



BVD

Berita vimala Dharma

Redaksi

- 2 **Daftar Isi**
- 3 **Dari Redaksi**
- 43 **Birthday**

Sajian Utama

- 4 **Share**

- 8 **Liputan Rapat Kerja PVVD 2013-2014**

- 12 **ABC Selamat liburan**

- 13 **Budhhis Menulis Sahabat Sejati**

- 14 **Tips Mengisi Liburan Positif Untuk Mahasiswa**

- 17 **Spritful Drizzle Pesona Indhochina (Bagian 2)**

- 26 **Tahukah Anda? Bahaya Styrofoam**

- 30 **Inspirasi Bagaimana Cara Sukses**

- 37 **Artikel Si Kelinci yang Penakut**

- 40 **Liputan Waisak**

- 42 **Resensi Mahā-Sāvaka : Siswa Buddha Yang Unggul**

SUSUNAN REDAKSI

Pelindung :

Pesamuhan Umat Vihara Vimala
Dharma

Redaksi :

Pemimpin Redaksi :

Edy Gunawan

Humas :

Hartanto & Sandhi Kwani

Editor :

Edy, Sandhi & Yulinda

Layouter :

Alexander

Reporter & Publikasi :

Willy

Cover :

Alexander

Kontributor BVD :

Hendry Filcozwei Jan, Willy Yanto
Wijaya, Lim Hendra, Herman Su,
Willy Yandi

No. Rekening Bank

BCA – 282.150.9442

a/n Ratana Surya Sutjiono

Dicetak oleh

K-Ink

Namo Buddhaya,

Para pembaca, tak terasa yah kita sudah memasuki pertengahan tahun 2013. Bulan Juni adalah bulan yang *free* (libur) bagi para mahasiswa maupun siswa. Karena itu, redaksi BVD kalli ini mengangkat tema “Holiday” untuk edisi 153 ini. Dengan berlibur kita dapat berhenti sejenak melakukan aktifitas rutinitas kita dan melakukan kegiatan yang kita suka.

Dalam BVD edisi 153 ini, ada cerita motivasi, liputan, artikel dan tentunya tips untuk mengisi liburan yang asik. Akhir kata, Tim Redaksi BVD mengucapkan terima kasih kepada para donatur, kontributor, para pembaca, dan seluruh pihak yang terlibat yang selalu mendukung BVD, sehingga dapat terbit secara rutin.

Bila ada saran dan kritik maupun ide untuk BVD dan tim redaksi, langsung saja hubungi kami melalui no. HP redaksi atau email. Semoga BVD dapat memberikan pengetahuan dan manfaat sehingga kita dapat maju.

Selamat membaca...

Mettacittena

REDAKSI



Berhenti sejenak agar bisa terus melangkah

Menulis dengan tema **Holiday** di saat *holiday* butuh ekstra kemauan untuk membuka komputer dan mulai menuangkan ide. Membuka komputer dan programnya memang mudah. Sayangnya, gudang ide tidak mau diajak kompromi. Ia mogok berproduksi karena ia juga mau libur alias ber-holiday. Akibatnya, produksi kata-kata dan rangkaian kalimat pun berhenti total. Tak ada yang ide yang mengalir. Kalau sudah begini, memaksa pun percuma dan malah hanya akan mengundang prahara. Waktunya istirahat memang harus digunakan untuk istirahat. Ia baru mau bekerja ketika holidaynya selesai. Dan tulisan ini pun hadir untuk berbagi wawasan dan menambah sedikit kebijaksanaan.

Mesin perlu didinginkan. Tanah perlu untuk diistirahatkan sejenak setelah panen. Manusia juga perlu tidur agar sel-sel tubuh kembali segar. Ketika tubuh terasa penat dan letih, konsentrasi dan fokus menjadi sulit. Kesalahan demi kesalahan terjadi sehingga pekerjaan menjadi rumit dan situasi menjadi sulit. Sayangnya, tetap ada yang bandel memaksakan diri. Hasilnya bukan hanya badan yang sakit, tetapi emosi serta mental juga ikut-ikutan merana. Emosi memuncak dan kemarahan pun bisa merebak. Penyebabnya bisa jadi sederhana. Kurang istirahat dan memaksa untuk bekerja mengakibatkan ketimpangan. Timpang karena hanya fokus kepada hasil bukan kepada kemampuan untuk menghasilkan. Stephen Covey menyebutnya tidak efektif. Ia mendefinisikan efektif sebagai keseimbangan antara produksi dan kapasitas produksi. Hasil dan kemampuan menghasilkan.

Fokus kepada hasil hanya mengabaikan kemampuan menghasilkan. Dampaknya jelas buruk. Kemampuan produksi akhirnya menurun dan akhirnya padam dan berhenti total. Dan salah satu hal yang penting dalam menjaga kapasitas produksi adalah memberikan kesempatan untuk beristirahat

Buddha juga istirahat. Jika sebagian orang tidur delapan jam sehari, Ia hanya butuh satu jam. Ini teladan untuk semua siswanya. Buddha mendedikasikan dan mengabdikan seluruh hidupnya untuk pihak lain. Tapi sebagai manusia, ia juga merawat dirinya sendiri. Ia menyediakan waktu untuk dirinya istirahat. Ia kembali segar dan bugar setelah istirahat. Kemampuannya untuk melayani meningkat dan kualitas pengajarannya juga menjadi lebih baik.

Mungkin ada benarnya bahwa manusia mirip seperti baterai. Kalau sudah diisi ulang sampai penuh, kapasitas kerjanya meningkat. Kalau daya sudah tak ada, baterai tak mampu lagi bekerja. Kalau energi dan tenaga sudah habis terkuras, karya dan kinerja menjadi terbatas. *Holiday* adalah kesempatan untuk mengisi ulang baterai yang sudah habis. Cara tiap orang mengisi baterai mereka berbeda-beda.

Ada yang berlibur. Pergi jauh dari tempat tinggal. Misinya mirip misi Startrek yaitu menjelajahi tempat-tempat yang tidak pernah dikunjungi. Dalam maupun luar negeri, daerah baru selalu menawarkan sensasi kegembiraan dan tantangan. Sayangnya, *holiday* jenis ini biasanya mahal dan melelahkan. Perjalanan jauh, perbedaan cuaca dan jenis makanan kadang malah membuat holiday tipe ini berbuah lelah ketika ia sudah selesai. Alih-alih menambah energi, ia bisa jadi malah menguras energi. Dan tentu saja menguras *money*.

Holiday berikut ini layak dicoba. Sebut saja namanya *lazy day* alias hari malas. Ini holiday yang ekspres. Tak perlu memesan tiket pesawat dan hotel. Tiada perjalanan panjang dan melelahkan. Tak ada rencana dan tempat tujuan. Tempatnya mudah. Rumah sendiri tempat yang paling nyaman. Kapan saja, paling tidak sebulan sekali, bisa dilakukan. Tapi harus cerdas menentukan waktu. Terlalu sering malah akan membina diri menjadi malas. *Lazy day* adalah hari tanpa jadwal, tanpa agenda berat. Bangun bisa sedikit siang. Film favorit dan berkualitas bisa dinikmati. Buku dharma bisa diresapi. Mungkin ditambah sedikit olahraga ringan atau Yoga untuk membuat tubuh menjadi rileks. Sebagai tambahan, tidur siang berkualitas bisa jadi menu pilihan yang wajib dilakukan. *Lazy day* punya khasiat mantap. Ia menyegarkan, tapi tidak melelahkan jika dibandingkan dengan liburan ke luar rumah. Ia hemat tetapi hasilnya mantap.

Selain berlibur dan *lazy day*, masih ada pilihan holiday yang lain. Holiday yang terakhir ini mirip dengan holiday pertama. Bedanya, yang ini membawa kesegaran dan kebijaksanaan pulang ke rumah. Ia membuat energi kembali terisi dan menyiapkan diri kembali menyongsong kesibukan sehari-hari dengan langkah yang lebih hati-hati. Holiday ini bernama *retret*.

Retret sejatinya bermakna mundur, menarik diri dari hiruk pikuk kehidupan, atau bisa juga dinamakan penyunyian. Di awal-awal penggunaan kata *retret*, banyak pertanyaan muncul karena kata ini lebih akrab digunakan para sahabat Kristen sebagai salah satu kegiatan pembinaan rohani. Umat

Buddha, di Indonesia jarang menggunakan kata ini meskipun sesungguhnya retreat, dalam bahasa Inggris adalah retreat, merupakan sebuah tradisi sekaligus metoda pembinaan diri secara mendalam yang telah lama dipraktikkan para yogi dan lama di Tibet. Mereka punya kebiasaan untuk melakukan retreat singkat, menengah dan panjang. Meskipun di awal penggunaannya kata ini banyak mengundang tanya, sekarang retreat telah menjadi salah satu kegiatan *holiday* Buddhis yang umum.

Beda tradisi, beda metode retiretnya. Meskipun demikian, tujuannya sama yaitu pulang ke rumah ke diri sejati untuk mengenalnya lebih mendalam. Lewat retreat, seseorang belajar, berlatih dan berbagi sehingga ia menjadi bercahaya. Seorang guru akan menjadi pembimbing selama retreat. Rekan-rekan peserta retreat menjadi teman yang senantiasa saling mendukung dan mengingatkan. Tak ada pesta, tak ada tidur larut, dan tak ada hiruk pikuk. Yang ada selama retreat adalah kedamaian, ketenangan, sukacita dan kebahagiaan. Mereka saat ini adalah barang langka di dunia yang serba cepat, sibuk dan acuh kepada sesama. Holiday dengan retreat adalah holiday terbaik yang bisa diberikan kepada diri sendiri dan sesama.

Manusia perlu istirahat. Terlalu banyak bekerja dan tak punya waktu untuk istirahat menghasilkan detak kehidupan yang tidak seimbang. Melangkah memang penting. Tapi berhenti juga sama pentingnya. Dengan berhenti, akan ada energi untuk melangkah. Jangan sampai kehabisan energi karena selalu melangkah dan tak pernah berhenti. Ingat pesan di atas. ***Take a break, so you won't break***

RAPAT KERJA PVVD PERIODE 2013/2014

Kepengurusan baru 2013/2014 telah terbentuk seiring berakhirnya masa jabat kepengurusan lama, sehingga rapat kerja kepengurusan baru PVVD pun dilaksanakan. Raker PVVD kali ini diadakan pada Kamis, 9 Mei 2013. Rapat kerja PVVD kali ini sedikit berbeda dengan tahun-tahun sebelumnya yang berlangsung selama 2 hari, dimana tahun ini raker hanya diadakan selama 1 hari dan berlokasi di aula Taman Putra PVVD. Mengingat keterbatasan waktu yang dimiliki oleh setiap pengurus yang singkat sehingga raker tahun ini lebih disederhanakan, namun bukan berarti menghilangkan esensi raker itu sendiri dan tentunya raker tahun ini tidak kalah asyik dengan tahun sebelumnya.

Rapat kerja dimulai pada pukul 09:00 WIB. Cuaca hari-H cukup bersahabat sehingga tidak ada tantangan cuaca yang berarti bagi pengurus untuk melakukan perjalanan untuk menghadiri raker. Ada sebagian pengurus yang datang lebih pagi untuk melakukan persiapan raker, selain itu bagi pengurus yang datang lebih awal ternyata mendapatkan *reward* dari PVVD berupa roti panggang lezat. Ada juga sebagian pengurus yang terlambat bahkan tidak bisa datang karena berhalangan. Sebelum acara dimulai para pengurus pun ngobrol sejenak untuk mengisi waktu luang, setelah para pengurus yang bisa hadir sudah datang semua, rapat pun dimulai pada pukul 9 lewat sedikit.

LIPUTAN

Rapat dimulai dengan pembukaan oleh ketua baru PVVD yaitu "**Samuel Safei alias yung- yung** " yang kemudian dilanjutkan dengan pengenalan program kerja masing-masing divisi yang berjumlah 11 divisi. Pelayanan kasih merupakan divisi pertama yang mengenalkan proker mereka, kemudian dilanjutkan oleh 3 divisi berikutnya. Setelah pengenalan oleh 4 divisi, kita pun berhenti sejenak untuk istirahat dan diisi dengan pengenalan sejarah dan kisah-kisah PVVD dengan VVD, dan akhirnya..... Hore \^o^/. Waktu yang paling ditunggu telah tiba, tentunya adalah waktu makan siang.



Setelah makan siang selesai, acara dilanjutkan dengan *sharing* yang dibawa oleh **ci Monita**, setelah itu dilanjutkan dengan pengenalan *job description* divisi lainnya. Setelah sekian banyak divisi selesai mengenalkan *job desc* mereka. Akhirnya tiba giliran untuk divisi terakhir yaitu divisi Taman Putra yang merupakan divisi dengan anggota terbanyak dan terheboh. Semua penonton bahkan dibuat tertawa oleh sejumlah aksi lucu divisi ini.

LIPUTAN

Setelah penantian yang cukup lama, akhirnya pengenalan *job desc* setiap divisi pun selesai. Acara selanjutnya yang merupakan acara puncak adalah *games* simulasi yang diadakan di lingkungan VVD. Dalam *games* ini, para pengurus dibagi menjadi 6 kelompok dan setiap kelompok mendapat tugas untuk mempersiapkan acara yang berbeda. Yang menarik dari *games* ini adalah kita diberi berbagai permasalahan yang mungkin terjadi ketika melaksanakan tugas sebagai pengurus PVVD. Misalnya, berhadapan dengan orang yang sulit untuk berkompromi saat kita ingin mengajukan proposal. Yang paling menarik adalah kita diberi *dead line* dan kita harus melewati 1 hari dalam *games* dengan 2 menit di dunia nyata. Udah kebayangkan capeknya? Hehe....

Di tengah keasyikan dan kesibukan *games* ini, ternyata waktu terasa cepat sekali berlalu. Tanpa terasa jarum pendek sudah menunjukkan angka 3 sehingga para pengurus yang mengikuti raker pun kembali berkumpul di aula Taman Putra. Selanjutnya adalah mengevaluasi tantangan yang ada di dalam *games* serta cara pemecahan masalah setiap kelompok. Dari evaluasi ini tentunya para peserta akan menjadi lebih tahu permasalahan yang mungkin terjadi dalam masa kepengurusan dan gambaran untuk menyelesaikannya. Selain itu, pengurus menjadi lebih saling mengenal setelah adanya kerjasama dalam tim. Setelah peliput bertanya kepada ketua PVVD yang baru, ternyata *games* memang bertujuan agar pengurus baru lebih bisa memahami permasalahan dimana dengan *games* ini diharapkan pengurus akan lebih matang dalam menjalankan tugasnya sebagai pengurus.

LIPUTAN

Akhirnya rapat kerja periode kepengurusan tahun 2013/2014 telah selesai dengan sangat mengesankan. Tanpa kita sadari jarum pendek telah menunjukkan angka 4. Setelah penutupan, para pengurus yang menghadiri acara raker ini pun bersiap-siap untuk pulang dan melanjutkan aktivitasnya masing-masing. Salam cinta kasih.....

(red.)



Selamat liburan

Saat BVD ini ada di tangan Anda, kemungkinan Anda sedang menikmati liburan (khususnya untuk pelajar beserta orangtuanya). Menikmati liburan setelah berjuang menyelesaikan soal-soal ujian. Ini adalah hadiah naik kelas atau mungkin juga kelulusan. Penulis juga kemungkinan sedang berlibur bersama istri dan 2 jagoan penulis (Anathapindika dan Revata).

Ehm... tubuh manusia sama seperti halnya mesin. Tidak baik dipaksa untuk kerja terus-menerus. Hari kerja dan hari sekolah pun ada liburnya (Sabtu, Minggu dan hari besar). Kalau dipaksa bekerja terus-menerus, mungkin akan meledak.

Tubuh kita juga demikian. Setelah bekerja di pagi sampai sore hari, maka di malam sampai pagi tubuh diistirahatkan. Segala hal di dunia ini memang berpasangan. Ada lahir, ada mati, ada sehat, ada sakit,...

Menjalankan kehidupan secara seimbang, sejalan dengan "jalan tengah" yang diajarkan Buddha. Tidak melakukan secara ekstrem.

Pelajaran: Semua harus dijalankan secara seimbang. Ada kerja, ada istirahat.

Sahabat Sejati

Anda punya sahabat sejati? Kalau ya, Anda termasuk orang yang beruntung. Jagalah persahabatan Anda baik-baik karena tidak mudah mendapatkan seorang sahabat sejati. Simak kisah penulis tentang sahabat sejati.

Penulis merasakan suasana kerja kurang nyaman di perusahaan patungan. Maklum saja, ada 2 bos dengan karyawan pro bos A dan bos B. Parahnya penulis adalah satu-satunya karyawan dari pihak bos B. Praktis jadi agak “dijauhi” karena dianggap ditempatkan di sana sebagai mata-mata.

Meski mengerti bahasa Mandarin, penulis mengatakan tak paham bahasa Mandarin. Di sinilah semua fakta terbuka. Mana teman/ sahabat yang tulus dan mana yang manis di depan tapi menusuk dari belakang.

Anda bisa bayangkan bagaimana panasnya telinga mendengar mereka membicarakan penulis dalam bahasa Mandarin di saat penulis ada di hadapan mereka. Padahal Mandarin mereka tidak jauh lebih baik daripada penulis.

Pelajaran: Sahabat sejati = ucapan sama dengan perbuatannya baik di depan maupun belakang kita.



Mengisi Liburan Positif untuk Mahasiswa

Memasuki pertengahan bulan Juni, dimana hampir semua universitas memasuki masa liburan tengah semester. Liburan panjang merupakan sesuatu yang ditunggu-tunggu oleh mahasiswa. Setelah menjalani satu semester di perkuliahan di kampus dan beberapa kegiatan mahasiswa yang lain. Apalagi setelah menghadapi ujian akhir semester (UAS) yang cukup menguras otak, meluangkan waktu untuk melakukan hal-hal yang berbeda dengan kegiatan biasanya menjadi wajib untuk beberapa mahasiswa. Nggak hanya stay at kos aja. Banyak kok kegiatan positif untuk mahasiswa saat liburan. Kegiatan yang tidak hanya merefresh pikiran kita namun kita dapat manfaat lain selain itu. Di bawah ini saya akan mencoba membagi tips memanfaatkan waktu liburan positif untuk mahasiswa

Kerja Sampingan

Untuk kamu yang pengen liburan untuk menambah uang saku, kerja sampingan (part time) merupakan opsi yang tepat. Kerja part time bagi mahasiswa banyak tersedia biasanya di restoran menjadi waiter atau di beberapa supermarket biasanya menjadi kasir atau menjadi penjaga warnet untuk sementara waktu, tidak terikat kontrak dan sangat flexible. Enak kan, selain dapat pengalaman kerja, dapat uang saku juga, bias untuk nraktir pacar tercinta.

Magang

Opsi ini sangat bermanfaat karena biasanya sebelum ujian skripsi magang di sebuah perusahaan menjadi keharusan.

TIPS

Untuk magang, biasanya kita perlu memasukkan proposal sebelumnya. Tapi hal ini bukan masalah, konsultasikan dulu tempat magang sebelumnya kepada dosen pembimbing kamu. Enak kan, kita sudah magang sebelum teman-teman dan ketika teman sibuk magang kita sudah selesai.

Mengembangkan Hobi

Setiap orang pasti punya hobi, apalagi mahasiswa. Bisa menari, menyanyi, fotografi dan lain-lain. Hobi ini bisa dikembangkan saat liburan, kita punya banyak waktu untuk mengembangkan, bisa bersama teman-teman, sekaligus untuk refreshing. Atau kita bisa ikut kursus singkat untuk lebih mendalami hobi kita. Bisa jadi hobi kita merupakan keahlian kita. Selain senang, kita juga punya kelebihan. Jika hobi ini bisa mendatangkan penghasilan, hal ini tentu lebih bermanfaat. Bukankah enak kalau kita mengerjakan sesuatu yang kita kerjakan tapi dapat uang?

Travelling

Jika kamu suka jalan-jalan, travelling saat liburan panjang merupakan opsi yang sangat tepat. Tidak harus jauh-jauh, bisa jalan-jalan dalam kota terlebih dahulu. Ajak teman-teman biar rame. Buat acara dalam jalan-jalan tersebut. Ada yang menjadikan travelling sekaligus menjadi ajang reuni dengan teman lama, disini kita bisa saling mengeratkan tali silaturahmi, dapat manfaat double. Tapi jika kamu pengen jalan-jalan keluar kota, siapkan bekal yang cukup. Pelajari tujuan agar tidak tersesat. Tanya kepada yang sudah pernah kesana. Manfaat backpacker keluar kota ini bisa mengasah kemandirian kita dan mengetahui budaya baru tentang kota tujuan.

TIPS

Memperbanyak Relasi

Sebagai mahasiswa, kamu pasti harus memperbanyak relasi. Relasi atau jaringan ini sangat berguna jika sudah memasuki dunia kerja. Dengan banyak teman atau relasi, kita jadi enak dan tidak merasa berada di dunia sendirian. Nah, manfaatkan momen liburan kali ini untuk memperbanyak relasi. Ikuti komunitas yang ada di sekitarmu. Banyak komunitas positif di kalangan mahasiswa. Membaurilah dengan mereka, ajak ngobrol, sharing dan saling bertukar pengalaman. Pasti ada hal seru yang akan didapat!.

Pulang Kampung

Untuk kamu yang kuliahnya jauh dari kampung halaman, inilah opsi yang mungkin paling pengen dilakukan saat liburan. Rasa kangen dengan orang tua, saudara dan kampung halaman adalah hal yang harus dihadapi setiap hari oleh mahasiswa rantau. Jika serasa tidak ada beberapa rencana untuk kerja part time, magang, backpackeran dll, rencanakanlah pulang kampung untuk mengunjungi keluarga. Orang tua pasti akan sangat senang jika anaknya yang sedang kuliah jauh-jauh meluangkan waktu untuk kembali. Rencanakan secara matang karena biasanya untuk pulang kampung membutuhkan biaya yang tidak sedikit, misalnya untuk membeli tiket kereta atau tiket pesawat.

(red).

***Pegona Indochina: Catatan Perjalanan melewati
Vietnam, Kamboja, Thailand, Laos***

(Bagian 2)

Setelah puas berkeliling kompleks candi hingga sore hari, malam harinya (dini hari) kami langsung berangkat menuju ke Bangkok. Karena jumlah penumpang yang sedikit, akhirnya kami pun dibawa dengan mini-van hingga ke Poipet (perbatasan Kamboja), kemudian dari Aranyaprathet (perbatasan Thailand) kami harus ganti ke mini-van yang lain. Perjalanan malam yang melelahkan karena hampir tidak bisa tidur di mini-van.

Tiba di Bangkok, kami pun mencari Khao San Road, lokasi backpacker yang terkenal di kota ini. Kami hanya menginap semalam di Bangkok, dan cuma sempat mengunjungi beberapa tempat seperti Chinatown, Wat Traimit, Hua Lam Phong, Grand Palace (cuma masuk sedikit lewat gerbang). Sewaktu mengunjungi Wat Traimit (Patung Buddha Emas), penulis tidak menyadari kalau patung Buddha itu benar-benar terbuat dari emas padat, yang berat totalnya hampir 6 ton!! Dengan harga emas 18 karat saat ini saja, harga emas pada patung ini sudah melebihi Rp. 2 Trilyun!! (ini belum termasuk nilai sejarah patung ini yang sudah berumur 700 tahun).

Kemacetan di kota Bangkok sangatlah parah. Di sebuah bus umum, ketika penulis sedang duduk enak-enak, naiklah seorang bhikkhu. Bhikkhu ini tiba-tiba seperti “mengusir”, menyuruh penulis pindah ke tempat duduk lain. Setelah si bhikkhu duduk, ia kemudian menyuruh penulis duduk di sampingnya.

Mungkin norma di Thailand adalah biasanya penumpang memberikan tempat duduk yang paling dekat dengan pintu keluar kepada bhikkhu? Entahlah. Lalu setelah la mengetahui penulis adalah wisatawan, mulailah si bhikkhu cerita soal landmark Bangkok dan sebagainya.. bahkan sampai memprediksi bahwa penulis akan menikah dua tahun lagi, ha..ha.. bisa aja nih si bhikkhu bercanda, bahkan calon pendamping hidup saja belum ada.. gimana caranya bisa seperti itu? =D. Mestinya waktu itu kami meminta si bhikkhu menemani kami masuk ke Grand Palace (karena tiket masuk buat orang Thailand gratis).

Dari stasiun kereta api Hua Lam Phong, kami pun berangkat menuju Nongkhai (kota perbatasan dekat Laos). Perjalanan memakan waktu 12 jam-an (berangkat malam dan tiba esok pagi). Di dalam kereta api, ada tempat tidurnya.. harga tiket juga cukup murah, cuma sekitar Rp. 200-300 ribu. Dari Nongkhai sebenarnya ada 2 opsi, naik kereta api lokal ke Thanaleng (Laos) atau naik bus via Friendship Bridge (Laos). Akhirnya kami naik bus dan tiba di Vientiane sudah tengah hari.

Kami juga hanya menginap satu malam di Vientiane. Meskipun ibukota negara, dibandingkan kota Bangkok, Ho Chi Minh, atau bahkan Phnom Penh, kota Vientiane relatif lebih lenggang. Bahkan satu kota Vientiane bisa ditelusuri dengan hanya berjalan kaki. Akan tetapi menurut penulis, kota ini adalah tempat yang sangat bagus untuk beristirahat, dan juga suasananya lebih “adem”. Salah satu alasan adalah karena secara umum di Laos, jarang ada kerumunan pedagang asongan yang memaksa turis (dari pengalaman penulis yang hampir frustrasi dikerumuni pedagang asongan yang tetap

keukeuh di kompleks Candi Angkor Wat – Kamboja, ataupun ketika di Ho Chi Minh). Sore hari itu, kami pun berkeliling ke kuil-kuil kecil dan naik bus umum sembarangan.

Keesokan paginya, dari Vientiene kami pun berangkat menuju Luang Prabang, salah satu UNESCO site. Perjalanan memakan waktu 12 jam lebih, gara-gara mobil mini-van berhenti di Vang Vieng. Akan tetapi, keindahan pemandangan di sepanjang jalan luar biasa indahya.. tak terlukiskan dengan kata-kata. Bentang alam negara Laos memang adalah jejeran pegunungan, dan kami melewati jalan-jalan gunung yang meliuk-liuk. Dari pengamatan penulis, belum ada terowongan yang menembus gunung di sepanjang jalan dari Vientiene ke Luang Prabang.

Ketika senja menjelang gelap, ada seorang cewe bule di mini-van kami yang ingin pipis. Karena jalan gunung yang di sekitarnya sebagian besar adalah hutan dan sebagian kecil ladang penduduk, ia pun harus menunggu belasan menit, hingga akhirnya supir menemukan toilet penduduk. Kami pun nebeng ke toilet, tentunya ke toilet alam karena lebih praktis dan tidak bau, he..he. Nah, beberapa meter dari toilet ada seperti warung kecil milik penduduk lokal yang hanya diterangi oleh sebuah lampu remang-remang. Hanya ada satu warung kecil ini, dan ratusan meter di sekitar tidak terlihat ada pemukiman penduduk sama sekali!! Terlihat seorang ibu dan anaknya yang masih berusia sekitar 7 tahun. Mereka seharian berjualan sepertinya tidak ada seorang pun yang membeli. Karena kasihan, kami pun membeli sebungkus snack dan sebungkus jahe hitam bubuk (katanya bisa dibikin teh). Dipikir-pikir, kalau si cewe bule tidak minta mini-van berhenti sebentar, tentunya kami pun tidak akan bisa membeli dari warung kecil tersebut. Dipikir-pikir, bagaimana penduduk

bisa survive dalam kemiskinan seperti ini? Sepertinya mereka hidup benar-benar tergantung alam.. kayu buat rumah ambil di hutan, ladang kecil bercocok tanam, mungkin sebagian buah sayur juga dari hutan. Sepanjang perjalanan, kadang kami melihat bocah-bocah desa yang telanjang mandi dari mata air yang memancar dari liang gunung. Rumah-rumah juga masih banyak yang berupa gubuk yang beberapa diantaranya, menurut ayah penulis, bahkan kondisinya lebih parah dibandingkan kandang ayam milik mendiang kakek nenek penulis di kampung. Akan tetapi jika dipikir secara mendalam, toh miskin bukan berarti mereka lebih tidak bahagia dibandingkan kita yang lebih berkecukupan. Dan malah mungkin mereka lebih bahagia.. tidak perlu terlalu banyak mikir dan mengejar ini itu, asal cukup makan dan melewati hari-hari dengan keluarga yang dicintai..

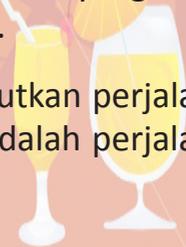
Ketika mendekati Luang Prabang, malam pun menjadi semakin gelap pekat. Sisi gunung adalah rimba lebat. Tidak kebayang gimana kalau mobil kami mogok di tengah jalan. Untunglah kami tiba di Luang Prabang dengan lancar, dan malam pun sudah sangat larut. Setelah mencari hotel yang sesuai budget, akhirnya kami pun bisa merenggangkan badan sejenak.

Sebenarnya setiap pagi subuh, ada tradisi pindapatta di Luang Prabang. Sayangnya karena kelelahan, kami pun tidak bisa bangun pagi. Siang harinya, kami pun menyewa tuk-tuk untuk berkeliling melihat Vat Sen, Vat Xieng Thong, pertemuan Khan River dan Mekong River. Ada kejadian menarik di Vat Xieng Thong, sebuah kuil yang dibangun sekitar 500 tahun yang lalu. Ketika ayah penulis mengambil ciamsi (bilah bambu/ kayu peramalan nasib), sayangnya di kertas penjelasan cuma ada dalam Bahasa Laos. Setelah mencoba

mencari orang lokal akhirnya ketemu ada tukang perahu yang cukup fasih berbahasa Inggris. Katanya ramalannya bagus, setiap berkunjung jalan-jalan orang akan senang bersua, masa depan sukses, dsb dsb (yang menurut penulis cukup standard), tapi ramalan terakhirnya yang cukup mengejutkan. Si tukang perahu bilang ke penulis bahwa menurut ramalan, anak pertama adalah laki-laki. Si tukang perahu tentunya tidak tahu bahwa yang mengambil ciamsi itu bukanlah penulis, melainkan ayah penulis. Dan ramalan bahwa anak pertama adalah laki-laki itu memang tepat! Apakah cuma kebetulan saja? Entahlah.. probabilitas benar/ salah adalah 50:50, tapi saat itu ramalannya adalah benar.

Di halaman Vat Xieng Thong, kami juga melihat ada seorang gadis yang menjajakan kain tradisional Laos. Corak sulamannya bagus sekali, si gadis juga lumayan manis =). Kata si gadis penjual kain-kain ini adalah *hand-made*, disulam pake tangan, dia sendiri yang menyulamnya selama 3 bulan. Dari harga awal sekitar Rp. 800 ribu, akhirnya kami tawar dan deal seharga Rp. 200 ribuan. Awalnya kami masih ragu apakah benar sulaman kain ini pakai tangan.. ketika kami kembali ke hotel dan mencoba nanya pendapat si resepsionis hotel, ia mengiyakan bahwa memang kain yang kami beli adalah sulaman tangan.. karena di bagian belakang kain terlihat sisa-sisa benang yang terlihat diputuskan secara irregular (tidak teratur), jadi ga mungkin pakai mesin.. katanya sulaman kainnya bagus sekali, pasti butuh waktu sebulan lebih untuk menyulamnya.. Wah kalau dipikir-pikir, harga yang kami bayarkan tidaklah begitu mahal, apalagi kalau mengingat upaya keras yang harus dilakukan oleh si gadis penyulam selama itu..

Dari Luang Prabang, kami pun melanjutkan perjalanan ke Hanoi (Vietnam) menggunakan bus. Ini adalah perjalanan



panjang lebih dari 24 jam (berangkat jam 6 sore tiba keesokan malamnya jam 10 malam). Bus yang kami naiki adalah sleeper bus, jadi kursi bisa diturunkan sangat rendah hingga menyerupai tempat tidur. Ada berbagai kejadian aneh dan menarik selama perjalanan panjang ini. Mulai dari kami ketemu seorang pelancong dari Indonesia juga, yang orangnya agak nerd, di dalam bus tiba-tiba aja mengeluarkan kameranya dan menjepret foto secara beruntun dengan flash silau yang bertubi-tubi, dengan objek foto..... tiga cewe Jepang yang duduk di belakang kami. (-_-)" nih bikin malu orang Indonesia aja... Terus ada seorang penumpang bus (entah orang Laos, Vietnam, atau orang mana), yang tiba-tiba mengambil botol kosong yang ada di depan penulis; ketika penulis menyadari perbuatannya dan melihatnya, ia cuma cengengesan.

Awalnya penulis mengira dia mau menuang air dari galon yang ada di depan bus ke botol kosong tersebut. Setelah agak lama, dan penulis secara diam-diam mengamati gerak-geriknya yang aneh (menyusupkan botol di bawah selimut ke arah bawah perut), ternyata tuh orang kencing ke dalam botol kosong! (-_-)" gelo dah. Kemudian di perbatasan Namkan (Nam Can) (perbatasan Laos – Vietnam), ada sekelompok orang yang membawa kerbau melewati perbatasan, dan ada satu lagi hal aneh yaitu beberapa orang yang sepertinya orang Vietnam yang membayarkan duit kepada petugas Imigrasi Vietnam (sedangkan kami tidak membayar apapun kepada imigrasi), ternyata.. mereka menyelundupkan semacam kayu harum di dalam bus!! Mungkin kayu ini ditebang di hutan di Laos, dan kemudian bisa dijual dengan harga tinggi di Hanoi. Pemandangan dari Laos ke Vietnam ini juga bagus, dengan gunung-gunung dan sebuah sungai yang mengalir hingga ke utara Vietnam. Akhirnya kami pun meninggalkan Laos (yang dulu bernama Lan Xang (Million Elephants) Kingdom

– walaupun populasi gajah di Laos katanya sudah menurun drastis), dan kembali masuk ke negara Vietnam (kali ini di bagian utara). Perjalanan panjang menggunakan bus Vietnam ini, yang kadang diselingi oleh supir yang merokok di dalam bus, dan juga suka memencet suara klakson, akhirnya berakhir juga ketika bus tiba di Hanoi.

Tiba di Hanoi sudah jam 10 malam. Kami langsung dikerubungi supir taksi yang menawarkan jasa mereka. Karena penulis pernah baca dari blog bahwa banyak yang tertipu oleh argo taksi yang jalannya lebih kencang dari jam digital, apalagi karena kami tidak tahu medan (ada kemungkinan supir curang yang membawa jalan-jalan keliling Hanoi dulu), kami pun menggunakan *common sense* kami dan membuat kesepakatan harga. Kompetisi perhotelan di kota Hanoi sangatlah ketat, jadi Anda bisa mendapatkan hotel bintang 3 dengan sarapan buffet hanya dengan harga sekitar Rp. 300 ribu.

Lagi-lagi karena kelelahan, kami pun bangun cukup siang.. dan paket tur yang ke Halong Bay semua sudah berangkat. Karena ayah penulis ngotot tetap pengen ke Halong Bay, akhirnya kami pun mencoba mencari bus umum yang menuju kesana (walaupun menurut kalkulasi penulis, ga akan keburu lagi naik kapal sebab sampai disana pasti sudah sore hari). Dari Hanoi ada semacam bus mini menuju ke arah Halong Bay, tiket resmi (satu arah) seharga 90 ribu dong (sekitar Rp. 40 ribu). Akan tetapi setelah penulis kalkulasi, sebenarnya lebih bagus ikut tur (cari saja yang paket 1 hari uda termasuk transport pp, makan siang, naik kapal 4 jam; yang seharga Rp. 200 ribuan), karena jalan sendiri pun total-total habisnya ga jauh beda (belum lagi ada resiko kita diperas karena turis).



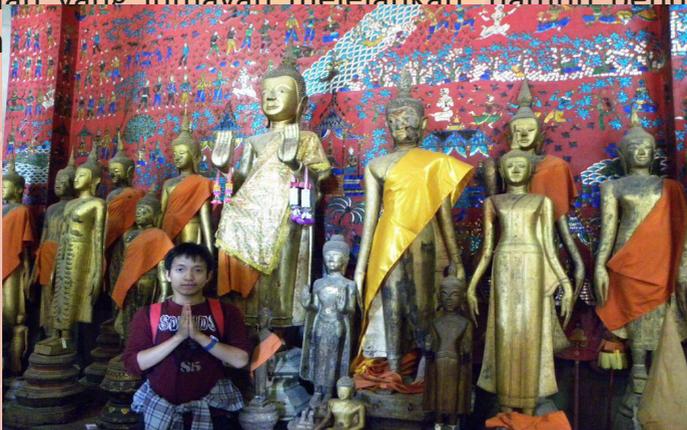
Dari Hanoi menuju ke arah Halong Bay, semuanya berjalan lancar. Malah penulis sempat mencoba berkomunikasi dengan seorang gadis miskin penjual roti yang duduk di sebelah penulis. Komunikasi pun gagal total, karena penulis ga bisa Bahasa Vietnam sama sekali, dan si gadis penjual roti pun ga bisa Bahasa Inggris sama sekali.

Sialnya bus ini akan menurunkan kita di persimpangan ruas jalan menuju ke dermaga Halong Bay, sehingga mesti naik ojek lagi. Sampai di dermaga sudah senja, dan kapal pun sudah tidak ada yang jalan. Kami pun harus menelan kekecewaan yang pahit. Hari itu juga agak berkabut sehingga ketika kami berfoto, pulau-pulau karst Halong Bay pun tidak tampak jelas dari dermaga.

Lebih sialnya lagi, kami tidak tahu dimana harus naik bus mini yang kebalikan arah menuju Hanoi. Setelah sembarang naik ojek dan nyasar sana-sini, akhirnya kami melihat ada bus mini dengan tulisan *Hà Nội*. Tanpa buang waktu, kami pun langsung naik. Eh, tidak tahunya kami ditagih 250 ribu dong oleh si kenek karena mengetahui kami bukan orang Vietnam. Penulis pun menolak dan menunjukkan tiket 90 ribu dong yang kami beli ketika kami berangkat dari Hanoi. Terjadi percekcoakan dan adu mulut antara penulis dan si kenek brengsek, hampir saja terjadi perkelahian.. akhirnya penulis membayar 100 ribu dong (cuma lebih mahal sedikit dari harga tiket resmi). Satu hal lagi yang bikin tambah gregetan adalah bus mini ini juga mengangkut titipan barang, jadi bus akan keluar rute sedikit buat mengantarkan barang titipan, akhirnya perjalanan jadi tambah lama.

Esok harinya, kami pun berangkat ke bandara Noi Bai yang terletak di agak pinggiran kota Hanoi. Karena sudah mengetahui harga standard taksi kesana, kami pun mencoba limit bawah tarif taksi. Rata-rata supir taksi pada menolak dengan alasan bandara letaknya jauh (emang lumayan jauh sih dari pusat kota). Tapi pada akhirnya ada seorang supir taksi yang mau. Hmm, aneh juga.. Ternyata nih supir taksi kerjasama dengan temannya yang memang taksi bandara. Karena taksi bandara ini memang akan berangkat ke bandara walaupun kosong penumpang, tentu saja dengan adanya penumpang yang nebeng dan bayar, adalah penghasilan tambahan buat si supir taksi bandara. Memang harus penulis akui, orang Vietnam banyak yang lihai dalam mencari penghasilan tambahan (kasus penyelundupan kayu, penitipan barang, taksi bandara).

Akhirnya perjalanan keliling Indochina pun selesai. Sebenarnya penulis juga ingin ke Myanmar, akan tetapi karena keterbatasan waktu, belum bisa tercapai pada saat itu. Perjalanan yang lumayan melelahkan namun penuh kesan dan pen



TAHUKAH ANDA??

Bahaya Styrofoam

Bicara soal styrofoam pasti tidak asing lagi bagi kita semua, karena hampir setiap hari kita membeli makan dikantin menggunakan styrofoam, tapi apakah kalian tahu bahaya dari styrofoam. yaitu berbahaya bagi kesehatan.

Bahkan beberapa tahun lalu, Mc Donalds mengumumkan akan mengganti wadah styrofoam dengan kertas. Para ahli lingkungan menyebutkan keputusan itu sebagai "kemenangan lingkungan" karena styrofoam sangat berbahaya bagi kesehatan dan lingkungan. Keputusan ini menyusul hal serupa oleh perusahaan-perusahaan makanan siap saji lainnya. Namun bukan berarti styrofoam (polystyrene) jadi berkurang dan hilang.

Malahan di Indonesia, penggunaan styrofoam sebagai wadah makanan makin menjamur. Sangat mudah menemukannya dimana-mana. Mulai dari restoran cepat sampai ke tukang-tukang makanan di pinggir jalan, menggunakan bahan ini untuk membungkus makanan mereka. Alasannya, ingin praktis dan tampil lebih baik. Padahal di balik kemasan yang terlihat bersih itu ada bahaya besar yang mengancam.

Dalam industri, styrofoam seb enarnya hanya digunakan sebagai bahan insulasi. Bahan ini memang bisa menahan suhu, sehingga benda didalamnya tetap dingin atau hangat lebih lama dari pada kertas atau bahan lain. Karenabisanya menahan suhu itulah, akhirnya banyak yang 'salah kaprah' menggunakannya sebagai gelas minuman dan wadah makanan.

TAHUKAH ANDA??

Berbahaya Bagi Kesehatan

Mengapa styrofoam berbahaya? Styrofoam jadi berbahaya karena terbuat dari butiran-butiran styrene, yang diproses dengan menggunakan benzana (alias benzene). Padahal benzana termasuk zat yang bisa menimbulkan banyak penyakit.

Benzana bisa menimbulkan masalah pada kelenjar tyroid, mengganggu sistem syaraf sehingga menyebabkan kelelahan, mempercepat detak jantung, sulit tidur, badan menjadi gemeteran, dan menjadi mudah gelisah. Dibeberapa kasus, benzana bahkan bisa mengakibatkan hilang kesadaran dan kematian. Saat benzana termakan, dia akan masuk ke sel-sel darah dan lama-kelamaan akan merusak sumsum tulang belakang. Akibatnya produksi sel darah merah berkurang dan timbullah penyakit anemia. Efek lainnya, sistem imun akan berkurang sehingga kita mudah terinfeksi. Pada wanita, zat ini berakibat buruk terhadap siklus menstruasi dan mengancam kehamilan. Dan yang paling berbahaya, zat ini bisa menyebabkan kanker payudara dan kanker prostat.

Beberapa lembaga dunia seperti *World Health Organization's International Agency for Research on Cancer* dan *EPA (Enviromental Protection Agency)* styrofoam telah dikategorikan sebagai bahan karsinogen (bahan yang dapat menyebabkan kanker)

Makin Berlemak Makin Cepat

Saat makanan atau minuman ada dalam wadah styrofoam, bahan kimia yang terkandung dalam styrofoam akan



TAHUKAH ANDA??

berpindah ke makanan. Perpindahannya akan semakin cepat jika kadar lemak (fat) dalam suatu makanan atau minuman makin tinggi. Selain itu, makanan yang mengandung alkohol atau asam (seperti lemon tea) juga dapat mempercepat laju perpindahan. Penelitian juga membuktikan, bahwa semakin panas suatu makanan, semakin cepat pula migrasi bahan kimia styrofoam ke dalam makanan.

Padahal di restoran-restoran siap saji dan di tukang-tukang makanan di pinggir jalan, styrofoam digunakan untuk membungkus makanan yang baru masak.. Malahan ada gerai makanan cepat saji yang memanaskan lagi makanan yang telah terbungkus styrofoam di dalam microwave. Terbayang'kan, betapa banyaknya zat kimia yang pindah ke makanan kita dan akhirnya masuk ke dalam tubuh kita.

Buruk Bagi Lingkungan

Selain berefek negatif bagi kesehatan, styrofoam juga tak ramah lingkungan. Karena tidak bisa diuraikan oleh alam, styrofoam akan menumpuk begitu saja dan mencemari lingkungan. Styrofoam yang terbawa ke laut, akan dapat merusak ekosistem dan biota laut. Beberapa perusahaan memang mendaur ulang styrofoam. Namun sebenarnya, yang dilakukan hanya menghancurkan styrofoam lama, membentuknya menjadi styrofoam baru dan menggunakannya kembali menjadi wadah makanan dan minuman. Proses pembuatan styrofoam juga bisa mencemari lingkungan.

TAHUKAH ANDA??

Data EPA (Environmental Protection Agency) di tahun 1986 menyebutkan, limbah berbahaya yang dihasilkan dari proses pembuatan styrofoam sangat banyak. Hal itu menyebabkan EPA mengategorikan proses pembuatan styrofoam sebagai penghasil limbah berbahaya ke-5 terbesar di dunia. Selain itu, proses pembuatan styrofoam menimbulkan bau yang tak sedap yang mengganggu pernapasan dan melepaskan 57 zat berbahaya ke udara.

Melihat sedemikian besar dampak negatif bagi kesehatan dan lingkungan, beberapa kota di Amerika seperti Berkeley dan Ohio telah melarang penggunaan styrofoam sebagai kemasan makanan. Bagaimana dengan kita di Indonesia, masih tetap mau memakai styrofoam??

(red).



Bagaimana Cara Sukses?

Tentu semua orang ingin sukses. Tidak ada orang yang ingin gagal dalam hidup ini. Namun, kita lebih pintar untuk gagal daripada sukses. Gagal itu mudah karena semua orang tahu caranya. Sebaliknya, sukses itu tidak mudah karena tidak semua orang tahu caranya.

Sebuah pertanyaan yang cukup mengganggu pikiran saya dan membuat saya cukup penasaran adalah: "Bagaimana cara sukses?". Hmm... Ini adalah pertanyaan yang sangat menarik. Saya kira hampir semua orang ingin tahu jawabannya. Sebagai Insinyur terlatih, saya terbiasa berpikir secara logis untuk mendapatkan jawaban dari segala persoalan. Sialnya, penjelasan logis dari pertanyaan di atas sangat sulit ditemukan. Apa yang sering saya temukan adalah pesan-pesan seperti:

- Sukses adalah ketika persiapan dan kesempatan bertemu.
- Langkah pertama untuk sukses adalah memiliki impian.
- Jika ingin sukses, anda harus bekerja sesuai dengan *passion* anda.
- Contek lah orang sukses, maka anda pun akan sukses seperti mereka.

Saya yakin sekali pesan-pesan di atas semuanya adalah benar dan sangat berharga. Pesan-pesan ini disampaikan oleh orang-orang yang sudah sukses. Namun demikian, tidak satu pun dari pesan-pesan tersebut menjawab pertanyaan saya secara l

lengkap. Pesan-pesan ini lebih seperti potongan *puzzle* yang masih belum lengkap.

Setelah melalui berbagai pengalaman dalam hidup, teka-teki ini mulai sedikit demi sedikit terungkap. Saya mulai melihat benang merah yang menghubungkan berbagai potongan *puzzle* tersebut. Saya mulai melihat penjelasan logis di balik sebuah kesuksesan.

Berdasarkan apa yang saya pelajari dari pengalaman hidup saya dalam mengalami kegagalan dan kesuksesan, sekarang saya bisa katakan dengan yakin kepada anda bahwa untuk sukses anda setidaknya butuh tiga hal berikut:

- Tujuan Hidup
- *Passion*
- Strategi

Kenapa butuh ketiga hal tersebut? logikanya adalah sebagai berikut:

Tujuan Hidup

Sebelum membahas tujuan hidup, saya ingin bertanya kepada anda: “Apa itu sukses?”. Berdasarkan apa yang saya baca dari buku dan juga dari nasihat orang-orang hebat, sukses itu bukan lah dinilai dari berapa banyak uang yang berhasil anda kumpulkan, bukan juga dinilai dari berapa tinggi jabatan yang berhasil anda raih, tetapi sukses itu dinilai dari seberapa puas anda menikmati hidup. Dan kepuasan hidup bergantung pada tujuan hidup anda. Dengan kata lain, sukses sama dengan tercapainya tujuan hidup. Jika anda tidak memiliki tujuan

hidup, bagaimana anda bisa sukses?

Logika #1:

Sukses = tercapainya tujuan hidup

Jadi, untuk mencapai sukses, anda harus memiliki tujuan hidup.

Orang biasanya mengatakan bahwa "Aku ingin sukses!". Namun, ketika ditanya apa tujuan hidup mereka, anehnya sebagian besar orang tidak bisa menjawabnya. Ini seperti ketika anda mengatakan bahwa anda ingin mendaki puncak gunung, namun anda tidak tahu gunung mana yang ingin anda daki. Di dunia ini ada begitu banyak gunung, jika anda tidak menentukan gunung mana yang ingin anda daki, selamanya anda tidak akan mencapainya. Jadi, anda harus punya tujuan

Passion

Jika anda telah memiliki tujuan hidup yang jelas, sebenarnya anda telah sampai pada setengah perjalanan menuju sukses. Kembali ke cerita mendaki gunung, memiliki tujuan hidup berarti anda telah mengetahui gunung mana yang ingin anda daki. Apa yang perlu anda lakukan sekarang adalah terus mendaki. Yaa... anda hanya perlu terus mendaki dan saya yakin anda akan mencapai puncaknya. Ini adalah logika yang sangat sederhana, tak peduli setinggi apapun suatu gunung, asalkan anda tetap terus mendaki, suatu saat anda pasti akan mencapai puncaknya bukan?

Logika #2:

Anda hanya perlu terus berusaha untuk mencapai tujuan hidup anda.

Untuk dapat terus berusaha, anda perlu Passion sebagai bahan bakar anda.

Saya masih ingat, ketika masih duduk di bangku SMA, saya senang sekali bermain *game* RPG. *Game* ini bisa membuat saya sanggup tidak tidur semalaman tanpa secangkir kopi pun. Keinginan saya yang sangat kuat untuk memenangkan *game* tersebut mengalahkan rasa kantuksaya. Keinginan ini memberikan pasokan energi yang tak terhingga.

Moral dari cerita di atas adalah anda harus memiliki *passion* dalam segala hal yang anda lakukan. Karena hanya dengan *passion* lah anda akan bertahan untuk menghadapi berbagai rintangan dalam perjalanan menuju sukses. *Passion* anda akan memberikan energi yang tak pernah habis kepada anda hingga anda benar-benar berhasil mencapai tujuan hidup anda.

Strategi

Sebenarnya hanya dengan modal tujuan hidup dan *passion*, anda dapat mencapai tujuan hidup anda. Pendekatan ini cukup efektif, tetapi kurang efisien. Analoginya seperti ini: hanya dengan modal jalan kaki dan semangat, tentu anda bisa pergi ke hampir semua tempat di kota Bandung ini. Namun, apakah menurut anda cara ini efisien? Saya yakin anda akan mengatakan tidak. Anda memang bisa berjalan kaki dari ujung selatan sampai ujung utara kota Bandung, atau dari

ujung barat ke ujung timur. Namun, anda pasti akan kelelahan sebelum sampai ke tempat tujuan. Oleh karena itu, anda membutuhkan sebuah kendaraan. Apa yang ingin saya coba sampaikan di sini adalah bahwa selain tujuan hidup dan *passion*, anda butuh sesuatu yang dinamakan strategi. Strategi adalah bagaimana cara paling efisien untuk mencapai tujuan anda. Strategi itu ibarat seperti kendaraan anda. Strategi digunakan untuk menghemat energi dan waktu anda.

Logika #3:

Untuk mencapai sukses, pada dasarnya anda hanya perlu memiliki tujuan hidup dan passion.

Namun, untuk mencapainya dengan efisien, anda perlu menggunakan strategi.

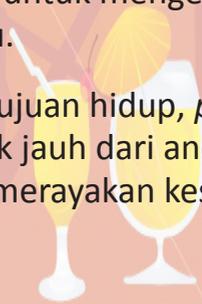
Berikut adalah beberapa praktik terbaik yang saya tahu dan sering saya gunakan sebagai strategi untuk menghemat energi dan waktu dalam mencapai tujuan hidup:

- Anda tidak bisa memindahkan sebuah batu yang memiliki berat 100 kg, tapi anda tentu bisa memindahkan 5 buah batu dengan berat masing-masing 20 kg. Anda tentu mengerti apa maksud saya. Banyak masalah yang tidak dapat kita pecahkan. Namun, ketika kita membagi masalah tersebut menjadi bagian-bagian yang lebih kecil, kita dapat dengan mudah memecahkannya. Ini adalah prinsip yang sangat sederhana tapi sangat luar biasa.
- Malu bertanya, sesat di jalan. Istilah ini cukup sering kita dengar dan saya rasa cukup benar. Bertanya lah kepada orang yang pernah melewati jalan yang sama dengan anda,

maka anda akan menghemat banyak waktu dan energi anda. Anda tidak perlu mengulangi kesalahan atau kegagalan yang sama dengan orang tersebut.

- Aturan 80/20: aturan ini menyatakan bahwa 80% total *output* itu diciptakan oleh 20% *input*. Fokuskan usaha anda pada 20% kegiatan yang menghasilkan 80% keluaran, maka anda mendapatkan hasil maksimum dengan usaha minimum. Ini adalah cara yang sangat bijak untuk menghemat waktu dan energi anda.
- Jika anda menginginkan secangkir air panas, apa yang harus anda lakukan adalah mengambil secangkir air, lalu didihkan air tersebut. Jangan mencoba untuk mendidihkan satu lautan hanya untuk mendapatkan secangkir air panas. Intinya adalah lakukanlah apa yang menurut anda penting, jangan mencoba untuk melakukan semua hal. Banyak orang, terutama orang yang perfeksionis mencoba untuk melakukan semua hal, tentu ini akan membuang-buang waktu mereka. Pahadal yang mereka tidak perlu mengeluarkan usaha yang demikian besar.
- Buah yang paling gampang dipetik adalah buah yang bergantung paling rendah. Maksudnya, lakukanlah hal yang paling mudah yang bisa anda lakukan. Ini adalah saran yang sering kita dengarkan dari dosen kita ketika sedang menghadapi ujian. Para dosen sering menyarankan untuk mengerjakan soal yang paling mudah terlebih dahulu.

Jika anda telah memiliki tiga hal tersebut (tujuan hidup, *passion*, strategi), saya yakin sukses sudah tidak jauh dari anda. Anda hanya perlu menunggu waktu untuk merayakan kesuk



sesan anda. Sekali lagi saya ingin menekankan bahwa semua ini hanya berdasarkan pada pengalaman pribadi, pengetahuan dan logika saya. Anda bisa mengambil hal-hal yang menurut anda benar dan menyaring hal-hal yang menurut anda kurang benar. Yang terpenting adalah ehipasiko, jangan hanya percaya pada apa yang orang katakan, buktikan sendiri kebenarannya.

Sukses bukanlah kunci kebahagiaan. Kebahagiaanlah kunci menuju sukses. Jika Anda mencintai apa yang Anda kerjakan, Anda akan menjadi orang sukses.

-H. Cain-

Kunci kesuksesan adalah punya impian, berani mengejar impian itu dan yakin.

-Bob Sadino-

Baik kegagalan maupun kesuksesan baik adanya jika Anda mengetahui tujuan khusus keduanya.

-Chris Widener-

Jika Anda menginginkan suatu hasil yang berbeda, Anda harus mengubah tindakan Anda. Jika Anda melakukan hal yang sama setiap hari maka Anda akan mendapatkan hasil yang sama pula.

-James Gwee-

SI KELINCI YANG PENAKUT

Manusia adalah makhluk sosial yang hidup saling bergantung satu sama lain. Walaupun ide hidup saling tolong menolong ini menyenangkan, namun sesungguhnya banyak konflik terjadi disana jika pengharapan kita tidak terpenuhi oleh lingkungan kita. Setiap manusia mempunyai masalah. Masalah ini akan semakin besar kala kita mulai membandingkan diri kita dengan hal yang jauh lebih besar. Kita istimewa dan berhak mendapatkan kesuksesan apapun yang terjadi. Untuk itu mari kita simak ilustrasi cerita di bawah ini, agar kita tetap semangat menghadapi segala kemungkinan yang ada.

Sejak dulu kelinci dikenal sebagai hewan bernyali kecil. Mereka sering ketakutan tanpa sebab jelas. Seringkali mereka menyingkir sesegera mungkin jika keamanannya terancam. Suatu hari nampaklah sekelompok kelinci tengah berkumpul di tepian sungai. Mereka berkeluh kesah meratapi nyali mereka yang kecil, mengeluh kehidupan mereka yang selalu dibayangi marabahaya. Semakin dalam mereka mengobrol, mereka pun semakin sedih dan ketakutan memikirkan nasib mereka sendiri. Alangkah malangnya terlahir sebagai kelinci. Mau lebih kuat tidak punya tenaga, ingin terbang tidak punya sayap. Setiap hari selalu ketakutan karena terganggu oleh telinga panjang mereka yang tajam pendengarannya. Sehingga matanya yang berwarna merahpun semakin merah saja. Mereka merasa hidup ini tidak ada artinya. Daripada hidup menderita dan terus menerus dihantui ketakutan mereka pun berpikir untuk mati saja.





Keputusan bunuh diri masal pun diambil. Mereka akan bersama – sama bunuh diri dengan melompat dari tebing tinggi yang curam. Namun ketika mereka melewati pinggir sungai, terlihat ada katak yang terkejut melihat kelinci yang berjumlah banyak.

Katak ketakutan melihat pemandangan itu. Katak pun melarikan diri dengan melompat ke dalam sungai. Kelinci sering sekali melihat katak melompat ke dalam air dan mereka tidak memedulikannya. Tapi pemandangan yang baru dilihatnya sungguh lain. Diantara sejumlah kelinci itu ada seekor kelinci yang sadar. Akhirnya kelinci itu menghimbau rekan kelinci lainnya untuk menghentikan tindakan mereka untuk bunuh diri. Karena mereka bukan satu – satunya jenis makhluk yang bernyali kecil. Masih ada katak yang nyalinya jauh lebih kecil dibanding mereka. Hal ini terbukti dengan larinya katak begitu melihat gerombolan kelinci.

Mendengar perkataan kelinci itu, rekan kelinci lain akhirnya terbuka pikirannya. Tiba – tiba seolah tumbuh tunas keberanian di hati mereka. Dengan riang gembira mereka pun saling membesarkan diri satu sama lain. Kelompok kelinci itu pun kembali pulang dan melupakan niat untuk bunuh diri.

ARTIKEL

Saat keberuntungan tidak memihak kepada kita, janganlah kita suka meratapi nasib yang dirundung malang seakan kita mahluk paling menderita di bumi ini. Lihatlah sekeliling kita. Masih banyak yang nasibnya kurang beruntung dibanding kita. Jika mereka hidup dalam kekuatan dan mampu menjalani semua itu dengan tegar dan tetap berjuang, lalu kenapa kita tidak. Apapun keadaan hidup kita hari ini, jalani dengan optimis dan aktif. Nasib tidak akan berubah tanpa manusia itu sendiri yang merubahnya. Karena sesungguhnya sukses adalah hak semua orang yang mau berjuang dengan sungguh-sungguh.

Manusia selalu berada dalam keadaan bergairah, senang, sedih dan susah. Namun semua itu tergantung kembali pada saluran mental itu sendiri. Daripada mati sebagai pengecut lebih baik hidup sebagai ksatria. Setiap orang sebenarnya punya kemampuan menghadapi masalah. Dan penyelesaian masalah itu bukanlah dengan mengeluh. Karena mengeluh bisa menyebabkan depresi yang akhirnya membuat kita lupa bahwa kita manusia mempunyai kekuatan mengubah hidup.





Dua puluh enam Mei 2013 merupakan salah satu tanggal yang ditunggu-tunggu oleh umat Buddha, karena pada tanggal ini, umat Buddha merayakan Hari Tri Suci Waisak 2557 B.E. dengan detik waisak

pada pukul 11.24.39 WIB. Dengan bertemakan “Kasih Buddha Menerangi Dunia”, Vihara Vimala Dharma mengadakan kebaktian Waisak yang di mulai pukul 09.00 WIB. Sebelum dimulainya kebaktian, para umat sudah datang dan memenuhi vihara tersebut. Kebaktian Waisak tahun ini dihadiri oleh 3 Bhante, yaitu Y.A Dharma Suryabhumi Mahathera, Y.A Nyanadhammo, dan Y.A Vangisa dengan pemimpin kebaktian Dharma Chandra.

Acara dimulai dengan pembukaan dan sambutan selamat datang yang dibawakan oleh MC, yaitu Candra Arko dan Sherren. Setelah itu, anggota Sangha dipersilahkan untuk memasuki Bhaktisala diiringi Vihara Gita “Chatta Manavaka Vimana Gatha” yang dilanjutkan dengan penyalaan lilin kebaktian oleh pemimpin kebaktian dan lilin panca warna oleh anggota Sangha. Kebaktian dimulai dengan membacakan parita – parita suci, yaitu Namaskara Gatha, Persembahan Puja, Permohonan tuntunan Tisarana dan Pancasila kepada anggota Sangha, Buddhanusatti, Dhammanusatti, Sanghanusatti, dan Maha Mangala Sutta. Meditasi pada hari Waisak ini

dipimpin oleh Y.A Dharma Suryabhumi Mahathera dan pesan Waisak Sangha Agung Indonesia 2557 B.E. dibacakan oleh Y.A Nyanadhammo. Setelah pembacaan, kebaktian dilanjutkan menyanyikan Jaya Manggala Gatha dan Dhammadesana yang disampaikan oleh Y.A Dharma Suryabhumi Mahathera.

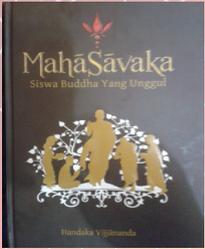


Selanjutnya dilakukan pembacaan Dhammapada bait 182, 194, 195, dan 196 oleh David, Haryanto, Juniawati dan Verlinda, yang dilanjutkan dengan pemberkahan air suci oleh anggota Sangha, serta kata sambutan dari Departemen Kementerian Agama Buddha yang disampaikan oleh Bapak Eko Supeno.

Setelah itu, anggota Sangha meninggalkan ruangan dan para Umat menyanyikan gita "Aku Berlindung". Vocal Grup Vimala Gita PVVD menyanyikan 2 buah lagu, yaitu : Malam Suci Waisak dan Waisak Milik Kita. Kebaktian dilanjutkan dengan membacakan paritta Ettavata dan Vihara Gita Namaskara. Acara diakhiri dengan penutup oleh MC.

Pada pukul 13.00 WIB, diadakan Visudhi Tisarana dan Upasika / Upasaka yang dihadiri dan dipimpin oleh Y.A. Dharma Suryabhumi Mahathera. Demikian serangkaian acara Hari Tri Suci Waisak 2557 B.E. Semoga umat Buddha dapat mengembangkan wawasan Dharma serta mempratekannya dengan penuh kesadaran.





Judul Buku : Mahā-Sāvaka : Siswa
Buddha Yang Unggul
Penyunting : Handaka Vijjānanda
Penata : Intan Dhītādhīvarā
Penerbit : Ehipassiko
Foundation

Sinopsis

Buddha Gotama tercatat pernah menganugerahkan 80 gelar keunggulan kepiawaian ataupun jasa kepada 74 siswa suci-Nya, yang terdiri dari : 47 gelar untuk bhikkhu, 13 untuk bhikkuni, 10 untuk upasaka, dan 10 untuk upasika. 74 siswa Buddha ini disebut siswa agung (Mahā-Sāvaka). Dalam suatu kehidupan lampau, setiap Maha-Sāvaka ini pernah berikrar menjadi siswa Buddha “Yang Unggul”, dan aspirasi mereka terwujud dalam masa Buddha Gotama.

Buku ini menggambarkan kisah hidup dari Buddha Gotama dan 74 Mahā-Sāvaka. Beberapa di antaranya adalah Sāriputta yang mendapat gelar “Bhikkhu Yang Unggul Dalam Kebijaksanaan Agung”, Mahā Moggallāna yang mendapat gelar “Bhikkhu Yang Unggul Dalam Kesaktian”, dan Ānanda yang mendapat 5 macam gelar yaitu “Bhikkhu Yang Unggul Dalam Keluasan Pengetahuan”, “Yang Unggul Dalam Daya Ingat”, “Yang Unggul Dalam Perilaku Baik”, “Yang Unggul Dalam Keteguhan”, dan “Yang Unggul Dalam Pelayanan Pribadi”.

Dengan berbagai gambar yang menarik dan bahasa yang mudah dimengerti, buku ini sangat dianjurkan untuk dibaca. Setelah membaca buku ini diharapkan dapat memperluas wawasan kita tentang kehidupan para Siswa Agung Buddha. Selain itu, diharapkan pula buku ini memberi inspirasi dan memperteguh keyakinan kita terhadap Buddha Dharma sehingga kita akan semakin maju dalam melaksanakan Dharma.

June 2013



Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
					1	2
3 Ricardo Setiawan Novia Violeta	4	5	6 Sheren Chandra	7 Charles Mahono	8 Ertk	9 Jonny
10	11 Juniaiwati Yen-Yen	12	13	14	15	16
17	18 Yudi Priyanto	19	20	21 Yulinda	22	23 Nia Juniata
24	25	26	27 Fany Yunita Widya Putra	28 Juni Eka Winarto Edy kurniawan	29	30

Caption describing picture or graphic.

BVD ELEKTRONIK

www.dhammadhammacitta.org

JADWAL KEGIATAN DI VIHARA VIMALA DHARMA

Kebaktian Pemuda	Minggu, pk. 08.00 WIB
Kebaktian Umum	Minggu, pk. 10.00 WIB
Kebaktian GABI "Vidyasagara"	Minggu, pk. 10.00 WIB
Kebaktian Remaja (12-16 tahun)	Minggu, pk. 10.00 WIB
Kebaktian Avalokitesvara	Rabu, pk. 07.00 WIB
Kebaktian Mahayana	Jumat (minggu I), pk. 18.00 WIB
Kebaktian Umum	Jumat, pk. 15.30 WIB
Kebaktian Pengurus	Sabtu, pk. 17.00 WIB
Kebaktian Uposatha	Tgl. 1 & 15 Lunar, pk. 07.00 WIB
Latihan Meditasi	Senin, pk. 18.00 WIB
Unit Bursa "Maitri Sagara"	Minggu, pk. 10.00-12.00 WIB
Unit Perpustakaan "Dharmaratna"	Minggu, pk. 10.00-13.00 WIB
Kunjungan kasih & Upacara Duka	CP : Robbinson (087722528711)
Unit Kakak Asuh PVVD	Beasiswa untuk adik asuh CP : Andi (08382295592)
Pemberkatan Pernikahan	

Media Komunikasi :

Berita Vimala Dharma, *terbit sebulan sekali*
Majalah Dinding Buchigarni, *terbit tiga bulan sekali*

Pemuda Vihara Vimala Dharma
Jl. Ir. H. Juanda No. 5 Bandung 40116
Telp. (022) 4238696
E-mail : redaksibvd@yahoo.com