. Anda ada di sini. Anda sadar. Ini adalah tahap pertama meditasi.

Tahap dua : kesadaran hening saat ini

Setelah anda melepaskan beban pada tahap pertama. Sekarang anda mesti lanjut ke keheningan pikiran yang lebih indah dan murni. Keheningan artinya tanpa komentar. Komentar yang kita berikan kepada pengalaman kita sendirilah yang manjadi rintangan utama dalam mencapai keheningan. Suatu komentar seringkali adalah suatu opini tentang apa yang baru saja terjadi : “ Itu bagus, itu jelas, apa itu tadi?”. Semua komentar ini berkenaan dengan pengalaman sebelumnya. Ketika anda berkomentar tentang pengalaman yang telah berlalu, anda tidak memperhatikan pengalaman lain yang baru saja tiba. Untuk mencapai kesadaran hening, anda tidak boleh mengabaikan satu pengalaman pun, setiap pengalaman yang datang anda layani sehingga anda tidak ada punya waktu lagi untuk berkomentar. Begitu anda menyadari setiap pengalaman yang datang, anda berada dalam keheningan batin yaitu tahap kedua dari meditasi ini.

Tahap tiga : kesadaran hening saat ini pada napas

Jika kita ingin melangkah lebih jauh, alih-alih menyadari apapun yang datang ke dalam pikiran, kita memilih kesadaran terhadap satu hal saja. Satu hal itu bisa berupa pengalaman bernapas, gagasan tentang cinta kasih (metta), lingkaran warna yang divisualisasikan dalam pikiran (kasina) atau beberapa titik pusat kesadaran lainnya. Memilih untuk memusatkan perhatian pada satu hal berarti melepaskan keragaman, dengan demikian pikiran mulai menyatu dan perhatian tertahan pada satu hal saja, pengalaman kedamaian, sukacita, dan kekuatan meningkat secara signifikan. Jika anda telah mengembangkan tahap sebelumnya dengan cermat selama periode yang panjang, anda akan dapati bahwa cukup mudah untuk mengalihkan kesadaran itu kepada napas dan mengikuti napas dari momen ke momen tanpa tersela. Jika anda mengalami kesulitan untuk memperhatikan napas, ini adalah tanda bahwa anda telah terburu-buru melewati kedua tahap pertama. Maka kembalilah ke latihan persiapan awal. Ketika anda mampu menyadari napas masuk dan keluar selama kira-kira seratus pernapasan secara berturut-turut, tanpa terlewatkan sekalipun, berarti anda telah mencapai apa yang disebut sebagai tahap ketiga dari meditasi dasar.

Tahap empat : Perhatian sinambung penuh pada napas

Tahap keempat terjadi ketika perhatian anda meluas ke perhatian setiap momen tunggal pernapasan. Anda menyadari penarikan napas persis saat itu juga, ketika sensasi perdana penarikan napas muncul. Lalu anda mengamati saat sensasi-sensasi tersebut berkembang secara bertahap melalui seluruh rangkaian satu tarikan napas, tidak kehilangan satu momen pun dalam penarikan napas tersebut. Ketika penarikan napas tersebut selesai, anda menyadari momen itu. Anda melihat dalam pikiran pergerakan terakhir dari penarikan napas tersebut. Kemudian anda melihat momen berikutnya sebagai sebuah jeda antarnapas, lalu lebih banyak momen jeda lagi sampai penghembusan napas dimulai. Semua itu berlangsung dalam keheningan dan pada momen saat ini. Dalam tahap ini kita menemukan bahwa kemajuan terjadi tanpa susah payah. Kita hanya perlu menyingkir dari jalan, membiarkan berlalu, dan menonton semua yang terjadi. Pikiran secara otomatis akan mendaki., jika kita membiarkannya, dia akan menuju pada kemanunggalan yang sederhana, damai dan nikmat. Dari sinilah kita akan menyelam menuju keadaan sukacita.

Empat tahap awal ini adalah empat tahap pertama dalam meditasi. Setiap tahap mesti dikembangkan dengan baik sebelum melaju ke tahap berikutnya. Luangkan cukup waktu dalam empat tahap permulaan ini, buatlah tahap-tahap tersebut mantap dan stabil sebelum melanjutkannya. Dalam meditasi, kesabaran dan ketekunan adalah kunci utamanya.

Tahap lanjut

Dalam tahap ini kita akan berlatih meditasi yang lebih tinggi lagi sampai mencapai tahap yang dinamakan jhana. Tahap ini terdiri dari tiga tahap lanjut yaitu sebagai berikut :

Tahap lima : Perhatian sinambung penuh pada napas yang indah

Seringkali tahap ini mengalir secara alamiah dan mulus dari tahap sebelumnya. Ketika perhatian penuh kita terkukuhkan dengan mudah dan terus-menerus, napas menjadi tenang. Napas berubah dari kasar, napas

biasa, menjadi napas indah yang sangat lembut dan damai. Pikiran mengenali napas yang indah ini berbergembira di dalamnya. Napas mengalami rasa puas yang mendalam. Mengawasi napas yang indah ini sungguh membahagiakan, dan tidak perlu pengarahan apa pun. Anda jangan melakukan apa-apa. Jika anda berusaha melakukan sesuatu pada tahap ini, anda akan mengganggu keseluruhan proses, keindahan akan hilang. Benar-benar jangan lakukan apapun, dan lihatlah betapa napas menjadi begitu lembut, indah dan lenggeng. Lihatlah seberapa tenang anda dapat membiarkannya seperti itu. Luangkan waktu untuk mengecap manisnya napas yang indah, semakin tenang-semakin manis.

Tahap enam : Keindahan yang tersisa

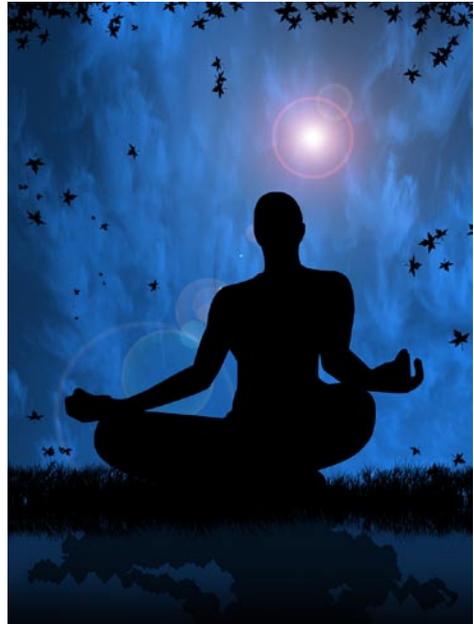
Tahap keenam ini tercapai ketika kita melepaskan tubuh, pemikiran, dan kelima indra (termasuk kesadaran pernapasan) sedemikian penuhnya hingga hanya tanda batin yang indah (nimitta) sajalah yang tersisa. Objek batin yang murni ini adalah objek sejati. Tatkala objek ini muncul pertama kalinya, akan terasa amat sangat aneh. Kita benar-benar belum pernah mengalami sesuatu seperti ini. Bagi kebanyakan meditator, sukacita batin ini, dipersepsikan sebagai seberkas cahaya yang indah. Sebagian orang melihatnya sebagai sebuah bintang emas, sebutir mutiara biru dan sebagainya. Namun itu bukanlah cahaya. Itu adalah pikiran yang termanifestasi. Anda harus bisa membedakan nimitta dari khayalan belaka. Nimitta hanya terwujud setelah tahap kelima tercapai. Anda tidak perlu melakukan apapun di sini, tidak perlu memberikan perhatian kepada bentuk atau tepi nimitta, semua pertanyaan itu adalah pertanyaan-pertanyaan yang tidak perlu. Biarkanlah pikiran menuju ke yang dia inginkan, yang biasanya ke tengah nimitta, dimana cahayanya paling cemerlang dan murni. Biarkan dan nikmati saja perjalanan selama perhatian terseret masuk ke bagian tengah dan melingkupi anda sepenuhnya.

Tahap tujuh : Jhana

Ada dua rintangan di pintu masuk jhana yaitu : kegirangan dan ketakutan. Dalam kegirangan, pikiran menjadi bergairah : “Wow, ini dia!” jika pikiran seperti ini, jhana mungkin tidak bisa terjadi. Rintangan yang lebih mungkin terjadi adalah rasa takut. Rasa takut muncul dari penyadaran

terhadap kekuatan dan kebahagiaan jhana. Hal ini bisa terasa mengerikan bagi para pemula, yang belum punya pengalaman dimana kendalinya hilang namun sangat sadar penuh. Rasa takut dapat diatasi melalui keyakinan terhadap ajaran Buddha. Percayalah pada Dhamma, ajaran Buddha, biarkanlah jhana dengan hangat memeluk anda dalam kepasrahan, ketanpawujudan, ketanpaakuan, dan sukacita. Suatu jhana akan bertahan lama. Tidak bisa dikatakan jhana jika hanya bertahan beberapa menit. Jhana-jhana yang lebih tinggi biasanya dapat bertahan berjan-jam. Begitu masuk, tidak ada pilihan. Kita akan keluar dari jhana hanya ketika pikiran siap untuk keluar, ketika bahan bakar yang terkumpul dari pelepasan telah terpakai semuanya. Sifat lain jhana adalah bahwa jhana terjadi ketika setelah nimitta dikenali. Selama berlangsungnya jhana, adalah mustahil untuk merasakan tubuh (misalnya rasa nyeri), mendengar suara dari luar, atau mencetuskan pikiran apapun (gagasan yang baik sekalipun). Yang ada hanya suatu kemanunggalan persepsi yang jernih, suatu pengalaman sukacita yang tidak mendua, yang tetap tak berubah selama waktu yang sangat lama.

Telah dikatakan berkali-kali bahwa kesabaran dan ketekunan merupakan jalan untuk sukses. Hal ini juga berlaku untuk tiga tahap meditasi lanjut. Semua tahap ini adalah tahap melepas, masing-masing tergantung dari tahap pendahulunya. Pada akhirnya, untuk memasuki jhana kita harus benar-benar melepas. Ini adalah pelepasan mendalam yang dimungkinkan melalui latihan yang cermat dan tekun.



“Kesabaran dan ketekunan merupakan kunci dalam meditasi.”

Si Buta tak bisa melihat

Ada seorang pengemis buta di pinggir jalan. Ia memegang papan kecil yang tertulis :

“Saya buta, tolong minta bantuan!”

Sedihnya, dari sekian banyak orang yang lewat dihadapannya sangat sedikit orang yang rela membagikan recehan mereka kepada pengemis buta itu.

Seorang pemuda memandang dengan penuh iba, lalu pemuda itu berinisiatif mengganti tulisan di papan itu. AJAIB! hanya dalam waktu singkat, hampir setiap orang yang lewat selalu membagikan uangnya. Sungguh dasyat kekuatan kalimat yang ditulis oleh pemuda itu sehingga membuat hati banyak orang tersentuh. Apa sesungguhnya yang sudah ditulis oleh pemuda itu?

“ Hari ini indah sekali, walaupun saya tidak bisa melihat. “

Itulah bunyi kalimat tersebut yang penuh dengan rasa syukur. Dari kisah tersebut bisa kita ambil hal-hal yang positif bahwa sikap dan kata-kata yang muncul dari rasa syukur akan berbeda. Sikap dan kata-kata itu akan terasa lebih indah, lebih menyentuh, dan lebih dasyat kekuatannya. Itulah mengapa kita perlu membiasakan diri bersyukur kepada Tuhan atas segala yang kita miliki, entah berupa kebahagiaan, kesedihan, keberhasilan maupun kegagalan.

Syukur merupakan kualitas hati yang terpenting. Dengan bersyukur, kita akan senantiasa diliputi rasa damai, tentram, dan bahagia. Sebaliknya, perasaan tidak bersyukur akan senantiasa membebani kita. Kita akan selalu merasa kurang dan tidak bahagia. Jadi, mulai sekarang pandai-pandailah bersyukur agar hidup kita lebih bahagia dan otomatis kita sudah membuka jalan menuju sukses.

SELAMAT ULANG TAHUN BULAN APRIL



1	Willy Yanto Wijaya	14	Irene
1	Tina	15	Saimi
1	Silvia	15	Martono
2	Winny Santoso	16	Armin
2	Dewi Apriyani	16	Winsen Fungsidik
4	Warni	16	Herman
4	Afryan	16	Armin
5	Johan Alfriansyah	17	Christin Andriani
5	Gladys	18	Tuti Afriani
6	Arifin Fransiskus	18	Effendy
6	Fanny	18	Handoyo
7	Hendra Wijaya	19	Soekendi
9	Eka Seri Nur Ayny	19	Vivi
9	Susan Wijayanti	20	Yohanes Poerwadi
9	Hendri Seouw	20	Juliana
9	Precillia Lesmana	20	Selvy
10	Chandra H	21	Brian Leonal
11	Lenny Chandrawaty	21	Henry
13	Jenny Ang	22	Robet Safei
13	Mei Tjoe	22	Betz
14	Debby Sugithio	23	Cendrawaty
14	Silvia Susanto	23	Hadi Saputra
14	Anggraeni	23	Ratmi
		23	Marilyn
		24	Melinda
		24	Jimmy
		25	Hendra Wijaya
		25	Ario
		26	Idris
		27	Sheilah
		27	Sulistio Gunawan
		28	Susanty
		28	Hartarto
		29	Monica
		30	Kania

CREW



PIMPINAN REDAKSI

Herman



BPH

Jia Jia

STAFF REDAKSI



REPORTER

Juliyanto



EDITOR

**Suanto
&
Cylcilia**



ILLUSTRATOR

**Oli
&
Hendy**



HUMAS

**Sendy
&
Mike**



STAFF REDAKSI



LAYOUT

Sucipto



BVD KECIL

**Angel
&
Yen Yen**



KONTRIBUTOR

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

Teddy bear putih berpita biru

Di Jepang tepatnya di Kyoto. tempat di mana kebudayaan masih di pertahankan dari rumah-rumahnya pun masih seperti zaman dahulu. di sana hiduplah seorang anak perempuan. Anak ini anak tunggal dan dia tinggal bersama kedua orang tuanya. Pada suatu pagi si anak ini berulang tahun yang ke 10 dan orang tuanya memberinya teddy bear putih berpita biru. Anak perempuan ini sangat bahagia, tapi kebahagiaan itu hanya bertahan seminggu saja. Pada suatu malam terjadi gempa bumi yang sangat hebat. penduduk pun berlari ke luar rumah. Anak perempuan itu pun berlari ke tempat yang aman, sambil berlari sembari orang tuanya melindungi. Tapi semakin jauh berlari dia tidak melihat orang tuanya. Karena dia mengingat pesan orangtuanya bahwa dia harus melindungi dirinya ia pun bersembunyi ke tempat yang aman. Pagi pun tiba ia keluar dari persembunyiannya.

Saat dia kembali ke desanya ia melihat banyak orang yang tewas. Dia pun mencari orang tuanya. Saat dia mencari dan mencari ia dia menemukan orang tuanya yang sudah tidak bernyawa lagi. Seketika dia pun terjatuh dan menangis. Pada saat itu ada seorang ibu yang melihat anak perempuan ini, ibu ini berasal dari Tokyo ia sangat kaya raya. Karena merasa kasihan ibu ini menghampiri anak tersebut dan berkata” sabar yah ini pasti cobaan hidupmu. Walaupun orang tuamu sudah tiada, tapi ingatlah satu hal hidupmu masih panjang dan masih banyak cita2 yang akan kau raih dan yang pastinya orang

tuamu di sana menginginkan hal yang sama juga. Anak perempuan ini pun mengerti apa yang dikatakan oleh sang ibu tersebut. Ibu itu pun menawarkan agar anak perempuan tersebut mau di angkat sebagai anaknya, anak perempuan ini pun tanpa basa-basi pun setuju.

Semenjak itu anak perempuan ini di bawa ke Tokyo dan tidak pernah kembali ke tempat asalnya. Kisah ini pun tidak berakhir sampai disini. Di Tokyo dia sedemikian rupa di sekolahkan dan berhasil masuk sekolah favorite. 10 tahun kemudian ia sudah menjadi anak gadis dan sudah lulus dari universitas. Ia pun memulai karirnya, karirnya pun sangat sukses. 5 tahun kemudian ia menikah. Pada suatu saat ibu angkatnya sakit keras dan berujung pada kematian. Anak gadis ini pun sangat sedih dan merasa kehilangan tapi beruntunglah ia mempunyai anak2 dan suami di sampingnya.

1 tahun kemudian, pada saat akhir pekan ia berniat untuk membesarkan gudang yang memang sudah cukup berantakan. Pada saat itu ia menemukan suatu pita biru yang tertumpuk-tumpuk barang2 di sekitarnya. Ia pun mengambilnya dan ternyata itu adalah teddy bear putih berpita biru. Tanpa di sadari ia meneteskan air mata karena teringat tentang masa lalunya. Ia pun tiba2 mengingat kata2 orang tua angkatnya bahwa hidupmu masih panjang dan masih banyak cita2 yang akan kau raih.

Perhatikan gambar di samping !

Jika $B = F = G$

Dan E, H, dan I masing-masing belum diketahui. Jika H dapat diketahui setelah mengetahui D. Dan I dapat diketahui setelah mengetahui H. Maka, tentukan :

E = ?

H = ?

G = ?

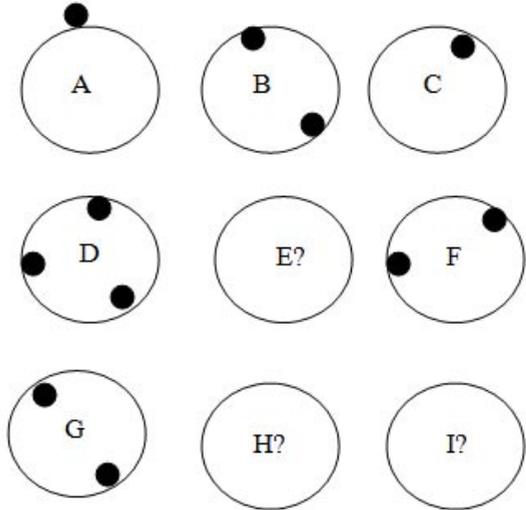
Selamat Mengerjakan ! Goodluck

Jawaban kuis BVD edisi Maret:

10990

Pemenang Edisi Maret 2008 yaitu:

Lia (081977799xxx)



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

**BCA KCP
MARANATHA
2821509442** atas nama
RATANA SURYA SUTJIONO

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

Quiz BVD_April_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

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 08.00 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, pkl10.00 - 13.00 wvvd
Dharmajala	Rabu (pk.06.30) Jumat (pk. 05.30)
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