BVD

Berita vimala Dharma

No. 167/BVD/SEPTEMBER/2016

DAFTAR ISI

Daftar Isi	2
Salam Redaksi	3
Anda Untuk Sesama	4
Buddhadharma mewujudkan perdamaian	6
Maha Mangala Sutta	14
Kisah Seorang Mahatma Gandhi	20
Sing A Song	24
yang Diremehkan yang Berbahagia	25
Resep Masakan Vegetarian	30

Susunan Redaksi

Pelindung
Pesamuhan Umat Vihara Vimala Dharma

Redaksi
Pemimpin Redaksi :
Beauti Jakfar
Humas :
Scarletta
Editor :
Tiffany Wijaya
Layouter :
Kathleen Daisy
Reporter & Publikasi :
Scarletta & Vernita
Cover :
Disa Agatha

Kontributor :
Hendra Lim
Eviline Liana

No. Rekening Bank
BCA - 4381541686
a/n SUHERMAN

Salam Redaksi

Namo Buddhaya,

Dalam rangka menyambut bulan September, BVD edisi 167 ini akan mengangkat tema tentang perdamaian. Tema ini diambil karena berlatar pada Hari Perdamaian Internasional (International Day of Peace) yang jatuh tepat pada tanggal 21 September ini.

Selain mengenai perdamaian, berbagai artikel juga telah kami sediakaan di dalamnya.

Kami berharap semoga BVD ini dapat memberikan pengetahuan dan juga manfaat bagi para pembaca.

Selamat membaca

Mettacittena
R E D A K S I

Anda untuk sesama

oleh Hendra Lim
Kepala program Dharmawidya Pusdiklat Agama Buddha Indonesia
Ketua Lembaga PSDM Majelis Buddhayana Indonesia

Selamat berjumpa kembali saudara-saudari seDharma.

Majalah ini hanya bisa ada di tangan anda karena kerja keras banyak orang. Tak mampu kita menyebutkannya satu persatu, tapi sudah pasti keajaiban ini terjadi karena kerja banyak orang. Sebagian terlihat dan terlibat langsung di dalam prosesnya. Tak sedikit juga yang tak tampak tapi kontribusinya nyata. Dan jika direnungkan kembali, para sahabat pembaca juga ikut di dalamnya. Karya agung ini ada dan dibuat untuk anda. Karena anda, maka ia ada.

Karena majalah ini ada untuk anda, lalu anda ada untuk siapa? Atau, anda ini ada untuk apa?

Lupakan pertanyaan tentang siapa yang membuat anda ada dan bagaimana anda ada karena esensi dari ada adalah ada untuk apa dan siapa. Lupakan juga konsep tentang kosong karena bagaimana pun kosongnya anda, anda tetap ada dan nyata. Nyata dalam arti ada tubuh yang bernafas dan hidup sebagai akibat dari nafas itu. Setiap udara yang masuk dan keluar sebaiknya punya tujuan dan makna. Meminjam kata-kata Einstein, "Jika saya bertemu dengan Tuhan, maka saya akan bertanya untuk apa ia menciptakan saya," demikian tutur Albert Einstein. Ijinka diri anda untuk sedikit bermain peran sebagai Tuhan sekarang. Bayangkan jika anda adalah Einstein, lalu apa jawabannya untuk anda.

Hati Siddharta sangat terenyuh dan tersentuh saat melihat empat peristiwa sederhana yang menjadi pemandangan sehari-hari India di saat itu; orang tua, orang sakit, mayat dan seorang pertapa. Ia melihat duka dan orang yang berupaya keras untuk membantu menyembukan duka itu. Dengan tekad kuat, ia ingin menolong semua mahluk bebas dari samsara. Siswa Buddha seharusnya mengikuti teladan Siddhartha. Satu-satunya alasan dan tujuan diri ini ada adalah untuk mengakhiri duka semua mahluk. Cara terbaiknya adalah menjadi Buddha. Tentu masih ada cara yang sederhana namun tetap mengantarkan kita untuk menjadi Buddha suatu saat nanti. Yang Mulia Dalai Lama mengingatkannya dengan kalimat yang sangat bijaksana: "Jika mampu, tolonglah orang lain. Jika tidak mampu, paling tidak jangan menyakiti mereka." Ajakannya jelas, sederhana dan praktis. Sebagai calon Buddha, itu praktik paling nyata yang bisa dilakukan di mana saja, kapan saja dan untuk siapa saja.

Seperti majalah ini yang berusaha untuk menghadirkan cahaya kebijaksanaan di tengah dunia yang semakin gelap, demikian juga sebaiknyaalasan diri Anda ada. Menghadirkan cahaya bagi orang lain dengan menolong mereka adalah tujuan utama dan mulia hidup di dunia ini. Caranya terserah kemampuan masing-masing. Selama yang dilakukan tulus tanpa modus, semoga kebajikannya sempurna bagi orang yang ditolong dan orang yang menolong.

Sadhu, Sadhu,Sadhu

Peace is always Beautiful.

-Walt Whitman

Buddha Dharma Mewujudkan Perdamaian

oleh Jo Priastana
Peneliti, Dosen Sekolah Tinggi Agama Buddha Nalanda dan Sekolah Tinggi Agama Buddha Sriwijaya

Upaya-upaya mewujudkan perdamaian perlu dilakukan dalam rangka menjauhkan penyelesaian masalah dari tindak kekerasan. Agama senantiasa mempelopori tindakan tanpa kekerasan dan membawa misi perdamaian bagi dunia. Demikian pula dengan agama Buddha yang cinta damai dan menjauhkan tindakan kekerasan. Pendiri agama Buddha, Siddharta Gautama dalam sejarah hidupnya, sejak kanak-kanak telah menolak tindakan kekerasan dan memelopori pembelaaan bagi kehidupan agar segenap makhluk tidak dikenai kekerasan. Pertapa Siddharta dalam upaya mencapai kebuddhaannya pun menyadari bahwa tindakan kekerasan itu hanya mendatangkan kesia-siaan. Ia sempat melakukan asketisme ektrem, namun akhirnya menyadari bahwa tindakannya itu tidak akan menuntunnya menjadi Buddha.

Menolak Kekerasan

Selama 45 tahun, Buddha membabarkan dharmanya demi mengatasi segenap makhluk yang dibelenggu penderitaan. Beliau melakukannya dengan menunjukkan sikap tanpa kekerasan dan saling menghormati. Beliau sama sekali menolak tindakan pemaksaan dan tindakan

kekerasan dan membangun budaya tanpa kekerasan di setiap pembabaran dharmanya. "Samana Gotama tidak merusak biji-bijian yang masih dapat tumbuh dan tidak mau merusak tumbuh - tumbuhan. Tidak membunuh makhluk. Samana Gotama menjauhkan diri dari membunuh makhluk. Ia telah membuang alat pemukul dan pedang. Ia tidak melakukan kekerasan karena cinta kasih, kasih sayang, dan kebaikan hatinya kepada semua makhluk". (Brahmajala Sutta).

Seringkali tindak kekerasan itu terjadi berkaitan dengan kebencian yang dilandasi balas dendam. Tetapi tindakan balas dendam dengan tindakan kekerasan tidaklah selalu manis. Perwujudan rasa benci hanya menghadirkan kepahitan berkepanjangan. "Kebencian tak akan berakhir apabila dibalas dengan kebencian. Tetapi kebendian akan berakhir bila dibalas dengan tidak membenci. Tetapi kebencian akan berakhir bila dibalas dengan tidak membenci. Inilah satuhukum abadi". (Dhammapada 5).

Dalam Buddhadharma diingatkan bahwa bukan dengan membalas dendam atau menaklukkan orang lain melalui kekerasan, kemenangan itu akan tercapai, melainkan dengan mengalahkan diri sendiri dalam menyucikan hati dan pikiran dari kebencian, dialah baru disebut penakluk sejati. "Walaupun seseorang dapat menaklukkan beribu-ribu musuh dalam seribu kali pertempuran, namun sesungguhnya penakluk terbesar adalah orang yang dapat menaklukkan dirinya sendiri"

itulah yang disebut penakluk gemilang." (Dhammapada 104).

Pelopor Perdamaian

Aspek politik di dalam sejarah perkembangan Buddhadharma di Asia yang sangat fenomenal diketemukan dalam raja besar yang bernama Asoka (abad k3 SM). Raja ini menjalankan ajaran tanpa kekerasan dan memelopori perdamaian serta mengusahakan kehidupan rukun antar agama dengan mendirikan piagam toleransi yang bernama piagam Piyadassi. Asoka (abad 3 SM) seorang penganut Buddha yang mempraktekkan Buddhadharma dan sekaligus mampu menciptakan suatu negara yang makmur, memelopori sikap tanpa kekerasan serta tol - eransi kehidupan beragama. Sikap Raja Asoka ini mungkin bisa menjadi cermin atau teladan bagi para penguasa, pemimpin negara dewasa ini dalam menyelesaikan konflik.

Dekade Perdamaian

Baik pula bila kita ingan pesan yang tertuang dalam deklarasi pertemuan 22 orang Guru Buddhis Barat dengan Dalai Lama di bulan Maret 1993 (Ken Jones: 1999), dengan alinea pertama proklamasinya berbunyi:

"1. Tanggung Jawab Kita pertama sebagai Buddhis adalah bekerja menciptakan sebuah bentuk kehidupan yang lebih baik di muka bumi.

2. Mempromosikan Buddhadharma sebagai sebuah agama yang memiliki keterlibatan terhadap toleransi maupun hormat kepada agama lain.
3. Setiap aksi memperjuangkan keterlibatan tersebut hendaknya dipimpin oleh prinsip kebaikan dan kasih sayang, serta perdamaian dan harmoni."

Perjuangan mewujudkan pedamaian dan kehidupan dengan tanpa kekerasan dan anti kekerasan itu merupakan ciri khas dari keterlibatan Buddhadharma yang telah diawali Sang Buddha, Raja Asoka maupun sejumlah Bodhisattva masa kini. Budaya damai dan menentang peperangan, dan memajukan politik tanpa kekerasan inilah yang menjadi semangat dan aspirasi semua agama termasuk Buddhadharma sebagaimana yang tercermin dan berpuncak dalam spiritualitas Buddha dengan pencapaian kesempurnaannya, kesadaran penuhnya yang tercerahkan dan cinta damai. Budaya damai yang bersumber dari spirit dan inti ajaran agama yakni cinta kasih: "Loko Patthambika Metta; hanya cinta kasihlah yang menyelamatkan dunia."

Toleransi dan Kerukunan

Agama Buddha pernah hidup di Indonesia dan bahkan turut menandai puncak-puncak zaman keemasan kerajaan Nusantara dahulu kala, dan setidaknya turut pula menyerapkan kekayaan batin bangsa Indonesia mengenai kerukunan hidup beragama maupun hidup saling toleransi.

maupun hidup saling toleransi. Dalam agama Buddha, terdapat prinsip untuk melindungi dan menghormati keyakinan bergama seseorang. Dicontohkan oleh Sang Buddha sendiri, diantaranya adalah ketika ada seseorang bernama Upali hendak menjadi pengikutnya Sang Buddha memintanya agar ia berpikir matang-matang, dan juga agar selalu tetap menghormati gurunya (M.I. 378-380). Pedoman dalam masyarakat Buddhis lainnya yang menganjurkan untuk mewujudkan sikap saling toleransi dan saling menghormati serta menjaga kerukunan beragama adalah dekrit Raja Asoka (abad ke 2 SM), "Janganlah kita menghormati agama kita sendiri dengan mencela agama lain. Sebaliknya agama lain pun hendaknya dihormati atas dasar-sadar tertentu. Dengan berbuat demikian kita membuat agama kita sendiri berkembang, selain menguntungkan kerukunan dalam Prasasti Batu Kalinga No. XXII:pula agama lain.

Jika kita berbuat sebaliknya kita akan merugikan agama kita sendiri, di samping merugikan agama lain. Oleh karena itu, barangsiapa menghormati agamanya sendiri dan mencela agama lain, semata-mata terdorong rasa bakti kepada agamanya sendiri, justru ia akan merugikan agamanya sendiri. Karena itu kerukunan dianjurkan dengan pengertian biar semua orang mendengar dan bersedia mendengarkan ajaran yang dianut orang lain."

Sebuah percakapan menarik antara Buddha dan Ananda, tentangpentingnya musyawarah tercatat dalam Maha Parinibbana Sutta.

"Ananda, selama kaum Vajji sering dan rutin mengadakan permusyaratan, mereka dapat diharapkan untuk menjadi makmur dan tidak merosot. Apakah engkau mendengar bahwa kaum Vajji berkumpul dan bubar secara damai dan rukun, dan menangani urusannya dengan rukun?" Demikianlah yang telah saya dengan, Yang Mulia," "Ananda, selama kaumVajji berkumpul dengan rukun, bubar dengan rukun, dan menangani urusannya dengan rukun, mereka dapat diharapkan menjadi makmur dan tidak merosot."

Sabda Sang Buddha tersebut merupakan bagian dari wejangannya mengenai syarat-syarat kesejahteraan suatu bangsa yang antara lain meliputi:

1. Mengadakan musyawarah secara tetap dan teratur dan dihadiri oleh banyak orang.
2. Perselisihan dan perbedaan pendapat selalu diselesaikan secara sepakat dan damai dalam suatu musyawarah.
3. Selalu memperhatikan dan menghormati orang-orang tua mereka dan selalu mengindahkan kata mereka.
4. Memperhatikan, merawat dan menyokong tempat-tempat ibadah mereka serta tidak lupa ikut melaksanakan ibadah seperti apa yang diharuskannya.

Tahukah Anda...?

Baju yang baru dibeli lebih baik jangan langsung dipakai. Itu karena pembuatan baju terkadang menggunakan pewarna atau obat-obatan kimia untuk memperkuat warna baju, memberi anti racun, dan anti kusut. Jadi apabila tercium bau sejenis minyak pada baju baru, itu merupakan aroma dari obat-obatan kimia.

Obat-obatan yang menempel pada baju ini berbahaya bagi kesehatan. Terutama bila bersentuhan langsung dengan kulit akan mudah menyebabkan penyakit kulit atau batuk, radang pada mata, dan penyakit lainnya. Jadi, jika membeli baju harus dicuci dulu sebelum dipakai, ya. Ini akan lebih baik untuk kesehatan!

Maha Mangala Sutta

Bhante Dharmasurya Bhumi

Bila kita sampai pada sajak kedua, akan dijumpai faktor yang penting dan sangat menentukan kepribadian seseorang pada setiap waktu dan keadaan.

Patirupa desa vasoca,
Pubbe ca katapunnata
Attasamapanidhi ca
Etam mangalam uttamam.

Patirupa desa vasoca, artinya "Bertempat tinggal di tempat yang sesuai". Pernyataan ini menunjukkan bahwa faktor lingkungan itu memegang peranan penting yang membantu keadaan baik seseorang. Sebab tempat tinggal seseorang sebagian besar menentukan lingkungannya. Apakah menurut keadaan tempatnya, sosialnya, kebudayaannya, ekonominya, kecerdasannya, keduniawiannya, atau tingkat perkembangan batinnya. Tempat tinggal yang kita tinggali inilah yang kelak akan menentukan lingkungan kita, oleh karena itulah yang dapat membentuk seluruh kepribadian kita sendiri. Bilamana kita dapat memilih tempat yang sesuai untuk kita tinggali, maka kita akan dapat menciptakan berkah untuk diri sendiri dan seluruh keluarga dan anak kita juga.

Pubbe ca katapunnata, artinya "Telah melakukan jasa di masa lampau". Kali~ mat ini dalam bahasa ilmu pengetahuan modern mungkin yang disebut "Faktor turun~temurun". Penjelasan Hukum Kamma dan kelahiran kembali (Punabhava), serta samsara, yaitu proses hidup~mati yang terus menerus tanpa henti~hentinya. Telah menjelaskan apa yang disebut dengan faktor turun~temurun

dalam ilmu pengetahuan modern yang uraiannya sesuai dengan jalan pemikiran agama Buddha.

Keadaan sekarang ini bukanlah suatu faktor yang tidak dapat diubah, sebab pengaruh kamma masa lampau ini sebagiaan besar dapat diubah atas usaha sendiri dan sudah barang tentu dengan memiliki Pandangan benar. Hal ini berarti bahwa kamma masa lampau tidak membantu kita sekarang. Semuanya ini hanya berarti suatu berkah (mangala) atau perbuatan baik dan berguna di masa lampau, yang meru~ pakan akibat (vipaka) sebagai kridit untuk menolong keadaan sekarang ini. Pengalaman biasanya membuktikan bahwa beberapa orang mendapatkan hasil apa yang diinginkan dengan cepat dan sedangkan yang lain gagal.

Kita tidak perlu membuang waktu dengan adanya dua perbedaan yang sebenarnya tidak pantas untuk diperhatikan atau diperdebatkan satu dengan yang lainnya, Keadaan yang demikian ini biasanya disebut "Vasana bhagya", memberikan dorongan yang tepat pada waktu yang tepat pula seperti halnya dalam setiap kehidupan seseorang.

Pandangan tersebut di atas mungkin membuktikan keadaan yang bertentangan atau menimbulkan keragu~raguan, tetapi dalam kenyataannya sebagian besar adalah benar. Ilmu pengetahuan menjelaskan faktor turun~temurun hanya pada saat pembuahan dari suatu makhluk sebagai hasil dari dua gen yang bertemu. Bagaimana dan mengapa hanya dua gen tertentu saja dan bukan beberapa gen lain yang bertemu dalam pembuahan suatu makhluk tertentu. Hal ini hanya merupakan kebetulan saja bagi ilmu pengetahuan. Sebab orang lain mencoba menjelaskan dengan menduga adanya campur tangan oleh Tuhan. Sebaliknya yang lain

berpendapat menolak mentah-mentah semua pandangan yang ada, dan keterangan dari ajaran Buddha kelihatan hanya sebagai suatu rumusan belaka.

Faktor yang lebih penting, menurut berkah ini, tujuan hidup seseorang pada jalan yang benar di sini dan sekarang adalah pada orang itu sendiri. Attasammaapanidhi ca, dengan faktor lingkungan dan keturunan, dua individu dapat memilih, bereaksi dalam dua cara yang sama sekali berbeda pada suatu saat yang khusus dalam suatu keadaan yang khusus pula. Attasammapanidhi ca. Itulah mengapa di sini dan sekarang atau pada saat sekarang ini adalah sangat penting menurut ajaran Buddha. Itulah sebabnya mengapa diberikan sebagai salah satu berkah di sini.

Sekarang sampailah ke bait ke tiga yang menunjukkan empat berkah yang dapat dibuktikan berdasarkan pengamatan dan pengalaman:

Bahusaccan ca sippan ca
Vinayo ca susikkhito
Subhasitacaya vaca
Etam mangalam uttamam.

Memiliki pengetahuan yang luas, terampil dalam perindustrian, terltih baik dalam tata susila, ucapan yang ramah tamah, adalah mangala. Semuanya ini saya kira tidak memerlukan penjelasan (keterangan) lebih jauh karena setiap orang sudah mengetahui dengan jelas, bagaimana mangala ini bisa berguna untuk kebaikan seseorang.

Bahusacca menurut terjemahan berarti "Telah banyak mendengar", dalam istilah dewasa ini berarti "Seorang pembaca yang baik". Sipppanca artinya terampil dalam perindustrian atau ilmu pengetahuan tentang membuat segala sesuatu. Hal ini adalah sangat penting untuk mata pencaharian seseorang.

Terlatih baik dalam tata susila, ucapan yang ramah, akan menambah kemajuan terutama seorang yang berhasil dan berguna, masyarakat akan menghargai dan menerima seseorang.

Sekarang saya akan menjelaskan mangala yang dijelaskan dalam suatu rangkaian yang sistematis dan penuh arti menurut tingkatan-tingkatan yang langsung untuk mengembangkan kepribadian seseorang. Tiga yang pertama menolong kaum muda, orang yang belum dewasa, dan kelompok kedua menentukan apa yang harus dilakukan oleh tingkatan orang yang telah dewasa. Kelompok ketiga dari mangala adalah sifat yang pantas dimiliki sebelum menjalankan hidup sebagai siswa awam.

Tiga syair selanjutnya merupakan berkah yang khusus untuk kepala keluarga yang mengikuti cara hidup Samma Sambuddha atau "JALAN TENGAH".

Matapitu upatthana
Puttadarassa sangaho
Anakula ca kammanta
Etam mangalam uttamam.

Merawat ayah-ibu, melindungi anak isteri, dan pekerjaan tidak terbengkalai (bebas dari pertengkaran), Itulah berkah utama.

Umumnya dalam semua ajaran agama, kewajiban ini, yaitu menyokong dan merawat orang tua (ayah ibu) selalu ditekankan, tetapi tidak demikian banyak dan baik seperti dalam agama Buddha. Seorang ibu khusus diberikan tempat yang tertinggi ketika Buddha berkata, "Menghormati ibu seperti menghormati Buddha," Dalam kebudayaan tradisi agama Buddha, ibu disebut Buddha kedua. Hal yang demikian ini disebabkan usaha Bodhisatta sendiri untuk menyelamatkan ibunya sendiri yang tenggelam dan sebagai akibatnya Beliau muncul dihadapan Samma Sambuddha

Perbedaan antara kebudayaan agama Buddha dengan kebudayaan barat yang modern dan menyesatkan, kelihatan dengan jelas dari sikap anak muda terhadap orang tua. Rumah penampungan orang tua tidak pernah terdengar atau tidak pernah diperlukan, walaupun sudah menjadi aturan (biasa) pada masa sekarang ini. Sifat ke – budayaan mereka ini telah meresap dan memberikan efek pengaruh dalam masyarakat, dan pengaruh membentuk kebudayaan (tradisi).

Biarpun dengan persembahan yang diterima dari umat, seorang bhikkhu di – ijinkan untuk membantu (menyokong) ibunya, meskipun ia tidak pernah berbuat demikian karena masih ada sanak saudara yang lain.

Mangala berikutnya (selanjutnya) adalah cara hidup yang telah dipilih oleh seseorang. Di sini banyak dijumpai pemikiran benar dan perenungan yang diperlukan. Karena dalam setiap negara dan setiap saat, ancaman dan godaan untuk menyerah terhadap korupsi dan matapencaharian tidak benar. Lebih-lebih dalam masyarakat yang selalu bersaing, di mana korupsi dan pemberian jabatan kepada sanak keluarga dan golongannya sendiri meraja lela.

Dengan pengalaman orang telah yakin terhadap nilai dari suatu matapencaharian benar, yang akhirnya menggambarkan kedamaian pikiran di masa hidup atau setelah meninggal dunia.

Adalah benar bahwa nilai dari suatu penghidupan benar tidak dapat sungguh-sungguh disadari oleh mereka yang tidak sadar akan segi-segi yang lainnya dari cara hidup Buddha Dhamma yang benar yang terdapat di Jalan Tengah.

Bersambung (bait kelima dan seterusnya)....

Open House
PVVD

HAVE FUN!

JOIN US

OPEN HOUSE

Kisah Seorang *Mahatma Gandhi*

Pasukan Inggris sebagai salah satu tentara terkuat dan disegani dunia, kala itu harus ditarik mundur dari India hanya karena kekuatan cinta seorang manusia kurus kering, berbaju sangat sederhana, dan memakan apa yang dimakan sebagian besar rakyatnya. Beliau adalah Mohandas Karamchand Gandhi, atau biasa dikenal dengan Mahatma Gandhi (Jiwa yang agung).

Sebagai seorang pengacara kenamaan, Gandhi seharusnya bisa menikmati kehidupan yang sangat nyaman di Afrika Selatan. Namun perlakuan yang dialaminya sebagai warga kelas dua disana, membuat ia selalu terbayang akan nasib bangsanya, yang masih hidup di bawah penjajahan Inggris.

Ia pun meninggalkan semua kehidupan mewahnya di Afrika Selatan dan pulang kembali ke negerinya. Ketika turun dari atas kapal, Gandhi disambut hangat oleh rakyatnya. Ia diminta untuk naik ke atas panggung untuk berpidato. Namun, pidatonya begitu singkat : ""Terima kasih atas penyambutan Anda semua,"" kata Gandhi sambil memberikan salam khas bangsa India. Dengan rendah hati ia mengaku, bertahun-tahun meninggalkan negerinya, ia merasa tak tahu akan keadaan bangsanya, jadi tidak mungkin ia bisa berbicara banyak.

Kemudian Gandhi memutuskan untuk tinggal di tengah rakyat India. Sebagai ungkapan swadeshi (kemandirian) ekonomi terhadap penjajahan Inggris, ia menenun sendiri baju yang dikenakannya. Dengan menggunakan kereta api ia pun mulai berkeliling India untuk mengetahui setiap denyut napas

yang dihadapi rakyatnya.

Suatu hari Gandhi menemui orang-orang miskin yang begitu banyak. Kepada Gandhi, mereka mengeluhkan kemiskinannya. Uniknya, Gandhi tidak lalu menjanjikan memberikan makanan atau pun uang seperti yang dilakukan politisi lainnya. Yang Gandhi berikan justru sebuah pertanyaan bernada ajakan. Gandhi menanyakan apakah yang harus kita lakukan untuk bisa menjawab semua persoalan yang dihadapi ini.

Gandhi menunjukkan dirinya bukanlah seorang pemimpin yang populis. Pemimpin yang baik adalah mereka yang mampu mengajak dan meyakinkan orang lain untuk berbuat yang terbaik, keluar dari kesulitan hidup, bukan memanfaatkan mereka untuk ajang unjuk kemampuan pribadi. Dengan sikapnya yang tulus, rendah hati dan merakyat, Gandhi pun mendapatkan penghormatan dan kepercayaan dari rakyat India.

Gandhi berjuang selama 30 tahun melawan penjajahan Inggris bersama pemimpin India lainnya. Dengan ajarannya, ahimsa (tanpa kekerasan) serta satyagraha (keteguhan dalam kebenaran), Gandhi melawan penindasan dan kekerasan dengan cinta, kesabaran, dan kerelaan untuk menanggung segala konsekuensinya.

Ketika kemerdekaan India akhirnya diraih pada tahun 1947, kesempatan mendapatkan tampuk kekuasaan pun ada di tangannya. Tapi ia tidak mengambil kesempatan itu. Gandhi menolak jabatan politik yang diberikan kongres kepadanya. Ia malah memilih menghabiskan hidup di ashram yang jauh dari kemegahan dan kenikmatan duniawi. Baginya itu jauh lebih mulia daripada hidup di istana. Menerima jabatan diibaratkannya sebagai memakai "mahkota berduri".

Gandhi adalah seorang Hindu, namun dia menyukai pemikiran-pemikiran dari agama lain, termasuk Islam dan Kristen. Dia percaya bahwa manusia dari segala agama harus mempunyai hak yang sama dan hidup bersama secara damai di dalam satu negara.

Sebagai wujud keyakinannya bahwa Hindu dan Muslim India adalah bersaudara, ia melancarkan mogok makan ketika negeri itu diamuk kerusuhan sektarian Hindu-Muslim pada 13 Januari 1948. Dokter mengatakan bahwa ia harus makan, tapi Gandhi tetap bersikeras untuk puasa hingga tujuh syarat perdamaian yang

diajukannya ditandatangani oleh pemimpin kelompok Islam dan Hindu.

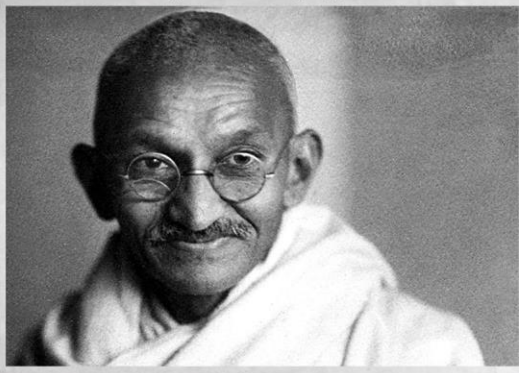
Rupanya kedua kelompok itu masih sayang Gandhi. Lewat tengah malam pada 18 Januari, sekretarisnya membangunkan Gandhi yang telah lemas dan menunjukkan perjanjian damai yang telah ditandatangani oleh kedua belah pihak. Setelah 121 jam 30 menit berpuasa, Gandhi akhirnya mau minum jus jeruk yang disuapkan oleh seorang pemimpin muslim, Maulana Azad.

Bagi Gandhi, jiwa seseorang akan tetap selamat di dunia apabila orang tersebut berjuang demi kebenaran. Dengan kepercayaan itu, Gandhi tetap tidak menyerah meski berbagai halangan dan cobaan menghadang.

Namun ternyata puasa Gandhi hanya bisa menghentikan sementara konflik Muslim dan Hindu India. Berbagai pertikaian antara kedua kelompok ini terjadi kemudian.

Banyak orang Hindu yang merasa dikhianati oleh langkah-langkah Gandhi yang mencoba menjadi juru penengah. Ia dinilai terlalu memberi hati kepada Muslim. Akhirnya pada 30 Januari 1948, seorang Hindu nasionalis pun menarik pelatuk pistolnya, dan Gandhi tewas.

Dengan kematian Gandhi, seluruh India berhenti. Konflik sektarian berhenti, pembunuhan massal berhenti. Negara yang baru terbentuk itu goncang merenungkan hakikat kebangsaan dan persaudaraan mereka. Dengan kematiannya, Gandhi berhasil mencapai apa yang ribuan orang India gagal untuk



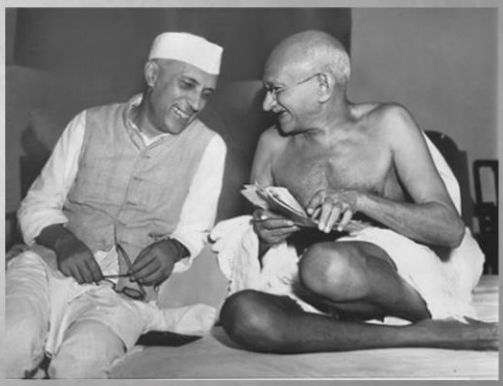
mencapainya selama ini, yaitu: Perdamaian dan Persatuan di India.

Gandhi akhirnya digelari sebagai Bapak Bangsa India. Dunia memujinya sebagai salah satu pemimpin spiritual terbesar sepanjang masa. “Generasi-generasi yang akan datang sulit percaya bahwa ada orang seperti dia yang pernah berjalan di muka bumi ini dalam rupa daging dan darah,” tulis Albert Einstein waktu itu. Prinsip-prinsip Gandhi telah menginspirasi aktivis-aktivis demokrasi dan pejuang

anti-rasisme seperti Martin Luther King, Jr. dan Nelson Mandela.

Gandhi tidak pernah menerima Penghargaan Perdamaian Nobel, meski dia dinominasikan lima kali antara 1937 dan 1948. Beberapa dekade kemudian, hal ini disesali oleh pihak Komite Nobel. Ketika Dalai Lama dianugerahi Penghargaan Nobel pada 1989, ketua umum Komite mengatakan bahwa ini merupakan "Sebuah bentuk mengenang Mahatma Gandhi".

Karya Mahatma Gandhi tidak terlupakan oleh generasi berikutnya. Cucunya, Arun Gandhidan Rajmohan Gandhi, serta anak cucunya, Tushar Gandhi, adalah aktivis-aktivis sosio-politik yang terlibat langsung dalam mempromosikan non-kekerasan di seluruh dunia.



""Mereka yang berjiwa lemah tak akan mampu memberi seuntai maaf tulus. Pemaaf sejati hanya melekat bagi mereka yang berjiwa tangguh.""

- Mahatma Gandhi

SinG A SonG

AYAHKU SAHABATKU

Dalam hatiku selalu berkata
Kubangga pada dirimu

Kaulah Ayahku Engkau sahabatku
Dalam rumah kau matahariku

Saat ku dukkha gundah dan gelisah
Kau datang tenangkan aku
Selalu ada waktumu untukku
Tuk dengarkan keluh kesahku

REFF :
Engkaulah ciptakan surga di rumah
Indahlah suasana
Engkau hadirkan rasa bahagia
Oh trima kasih ayah

yang Diremehkan yang Berbahagia

oleh Eviline Liana

Sebagaimana orang lainnya, ada begitu banyak cobaan yang saya alami. Cobaan-cobaan yang menempa saya, merubah saya, menguji saya, memaksa saya untuk berpikir dan merenung lebih dalam tentang diri saya.

Tentu saja, yang namanya cobaan tak pernah tidak mengenakkan. Ada air mata, kesedihan, amarah, semua reaksi yang timbul darinya. Tapi--percaya atau tidak, ternyata cobaan-cobaan itu menjadi harta karun berharga buat saya. Setiap cobaan yang menghadang meninggalkan pelajaran yang berharga, yang saya yakini akan membantu membentuk diri saya untuk lebih baik dan lebih baik lagi dari waktu ke waktu.

Salah satu cobaan yang berkesan cukup dalam buat saya adalah ketika saya diremehkan. Mungkin semua orang juga mengalami. Diremehkan tidak hanya sekali atau dua kali, tapi berkali-kali sampai rasanya malas mengingatnya. Diremehkan secara verbal maupun non verbal. Kadang disertai hinaan, tawa dan sikap memusuhi. Pelakunya beragam, tetangga, teman, keluarga, orang baru kenal juga bisa melakukannya.

Awal-awal merasakan, karena masih kecil dan belum benar-benar mengenal Dharma Buddha, saya marah. Lalu membalas dengan sikap yang kurang lebih sama dengan mereka. Ketika beranjak remaja, masih sama. Lalu ketika mulai dewasa, ya masih sama, begitu-begitu juga. Nelangsa rasanya, kadang-kadang.

Sampai ketika suatu hari saya membaca satu ayat Dhammapada, yang bunyinya seperti ini : "Pikiran adalah pelopor dari segala sesuatu, pikiran adalah pemimpin, pikiran adalah pembentuk. Bila seseorang berbicara atau berbuat dengan pikiran jahat,maka penderitaan akan mengikutinya, bagaikan roda pedati mengikuti langkah kaki lembu yang menariknya". Pertama kali dibaca, tidak terasa apa-apa. Kedua kali, ketiga kali, sampai beberapa kali pun saya tidak merasakan batin tersentuh, ketenangan, atau semacamnya.

Yang menjadikan berbeda adalah ketika tak lama setelah bosan membaca ayat itu, saya kembali diremehkan seseorang. Baik ucapan maupun perbuatannya. Jika sebelumnya saya memberikan reaksi yang sama negatifnya, kali ini tidak. Karena saya lantas teringat ayat Dhammapada itu dan ingin mengujinya secara langsung. Jadi sambil diremehkan, saya diam manis mendengarkan semua hinaan itu dengan seksama. Saya amati betul-betul raut wajah orang yang menghina saya, mencoba memahami kenapa dia sampai meremehkan saya berkali-kali.

Dapat 'pencerahan' kah saya? Sama sekali tidak!

Yang ada malah muncul suara-suara batin yang tersakiti dari pikiran saya... Hehe. "Hayo balas... Hayo jangan diam saja dong dikata-katai begitu... Lihat saja mukanya. Enak saja ngata-ngatai orang... Dia sendiri kacau. Ibu rumah tangga, pagi-pagi bukannya ngurus rumah malah keluar ngajak orang berantem. Belum mandi, lagi... Rambut acak-acakan, muka kusam, baju kumel... Sendal jepit kotor pula... Malah sok pede pake lipstik merah cabe. Apa kata suaminya? Nggak malukah?"

Nah, kalau saya yang biasanya, pasti apa yang dikatakan di dalam kepala saya itu saya suarakan keluar. Tapi kali ini, tidak. Saya cuma diam, mendengarkan apa yang dikatakan pikiran saya, dan apa yang dikatakan oleh lawan bicara saya. Sampai akhirnya keduanya berhenti. Sewaktu berhenti, ada sedikit rasa kecewa juga. Hilang tontonan. Hehe...

Setelah situasi agak tenang, tiba-tiba pikiran saya bicara lagi, "Ini orang kayanya cape deh. Ga ada yang ngertiin dia di rumahnya. Kasihan juga sebenarnya."

Mendengar kata-kata pikiran seperti itu, saya jadi teringat diri sendiri. Memang peran sebagai ibu rumah tangga itu tidak mudah. Fisik dan mental kadang-kadang seperti habis terkuras untuk mengurusi hal-hal yang kata orang lain itu masalah 'sepele'. Padahal kalau hal-hal sepele itu tidak dikerjakan, yang namanya rumah pasti kacau balau macam kapal pecah.

Akhirnya saya ambil inisiatif menghiburnya. "Ibu sudah sarapan belum?"

Hanya satu pertanyaan, pembaca, dan beliau mengucurkan semua permasalahan dan curahan hatinya untuk saya dengarkan sambil diam dengan manis. Kurang lebih dua puluh menit kemudian ia sudah puas bicara. Matanya juga berkaca-kaca. "Makasih, ya, kamu mau dengerin aku."

"Sama-sama." Jawaban saya begitu sederhana dan mudah. 'Oooh...jadi, hanya butuh didengarkan saja toh...' batin saya. Lantas, kami tersenyum satu sama lain, berpisah dengan lambaian tangan, dan sesudah menutup pintu saya merasa capek sekali. Yang namanya mendengarkan curahan hati orang lain itu ternyata melelahkan juga. Karena kita selain mendengarkan, juga harus menjaga agar tubuh kita bisa diam dengan manis. Dan meskipun proses berpikir itu begitu cepat, dan curhatnya hanya dua puluh menit, tetap saja cukup melelahkan.

Perenungan yang sesungguhnya datang kemudian, setelah si dia yang biasanya meremehkan saya itu berhenti bersikap antipati pada saya. Kami bertegur sapa, bertukar senyum, meski tak pernah ngobrol panjang lebar. Dan saya rasanya lebih bahagia dari sebelumnya.

Dengan hasil yang saya rasa cukup baik, akhirnya saya terapkan cara itu hampir dalam semua situasi. Saya berhadapan dengan keadaan yang tak begitu baik. Pikiran-pikiran buruk muncul. Saya biarkan, tak coba menghilangkan sedikitpun. Pikiran baik muncul, saya ambil dan kembangkan. Saya katakan dan lakukan apa yang berasal dari pikiran baik saya. Hasilnya sangat nyata. Hampir semua orang yang tadinya meremehkan dan bersikap antipati berubah menjadi teman saya. Kami bukan sahabat, tapi setidaknya komunikasi kami berjalan dengan baik dan positif. Dan saya merasakan hidup saya lebih menyenangkan dari sebelumnya.

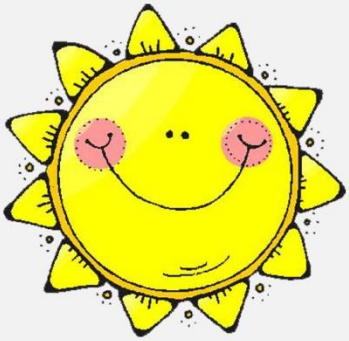
Berpikirlah saya, bahwa jika saya mengikuti apa kata pikiran saya dan mengucapkan serta melakukan hal-hal buruk pada beliau, mungkin sampai

saat ini pun saya akan merasa suram dan jengkel untuk waktu yang cukup lama. Mungkin bisa disebut sebagai menderita juga, meski skalanya tidak besar.

Ternyata, apa yang diajarkan Buddha kepada kita sungguh benar adanya. Hanya saja memang kita perlu mendalami dan melaksanakannya, karena jika kita hanya menghapal, dan sejauh hanya menghapal saja, tanpa praktek maka manfaat Dharma itu tidak akan terasa. Yang saya alami, begitu saya mencoba mempraktekkannya--terlepas dari apakah caranya benar atau tidak karena saya hanya umat awam--, pemahaman kita akan menjadi lebih baik dengan sendirinya.

Karena itu, saya memberanikan diri menceritakan apa yang saya alami, sekaligus mengajak sesama teman-teman siswa Buddha, untuk mulai mempraktekkan Dharma dalam kehidupan sehari-hari. Nggak perlu jauh-jauh Dhammapada 183, yang nomor 1 dulu deh... Lanjut nomor 2, nomor 3, daj seterusnya. Saya yakin jika Dharma itu benar-benar dihayati dan diamalkan, niscaya akan membawa kebahagiaan bagi kita semua. Hayu ah, praktek Dharma...

Sadhu...



10 Things Kids Can Do for Peace

1. I can treat others as I'd like to be treated
2. I can share my toys, books, and art supplies
3. I can be calm and polite
4. I can be obedient to my parents
5. I can say prayers
6. I can invite new kids to play with my friends and me
7. I can raise my hand in class and wait for my turn
8. I can donate my old clothes and toys to someone who needs them
9. I can plant a garden and take care of it
10. I can be quiet while others are talking

Make up your own!

11. I can_____

12. I can_____

Sup Sayur Asin dengan Tahu

Bahan - bahan :

- 1 buah tahu cina, buang pinggirnya yang keras, iris
- 2 batang sayur asin, iris
- 2 sdm jamur kuping hitam, rendam, iris
- 2 2sdm rebung rebus, iris
- 2 sdm kacang kedelai segar

Bahan Kaldu :

- 2000ml (2 liter) air
- 2 buah hioko, rendam
- 2 buah jagung
- 100 gram wortel, potong-potong
- 100 gram lobak
- 200 gram sawi putih
- 2-3 tangkai daun seledri, ambil daunnya
- 1 bengkoang, buang kulitnya, potong 4
- 10 biji ang cao

Cara Membuat :

1. Buat kaldu vegetarian: didihkan air, masukkan semua bahan, masak hingga mendidih dengan api selama 1,5 jam. Angkat dan saring.
2. Ambil 750 ml kaldu vegetarian, masak hingga mendidih. Masukkan tahu, sayur asin, jamur kuping, rebung, dan kacang kedelai. Beri garam dan merica bubuk secukupnya, masak hingga mendidih lagi.
3. Masukkan jahe dan bawang seledri. Taburi minyak wijen. Kentalkan dengan tepung sagu, aduk hingga rata. Beri bumbu penyedap (optional).

Sup Daging Vegetarian

Bahan untuk Daging Vegetarian:
- 150 gram talas, potong-potong
- 2 hioko, rendam
- Kecap asin, garam, merica bubuk, dan gula pasir secukupnya
- 1 sdm wortel cincang
- Gohiong
- Tepung ubi secukupnya
- Minyak goreng

Bahan untuk Sup:
- 600ml kaldu vegetarian
- 2 sdm jamur kuping hitam, rendam, potong - potong
- 5 gram bunga sedap malam, rendam, rebus 1 menit, simpulkan
- 2 sdm wortel iris halus
- 50 gram sawi putih, bagian matangnya iris halus
- 1 sdm kecap asin
- Air sagu, garam, dan merica bubuk secukupnya

CARA MEMBUAT:
1. Daging Vegetarian
   a. Kukus talas hingga matang, haluskan, lalu sisihkan.
   b. Kukus hioko dengan sedikit kecap asin dan gula pasir selama 1 menit. Angkat, iris halus, lalu cincang.
   c. Campur talas dengan hioko, wortel, garam, gula pasir, merica bubuk, gohiong, dan bumbu penyedap (optional)

hingga tercampur rata.

d. Bentuk campuran menjadi lonjong, gulingkan di tepung ubi. Goreng hingga kuning kecokelatan.

2. Didihkan kaldu, masukkan jamur kuping hitam, bunga sedap malam, wortel, dan sawi putih.
3. Tambahkan kecap asin, garam, dan merica bubuk. Masak hingga mendidih selama 5 menit, lalu kentalkan dengan air sagu.
4. Tabur minyak wijen dan bumbu penyedap.
5. Masukkan daging vegetarian, masak hingga mendidih.

Jadwal Kegiatan di Vihara Vimala Dharma

Kebaktian Pemuda	Minggu, pk. 08.00 WIB
Kebaktian Umum	Minggu, pk. 10.00 WIB
Kebaktian GABI "Vidya Sagara"	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 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
Perpustakaan "Dharmaratna"	Minggu, pk. 10.00 - 13.00 WIB
Kunjungan Kasih & Upacara Duka	CP : Felin Cintya (089698580669)
Unit Kakak Asuh PVVD	CP : UKA PVVD (082214251181)

Media Komunikasi :

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

BVD Elektronik
www. dhammacitta.org

Bagi Pembaca yang ingin menjadi donatur, dapat langsung ditransfer ke rekening
BCA 4381541686
a/n SUHERMAN

Untuk Info Berdana bisa hubungi
Silkria Margatama (082214561376)

Terima Kasih

Pemuda Vihara Vimala Dharma
Jl. Ir. H. Juanda No. 5 Bandung 40116
Telp. (022) 4238696
Email : redaksibvd@yahoo.com
www.vimaladharma.org