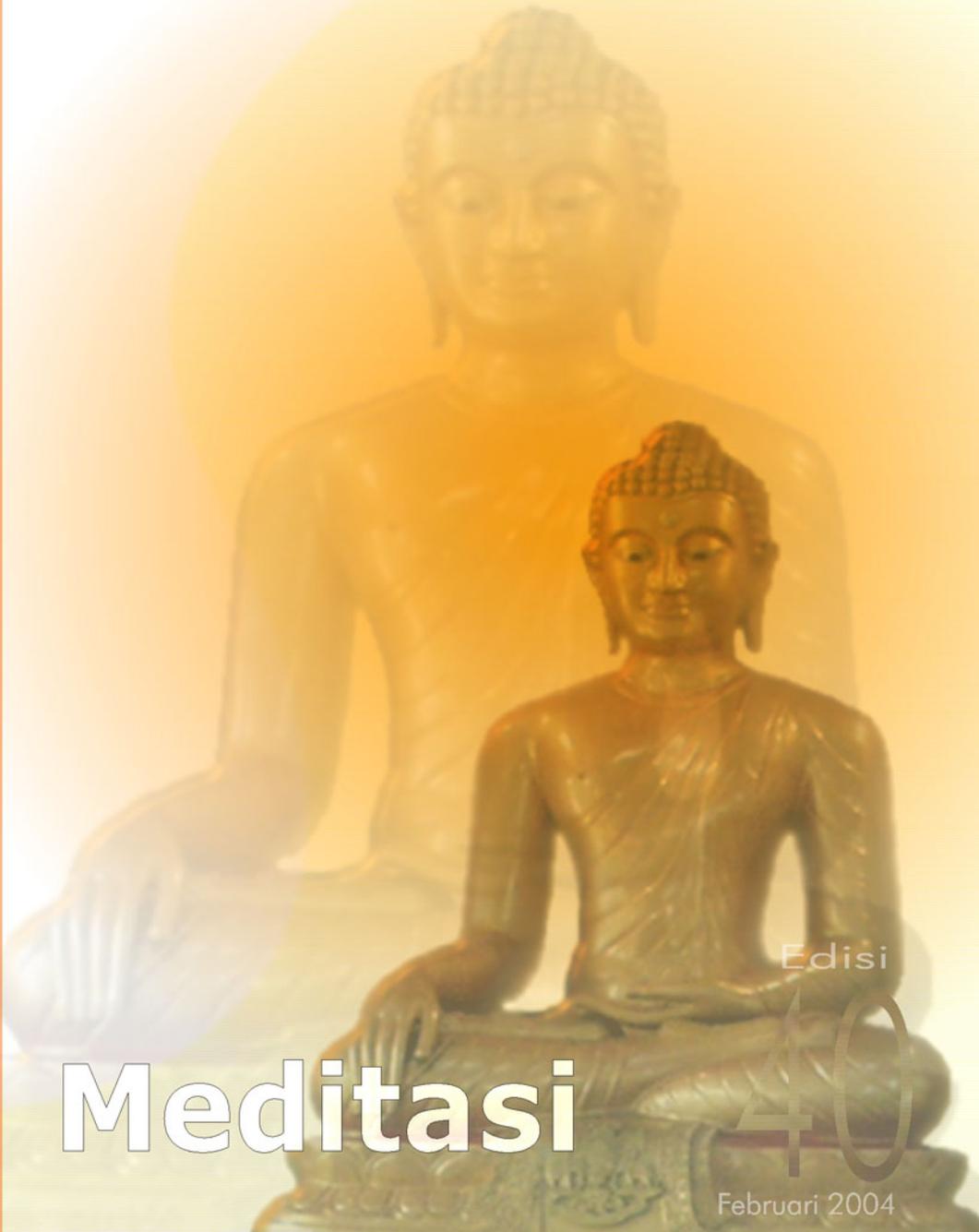


www.dharmaprabha.or.id

DHARMA PRABHA

MEMPERKOKOH DAN MEMPERLUAS WAWASAN BUDDHIS



Edisi

Meditasi

40

Februari 2004

DUNIA PLASTIK

Plastik, Kasur, Busa.

Jl. Malioboro 17 Yogyakarta, Telp. (0274)588971 - 582548



RM

"MIE PANGSIT JAMBI"

DATANG & NIKMATI KELEZATANNYA

Jl. Magelang No.186A, Jogja (Depan Merpati Motor)
Buka Jam 07.00 - 13.30; 16.00 - 20.00

Nikmatilah kelezatannya
bersama seluruh anggota keluarga Anda



100% HALAL

TOKO ALAT-ALAT TULIS SEKOLAH DAN KANTOR
MURAH
JL. JEND. SUDIRMAN NO.1 TELP. 515364 YOGYAKARTA

Toko Alat Tulis

Sekolah
Kantor
Aksesoris
Komputer



Namo Sanghyang Adi Buddhaya
 Namo Buddhaya.

Kesadaran yang utuh adalah dasar dari hidup yang utuh.

Ketika kesadaran menyatu dengan Dharma, Hukum Alam, maka secara langsung setiap gerak dari pikiran dan perbuatan akan sesuai dengan Dharma. Keharmonisan dengan Dharma ini memberikan sarana untuk mencapai kemajuan yang cepat dan efisien, untuk kebaikan semua orang. Problem-problem, ketergantungan, khayalan, dan ketidakbahagiaan terjadi bila kita tidak menerapkan Dharma dalam hidup kita sehari-hari.

Meditasi—sebagai sumber dari kemakmuran di dalam, adalah ladang dari kesadaran yang utuh, yang ada di dalam diri kita semua. Guru Buddha mengajarkan kita bagaimana caranya mengembangkan meditasi dan kebijaksanaan atau teknologi untuk mencapai Nibbana, Pembebasan Mutlak.

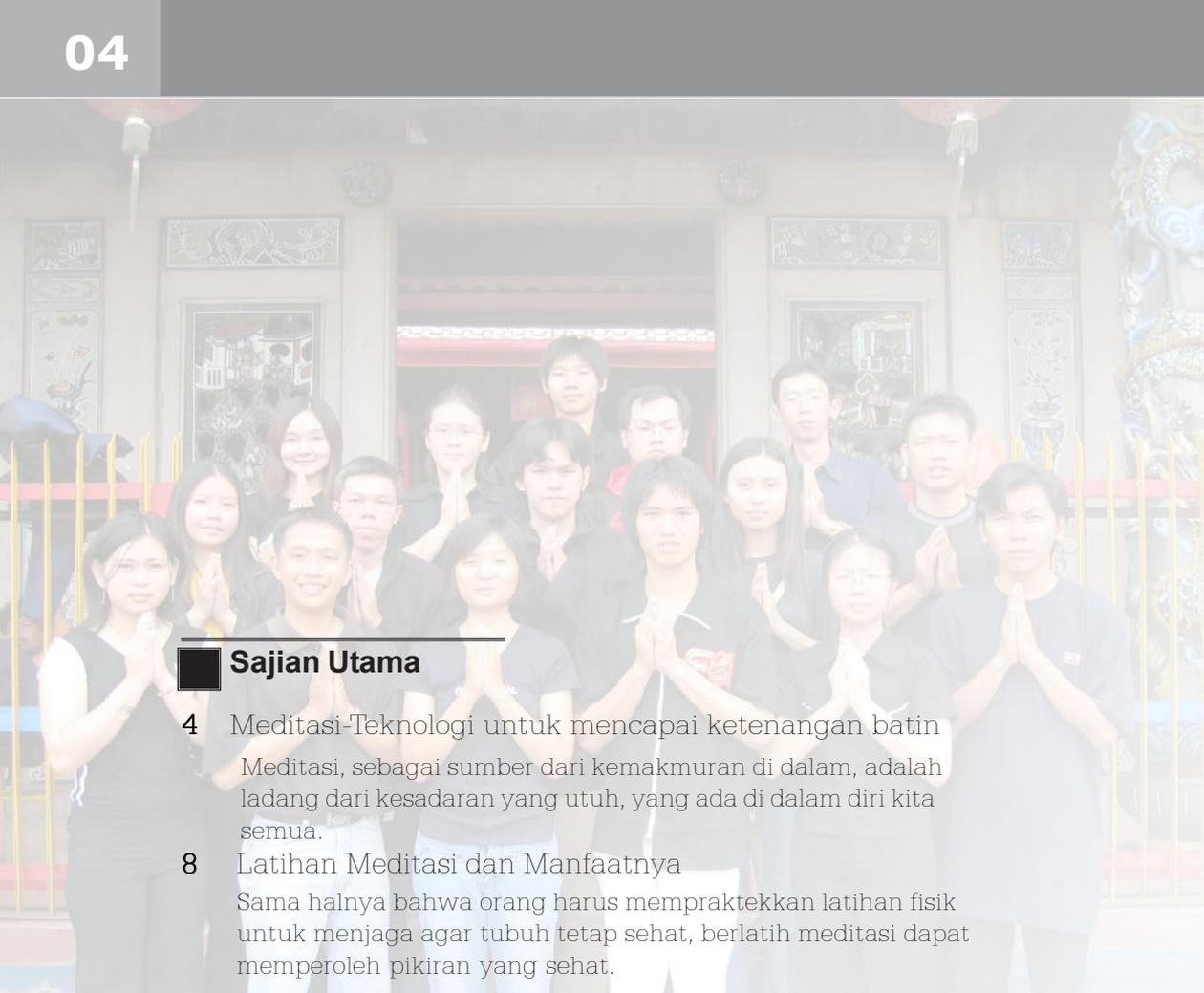
Kenapa umat Buddha di barat begitu tertarik dengan Meditasi? Faktor-faktor apa sajakah yang bisa benar-benar membuat seseorang tertarik dan ingin bermeditasi? Sajian utama yang mengangkat tema 'Meditasi' ini akan dilengkapi dengan wawancara eksklusif dengan guru meditasi, dharmacari dr. Dharmadara.

Edisi kali ini kita juga akan dapat melihat apa dan bagaimana *Komunitas Santi Asoke*, pusat kegiatan keagamaan di mana pengikutnya dapat mendalami dan mempraktekkan ajaran Buddha di negara Thailand. Kita dapat belajar dari komunitas ini, sebagai bandingan terhadap pusat-pusat agama Buddha di negeri kita. Tak lupa juga berita-berita spektakuler seputar agama Buddha, antara lain Konferensi Sangha Sedunia yang diselenggarakan di Indonesia, kegiatan Sarasehan dan Temu Karya Daerah Jawa & Kalimantan di Wonosari, Yogyakarta, plus di penghujung tahun 2003 kemarin, Majalah DHARMA PRABHA untuk pertama kalinya mengikuti pameran majalah Buddhis di Jakarta dan di awal tahun 2004 ini, telah diluncurkan situs dharmaprabha.or.id

Pembaca sekalian, besar harapan kami, setelah membaca ulasan tentang Meditasi, kita semua tergerak untuk segera mempraktekkan. *The Buddhist path is a progressive one.* Maju terus di dalam Buddha Dharma!



Joe-ly
 Pimpinan Redaksi



Sajian Utama

- 4 Meditasi-Teknologi untuk mencapai ketenangan batin
Meditasi, sebagai sumber dari kemakmuran di dalam, adalah ladang dari kesadaran yang utuh, yang ada di dalam diri kita semua.
- 8 Latihan Meditasi dan Manfaatnya
Sama halnya bahwa orang harus mempraktekkan latihan fisik untuk menjaga agar tubuh tetap sehat, berlatih meditasi dapat memperoleh pikiran yang sehat.
- 13 Wawancara eksklusif dengan guru meditasi dharmacari dr. Dharmadara

Penerbit: GMCBP bekerjasama dengan DPD IPMKBI Sekber PMVBI. **Pelindung:** Sangha Agung Indonesia Wilayah IV. **Penanggung Jawab:** Ketua Umum GMCBP
Pimpinan Redaksi : Joly. **Sekretaris:** Dewi Indra. **Bendahara:** Darfin. **Editor:** Anton, Julifin, Minerva A.J.Lim. **Redaksi:** Christina Luis, Erik Wardi, Hendry, Irwan, Sri Linda Sartika, Merita, Rusi. **Lay out:** Hendry, Julifin, Tonny S. **Sirkulator:** Heri Salim, Jimmy Suhendra, Ronny. **Ilustrator :** Budi Salim . **No.Rekening Bank :** a.n. Indra Cahaya BCA Pusat Yogyakarta no. 0371566766. **Alamat Redaksi :** Jln. Brigjen Katamso no.3 Yogyakarta 55121, Telp. (0274) 378084. **E-Mail :** redaksi@dharmaprabha.or.id. **Website :** <http://www.dharmaprabha.or.id>. **Pencetak :** Cahaya Timur Offset Yogyakarta

Cerbung

- 23 Jalan lain (bag. pertama)
Pernahkan anda menyadari di sisi mana anda hidup selama ini? Apakah terpikir oleh anda untuk melihat sisi lain kehidupan? Simak cerita ini baik-baik.

Artikel

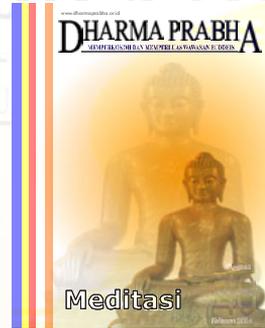
- 33 Komunitas Santi Asoke di Thailand
Simak kehidupan di Santi Asoke yang dikelola oleh Bhikkhu dan Bhikkhuni di Thailand
- 40 Sikap Umat Buddha dalam Mengantisipasi Ketegangan di Era Reformasi yang Tak Menentu
Bagaimana kita umat Buddha menghadapi tantangan di zaman reformasi ini dan cara untuk keluar dari krisis yang melanda bangsa kita

Ajaran Dasar

- 36 Vipassana Bhavana
Membahas tentang salah satu teknik meditasi dalam Buddhisme, yaitu meditasi untuk mencapai pandangan terang.

- 27 Resensi Buku
50 Berita
59 Dana Donatur & Laporan Keuangan

Halaman Muka



Renungan

- 57 Bunga Tidur Semalam

MEDITASI

Teknologi untuk mencapai ketenangan bathin

“Tiada konsentrasi dapat muncul pada seseorang yang tak memiliki kebijaksanaan, tiada pula kebijaksanaan dapat muncul pada seseorang yang tak memiliki konsentrasi. Siapapun yang memiliki konsentrasi dan kebijaksanaan, ia sesungguhnya berada pada Pembebasan (Nibbana)”.

Meditasi —sesuai dengan cuplikan kalimat Dharmapada yang disebutkan di atas—, mengingatkan kita tentang adanya hubungan timbal balik antara meditasi dengan kebijaksanaan sebagai faktor-faktor yang tak terpisahkan; sama seperti dunia modern ini dengan teknologi, akan selalu dalam keterkaitan. Guru Buddha mengajarkan kita bagaimana caranya mengembangkan meditasi dan kebijaksanaan atau teknologi untuk mencapai Nibbana, Pembebasan Mutlak. Ini bukan berarti hanya untuk berjuang mencapai Pembebasan Mutlak, tetapi juga dimaksudkan bahwa setiap orang mesti menyelesaikan semua tugas-tugas yang diperlukan, tak peduli apakah itu yang kasar, halus, yang ilmiah atau teknologi, untuk memecahkan semua masalah yang timbul di sepanjang hidup kita.

Beberapa penerjemahan istilah **“Meditasi”** dari bahasa Pali, adalah sangat kurang tepat —seperti apa yang dimaksudkan dalam bahasa Pali. Padan kata yang terdekat untuk beberapa darinya adalah: Pengembangan Batin, pemusatan pada satu titik, ketenangan, konsentrasi tercerap, atau bisa juga dikatakan sebagai teknologi untuk mencapai kebijaksanaan dan kedamaian/ketenangan. Hal itu dapat direalisasi oleh batin dan pikiran yang dalam kondisi diam dan stabil. Batin setiap orang adalah selalu berpikir tentang sesuatu. Kadang-kadang kita berpikir dengan sangat dalam, serius, dan diam,

dimana dapat dikatakan bahwa kita sedang bermeditasi pada suatu rencana atau risalat. Oleh karena itu, meditasi adalah pendekatan psikologi kepada kebiasaan batin, latihan batin, dan pemurnian batin.

Banyak orang yang pandai dalam teknologi untuk mencapai kemakmuran di luar, tetapi ia juga harus pandai dalam teknologi untuk kemakmuran di dalam. Sumber dari kemakmuran di dalam, sumber dari motivasi, kepandaian, kreativitas, intuisi, pengertian, kebahagiaan, kedamaian dan kebijaksanaan, adalah ladang dari kesadaran yang utuh, yang ada di dalam diri kita semua.

Apabila beberapa daun sebuah pohon tampak coklat dan kering, apakah kita akan mencat mereka agar menjadi hijau? Atau apakah kita memberikan air pada akarnya? Jika kita ingin merawat pohon secara keseluruhannya, kita harus melihat atau memperhatikan air tumbuh-tumbuhan yang di dalam —yang tak kelihatan—, yang mengalir di seluruh pohon tersebut, dimana elemen-elemen penopang hidupnya diserap melalui akar. Hanya dengan memberikan air pada akarnya, barulah kita dapat menikmati buah dari pohon tersebut. Sama juga dengan kehidupan dari pohon tersebut, adalah daun bisnis, daun pemerintahan, daun pendidikan, daun keluarga, dan lain-lain. Janganlah mencoba untuk mencat mereka. Tetapi sebaliknya tujulah kepada akar dari problem tersebut dan pastikan bahwa telah

dipenuhinya makanan yang tepat. Untuk merawat kehidupan kita, kita harus melihat ke dalam nilai dari kehidupan, ladang dari kesadaran yang utuh untuk memekarkan “pohon” kehidupan kita.

Kehidupan mempunyai 3 ladang: ladang di luar, ladang di dalam, dan ladang yang transenden. Kesadaran di luar, atau perbuatan; kesadaran di dalam, atau pikiran; dan kesadaran yang sukar dipahami. Kesadaran yang di dalam adalah pengembangan kebajikan. Perbuatan di luar adalah untuk semua kemakmuran yang bermanfaat. Kesadaran transenden adalah kestabilan yang tak terbatas, kedamaian, kesempurnaan, dan Pembebasan Mutlak.

Kesadaran yang utuh adalah dasar dari hidup yang utuh. Bila kesadaran bangkit, penuh, dan terang, maka pikiran akan menjadi sangat pandai, dan siap digunakan; dan perbuatan/tindakan akan menjadi efisien, menyenangkan, dan bermanfaat.

Ketika kesadaran menyatu dengan Dharma, Hukum Alam, maka secara langsung setiap gerak dari pikiran dan perbuatan akan sesuai dengan Dharma. Keharmonian dengan Dharma ini memberikan sarana untuk mencapai kemajuan yang cepat dan efisien, untuk kebaikan semua orang. Problem-problem, ketergantungan, kekhayalan, dan ketidakbahagiaan terjadi bila kita tidak menerapkan Dharma dalam hidup kita sehari-hari.

Apakah anda pernah mengalami problem-problem tersebut? Apa yang

benar? Apa yang terbaik untuk dilakukan? Dalam hidup kita, apakah tepat mengambil tindakan dengan mencat daun agar hijau? Adakah suatu teknologi yang dapat membuat gerak-gerik intuisi, perasaan, pikiran, dan perbuatan agar berguna, bermanfaat, dan benar? Benar berarti untuk kesejahteraan semua orang, sesuai dengan Dharma. Salah berarti pelanggaran terhadap Dharma.

Dharma menyediakan kesejahteraan, kebahagiaan, kebijaksanaan, dan kebebasan kepada mereka yang mengikuti dan mempraktikkan Dharma dalam pola hidup dan dalam perbuatan mereka. Beruntunglah bagi kita bahwa ada teknologi untuk memurnikan ladang dari perbuatan, pikiran, dan kesadaran, untuk menghasilkan perbuatan benar dalam masyarakat.

Berikut ini adalah 4 sifat kebajikan yang harus dikembangkan oleh semua mahluk hidup:

1. *Memelihara kejujuran dan ketulusan hati serta tekun melakukan hal-hal yang bermanfaat dan benar.*

2. *Memiliki pengendalian diri serta pengetahuan untuk mengendalikan pikiran, yang menjamin tingkah-lakunya berada dalam kejujuran dan kebaikan.*

3. *Memiliki kesabaran, mampu menahan diri dan hemat serta sederhana agar tidak melanggar keadaan yang sebenarnya/kejujuran tanpa menghiraukan pertimbangan yang sehat.*

4. *Membuang semua sifat jahat atau kejahatan dan ketidakjujuran, serta mau mengorbankan kepentingan pribadi untuk kepentingan yang lebih besar (bangsa) dan dunia ini —jika mungkin.*

Dengan adanya 4 kebajikan ini di dalam batin, seseorang akan mampu melaksanakan 5 aturan dasar (*pancasila*) dengan mudah, yaitu; menahan diri dari perbuatan menghancurkan kehidupan mahluk lain, dari mengambil barang yang tidak diberikan, dari perbuatan asusila, dari perkataan tidak benar, dan dari semua makanan atau minuman yang dapat menyebabkan kelengahan.

Setiap hari kita mengisi waktu dengan melakukan berbagai hal. Untuk jasmani, kita mandi, makan, olahraga, dan istirahat. Untuk pikiran, kita bersekolah, bermain, melihat, mendengar, dan belajar. Untuk diri kita sendiri, keluarga, dan masyarakat, kita bekerja, bepergian, membuat keputusan, berharap, dan berencana. Bagaimana kalau kita mengesampingkan beberapa menit setiap hari untuk bermeditasi, menuju ke sumber dari semua hal-hal ini. Sebuah sungai tanpa sumber akan mengering. Demi kesuksesan di luar yang lebih besar, kita membutuhkan kesuksesan di dalam yang lebih besar pula.

Buatlah agar kesadaran kita menjadi tak terbatas (luas), murni, tenang, damai, penuh, kosong, bersih,

terang, bersatu, sendiri, sepenuhnya di dalam rumah (batin), sadar dan waspada sepenuhnya. Dengan dasar dari ketenangan ini, semua yang baik menjadi mungkin, setiap hal dapat diketahui dengan sebagaimana adanya, juga terhadap apa yang akan terjadi; dan seseorang akan memperoleh perlindungan penuh dari Dharma dalam kehidupan sehari-hari.

Inilah teknologi dari kesadaran atau meditasi. Beberapa menit (10 sampai 20 menit) setiap pagi dan sore mesti disediakan untuk kembali kepada sumber dari semua kegiatanmu. Manfaatnya akan benar-benar terasa. Setiap tindakan yang dilakukan sesuai dengan Dharma pasti akan menemui kesuksesan.

Intisari/pokok dari Samadhi atau Meditasi dalam Buddhisme adalah ketenangan murni dari batin bersama dengan keseimbangan dari kebijaksanaan, tanpa kecurigaan atau prasangka. Semua rintangan batin (nafsu keinginan, itikad jahat, kemalasan dan kelambanan, kegelisahan dan kekuatiran, serta keragu-raguan) adalah penghalang menuju ketenangan batin, yang mencegah terjadinya *samadhi* (konsentrasi) di dalam batin; dan mencegah batin untuk menggunakan kebijaksanaannya.

Latihan menenangkan mereka adalah disebut **"MEDITASI"**. [IR-1]

sumber:

<http://www.sasana-online.net>

RENUNGAN HARIAN

Ia merasa sangat yakin bahwa dirinyalah yang akan tampil sebagai pemenang dalam pertandingan tersebut. Hal ini didasarkan pada kepercayaan diri yang begitu tinggi dan kemampuan yang dimiliki serta persiapan-persiapan yang telah dilakukan. Namun apa yang terjadi di akhir pertandingan? Ternyata ia tidak berhasil memenangkannya. Hal inilah yang telah menyadarkan dirinya bahwa tidak semua harapan bisa menjadi suatu kenyataan.

Segala sesuatu bersifat "relatif", ada yang lebih baik dari yang telah dianggap baik, dipengaruhi pula oleh di mana dan kapan keberadaannya; "Panna" (kebijakan) mendasarkan pada keadaan sekarang dan masa yang akan datang.

Winantya Sudjas



Latihan Meditasi dan Manfaatnya

Dasar dari Kesadaran adalah Badan jasmani kita, perasaan, pencerapan/pengalaman, bentuk-bentuk pikiran, dan kesadaran kita sendiri. Singkatnya, kita menyadari *Pancakkhanda* kita atau *Namarupa*. Tujuan dari latihan meditasi adalah belajar untuk dapat melihat benda-benda atau segala sesuatu sebagaimana mereka adanya.

Meditasi bukanlah semacam cara untuk melarikan diri dari kenyataan menuju fantasi atau khayalan. Guru Buddha menganjurkan kita untuk berlatih dan melihat benda-benda sebagaimana mereka sebenarnya, atau dalam Bahasa Pali disebut *Yathabuttanana Dassana*. Untuk dapat melihat benda-benda sebagaimana mereka adanya, dibutuhkan adanya pikiran yang jernih, pikiran yang tenang, dan pikiran yang bebas dari konsep-konsep, ide-ide, atau prasangka-prasangka. Bila dalam pikiran kita muncul ide-ide atau konsep-konsep atau angan-angan, maka kita harus menyadari bahwa kita sedang berpikir, bahwa kita sedang berfantasi, atau kita sedang melihat gambar dalam batin kita. Gambaran-gambaran batin tersebut memang betul adalah gambaran batin, tetapi mereka bukanlah sesuatu yang riil/nyata.

Bila kita mengalami perasaan nyaman, tidak nyaman, atau netral, mereka itu memang benar perasaan, tetapi hanya perasaan, bukan aku, diriku atau milikku. Kalau muncul rasa nyaman, catat itu dalam batin; perasaan... perasaan... perasaan, kita hendaknya tidak melekat kepada perasaan nyaman tersebut. Bila anda mengalami rasa tidak nyaman misalnya sakit, cobalah untuk melihatnya hanya sebagai perasaan... perasaan... perasaan, dan jangan membenci perasaan sakit tersebut. Jadi kita jangan mencoba

untuk menekan perasaan itu, juga jangan melekat pada perasaan itu, tetapi amatilah perasaan tersebut saat ia muncul, saat ia bertahan sejenak, dan saat ia lenyap. Dengan demikian kita akan melihat ketidakkekalan dari perasaan.

Kejadian seperti pada perasaan tersebut, juga berlaku untuk segala sesuatu yang kita lihat, kita dengar, kita cium, kita kecap, kita sentuh, dan yang kita pikirkan. Semua itu hanya muncul, bertahan sejenak, lalu lenyap. sepenuhnya. Beginilah cara bermeditasi dengan obyek kasih sayang universal, dan ini dapat dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari.

Pada saat bekerja dengan orang lain, dalam aktivitas sehari-hari, jangan sampai kita kehilangan kontrol diri. Justru harus menunjukkan kebaikan hati, karena lewat meditasi kita telah mencoba mengarahkan pikiran kasih sayang terhadap semua makhluk. Dan meditasi ini harus dimasukkan ke dalam kehidupan kita sehari-hari. Orang harus menghindari segala kemarahan, kekerasan dan apatisme. Dengan demikian ia dapat mencapai obyek meditasi yang sebenarnya; ia mempraktekkan esensi meditasi.

Jika seseorang berkonsentrasi untuk tidak marah —dengan memikirkan dan mengembangkan pikirannya sedemikian itu serta memegang kendali atas dirinya — maka setelah kembali dalam

masyarakat, ia mampu tetap tenang sepenuhnya. Dengan begitu berarti ia telah benar-benar mempraktikkan meditasi.

Meditasi bukan hanya sekedar cara hidup, melainkan merupakan faktor yang mengontrol kehidupan itu sendiri. Orang bermeditasi untuk menemukan suatu tujuan hidup yang berguna.

Ada suatu sarana konsentrasi yang sangat berguna dengan menggunakan pernafasan sebagai penopang pikiran. Kita adalah makhluk hidup, kita belum mati. Untuk mempertahankan kehidupan ini, kita harus bernafas. Jika bukan karena proses itu, kita pasti sudah mati. Tetapi biasanya tidak sadar bahwa kita sedang bernafas. Kita semua bernafas tetapi kita tidak bermeditasi pada nafas. Jelasnya, kita tidak sadar bahwa kita hidup. Kita tidak mengetahui bahwa kita bernafas. Kita hanya tahu bahwa kita berhubungan lewat kata-kata satu sama lain.

Salah satu latihan kesadaran mental yang sangat dianjurkan adalah latihan kesadaran selama proses pernafasan; pada nafas yang masuk dan nafas yang keluar.

Postur —seperti yang diajarkan di situ— adalah duduk bersila, badan tegak dan duduk dengan perhatian penuh. Jika posisi duduk bersila tidak nyaman, anda boleh mengambil posisi lain atau boleh duduk di kursi, tetapi badan tetap tegak.

Setelah persiapan ini dipenuhi, anda harus mengembangkan

perhatian penuh, dan mengarahkan pikiran untuk pertama-tama melihat kepada jasmani. Bagian yang mana dari jasmani yang harus diamati pertama? Yaitu aktivitas bernafas. Dengan cara berikut Guru Buddha mengajarkan apa yang harus anda lakukan:

- *Menarik nafas panjang, anda tahu: saya menarik nafas panjang.*

- *Mengeluarkan nafas panjang, anda tahu: saya mengeluarkan nafas panjang.*

- *Menarik nafas pendek, anda tahu: saya menarik nafas pendek.*

- *Mengeluarkan nafas pendek, anda tahu: saya mengeluarkan nafas pendek.*

- *Dengan merasakan seluruh tubuh, saya akan mengambil nafas: demikianlah anda melatih diri anda.*

- *Dengan merasakan seluruh tubuh, saya akan mengeluarkan nafas: demikianlah anda melatih diri anda.*

- *Dengan menenangkan gerakan-gerakan tubuh, saya akan menarik nafas: demikianlah anda melatih diri anda.*

- *Dengan menenangkan gerakan-gerakan tubuh, saya akan mengeluarkan nafas: demikianlah anda melatih diri anda.*

Anapanasati, atau pengembangan perhatian/kesadaran pada proses pernafasan adalah tidak sulit. Seseorang hanya perlu menyatukan pikiran dan mengarahkan perhatian pada lubang hidung atau bibir sebelah atas, kemudian

udara itu sendiri dan kegiatan bernafas tersebut akan membangkitkan kesadaran anda.

Anda dapat mengetahui: "Saya bernafas", dengan maksud adalah sentuhan atau kontak dari udara pada lubang hidung atau bibir atas. Dan anda dapat mengetahui: "Saya sedang menarik nafas", dengan maksud adalah satu aksi dari menarik udara ke dalam paru-paru. Dan: "Saya sedang mengeluarkan nafas", dengan maksud adalah mengeluarkan udara dari paru-paru. Pada saat menarik nafas masuk, udara yang memasuki jasmani pertama-tama akan kontak dengan lubang hidung atau bibir atas, dan pada saat mengeluarkan nafas, udara yang keluar juga akan kontak pada titik yang sama. Oleh karena itu, anda harus membayangkan bahwa anda berdiri pada satu titik tersebut, dan memperhatikan aliran udara yang masuk dan keluar sepanjang waktu.

Pada awal mulanya, pikiran akan kacau, seperti suatu arus yang amat cepat. Untuk menenangkan pikiran yang liar dan bertingkah itu, anda harus menemukan satu bantuan/pegangan. Satu sistem pembantu/penopang tersebut adalah mengulangi kata "Bud-dho", pada saat aktivitas tersebut menjadi; menarik nafas: "Bud", dan mengeluarkan nafas: "dho", atau bagi mereka yang tak memerlukan pembantu/penopang ini, dapat menggunakan perhatian pada nafas itu sendiri.

Latihan ini tidak hanya memurnikan dan meningkatkan organisme secara keseluruhan, tetapi terutama membawa pada konsentrasi pikiran, menuju kesatuan pikiran. Kita memfokuskan perhatian kita pada satu aktivitas yang biasanya tidak diasadari dan bersifat mekanis. Kita harus berlatih dengan tekun untuk mengamati proses-proses itu dan mengamati isi pikiran: mengamati emosi, nafsu keinginan dan perasaan, serta mengamati tubuh, semuanya sebagaimana adanya sesuai realitas.

Kita juga harus terampil mengamati semua tindakan-tindakan kita karena semuanya itu bermula dari pikiran. Melalui teknik-teknik pengamatan ini, faktor-faktor negatif dan positif

terungkap. Yang negatif adalah: kemewahan dan sensualitas, kebencian dan kemarahan, kelesuan dan kemalasan, ketegangan dan kegugupan, serta kecemasan dan keraguan. Jika selama meditasi faktor-faktor ini muncul dan mengganggu, kita harus mengatasinya lewat

konsentrasi pada faktor-faktor yang positif, yaitu: keramah-tamahan, cinta kasih, pengertian, usaha, ketenangan, kepercayaan diri, kesejahteraan, kebahagiaan dan semangat.

Kebanyakan manusia dewasa ini diserang oleh kecemasan ini atau itu. Sebenarnya merasa cemas adalah suatu kelemahan yang tidak berguna, suatu aktivitas yang sangat negatif, karena kecemasan hampir tidak



pemah berhubungan dengan masa kini di mana kita hidup. Kecemasan adalah hal yang tidak penting karena didasarkan pada proyeksi mental ke masa lampau dan masa depan, serta menyiratkan tidak adanya hidup dan konsentrasi pada masa kini. Jika kita memiliki masalah yang dapat kita

pecahkan sekarang ini, kita harus segera bekerja keras untuk memecahkannya. Selama usaha, sama sekali kita tidak akan merasa cemas jika kita memusatkan seluruh perhatian pada proses yang membutuhkan perhatian itu. Inilah yang seharusnya kita lakukan.

Sebaliknya, jika kita dihadapkan pada suatu masalah di mana kita tidak dapat melakukan apa pun sekarang, maka karena tidak dapat dihindarkan dan belum dapat dipecahkan, kita harus memusatkan seluruh perhatian kita pada masa kini, pada situasi nyata. Tidak seharusnya kita memproyeksikan pikiran ke sana-sini, atau mengikuti dan terhanyut sepanjang alur-alur pikiran yang tidak memberikan hasil, tidak nyata, dan melemahkan.

Meditasi membawa kita menuju kegembiraan dan suka cita, menuju keramah-tamahan dan kebenaran, menuju kecantikan serta kesehatan. Meditasi meningkatkan pengendalian yang kuat atas pikiran dan memperbaiki watak. Praktek ini bahkan membantu kita untuk bisa tidur lebih nyenyak, melenyapkan mimpi-mimpi yang tidak menyenangkan serta menggantikannya dengan yang menyenangkan.

Bila anda mengembangkan latihan meditasi dengan pengertian jelas dan kebijaksanaan, anda akan sanggup merealisasi dunia ini sebagaimana ia sesungguhnya. Ini kita sebut Empat Kesunyataan Mulia: Penderitaan, Penyebab Penderitaan, Lenyapnya Penderitaan, dan Jalan Menuju Lenyapnya Penderitaan.

Melalui kebijaksanaan Pandangan Terang jalan menuju lenyapnya dukkha, Jalan Mulia Berunsur Delapan, anda akan mengembangkan pengertian jelas tentang hidup dan mencapai Nibbana. Kebijaksanaan dan praktik meditasi adalah tak dapat dipisahkan.[IR-1]

Sumber: <http://www.sasana-online.net>



- AC
- CAR AUDIO
- ACCESSORIES

Jl. Magelang No. 89 Telp. (0274) 589406
Yogyakarta - 55242



TOKO MAS & PERMATA
LOGAM MULIA
(CAP MERAK MAS)
JL. JEND. A. YANI No. 92 ☎515757, 517588 FAX. 517962
YOGYAKARTA
PUSAT JUAL BELI MAS & PERMATA
Buka Jam 09.00 - 17.00 TIAP MALAM & MINGGU TUTUP

Kutipan Wawancara Eksklusif Bersama dharmacari dr. Dharmadara dengan topik MEDITASI



Alasan utama orang-orang Barat tertarik untuk belajar Agama Buddha adalah karena Meditasi, dan mereka mulai belajar dari sini, akan tetapi umat Buddha di Timur (Asia) pada umumnya tidak berangkat dari meditasi (Samadhi), dan lebih ke praktek dharma sehari-hari. Bagaimana pendapat Anda mengenai ini?

Saya rasa antara meditasi dan praktek dharma tidak terpisahkan antara satu dengan lainnya. Bila kita bermeditasi, kita melaksanakan dharma dalam hidup sehari-hari. Sebaliknya, bila anda melaksanakan dharma dalam hidup sehari-hari, anda juga bisa bermeditasi. Keduanya tidak saling bertentangan, malah saya rasa keduanya saling melengkapi. Bila seseorang hanya bermeditasi dan tidak mempraktekkan dharma dalam kehidupan

sehari-hari, maka meditasi mereka hanya mementingkan diri sendiri, dan tidak banyak berguna bagi kemanusiaan. Akan tetapi, apabila seseorang hanya mempraktekkan dharma dan tidak bermeditasi, *well* ..mereka bisa melangkah lebih jauh; tanpa meditasi tidak akan lengkap.

Ada pendapat bahwa jika kita hanya bermeditasi, kecenderungannya adalah kita hanya menolong diri sendiri, dan tidak berhubungan dengan orang lain. Bagaimana tanggapan Anda?

Saya rasa pertanyaan yang lebih tepat adalah: "Kenapa kebanyakan orang di Asia enggan bermeditasi". Saya rasa berdana dan mempraktekkan sila adalah sangat bagus sekali. Kita dapat mempraktekkan dana, sila, kejujuran, cinta kasih. Tapi di mana letak masalahnya dengan bermeditasi? Saya rasa memang bermeditasi itu cukup sulit untuk dilakukan, tapi itu bukan alasan untuk menghindarinya.

Apabila orang merasa bermeditasi itu sulit, maka yang dapat dilakukan adalah menciptakan kondisi yang baik untuk bermeditasi. Seperti misalnya *retret-retret*,

pergi ke tempat yang tenang dan sepi adalah sangat bagus sekali. Jika tidak bisa, maka orang dapat melatih meditasi di rumah, walaupun hanya 10 menit duduk di atas bantal. Saya tidak mengerti kenapa kebanyakan orang tidak dapat melakukannya. Ini bukan hal yang sukar untuk dilakukan, seakan-akan orang tersebut sangatlah malas untuk melakukannya.

Kelihatannya umat Buddha di Barat memulai praktek dharma dengan berangkat dari Samadhi, sementara kebanyakan umat Buddha di Indonesia berangkat dari mempraktekkan Sila. Di antara kedua in, mana yang lebih duluan seharusnya?

Sang Buddha membabarkan ajaran tentang Sila, Samadhi dan Panna cukup sering, terutama dalam saat-saat terakhir Beliau. Ini juga tercantum di dalam Maha Parinibbana Sutta. Dan ketika Beliau menyadari bahwa Beliau akan meninggal, ketika itu pada usia 80 tahun, ini adalah perjalanan dharma beliau yang terakhir. Apa yang Beliau babarkan menjelang saat-saat wafatnya Beliau, adalah sangat penting sekali bagi kita semua, dan Beliau menyebutkannya cukup sering. *Sila, Samadhi, Panna*. Ini adalah pesan terakhir beliau.

Beliau juga berpesan bahwa jalan Buddha adalah jalan yang bergerak maju dan berkembang. Kita mulai dengan Sila, kemudian Samadhi, dan akhirnya memperoleh Kebijaksanaan. Jika kita tidak bergerak maju dan berkembang, kita tidak berada pada jalur yang benar karena Jalan Buddha tidak statis dan tetap, melainkan terus bergerak. Meditasi adalah salah satu praktek dharma.

Jika orang mempraktekkan Sila dan Dana, tujuannya adalah untuk menciptakan pondasi dan kondisi untuk meditasi. Sang Buddha menyebutkan Sila sebagai pondasi bagi Dhyana/Samadhi, dan Samadhi sebagai Pondasi bagi Kebijaksanaan. Ini adalah pesan terakhir beliau. Sebagai perumpamaan, kita tidak selamanya berada di Taman Kanak-kanak atau Sekolah Dasar, kita tumbuh dan berkembang, naik ke Sekolah Menengah Atas, kemudian ke perguruan tinggi dan menjadi orang dewasa. Hidup adalah pergerakan. Kita tidak bisa berdiam pada satu titik. Ketika Anda berbicara tentang orang yang mempraktekkan dharma, maka jika mereka benar-benar mempraktekkan dharma, maka itu termasuk Meditasi. Ini menurut Buddha sendiri di dalam Maha Parinibbana Sutta.

Apa cara yang terbaik untuk memulai meditasi?

Cara terbaik untuk memulai meditasi adalah dengan belajar dari seorang meditator, yang juga memiliki sedikit pengalaman dalam mengajarkan meditasi. Ini lebih baik daripada belajar dari buku, rekaman video, maupun dari internet. Adalah mudah untuk belajar teknik-teknik dasar meditasi dari buku, akan tetapi yang sulit didapat

adalah *semangat* untuk bermeditasi. Semangat untuk berusaha dengan seimbang, tidak terlalu malas dan juga tidak terlalu menggebu-gebu, dan juga berusaha untuk mengembangkan fokus di dalam meditasi.

Kita dapat menggunakan nafas dan metta sebagai obyek, tapi jangan terlalu fokus pada kedua hal itu seluruhnya, dan menutup secara paksa segala sesuatu di luar kedua hal tersebut. Jadi, saya rasa banyak orang yang mengaku bermeditasi selama bertahun-tahun, akan tetapi sebenarnya mereka belum menguasai dasar-dasarnya secara betul, jadi mereka tidak benar-benar bermeditasi. Sebagai contoh, selama Meditasi Cinta Kasih (Metta-Bhavana), orang dapat mencoba meditasi ini selama bertahun-tahun tanpa hasil yang berarti, karena mereka belum benar-benar menguasai dasar-dasar dalam praktek Metta.

Dalam praktek Metta, kita tidak secara mendadak memulai meditasi begitu kita duduk di atas bantalan. Anda tidak secara mendadak mengembangkan niat baik dan pikiran yang penuh kasih dan kedamaian kepada seluruh makhluk hidup, seakan-akan seperti menyalakan sesuatu seperti sebuah komputer. Anda dapat memulai dengan mengembangkan cinta kasih dari diri anda sendiri, dan metta adalah suatu perasaan cinta kasih dan juga perilaku hidup yang baik. Seperti *metta-citta* atau kesadaran pikiran akan cinta kasih. Dan ini bukan hanya *pikiran* cinta kasih, akan tetapi ini adalah *perasaan* cinta kasih yang dirasakan di dalam hati, sebuah perilaku yang murni di dalam memperhatikan dan peduli kepada semua makhluk hidup di dalam memperoleh kebahagiaan.

Kebahagiaan bukanlah sesuatu yang diperoleh dari luar. Kebahagiaan sejati adalah sesuatu yang terdapat di dalam hati. Kebahagiaan ini diperoleh ketika kita merasakan "*Semoga semua makhluk mendapat kebahagiaan*", dan kemudian kita benar-benar merasakannya, maka kita akan mendapat sikap dan perilaku metta. Tapi kita tidak dapat memulai dengan begitu saja dan tiba-tiba mempunyai perasaan itu kepada semua makhluk hidup. Jadi kita dapat mulai dengan menyadari postur kita, dan ini adalah fase yang sangat baik untuk memulai segala jenis meditasi. Yaitu dengan menyapu seluruh tubuh, seperti halnya kita men-*scan*. Seperti misalnya MRI *scan* ataupun CAT *scan*. Kita dapat memulai dari telapak kaki, kemudian tungkai kaki, tulang duduk, punggung, bahu, lanjut ke wajah, sampai kembali ke perut. Anda merasa rileks dalam suatu rentang waktu tertentu untuk merasakan keseluruhan tubuh anda.

Pertama-tama, Anda mulai menyadari bagian-bagian yang berbeda, dan Anda melunakkan bagian-bagian yang berbeda itu dan melepaskannya. Ini benar-benar adalah langkah yang sangat bagus untuk memulai segala jenis meditasi, tapi

terutama untuk metta. Karena dengan melakukan ini, kita mengembangkan suatu perilaku yang baik terhadap fisik kita. Ini adalah awal yang baik. Kemudian, kita dapat mengembangkan perasaan cinta kasih kepada diri kita sendiri pada tingkat mental kita. Jadi, setelah kita *tune-in* dengan tubuh kita sendiri, kita dapat menanyakan pada diri kita sendiri, “*Apa yang Saya rasakan?*”

Apa yang kita rasakan? Apakah perasaan yang baik, buruk ataupun netral? Kita tinggal menanyakan hal tersebut pada diri kita sendiri, dan kemudian menunggu jawaban dari dalam hati kita. Dan ini adalah cara yang sangat sederhana untuk menunjukkan: saya merasa enak, atau saya merasa buruk, ataupun saya tidak merasakan apa-apa, hanya perasaan netral. Atau mungkin kita hanya merasa frustrasi, karena kita tidak tahu apa yang kita rasakan, dan ini adalah perasaan frustrasi. Jadi, ini adalah suatu perasaan. Dan kita mulai dari apa yang **benar-benar** kita rasakan, daripada memikirkan apa yang **seharusnya** kita rasakan, yaitu metta; padahal sebenarnya kita tidak merasakannya.

Kita mulai dari apa yang kita miliki sekarang, daripada apa yang tidak ada. Jika kita mulai dari tempat lain, kita tidak akan bergerak ke mana-mana. Kita mulai dari titik di mana kita benar-benar dapat bergerak mulai beberapa menit, kita teman baik, dan kita kepedulian dan perasaan hangat suatu kemudian kita baik kita itu.



benar berada, dan kita dari sana. Setelah memikirkan seorang mulai merasakan suatu perhatian, dan juga persahabatan, yang pancarkan kepada teman

Setelah beberapa menit, seorang yang netral, seorang teman yang musuh. Kemudian lingkaran yang semakin tempat tinggal kita, melewati negara kita, benua demi benua di seluruh dunia. Kemudian setelah itu, mencakup seluruh bentuk kehidupan; binatang, ikan, serangga, burung, bahkan segala bentuk kehidupan yang tidak tampak, yang berada dalam bentuk lain, bahkan yang berada dalam semesta yang lain.

kita pancarkan kepada kemudian terhadap sulit ataupun seorang meningkat dalam melebar, melewati kota

Kemudian, kita mulai mendapatkan suatu perasaan yang murni dan dalam. “Semoga semua makhluk hidup di manapun berada di semesta ini, dan juga semesta yang lain, mendapatkan kebahagiaan sejati, dan semoga mereka terbebas dari

penderitaan.” Jadi, kita hanya dapat mencapai ke sana dengan mulai dari awal, benar-benar dari awal. Yaitu tubuh kita sendiri, kemudian perasaan kita, dan kita mulai dari sana

Apa yang dimaksud dengan “DROPPING FLOWERS IN THE STILL POOL” yang tercantum di dalam brosur Meditasi Anda?

Saya membimbing retreat Metta di Malaysia dan Singapura, dan juga di Jakarta, dan saya menamakannya “*Dropping Flowers in the Still Pool*”. Saya memakai judul ini karena ini adalah judul yang puitis, dan di dalam metta-bhavana, puisi cukup bekerja di dalam memberikan ‘pemanasan’ terhadap hati kita, dan mempersiapkannya untuk perasaan Metta dan memancarkan cinta kasih.

Puisi lebih baik daripada istilah-istilah ilmiah maupun filsafat, karena puisi menggunakan imajinasi, dan di dalam metta-bhavana, kita harus menggunakan imajinasi kita untuk membayangkan teman baik, teman yang sulit, dan seluruh makhluk hidup. Di dalam menggunakan imajinasi, puisi adalah cara yang baik di dalam memulai suatu imajinasi. Jadi, saya memilih judul “*Dropping Flowers in the Still Pool*” karena metta-bhavana bagi saya adalah sesuai dengan judul ini. Saya memikirkan hutan-hutan yang indah di New Zealand, dengan kolam-kolam yang indah, dan pikiran, hati dan emosi kita seperti sebuah kolam air, dan kadang-kadang emosi kita bisa sangat bergejolak, seperti air yang bergelombang.

Ketika kita bermeditasi, dan apabila bermeditasi dengan benar, emosi akan menjadi tenang dan damai. Perasaan ini seperti kolam di hutan, dan berdasarkan pondasi ini kita dapat mengucapkan frase seperti: SEMOGA SAYA BERBAHAGIA, SEMOGA SAYA BENAR-BENAR BERBAHAGIA, SEMOGA SAYA TERBEBAS DARI PENDERITAAN. Ketika kita mengucapkan kalimat tersebut, seperti menjatuhkan sekuntum bunga di atas air yang tenang. Kata-kata tersebut laksana bunga, dan emosi laksana air. Ketika bunga menyentuh kolam, ia memunculkan riak yang makin melebar menuju sisi kolam. Jadi, kata-kata itu menciptakan respon perasaan di dalam hati kita, seperti bunga yang menyentuh air. Dan riak-riak ini adalah perasaan metta, cinta kasih. Jadi ini alasan mengapa saya memilih judul ini.

Apa yang harus dilakukan apabila kita menghadapi rintangan di dalam meditasi kita?

Ketika kita belajar meditasi dan kita mulai mempraktekannya sendiri di rumah, setelah beberapa saat, kita biasanya menghadapi rintangan dan halangan pada meditasi kita. Biasanya orang-orang berhenti bermeditasi setelah beberapa saat tersebut, karena mereka tidak bisa mengatasi sendiri rintangan-rintangan yang muncul. Ini sering terjadi di Barat, ketika kami mengajarkan kelas-kelas Meditasi. Jadi kami berusaha untuk menyediakan dukungan yang berkesinambungan bagi

para meditator. Kami menyediakan kelas pengenalan untuk pemula, dan kelas-kelas untuk meditator yang telah berpengalaman. Jadi meditasi bukan sesuatu yang dipelajari dalam semalam ataupun pada saat akhir minggu, dan kemudian Anda dapat melaju dan bergerak terus, dan berusaha sendiri dan mengharapkannya untuk dapat berjalan.

Kebanyakan orang hampir mustahil untuk dapat melakukannya. Mereka harus terus berhubungan dengan sesama meditator untuk mendapatkan inspirasi apabila menghadapi rintangan. Rintangan yang cukup umum saya rasa adalah keragu-raguan. Seseorang mulai meragukan apakah dia benar-benar bisa bermeditasi, atau apakah apa yang mereka lakukan akan memberikan hasil. Keragu-raguan adalah salah satu dari lima rintangan bathin (nivarana—red)

Ini adalah hal yang cukup serius, karena keragu-raguan dapat mengacaukan keseluruhan latihan meditasi. Seseorang dapat saja merasa bahwa orang lain seorang meditator, tapi bukan dirinya sendiri. Jadi dia merasa lebih baik menyerah saja, karena tidak terjadi apa-apa dalam meditasinya. Jadi, keragu-raguan adalah salah satu rintangan yang terbesar, dan adalah penting untuk dapat mengenali perasaan keragu-raguan ini dan menandainya. Dengan mengenali dan memberi nama pada *keragu-raguan* ini, kita membuang hampir separuh dari kekuatannya.

Rintangan yang lain di dalam meditasi adalah ketidakcukupan waktu dalam sehari. Seseorang dapat saja memulai dengan sangat antusias, akan tetapi setelah beberapa minggu atau beberapa bulan, antusias itu berkurang, dan semangat dan inspirasi hilang dan lenyap sama sekali, tanpa banyak tersisa. Di sinilah saat di mana bertemu dengan meditator-meditator lainnya akan sangat bermanfaat. Biasanya ada seseorang di dalam kelompok yang terinspirasi di dalam meditasinya, dan kemudian orang ini dapat menginspirasi orang-orang lainnya. Hasilnya, meditasi orang-orang lain akan ikut ketularan berhasil. Jadi, berbagi pengalaman dapat menghasilkan inspirasi yang sangat berarti.

Sebagai penutup, apa yang dapat membuat seorang pemula untuk benar-benar tertarik bermeditasi?

Ada banyak alasan mengapa orang tertarik untuk bermeditasi, tetapi kadang-kadang kita tidak dapat benar-benar mengenal alasan sebenarnya kita bermeditasi.

Tergantung kepada masing-masing orang yang jumlahnya bisa sangat banyak sekali, mungkin ribuan di Barat sana. Saya biasanya menanyakan kepada mereka, kenapa mereka ingin belajar meditasi, dan biasanya hanya separuh alasan yang benar-benar datang dari mereka. Mereka dikirim oleh dokter mereka ke pusat-pusat Buddhis, untuk alasan-alasan seperti tekanan darah, stress, depresi ataupun

penyakit tidak bisa tidur. Dokter mungkin saja mengirimkan mereka untuk belajar meditasi sambil berobat secara teratur dan ini suatu hal yang baik sekali.

Biasanya karena alasan kesehatan atau alasan fisik, ataupun kadang karena seseorang itu barusan mengalami kemalangan ataupun kematian di dalam keluarga. Bisa saja seorang pria yang barusan saja ditinggal mati istrinya. Hal seperti ini tidaklah aneh, dan bisa membuat orang mengenal buddhisme. Ketika mereka mulai mempertanyakan: *"Apa arti kehidupan ini?"* dan mereka mencari jawaban-jawaban spiritual. Bisa saja sistem kepercayaan mereka sedang ditantang dan terancam oleh sesuatu yang cukup besar, seperti misalnya kematian ataupun kehilangan seseorang yang dicintai. Jadi, mereka mencari jawaban yang lebih serius daripada yang pernah mereka dapatkan selama ini. Akibatnya, motivasi mereka cukup kuat.

Orang-orang lain mungkin mengenal buddhisme di dalam perjalanan mereka ke Thailand atau India Utara. Mereka mungkin telah melihat patung-patung Buddha, ataupun gambar-gambar Buddha dalam posisi meditasi. Mereka penasaran pada apa yang terjadi apabila seseorang duduk dan menutup mata. Kemudian mungkin mereka mendengar kata 'meditasi' dan mereka tidak mengerti apa maksud dari kata tersebut.

Itu adalah contoh tiga macam alasan kenapa orang-orang datang dan belajar meditasi. Untuk saya pribadi, saya tidak benar-benar tahu kenapa saya sampai tertarik pada meditasi. Di luar daripada itu, saya tertarik kepada pikiran, kesadaran; dan meditasi adalah alat yang terbaik di dalam menjelajahi kesadaran. Psikologi mengeksplorasi pikiran melalui eksperimen-eksperimen di laboratorium dengan tikus, ataupun melalui survey dan wawancara dengan orang-orang. Tapi itu semua bersifat eksternal, di luar daripada pikiran itu sendiri. Meditasi menembus masuk ke dalam pikiran, ibarat eksplorasi ke benua baru. Bedanya adalah Anda menjelajah masuk ke dalam, dan bukannya ke luar. Jadi Anda masuk ke dalam pikiran Anda dan bukannya menjelajahi negeri yang belum pernah dikunjungi sebelumnya.

Anyway, pikiran adalah sebuah negeri yang belum dijelajahi.

Sebuah benua yang belum terekplorasi dengan baik.

Jadi, dengan meditasi, kita dapat memiliki sedikit rasa penasaran dan misterius terhadap apa yang mungkin kita temukan di dalam pikiran kita ketika kita duduk bermeditasi. Karena setiap kali kita bermeditasi, itu adalah pengalaman yang berbeda. Adalah mustahil untuk mengalami meditasi yang sama secara berurutan. [redaksi]



Sarasehan & Temu Karya Daerah (STKD) Wilayah II Jawa & Kalimantan 25-28 Desember 2003 Siraman, Wonosari, Daerah Istimewa Yogyakarta

Sesuai dengan hasil keputusan Munas & Bina Widya Sekber PMVBI ke-X di Sibolangit Desember 2002 hampir 1 tahun sebelumnya, yaitu ditetapkannya provinsi D.I. Yogyakarta selaku tuan rumah Sarasehan & Temu Karya Daerah (STKD) Wilayah II Jawa & Kalimantan, maka oleh Ketua Sekber PMVBI DIY, Sdr. Rudyanto, ditunjuklah Sdr. Yanto Masyap (Teknik Fisika UGM Angkatan 1999 asal Sibolga) selaku Ketua Panitia Pelaksana. Kegiatan Sarasehan & Temu Karya ini mengambil tempat di Vihara Jina Dharma Sradha, Siraman, Wonosari. Vihara ini jugalah yang menjadi tempat diselenggarakannya RPA & Bina Widya pada tahun 1996.

Kepanitiaan yang berjumlah cukup banyak ini kebanyakan berasal dari muda-mudi Generasi Muda Cetiya Buddha Prabha (GMCBP), Vihara Buddha Prabha, Jogja. Persiapan panitia untuk acara ini boleh dibilang cukup mepet, yaitu sekitar 2 bulan 21 hari, terhitung mulai dari rapat kepanitiaan pertama pada tanggal 4 Oktober 2003 sampai dengan hari pelaksanaan yaitu 25-28



Desember 2003. Lokasi yang bertempat di Wonosari berjarak lebih kurang 1 jam perjalanan dari kota Jogja cukup merepotkan transportasi panitia

pergi-pulang selama persiapan, di antaranya untuk kepentingan survey dan persiapan akhir menjelang pelaksanaan.

Adapun pembukaan dilaksanakan di sela-sela gerimis pada tanggal 25 Desember 2003, bertempat di halaman Vihara Buddha Prabha, Jogja. Hadir pada kesempatan ini antara lain Bhikkhu Khemacaro (Koordinator Sangha Agung Indonesia Wilayah IV Jateng&Jogja), Bhikkhu Sasana Bodhi, Bhikkhu Vajhiradhammo, dan Samanera Khitiphalo. Peserta yang mengikuti kegiatan ini berasal dari 5 provinsi, yaitu D.I.Yogyakarta (selaku tuan rumah), DKI Jakarta, Jawa Tengah, Jawa Timur, dan satu-satunya dari P. Kalimantan, Provinsi Kalimantan Tengah, dengan total jumlah peserta yang datang sebanyak 46 orang, dengan peninjau sebanyak 5 orang. Selesai pembukaan, seluruh peserta dan sebagian besar panitia langsung diberangkatkan ke lokasi di Wonosari.

Selama di Wonosari, terjadi beberapa kali perubahan jadwal acara, yang disebabkan oleh keterbatasan panitia dan juga situasi dan kondisi yang tidak mendukung. Ditambah pula dengan beberapa kali turun hujan, yang sedikit mengganggu kelancaran acara. Banyak peralatan dan perlengkapan yang dibawa dari Jogja, karena keterbatasan fasilitas di lokasi itu sendiri. Selama berlangsungnya acara, ada beberapa panitia dan juga peserta yang jatuh sakit di lapangan. Akan tetapi, acara dapat berjalan seluruhnya dengan kekurangan di sana-sini yang kiranya dapat dijadikan pengalaman dan pelajaran untuk kepanitiaan-kepanitiaan berikutnya untuk acara serupa dalam lingkup Sekber PMVBI.

Adapun acara Sarasehan diisi oleh pembicara-pembicara antara lain: Romo Krishnanda Wijaya-Mukti, Romo Winantya Sudjas, Romo Cunda G. Supandi, serta mantan Sekjend Sekber PMVBI Sdr. Harryson Sukianto. Adapun sesi pelatihan diisi oleh Tim Setjend yang turun ke lapangan dengan menempuh jalan darat Jakarta-Jogja dengan mobil Phanter, di antaranya Hendwi Wijaya/ Ko Awi (Sekjend Sekber PMVBI), Yuliana Wijaya, Adi Wijaya. (Satu keluarga atau gimana ini? Wijaya semua?). Seminar dan Pelatihan yang dibawakan cukup sukses dan mendapat sambutan dari peserta Sarasehan & Temu Karya ini.

Acara Temu Karya ini memperlombakan antara lain: naskah dharma, dharma duta, intuisi dharma, cerdas cermat, gita buddhis dan lomba mading. Tampil selaku juara umum, dengan menjuarai 3 lomba dari keseluruhan 6 nomor lomba adalah provinsi Jawa Tengah.

Penutupan STKD berlangsung di halaman bhaktisala Vihara Jina Dharma Sradha, Wonosari, yang dihadiri antara lain: Romo Aryanto Tirtowinoto (Ketua Majelis Buddhayana Indonesia Tk.I D.I. Yogyakarta), Romo Hartono (MBI Tk.II Wonosari), Hendwi Wijaya, S.E. (Sekjend Sekber PMVBI) dan Rudyanto (Ketua Sekber PMVBI DIY). Penutupan ini diisi dengan pembagian piala kepada peserta yang menjadi juara, dilanjutkan dengan Malam Kesenian. Turut serta mengisi malam kesenian adalah muda-mudi GMCBP yang tampil dalam acara kabaret berjudul 'Pangeran dan Cinderella', disusul dengan masing-masing kontingen yang menyumbangkan acara. Malam itu ditutup dengan acara jagungan dan api unggun.

Keesokan harinya peserta beserta panitia berekreasi bersama-sama di salah satu obyek pantai yang cukup terkenal di provinsi DIY, yaitu Pantai Kukup dan Pantai Drini. Selepas itu, seluruh panitia dan peserta pulang kembali ke Jogja, untuk kemudian pulang ke daerah masing-masing. Adapun acara ini diabadikan dalam bentuk VCD Kenangan yang telah dibagikan ke seluruh peserta. Sampai jumpa di event berikutnya! [Joe-ly]

<u>Lomba Cerdas Cermat</u> Juara I: Jawa Tengah Juara II: DIY Juara III: Jawa Timur	<u>Lomba Naskah Dharma</u> Juara I: Yan Purnomo G. (Jatim) Juara II: Ivan Yulietmi (Jateng) Juara III: Rustini (Jateng)
<u>Lomba Mading</u> Juara I: Jawa Timur Juara II: DKI Jakarta Juara III: DIY	<u>Lomba Dharma Duta</u> Juara I: Supartini (Jateng) Juara II: Widarto (Jateng) Juara III: Joko Mulyadi (DKI)
<u>Lomba Intuisi Dhama</u> Juara I: Kalimantan Tengah Juara II: DKI Jakarta Juara III: Jawa Timur	<u>Lomba Gita Buddhis</u> Juara I: Sukarsih (Jateng) Juara II: Anita Sugiarti (Jateng) Juara III: Veni Dhamma (Kalteng)

JALAN LAIN Bagian I

Oleh: Hendry

*Ada banyak pilihan untuk hidup di dunia ini
tapi aku memilih lain,
jalan yang tak pernah terbayangkan
orang-orang pun tak mengetahuinya*

*Sungguh aku menikmatinya,
Tak perlu uang dan materi yang berlimpah
Hanya keberanian untuk melakukannya
Aku Bahagia !*

*Ku sangat menikmatinya,
Apa yang kumau
Pasti kudapat dan terlampiaskan
Pikiranku tenang, tenteram
Dan tentu saja puas !*

*Tak peduli apa itu "sesama" atau "masyarakat"
Inilah diriku yang hidup di dunia ini,
Tak ada yang bisa merenggutnya dari Ku
Karena dan hanya satu alasan :
Inilah JalanKu !!!*



“Suasana sumpek, penuh ketakutan bahkan memuakkan..., ehm tapi itulah pekerjaanku,” pikir Matthakundali. Ia terus berjalan masuk dan diiringi dua petugas di belakangnya. Koridor demi koridor mereka lewati dan hanya keheningan yang ikut bersama mereka.

“Kita sudah sampai,” ucap salah seorang petugas yang kemudian membuka sebuah pintu besi. Mereka pun masuk ke ruangan di dalamnya.

Matthakundali pun mengambil kursi di dekat sebuah meja dan duduk. “Haruskah aku menunggu?” Matthakundali menunjuk ke kursi di sebelah mejanya yang kosong. Kedua petugas itu tak menggubris pertanyaannya. Matthakundali hanya bisa meletakkan kedua tangannya di atas meja tersebut.

“Maaf, Tuan bila sudah menunggu lama,” tampak seorang pria tua, gendut, dan pendek masuk ke dalam ruangan itu. “Tak apa, baru beberapa jam di sini. Biasanya aku menunggu sampai berhari-hari.”

“Selera humormu bagus juga, saya Culakala, Kepala Bagian Pengamanan tempat ini.” “Oh, Saya Matthakundali ..., Anda pasti mengerti kedatangan saya di sini. Tapi bolehkah aku bertanya?”

“Tentang apa?”, tanggap Culakala dengan nada heran. “Kenapa orang yang ingin saya temui tidak ada di sini, dan mengapa seorang Kepala Keamanan yang malah menemuiku,” seloroh Matthakundali.

“Karena ini adalah penjara”. “Dan saya seorang pengacara!” balas Matthakundali. “Saya pertegas lagi, ini adalah penjara bagi para kriminal tingkat tinggi!” “Aku tak peduli, saya ke sini sebagai seorang pengacara bukan tahanan!!!” teriak Matthakundali dengan nada kemarahan menggema dalam ruangan tersebut.

Culakala menghela napas panjang. “Baik, akan kujelaskan kedatanganku ke sini. Klienmu tidak bisa menemuimu hari ini dan semua yang dilakukan untukmu di sini adalah demi keselamatanmu. Itu saja.” “Masih ada yang kurang, kenapa klienku tidak bisa menemuiku sekarang?” tanya Matthakundali lagi. “Kami kesulitan untuk mengeluarkannya dari sel, ia tak mau menemuimu dan juga bilang kalau ia tidak perlu pengacara. Ia bahagia. Itu saja, percayalah kami tidak bisa berbuat banyak. Jujur saja, kami merasa takut dengan kehadirannya, kau tahu itu?” Culakala tampak terengah-engah menjawab pertanyaan tersebut. “Alasan bagus, tapi aku akan segera kembali ke tempat ini,” tatapan Matthakundali pada pria tua gendut itu begitu tajam dan mengancam, seolah-olah Culakala sampai terpojok ke dinding ruangan tersebut.

“Aku akan kembali lagi ke sini dan akan kutemui dia di sini, sesadis apa pun dia tetaplah klienku,” Matthakundali melangkah keluar dari ruangan itu. Kedua petugas tadi mengikutinya. Pintu ditutup lagi.

“Tidak tahu mengapa, dulu aku begitu menyukainya dan satu lagi kuanggap teman sejutaku. Entahlah, sekarang segalanya berubah. Mereka berdua malah saling jatuh cinta, dua sejoli. Aku benci itu! Gadis cantik dan seorang anak lelaki mapan, benar-benar pasangan yang serasi. Tapi, sudah terlanjur!!! Aku sangat kecewa, kesal. Pikiran dan perasaanku kacau. Pernah kudengar sendiri dari mulut gadis itu, ia berkata, “Selama masih kuliah, aku tidak akan pernah mau pacaran.” Kata-kata itu benar-benar meyakinkan, sehingga aku lebih memilih memendam perasaanku padanya. Tapi, itu semua bohong belaka. Ia malah berpacaran dengan lelaki lain, dengan teman baikku. Ia melanggar janjinya, tak pernah bisa kumaafkan. Temanku, kuanggap dia sudah seperti saudaraku tapi dia juga ikut menyakiti perasaanku. Dia juga ikut membuatku kecewa!”

Suasana penuh hiruk pikuk mewarnai kantor kepolisian ini. Telepon berdering di sana sini dan seakan tidak pernah berhenti. “Terlalu banyak kejahatan yang dilaporkan, kalau begini kapan aku bisa mengambil cuti!” omel seorang polisi yang dari tadi kedua tangannya bergantian mengangkat gagang telepon.

Matthakundali hanya bisa bersiul dan berkata “Gila!”. Ia masuk ke kantor kepala penyidik, kantor itu kosong dan ia hanya menemukan setumpuk berkas di atas meja. “Wauow!”, gumam Matthakundali.

Hari ini benar-benar tidak sesuai harapan Matthakundali. Kliennya tidak

bisa ditemui, kepala penyidik kasus ini pun tidak ada. Ia hanya bisa berjalan keluar dari kantor itu dan menyusun rencana lain lagi, tentu untuk kliennya dan kasus ini.

“Aku sangat menyayangi kedua orangtuaku dan adik laki-lakiku satu-satunya. Dulu kami sangat bahagia di rumah sebelum mereka merenggut semuanya dariku. Ayahku jatuh dalam bisnisnya, ia sangat *stress* dan akhirnya terkena *stroke* yang merenggut nyawanya. Ibuku tidak bisa menerima kenyataan ini, sungguh sulit baginya. Ia membawa aku dan adikku ke panti asuhan, ia menitipkan kami di sana. Ibuku tewas mengenaskan, ia bunuh diri setelah menyerahkan kami berdua ke panti asuhan. Yatim Piatu! Itulah status kami berdua sekarang. Tapi kata “kami berdua” hilang setelah orang-orang itu, yang seakan tidak pernah puas membuat keluargaku menderita, memisahkan kami berdua. Aku dibuang ke jalanan dan adikku entah dibawa pergi ke mana. Aku berumur 10 tahun saat itu dan adikku 7 tahun. Sempat menjadi anak jalanan beberapa bulan sampai petugas sosial menemukanku dan aku dibawa ke tempat rehabilitasi. Itu tidak terlalu lama, aku merasa beruntung bisa melewatinya.”

“Aku akhirnya sampai di bangku kuliah dan bertemu dengan gadis cantik itu dan sahabat terbaikku. Apa yang terjadi pada mereka berdua, akulah yang melakukannya dan tak ada yang tahu. Sekarang aku sudah dewasa dan bekerja,

bisa membiayai hidupku sendiri. Aku masih ingat orang-orang itu, mereka ada berlima. Mereka saat itu seumuran ayahku, cukup tua. Sudah lebih dari 10 tahun, mereka pasti sudah tua dan lemah, tentu saja Aku lebih kuat dari mereka!”

“Kutemukan mereka dan keluarganya. Mereka semua hidup bahagia dengan materi berlimpah, lebih dari cukup. Tapi mereka lupa, mereka telah membuat keluargaku menderita dan hancur. Keluarga mereka bahagia, tampak tidak adil. Aku sudah “belajar” melakukannya pertama kali dari dua sejoli tersebut, di bangku kuliah. Aku belajar banyak. Keluargaku menderita, keluarga mereka juga harus menderita. Keluargaku hancur, keluarga mereka juga harus dihancurkan. Mereka harus mengalami dan merasakannya sampai *aku puas!*”

“Percayalah, kau sebaiknya meninggalkan kasus ini. Biarkan jaksa penuntut umum yang menanganinya. Pengadilan pasti akan menjatuhkan hukuman mati kepadanya. Tapi jika kau ikut menanganinya kasus ini apalagi sebagai pembela, sungguh lucu rasanya. Apa yang bisa kau lakukan?” “Aku akan menjalankan tugasku,” jawab Matthakundali dengan nada dingin. Mahakala, pria berusia 30-an, bekerja sebagai kepala penyidik kasus-kasus kriminal tingkat tinggi. Ialah orang yang dicari-cari Matthakundali. “Hari sudah malam, aku lelah dan ingin pulang,” Mahakala berbicara dengan nada lelah.

“Aku hanya ingin agar kasus ini tetap dibuka dan kuharap bisa segera bertemu dengan klienku.” Matthakundali berbicara seolah tak peduli dengan Mahakala yang berulang kali mengacak-acak rambut di kepalanya. “Baiklah, itu maumu. Datang dan temui dia besok dan kau akan tahu seperti apa orang itu. Aku pulang sekarang.” Mahakala berjalan keluar dari kantornya, Matthakundali tetap berdiri diam di kantor itu.

“Orang-orang tetap tidak peduli tapi aku peduli!” teriak Matthakundali. Langkah Mahakala terhenti dan ia berbalik menuju ke kantornya lagi. “Mengapa? Apa yang ingin kau buktikan? Tak ada. Pikirkanlah, semua yang akan kau lakukan itu sia-sia.” “Bagaimana kau akan tahu? Apa kau Tuhan atau seorang peramal?” Matthakundali berbalik menatap Mahakala. “Aku juga ingin pulang.” Matthakundali keluar dari kantor itu dan meninggalkan Mahakala sendiri yang kini juga ikut terdiam. Ia pasrah, terduduk di atas meja dan hanya bisa menggeleng-gelengkan kepalanya. “Semoga kau selamat, aku berdoa untukmu.”

“Aku telah melakukannya. Semua sesuai rencana, sangat bersih. Mereka tak akan menemukannya dengan segera. Orang-orang itu dengan keluarga-keluarganya, tamat sudah kebahagiaan dan tawa riang mereka. *Aku puas!* Aku tenang sekarang dan ingin beristirahat menikmati hidupku yang sepi ini, tanpa warna tapi inilah pilihanku, *JalanKu.*”



Pintu dibuka lagi, Matthakundali masuk ke dalamnya untuk menemui seorang pembunuh yang menjadi kliennya. “Kau tak tampak berbahaya,” komentar Matthakundali. “Dan kau terlalu muda dan tampan untukku”, jawab Khujjuttara. Mereka berdua saling bertatapan, entah apa yang ada di dalam pikiran mereka. “Kau terlalu memujiku” “Kau benar. Dan kapan kita akan duduk?” Matthakundali menatap kursi yang ada di depannya. “Kita akan segera duduk.”

“Apa aku tidak salah bertemu orang?” tanya Matthakundali dengan nada heran. “Seharusnya tidak. Akulah yang ingin kau cari.” “Aku tak yakin.” “Berarti kau pantas mati...” Matthakundali hanya tersenyum. “Berarti benar kau pembunuh?” “Aku tak mengatakan begitu. Aku hanya bilang bahwa aku adalah orang yang kau cari.”

“Adakah orang lain? Kau tak sendiri bukan? Berita pagi ini menyebutkan terjadi pembunuhan berantai lagi. Masyarakat ketakutan, polisi dan aparat hukum lainnya kebingungan dan mereka takut disalahkan. Takut disalahkan kalau mereka salah menangkap orang.” Khujjuttara tetap tenang dan tanpa ekspresi sebaliknya dua petugas di belakangnya tampak diliputi rasa cemas dan khawatir.

“Haruskah hanya aku saja yang membunuh? Apakah ada aturan yang mengatakan bahwa hanya ada satu orang yang menjadi pembunuh sedang yang lain adalah korban? Aku tak membunuh mereka, merekalah yang membunuh dirinya sendiri.”

Matthakundali tersenyum sambil menggeleng-gelengkan kepalanya, ke kiri dan ke kanan. “Lalu, apa itu pembunuh? Pemotong ayam, peternak sapi atau penangkap ikan mungkin? Atau akulah sendiri pembunuhnya. Mungkin itu maumu.”

Keheningan dalam ruangan tersebut bertambah setelah Matthakundali dan Khujjuttara hanya diam dan saling menatap. Dua petugas di sana kini mengeluarkan keringat dingin, merinding seakan ngeri melihat mereka berdua.

“Kuingatkan kau, nyawamu dalam bahaya tapi kau sudah terlanjur ikut dalam permainan ini. Tak apa, bermainlah dengan *kami* dan kau akan tahu bagaimana rasanya. Aku hanya bisa mengatakan kalau *kau pasti akan mati bukan kami*. Pesanku hanya satu, *Menangislah selagi masih sempat.*” Khujjuttara menunjukkan ekspresinya, sebuah senyum yang biasa saja, tidak seperti seorang pembunuh yang keji.

Matthakundali terdiam, ia hanyut dalam pikirannya. Rasa takut, menyesal mulai mengalir dalam dirinya. “Inikah pembunuhnya?” pikirnya.

Ruangan ini tetap hening, tak ada suara yang terdengar bahkan setetes keringat dingin salah seorang petugas yang jatuh ke lantai pun tak mampu memecah kesunyian dalam ruangan itu. Pertemuan mereka belum selesai.

Bersambung.....

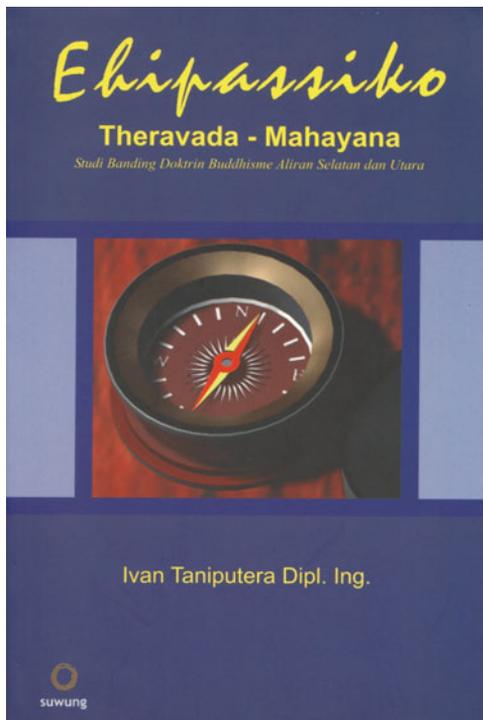
Judul Buku : Ehipassiko Theravada-Mahayana,
Studi Banding Doktrin Buddhisme Aliran Selatan dan Utara.
Pengarang : Ivan Taniputera Dipl. Ing.
Editor : Ir. Agus Santoso
Penerbit : Suwung Yogyakarta
Tahun Terbit : Oktober 2003

Saat ini Buddhisme dapat dibagi menjadi dua aliran besar yaitu aliran Theravada (Selatan) dan aliran Mahayana (Utara). Perbedaan yang ada pada kedua aliran tersebut terutama di Indonesia acapkali menimbulkan kontroversi yang menggelikan. Aliran yang satu menganggap bahwa aliran lain kurang otentik, tidak langsung dari Sang Buddha, sebaliknya beberapa pengikut yang belakangan ada yang merasa superior, memandang aliran lain sebagai tidak beraspirasi maksimal. Polemik seperti ini tidaklah baik bagi perkembangan agama Buddha di masa yang akan datang.

Buku ini bertujuan untuk membahas hal-hal tersebut dengan membandingkan ajaran-ajaran dasar dari kedua aliran. Pembahasan akan lebih difokuskan pada segi ajaran dan doktrin dasar. Sangat diharapkan ketika selesai membaca buku ini, kita dapat memperoleh gambaran yang jelas dan proporsional, apakah benar antara Theravada-Mahayana sungguh-sungguh bertentangan?

Buku ini dibagi menjadi beberapa bagian. Bagian awal membahas persamaan-persamaan yang ada pada kedua aliran Buddhisme tersebut; dan bagian-bagian selanjutnya dipergunakan untuk membahas perbedaan antara kedua aliran dan pada bagian terakhir membahas aneka pertanyaan yang sering timbul sehubungan dengan kedua aliran tersebut.

Penulis buku ini mengharapkan agar buku ini dapat menjadi tonggak atau karya perintis mengenai studi banding filosofis antar aliran dalam agama Buddha sekaligus menjadi sarana untuk mendekatkan dan mempersatukan aliran-aliran Buddhisme yang beraneka ragam. Karya tulis ini juga diharapkan dapat menjadi pendorong bagi umat Buddha untuk menggali lebih dalam lagi keyakinannya sehingga kita dapat makin memahami apa yang diajarkan Sang Bhagava serta memanfaatkan dan menerapkannya dalam hidup kita sehari-hari. [Hendri]



PERCETAKAN
CAHAYA TIMUR OFFSET

Jl. Taman Siswa 63 Yogyakarta Telp. (0274) 380372, 376730 Fax : (0274) 411254

Inti Scan

Jl. Taman Siswa 80 - Yogyakarta 55151, Telp. (0274) 378094, 373310
Fax. (0274) 411254, E-mail: josse@indosat.net.id

GRAPHIC STUDIO
SPEKTRUM

Jl. Prof. Dr. Herman Yohanes (Sagan) - Yogyakarta, Telp. (0274) 545480
Fax. (0274) 411254, E-mail: josse@indosat.net.id



◀◀ hanya yang terbaik
yang kami miliki ▶▶



Foto bersama anak-anak GAB VBP (Gelanggang Anak Buddhis Vihara Buddha Prabha) bersama pengurus-pengurusnya di depan vihara pada saat HUT GABVBP ke-11 pada 9 November 2003. Tampak di deretan paling depan Mas Kun bersama anak-anak sedang tersenyum gembira. Minggu(9/11/03).



Dharma talk di Vihara Buddha Prabha di Ruang Serbaguna, dengan tema "Beragama Buddha". Dari kiri: (penerjemah dan moderator) dan pembicara yang berasal dari Ne...



Kunjungan daerah dan pelatihan Setprov PMVBI DIY 6-7 Desember 2003 ke Panggang, Gunung Kidul, Yogyakarta. Tampak pada gambar foto bersama jajaran Sekprov DIY bersama muda/i Panggang di depan altar Vihara Giri Surya Panggang. Minggu(07/11/03).



Dharma Prabha mengikuti Pameran Pusdiklat Bodhidharma, Jakarta. Tampak pada gambar pengunjung lalu lalang dengan spanduk dan tampak di belakang.



Pameran Prabha yang berlangsung di Jakarta pada tanggal 20-21 Desember 2003. Tampak pada gambar pameran yang sedang berlangsung di stand Dharma Prabha.



Pameran Majalah Buddhis di Jakarta pada tanggal 20-21 Desember 2003. Tampak pada gambar pameran yang sedang berlangsung di stand Dharma Prabha.



Pelatihan Nasional Sekber PMVBI di Jakarta 25-28 November 2003. Tampak pada gambar foto bersama para peserta pelatihan. Pelatihan ini diikuti oleh 57 peserta yang berasal dari 12 Sekretariat provinsi di seluruh Indonesia.

Nomor edisi: 39/November/2003

Judul: Alim Kehidupan

Buddha menerangkan tentang kehidupan yang telah hidup berulang-ulang kali dan dapat diingat berdasarkan pada kemampuan batin yang dihasilkan oleh meditasi. Dalam agama Buddha dikenal 31 alam. Login



Konferensi Bhikkhu Sedunia (WBSC) 17-22 Desember 2003 diadakan di Indonesia, dengan dihadiri oleh sekitar 300 lebih bhikkhu-bhikkhuni dari 33 negara. Salah satu kota yang dikunjungi adalah Yogyakarta. Tampak pada gambar Bhikkhu Pannyavaro dan Sri Sultan Hamengkubuwono ke-X. Seluruh tamu undangan dan bhikkhu dijamu santap siang oleh Sri Sultan

Back Home

Search

dpiLogin

Username Address <https://www.dharmaprabha.or.id/index>

Password

daftar lupa Go

dpiNavigasi

Artikel

Berita

Forum

Pencarian

Cari

Penuncuran diponline, dharmaprabha.or.id

Yogyakarta, 06 January 2004

Setelah sekian lama digarap dan ditunggu-tunggu, akhirnya dip-online siap untuk

Pelatihan yang diberikan oleh Tim Setjend PMVBI pada STKD di Wonosari. Tampak pada gambar Sdr. Hendwi Wijaya (Ko Awi) yang sedang tersenyum lebar sambil memberikan pengarahan kepada para peserta.



...masyarakat komitmen jajaran Sekber DIY, serta ... (Ko Awi) Saras telah mengikuti Pelatihan Nasional ...

Acara Pembukaan Sarasehan & Temu Karya Daerah Jawa & Kalimantan yang berlangsung di pelataran Vihara Buddha Prabha pada hari pertama dilangsungkannya STKD 25 Desember 2003. Tampak gambar Bhikkhu Sangha, panitia dan para peserta sedang menyimak jalannya acara pembukaan.



Tamu undangan, peserta dan panitia STKD sedang menonton cuplikan tayangan "Welcome to Jogja" sebagai salah satu rangkaian acara pembukaan yang dilangsungkan di pelataran Vihara Buddha Prabha, Yogyakarta. Kamis (25/12/03).

2 2 jdy 2004-01-07

No Topic Added

...melakukan posting forum, topik, maupun ... dan nama orang lain maupun merusak sistem. ... dengan keberadan sistem, pelakunya akan ... dharma prabha.

Komunitas Santi Asoke di Thailand

Sejarah Santi Asoke

Tahu pesantren? Anda pasti sudah tahu. Suatu institusi pendidikan keagamaan yang banyak terdapat di Indonesia. Di dalam pesantren, selain belajar keagamaan dan pengetahuan umum, para santri (demikian para murid biasanya di panggil), belajar bertukang atau bercocok tanam. Tujuannya tidak lain agar mereka dapat mandiri saat keluar dari pesantren tersebut dan bergabung dengan masyarakat luas.

Demikian juga “pesantren” Santi Asoke yang terdapat di Provinsi Nakorn Pathom, Thailand, sekitar satu setengah jam perjalanan dari kota Bangkok. Namun yang berbeda di sini adalah pesantren ini merupakan pesantren para penganut agama Buddha. Jika pesantren muslim dikelola oleh para kyai, maka “pesantren” ini dikelola oleh para bhikkhu dan bhikkhuni. Banyak kegiatan yang mereka lakukan di tempat ini, selain mendengarkan ajaran Buddha yang disampaikan oleh para bhikkhu/bhikkhuni, juga mendengarkan ceramah yang disampaikan oleh murid yang diberi tugas pada saat itu.

Pada dasarnya banyak terdapat sekte Buddha di Thailand, namun ada 2 yang terbesar, yaitu *Dhammakaya* dan *Santi Asoke*. Jika pada *Dhammakaya* anggotanya adalah para “*Sino –Thai*” (orang Thai keturunan China), berpendidikan menengah ke atas (mayoritas lulusan Universitas) dan *profit-oriented*, maka *Santi Asoke* beranggota kebanyakan etnis Thai dari



pedesaan, kelas menengah ke bawah (sedikit yang berpendidikan lulusan universitas) dan anti-profit.

Santi Asoke sangat menjunjung tinggi kehidupan sederhana. Para pengikutnya harus mengikuti *Pancasila* atau *Atthasila* dan mereka juga vegetarian. Selain mendapat pujian mereka juga banyak menuai kritikan. Pendiri *Santi Asoke* adalah *Phra Bodhiraksa (Rak Rangpongse)* yang lahir di Provinsi Srisaket, di bagian timur laut Thailand pada tahun 1934. Beliau merupakan anak tertua dari 6 bersaudara. Saat ayahnya meninggal dunia, ia menjadi kepala rumah tangga

sekaligus pencari nafkah bagi ibu dan adik-adiknya. Selain kerja sambilan, Phra Bodhiraksa juga mencari bantuan dari anggota keluarganya yang lain. Kemudian ia mendapat kesempatan untuk belajar di Poh Chang Art di Bangkok dan bekerja di Thai Television Company setelah menyelesaikan kuliahnya. Ia sangat berbakat dalam menulis lagu dan sebagai *program organizer*. Mungkin karena jenuh dengan kehidupan yang *hedonist*, ia lalu memperdalam ajaran Buddha dan ditabihkan menjadi seorang *Bhikkhu Thammayut* pada usia 36 tahun pada tahun 1973. Saat itu juga ia keluar dari pekerjaannya. Phra Bodhiraksa lalu mendirikan pusat kegiatan keagamaan bernama *Dean Asoke* di Nakorn Pathom di mana para pengikut Buddha dari ordo Mahanikaya dan Thammayut hidup berdampingan dan menjalankan ajaran Buddha bersama-sama.

Para anggota Santi Asoke sangat keras dalam penerapan tingkah laku moral. Mereka punya garis pedoman yang mungkin bisa disamakan dengan "*Ten Commandments*":

1. tidak boleh makan daging mereka. Selain menjual produk mereka sendiri, Santi Asoke di Nakorn Pathom di Thailand, yaitu di provinsi Sinburi dan provinsi Chiang Mai.

Kegiatan sehari-hari anggota Panti Asoke sangat bervariasi. Pagi-pagi mereka bangun pukul 3 dan berkumpul di aula untuk mendengarkan ceramah pagi. Ceramah ini bisa diisi oleh Bhikkhu, Bhikkhuni atau juga murid senior. Setelah itu mereka melakukan senam

pagi, namun bagi para calon bhikkhu/bhikkhuni dan murid yang sedang belajar untuk menjadi bhikkhu/bhikkhuni, mereka melakukan sedekah pagi, di mana mereka akan berjalan beriringan dengan membawa semacam gentong yang disampirkan di bahu. Mereka berjalan sampai ke desa-desa yang ada di luar komunitas mereka untuk mendapatkan sedekah dari penduduk kampung. Sedekah ini tidak dipakai sendiri oleh bhikkhu, melainkan dibagi dengan anggota Santi Asoke lainnya. Jenis sedekah yang diberikan masyarakat biasanya adalah kebutuhan sehari-hari, seperti makanan atau buah-buahan. Sementara bagi para murid, mereka pergi ke sekolah, sedangkan masyarakat yang tinggal di lingkungan tersebut pergi bekerja, baik itu bertani atau bekerja di bengkel.

Sekitar jam 10.30, mereka makan bersama di aula dan selesai sekitar pukul 11.30. Saat itu, para murid akan istirahat sebentar, begitu juga dengan para pekerja yang di toko, bengkel atau juga yang di kebun. Saat itu biasanya mereka memutar film di *hall* sambil makan siang. Biasanya film yang diputar adalah film Mandarin, Barat atau Thai dan sudah disensor terlebih dahulu. Mayoritas mereka sangat menyukai film Mandarin dan *action* Barat. Meski sudah di sensor, namun terkadang masih terdapat juga beberapa adegan "sampah" dan hal-hal lain yang tidak berguna. Oleh karenanya, saat pemutaran film Bhikkhu/Bhikkhuni akan menjelaskan seiring adegan itu diputar. Hal ini dilakukan untuk memberi penjelasan bagi anak-anak yang juga

menonton film tersebut. Begitu juga jika di dalam film tersebut ada hal-hal baik, maka para pendamping akan menjelaskannya. Setelah acara makan siang selesai, mereka akan menjalankan kembali tugas-tugas mereka. Biasanya kebanyakan mereka akan tidur pukul 9 malam.

Hal lain yang menarik dari Santi Asoke adalah warna jubah mereka. Di Thailand, biasanya kita akan melihat para Bhikkhu menggunakan jubah kuning terang, jingga atau kuning kunyit. Kalau kita berkunjung ke Chiang Mai, maka kita juga akan melihat Bhikkhu yang menggunakan jubah merah marun. Mereka merupakan sebagian kecil dari Bhiksu Tibet yang sedang berkelana ke Thailand. Namun di Santi Asoke, seluruh Bhikkhu/Bhikkhuni menggunakan jubah berwarna coklat gelap. Menurut mereka, Buddha tidak ingin para Bhikkhu menggunakan warna terang yang dapat menimbulkan rasa suka bagi mereka yang melihatnya. Dalam Tripitaka dikatakan dengan jelas bahwa ada 7 warna yang tidak boleh digunakan oleh para Bhikkhu: orange kekuning-

kuningan, nila kebiru-biruan, kuning, merah, merah jambu, hitam, dan merah kekuning-kuningan (*yellowish-orange, indigo blue, yellow, red, pinkish-red, black and pink*).

Selain itu di Thailand, sejak konstitusi menuliskan bahwa agama negara adalah agama Buddha, maka terdapat satu institusi yang mengurus segala kegiatan agama Buddha bahkan tentang hukum keagamaan. Di Thailand, sesuai dengan ajaran *Thammayut*, tidak diperbolehkan adanya Bhikkhuni. Namun di Santi Asoke kita bisa melihat beberapa Bhikkhu yang mempunyai tugas seperti kita acungkan jempol. Meski hampir tidak pernah ada bantuan dari pemerintah Thailand, namun program yang mereka buat dapat berjalan dengan baik dengan bantuan dari penduduk sekitar dan juga para simpatisan. Karenanya sungguh bagus kiranya jika kita melihat kegiatan mereka dengan hati terbuka tanpa melihat perbedaan-perbedaan yang mungkin tidak prinsipil. Tidak tertutup kemungkinan jika kita juga bisa belajar dari mereka.

Banda Aceh, 3 Desember 2003

Rosnida Sari

Segenap Redaksi Majalah Dharma Prabha
dan Keluarga Besar Generasi Muda Cetiya Buddha Prabha

Mengucapkan

SELAMAT HARI MAGHA PUJA

Turut mengucapkan:
Yayasan Bhakti Manggala Dharma
Vihara Buddha Prabha Yogyakarta

Vipassana Bhavana



Oleh: Bhikkhu Vajhira Dhammo

Obyek Vipassana Bhavana

Dalam melaksanakan Vipassana Bhavana, obyeknya adalah nama dan rupa (batin dan materi) atau Pancakhandha (lima kelompok faktor kehidupan). Ini dilakukan dengan memperhatikan gerak-gerik nama dan rupa terus menerus sehingga dapat melihat dengan nyata bahwa nama dan rupa itu dicengkeram oleh anicca, dukkha dan anatta.

Pancakhandha terdiri atas : rupakhandha (kelompok jasmani), vedanakhandha (kelompok perasaan), sannakhandha (kelompok pencerapan), sankhara-khandha (kelompok bentuk pikiran) dan vinnana-khandha (kelompok kesadaran).
Sesungguhnya Pancakhandha itu adalah makhluk.

Empat Macam Satipatthana

Empat macam Satipatthana itu adalah Pancakhandha atau nama dan rupa itu sendiri. Sesungguhnya yang

akan berkembang dalam latihan Vipassana itu ialah perhatian yang tajam dan kesadaran yang kuat yaitu :

a. Kaya-Nupassana (perenungan terhadap badan jasmani)

Salah satu contoh yang paling baik, populer dan praktis tentang meditasi dengan obyek badan jasmani ialah Anapanasati (menyadari keluar masuknya nafas, tidak perlu ditekan paksa pada pernafasan atau dibuat-buat tetapi bernafaslah secara biasa dan wajar). Cara yang lain dalam meditasi yang terpenting adalah sadar dan waspada terhadap segala sesuatu yang dilakukan, ketika berjalan, berdiri, duduk, atau berbaring, sewaktu membungkuk dan melentangkan badan, serta melihat ke muka dan ke belakang, ketika berpakaian, makan dan minum atau yang lainnya. Hal ini tidak bermaksud untuk menyiksa diri tetapi mengendalikan badan dengan penuh kesadaran.

b. Vedana-Nupassana (perenungan terhadap perasaan)

Perenungan terhadap perasaan yang sedang dialami secara obyektif, baik perasaan yang sedang dialami secara obyektif, baik perasaan senang maupun tidak senang maupun acuh tak acuh terhadap perasaan yang dialaminya. Kemudian direnungkan bagaimana ia timbul, berlangsung dan kemudian lenyap kembali. Perasaan yang harus dikendalikan oleh akal dan kebijaksanaan, agar perasaan itu tidak membangkitkan bermacam-macam bentuk emosi. Apabila perasaan telah dapat diatasi dengan cepat, maka batin menjadi bebas, tidak terikat oleh apapun di dalam dunia ini.

c. Citta Nupassana (perenungan terhadap pikiran)

Perenungan terhadap segala gerak-gerik pikiran apabila masih dihinggap hawa nafsu atau terbebas daripadanya, maka semua itu harus disadari. Pikiran harus diarahkan pada kenyataan hidup saat ini. Masalah yang telah lewat atau yang akan datang tidak boleh terlalu dipikirkan saat ini karena akan selalu membuang banyak energi yang tidak ada manfaatnya. Jadi pikiran harus diamati dan disadari agar menjadi bebas dan tidak terikat.

d. Dhamma-Nupassana (perenungan terhadap bentuk-bentuk pikiran)

Disini yang perlu untuk direnungkan adalah bentuk-bentuk pikiran dengan sewajarnya, perenungan terhadap lima macam rintangan, berbagai macam kelompok faktor kehidupan (Pancakhandha), 12 Ayatana, Satta Bojjhanga, Cattari Ariya Saccani.

Sepuluh macam Vipassanupakilesa

Vipassanupakilesa adalah kekotoran batin atau rintangan yang menghambat dalam perkembangan pandangan terang dimana dalam melaksanakan Vipassana Bhavana ada 10 macam Vipassanupakilesa, yaitu :

1. Obhasa, ialah sinar-sinar yang gemerlapan, yang bentuknya dan keadaannya bermacam-macam, yang kadang-kadang merupakan pemandangan yang menyenangkan.
2. Piti, ialah kegiuran yang merupakan bentuk perasaan yang nyaman dan nikmat. Piti ini ada 5 macam menurut keadaannya, yaitu :
 - a. Khudaka Piti ialah kegiuran yang kecil, yang suasananya seperti bulu badan yang terangkat atau merinding.
 - b. Khanika Piti, ialah kegiuran yang sepiintas lalu menggerakkan badan.
 - c. Okkantika Piti, ialah kegiuran yang menyeluruh dalam suasana meriang di seluruh badan seperti ombak lautan yang tak bertepi.
 - d. Ubbonga Piti, ialah kegiuran yang mengangkat, yang memunculkan suasana seolah-olah mengangkat badan naik ke udara.
 - e. Pharana Piti, ialah kegiuran yang menyerap seluruh badan yang suasana seluruh badan seperti terserap oleh perasaan yang menakjubkan.

3. Passadi, ialah ketenangan batin yang seolah-olah orang telah mencapai penerangan sejati.
4. Sukha ialah perasaan yang bahagia yang seolah-olah telah bebas dari penderitaan.
5. Saddha ialah keyakinan yang kuat dan harapan agar setiap orang juga seperti dirinya.
6. Paggaha ialah usaha yang selalu giat, dan lebih giat lagi dalam berusaha semestinya.
7. Upatthana ialah ingatan yang tajam, sering muncul dan mengganggu perkembangan kesadaran karena tidak memperhatikan saat yang sekarang ini.
8. Nana ialah pengetahuan yang sering muncul dan mengganggu jalannya meditasi.
9. Upekha ialah keseimbangan batin dimana pikiran tidak mau bergerak untuk menyadari proses-prosesnya yang muncul.
10. Nikanti ialah perasaan puas terhadap obyek-obyek.

Sepuluh macam Vipassanupakilesa ini biasanya timbul dalam perkembangan Sammasana-Nana, yaitu Nana yang ketiga.

Empat Macam Vipallasa-Dhamma

Vipallasa-Dhamma berarti kekhayalan, kepalsuan, kekeliruan yang berkenaan dengan paham yang menganggap suatu kebenaran sebagai suatu kesalahan dan kesalahan sebagai suatu kebenaran. Vipallasa-Dhamma ini ada 4 macam dan harus dibasmi dengan melaksanakan 4 macam Satipathana yaitu :

1. Subha-Vipallasa yaitu kekeliruan dari pencerapan, pikiran, dan pandangan, yang menganggap sesuatu yang tidak cantik sebagai cantik, dan dapat dibasmi dengan melaksanakan Kaya-Nupassana.
2. Sukha-Vipallasa yaitu kekeliruan dari pencerapan, pikiran, dan pandangan, yang menganggap sesuatu yang diderita sebagai bahagia, dan hanya dapat dibasmi dengan melaksanakan Vedana-Nupassana.
3. Nicca-Vipallasa yaitu kekeliruan dari pencerapan, pikiran, dan pandangan, yang menganggap sesuatu yang tidak kekal sebagai kekal, dan hanya dapat dibasmi dengan melaksanakan Citta-Nupassana.
4. Atta-Vipallasa yaitu kekeliruan dari pencerapan, pikiran, dan pandangan, yang menganggap sesuatu yang tanpa aku sebagai aku, dan hanya dapat dibasmi dengan melaksanakan Dhamma-Nupassana.

Enam Belas Macam Nana

Nana berarti pengetahuan. Apabila dengan tekun melaksanakan Vipassana Bhavana maka akan berkembang Nana di dalam dirinya. Keenam belas macam dari Nana itu adalah :

1. Nama-Rupa Pariccheda Nana ialah pengetahuan mengenai perbedaan nama (materi) dan rupa (batin).
2. Paccaya Pariggaha Nana ialah pengetahuan mengenai hubungan sebab akibat dari nama dan rupa.
3. Sammasana Nana ialah pengetahuan yang menakjubkan nama dan rupa sebagai Tilakkhana yaitu Anicca, Dukkha dan Anatta.
4. Udayabbaya Nana ialah pengetahuan dari timbul dan lenyapnya nama dan rupa.
5. Bhanga Nana ialah pengetahuan mengenai ketakutan yang berkenaan dengan peleburan dan pelenyapan nama dan rupa.
6. Bhaya Nana ialah pengetahuan mengenai ketakutan yang berkenaan dengan sifat nama dan rupa.
7. Adinava Nana ialah pengetahuan mengenai kesedihan yang berkenaan dengan sifat nama dan rupa.
8. Nibbida Nana ialah pengetahuan mengenai keengganan yang berkenaan dengan sifat nama dan rupa.
9. Muncitukamyata Nana ialah pengetahuan mengenai keinginan untuk mencapai kebebasan.
10. Patisankha Nana ialah pengetahuan mengenai penglihatan akan jalan yang menuju kebebasan, yang menimbulkan keputusan untuk melatih secara terus menerus dengan semangat.
11. Sankharupekkha Nana ialah pengetahuan mengenai keseimbangan tentang semua bentuk-bentuk kehidupan.
12. Anuloma Nana ialah pengetahuan mengenai penyesuaian dari Ariya-Sacca sebagai persiapan untuk memasuki Sang Jalan (Magga) dan untuk mencapai Phala (hasil) dari Magga dalam mendekati Nirvana dengan melalui Anicca, Dukkha dan Anatta.
13. Gotrabu Nana ialah pengetahuan mengenai pemotongan keadaan duniawi dan Nirvana sebagai obyek dari pikiran.
14. Magga Nana ialah pengetahuan mengenai penembusan terhadap Magga dimana kilesa telah lenyap.
15. Phala Nana ialah pengetahuan mengenai pembabaran Phala yang merupakan hasil dari penembusan terhadap Magga dan Nirvana sebagai obyek batinnya.
16. Paccavekkhana Nana ialah pengetahuan mengenai peninjauan terhadap sisa-sisa kilesa atau kekotoran batin yang masih ada.

Di dalam melaksanakan Vipassana Bhavana, ada empat macam obyek meditasi yang disebut dengan satipatthana. Keempat macam obyek ini harus disadari oleh orang yang akan melaksanakan meditasi untuk meningkatkan kemajuan bathinnya.

Sikap Umat Buddha dalam Mengantisipasi Ketegangan di Era Reformasi yang tak Menentu

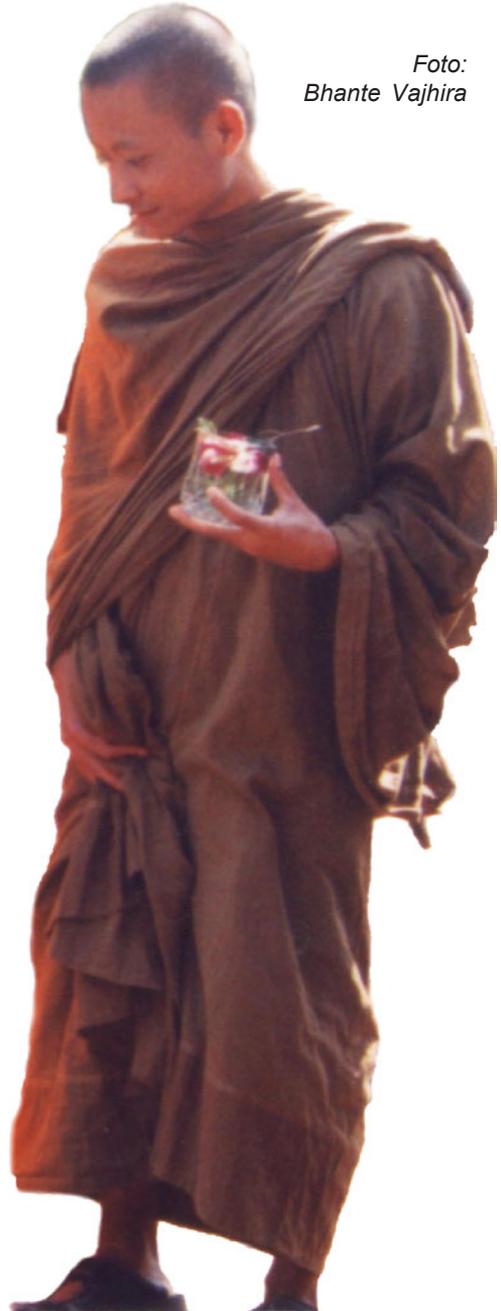
Oleh: *Bhikkhu Vajiradhammo*

Foto:
Bhante Vajhira

A. Pengantar

Seluruh alam semesta merupakan arena pertempuran yang luas. Kehidupan tak lain hanyalah perjuangan tiada henti, molekul melawan molekul, atom melawan atom, elektron melawan elektron, laki-laki melawan laki-laki, perempuan melawan perempuan, manusia melawan binatang dan binatang melawan manusia, makhluk halus melawan manusia, manusia melawan makhluk halus, manusia melawan alam, alam melawan manusia. Sistem tubuh sendiri merupakan arena pertempuran, konflik dan ketegangan yang sulit untuk dikendalikan dan yang paling besar.

Manusia yang tidak berdamai dengan dirinya sendiri tidaklah mungkin berdamai dengan dunia dan perang di luar harus dilanjutkan untuk menutupi perang yang sebenarnya terjadi dalam diri setiap manusia. Doa yang paling penting saat ini adalah perdamaian, timbulnya ketenangan. Tetapi tak mungkin ada kedamaian dalam dunia yang rusak oleh peperangan, penindasan, pengeboman seperti terjadi di Bali dan juga hotel JW Merriot. Bila kekerasan,



penindasan terhadap yang lemah, dan pertentangan yang ada di dalam dirinya sendiri belum dapat teratasi, maka ketegangan dan kerusuhan akan selalu muncul di dunia ini.

Di mata Sang Buddha, makhluk hidup gemetar bagaikan ikan di dalam sungai yang hampir kering, berada dalam cengkeraman nafsu, melompat ke sana ke mari, bagaikan kelinci yang terkurung dalam perangkap atau hilang seperti anak panah yang ditelan kegelapan malam. Beliau melihat pergelutan antara seseorang melawan orang lain, perusakan-perusakan yang tak masuk akal, di mana seseorang selalu mengorbankan yang lainnya dan ia sendiri akan menjadi korban yang lain. Perang diciptakan oleh pikiran manusia dan pikiran yang sama dari manusia dapat menciptakan perdamaian dan keadilan bila manusia menggunakan pikirannya dengan adil. Buddha Dharma dapat berfungsi dalam kehidupan bersama kalau dihayati apa yang menjadi intinya, yakni keyakinan kita terhadap Tri Ratna, yang merupakan pilihan dan keputusan yang menyangkut dan menentukan hidup.

B. Faktor pendukung dalam perdamaian

Dalam kehidupan, mencari kepuasan dan pencapaian keinginan sudah menjadi sifat manusia, seperti yang ditulis oleh **Maslow** dengan motifasinya, di mana manusia mempunyai kebutuhan, di antaranya kebutuhan jasmani material berbentuk pakaian, makanan, tempat berteduh dan

kebutuhan non material, umpamanya yang bersifat biologis, misalnya kelangsungan hidup dan pertumbuhan jasmani.

Sehingga jaminan terhadap ketentraman, prestise, kekuasaan, popularitas, harga diri, kebanggaan dan lainnya merupakan "*Basic personal need*". Kebutuhan ketentraman, misalnya kebutuhan akan perlindungan dan keamanan, hukum yang jelas, selalu didambakan oleh setiap manusia secara lahiriah. Kondisi itu bisa tercapai apabila kita hidup dalam lingkungan sosial yang aman, terbebas dari peperangan, konflik, pencurian, perampokan, dan serangan dari luar. Kita biasanya mencari ketentraman melalui suatu kekuatan di luar diri kita sendiri, mungkin dalam bentuk pemujaan, persembahyangan dengan memakai persembahan dan korban. Pencapaian tujuan dengan menggunakan cara demikian inilah realitas kehidupan sehari-hari, baik tujuan itu melalui jalan pintas, berkolaborasi dengan roh yang memiliki kekuatan magis, dan kemudian meminta pengorbanan yang besar, untuk mendapatkan kekayaan, kekuasaan. Padahal sebenarnya pencapaian tujuan dapat juga melalui nilai ajaran kebenaran dan cinta kasih.

C. Munculnya permasalahan dan ketegangan dalam kehidupan

Beberapa bentuk permasalahan yang sering muncul dan dihadapi dalam kehidupan saat ini dengan melihat kondisi di negara Indonesia, diantaranya:

1. Pemiskinan dan penyempitan cakrawala terhadap nilai-nilai religius/agama dan juga budaya sendiri. Sebagai bagian dari dunia masa kini yang terus menerus berubah, generasi saat ini lahir, dididik dan dibesarkan dalam situasi serta kondisi yang jauh berbeda dengan generasi terdahulu. Bentuk budaya baru yang membawa nilai-nilai relatif asing kini sudah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari. Akibatnya, perhatian generasi kini terhadap agama, serta nilai-nilai luhur sendiri mulai cenderung tersisihkan, sehingga sadar atau tidak, telah berkembang sikap ketidaktertarikan terhadap agama, dan juga kebudayaan sendiri. Sebaliknya, agama dianggap hal yang ketinggalan jaman dan memunculkan kegembiraan untuk membentuk yang baru.
2. Kesenjangan antar produk dan mentalitas manusia yang rendah sebagai bentuk dalam pemakaiannya. Pola tingkah laku yang cermat dalam berpikir yang rasional ilmiah akan mudah terpengaruh gaya hidup yang moderen. Akhirnya kebudayaan sendiri mulai ditinggalkan dan terjadi kecemburuan sosial yang bersifat destruktif.
3. Besar pasak daripada tiang. Maunya begitu, tetapi keadaannya masih begini-begini saja. Akibat pesatnya kemajuan dimensi fisik, ada keinginan menggebu untuk serba cepat, tidak disesuaikan dengan kemampuan, padahal masih banyak orang yang belum mampu bersikap tepat dan efisien dalam menggunakan kesempatan yang ada. Hal ini tentunya akan memunculkan permasalahan baru (fanatisme yang irasional).
4. Belum adanya kesadaran yang tinggi dalam kehidupan bermasyarakat. Sesungguhnya masyarakat adalah plural (diversity). Akibat dari bentuk pemaksaan dan keterpaksaan untuk mengkamufleskan konflik, maka ibarat "bara di dalam sekam", sewaktu-waktu akan muncul konflik, ketegangan dan terwujud dalam tindak kekerasan, peperangan, pencurian dan lainnya.
5. Permasalahan yang berbentuk horisontal lebih memperlihatkan ketegangan, pertikaian antar manusia atau masyarakat, sehingga banyak kasus dapat terjadi disebabkan oleh kecenderungan tingkah laku manusia atau kelompok yang memanfaatkannya untuk kepentingan sendiri.
6. Aktifitas demokrasi (sebagai atribut pemilu) baik mulai persiapan atau perumusan pelaksanaannya hingga akhir hasilnya selalu akan menumbuhkan konflik dan

permasalahan yang besar. Di mana pesta demokrasi ini (pemilu yang akan datang) berkaitan erat dengan *sharing of power*, termasuk dengan sendirinya *distribution of income* yang sering menumbuhkan gejala-gejala konflik yang tidak saja struktural vertikal, tetapi juga horisontal. Bahkan kedua-duanya tidak saja dapat menghasilkan konflik yang fungsional yang bernada pembaharuan atau perkembangan, tetapi kebanyakan (kasus di Indonesia) lebih berwarna kekerasan yang irasional destruktif yang menumbuhkan kerusuhan-kerusuhan pada tatanan fisik tetapi juga mengguncang tata aturan kehidupan dan sosial.

7. Bentuk persoalan yang telah diwariskan pemerintahan yang *benevolent authoritarian*, kesenjangan dan ketidakadilan dalam kehidupan dan penghidupan masyarakat, *euphoria* demokrasi tanpa tahu wujud demokrasi yang sesungguhnya, otonomi dan desentralisasi sebagai wujud dari demokrasi lokal yang masih lebih merupakan *the process of political interasion* daripada *technical* atau *practical administration*, infrastruktur politik maupun pemilu yang lebih mengikuti kepentingan subyektif daripada etika dalam berpolitik, kecemasan, ketegangan, *insecurity* dalam

penghidupan dan kehidupan masyarakat, sampai pada ketidakpercayaan terhadap partai politik, pemerintahan, birokrasi, dan lembaga-lembaga hukum serta advokasi. Semua itu mengakibatkan dan memunculkan konflik dengan kekerasan, sehingga kewenangan dan kekuasaan untuk kesejahteraan rakyat menjadi tercemar, keluar dari makna dan wujud sesungguhnya. Kepentingan rakyat, martabat manusia menjadi barang permainan yang terkamuflese dalam wujud yang selalu mengatasnamakan demokrasi.

Selama api hawa nafsu belum dipadamkan, maka kedamaian dan ketentraman tidak dapat dinikmati dan rasa aman tak kunjung tiba. Ini adalah perjuangan semua orang, bukan hanya perjuangan umat Buddha saja. Semua orang harus berjuang untuk mulai mengendalikan dirinya masing-masing, berbuat kebajikan dengan sebaik mungkin. Sembahyang dan berdoa itu perlu, perlu untuk memperkuat keyakinan kita, mengokohkan iman dan semangat, tetapi bukan berarti hanya dengan sembahyang atau berdoa, maka segalanya bisa terwujud, bukan berarti damai dan sejahtera akan datang begitu saja. Pengendalian terwujud dalam cinta kasih, dan berusaha untuk

merangsang pengendalian hawa nafsu yang rendah dan berusaha keras untuk menghindarkan bentuk kejahatan. Mereka yang mempunyai hati cinta kasih, akan merasakan kedamaian yang sama meskipun agama mereka berbeda.

D. Potensi konflik yang muncul

Potensi konflik sangat erat dengan sumber-sumber konflik itu sendiri. Hal ini terkait dengan domain-domain kepentingan, informasi, nilai-nilai, hubungan, alokasi sumber daya ekonomi dan distribusi kekuasaan, serta struktur masyarakat. Keenamnya merupakan daur sumber konflik dan tidak mungkin dihilangkan karena manusia hidup di dalamnya, yang terdiri atas:

- a. Pemenuhan kepentingan, semestinya diusahakan sehat dan sesuai dengan prinsip keadilan serta berdasarkan aturan main (hukum).
- b. Informasi, harus dicegah dari distorsi. Prinsip *check, recheck and balance* berguna untuk menjaga agar informasi tidak diwarnai prasangka dan curiga.
- c. Nilai-nilai, kerusakan pada domain informasi menyebabkan rusaknya nilai-nilai dalam masyarakat, ukuran dari kedemokratisan, kereformasian, dan lainnya.
- d. Hubungan, apabila nilai-nilai luhur rusak, maka hubungan/relasi antar warga masyarakat terbelah dan terjadilah segregasi

sesuai dengan konflik dan isu konflik yang berkembang.

- e. Alokasi sumber daya ekonomi dan distribusi kewenangan, relasi yang rusak menyebabkan alokasi sumber daya ekonomi dan distribusi kewenangan menjadi ajang perluasan konflik dan menjadi ruang publik untuk kehidupan damai bersama.
- f. Struktur masyarakat, alokasi ekonomi dan distribusi yang rusak mendorong rusaknya struktur masyarakat yang ditandai dengan pola perilaku yang ada menyimpang menjadi potensi konflik yang sulit diatasi.

Secara garis besar, konteks konflik bisa terbagi dalam dua kategori besar, yaitu konflik vertikal dan konflik horisontal. Pada konflik vertikal, pihak yang bertikai terdiri atas bawahan dan atasan, misalnya antara warga dengan perangkat desa, masyarakat dengan pemimpin pemerintahan atau partai yang menyangkut kebijakan tertentu. Dalam konflik horisontal, konflik terjadi antara pihak yang setingkat, misalnya konflik antar warga yang berebut giliran pengairan, batas tanah garapan, perbedaan tokoh idola, perbedaan agama dan lainnya.

E. Pemecahan masalah menurut ajaran agama Buddha

Sikap umat Buddha terhadap munculnya ketegangan di era reformasi adalah membuka diri, dalam arti siap untuk beradaptasi, meskipun

keterbukaan diri bukan berarti dengan begitu saja umat Buddha menerima segala sesuatu yang ditawarkan, tetapi perlu adanya kesiapan diri atau dapat disebut sebagai kemampuan diri.

Sang Buddha mengutarakan dalam Anggutara Nikaya III; 127, tentang lima ajaran yang perlu dikembangkan dalam diri masing-masing, terutama berkaitan dengan menimbulkan kemampuan diri sendiri (Lima Vesarajjakammattana) yang terdiri atas:

1. Memiliki keyakinan pada diri sendiri (saddha). Keyakinan tidak boleh diabaikan bahkan ditinggalkan begitu saja. Krisis keyakinan bahkan tuna keyakinan merupakan wujud dari penyempitan dan pemiskinan wawasan agama seseorang. Umat Buddha diharapkan dapat mendorong dan memperkuat dirinya sendiri dalam keyakinan Dhamma. Keyakinan terhadap Dhamma dapat diperoleh melalui jalur pengertian (pariyati), pengenalan (patipatti), dan pengalaman (pativeda). Dhamma hendaknya memacu setiap umat Buddha untuk lebih banyak menekuni ketiga jalur tersebut sebagai realisasi umat Buddha yang memiliki wawasan Dhamma yang tepat dalam era reformasi.
2. Mampu mengendalikan dirinya sesuai dengan norma kebenaran (sila). Pengendalian diri tidak saja berlaku pada kehidupan di era reformasi, akan tetapi sepanjang hidup manusia. Umat Buddha hendaknya mengendalikan dirinya sesuai dengan Dhamma yang merupakan wujud identitas kehidupan beragama Buddha, selalu mawas diri serta penuh kewaspadaan. Umat Buddha yang mampu mengendalikan dirinya dengan baik, dalam kehidupan sehari-hari akan selalu diliputi rasa aman, karena tidak menyesali dirinya, tidak akan malu dan tidak takut bergaul dengan siapa pun juga, damai batinnya saat kematian tiba, pikirannya selalu tenang, dan setelah ini akan terlahir kembali di alam yang berbahagia.
3. Berwawasan dan berpengetahuan yang luas (bahusacca). Dalam kehidupan saat ini, memiliki pengetahuan yang luas, akan membuat kita tidak mudah terhanyut dalam aksi-aksi yang selalu merugikan diri sendiri dan orang lain. Sebagai umat Buddha, hendaknya tidak boleh tertinggal dan selalu berusaha untuk mendalami ilmu pengetahuan dan teknologi yang tepat guna, sebab kedalaman pengetahuan ini akan memperkaya diri dan membantu orang lain. Secara dimensi fisik, untuk memenuhi kebutuhan hidup dan secara sosial mampu untuk menghadapi perubahan yang tak dapat terelakkan.
4. Mempunyai semangat yang tinggi serta berusaha dengan rajin

dan tekun dalam mencapai kemajuan diri (viriyambha). Perkembangan dan perubahan yang terjadi saat ini tentunya menuntut sikap tepat waktu, efisien dan efektif dalam penggunaan, keberanian bersaing dan berkorban. Selain itu, diperlukan juga sikap rajin dan bersemangat. Bagi umat Buddha, semangat dan rajin merupakan syarat-syarat yang diperlukan bagi tumbuh dan berkembangnya kehidupan yang positif.

5. Selalu berusaha untuk memunculkan pengertian dan pikiran yang benar setiap saat (panna). Dunia ini penuh dengan munculnya pengertian dan pikiran yang tidak sesuai ajaran Buddha. Pemujaan terhadap kekuasaan materi yang berlebihan menjadikan pandangan atau prinsip hidup seseorang tidak lagi memanusiasikan manusia. Manusia lalu diubah statusnya dari mahluk hidup menjadi materi yang hidup. Umat Buddha diharapkan tidak terperosok pada pandangan yang salah terhadap hidup dan kehidupan pada saat yang tidak menentu ini. Pemahaman yang benar, bahwa hidup ini selalu berubah (anicca), tidak memuaskan (dukkha), dan tanpa substansi atau inti yang kekal (anatta) merupakan sikap diri yang benar dalam memperoleh bentuk kebebasan diri dan kebahagiaan hidup di era

reformasi dan globalisasi dan mampu menumbuhkan kehidupan yang terarah.

Pada kesempatan ini, penulis mengajak semua umat Buddha (anggota Sangha, Pandita, Upasakha dan Upasikha) bahkan kalau boleh para pemimpin bangsa dan umat beragama, agar berusaha untuk menjadikan diri kita sebagai duta-duta pembawa rasa aman dan rasa damai.

F. Kesimpulan

Sang Buddha telah banyak menjelaskan bahwa, selama masih ada kemelekatan akan bentuk kesenangan duniawi atau keinginan akan permujudan (kelangsungan hidup), tak akan ada kebebasan dari penderitaan fisik dan mental. Keinginan sangat penting untuk kelangsungan hidup. Bila hidup masih berlangsung, penderitaan tidak dapat dihindarkan. Jadi, kemelekatan akan bentuk keabadian merupakan salah satu sebab timbulnya pikiran-pikiran yang selalu mementingkan diri sendiri dan juga penderitaan.

Buddha Dhamma memuat "Jalan Tengah" untuk mencapai kemajuan dalam perubahan di tengah-tengah kehidupan masa kini. Ajaran itu menekankan perkembangan dan perubahan dalam kemajuan segi fisik maupun mental, sehingga kemajuan batin tidak dinomorduakan. Manusia yang ideal hendaknya selalu

mempertimbangkan empat macam kemajuan, diantaranya:

1. Bentuk kemajuan fisik (kaya-bhavana), adalah perkembangan jasmani maupun materi bagi setiap manusia sesuai dengan ajaran Sang Buddha tentang penanganan ekonomi dan lingkungan yang benar.
2. Kemajuan kehidupan sosial (sila-bhavana), merupakan perkembangan hubungan dan lingkungan hidup sosial di antara manusia yang baik dan mewujudkan keadilan sosial.
3. Kemajuan mental (citta-bhavana), adalah perkembangan hubungan sifat mental yang baik, seperti penuh cinta kasih, kasih sayang, simpati, keseimbangan batin, perhatian, pengertian, dan pemusatan kesadaran. Praktik dalam meditasi ketenangan merupakan cara untuk memperoleh sifat mental yang baik.
4. Kemajuan intelektual (panna-bhavana), merupakan

perkembangan kebijaksanaan dan kemampuan untuk dapat menyadari corak keadaan, bahwa segala sesuatu sebagaimana adanya. Hal ini dapat dicapai dengan latihan meditasi pandangan terang.

Buddha Dharma bersifat terbuka dan memberikan peluang kebebasan berpikir juga sejalan dengan sifat-sifat masyarakat di jaman yang rasional ini. Kebebasan dan keterbukaan dalam kehidupan sosial budaya, kepedulian dalam paham demokrasi yang positif, menghargai hak-hak asasi manusia yang lain, kepedulian manusia terhadap alam dan lingkungan hidup, kreasi seni dan budaya, kepemimpinan, kekuasaan yang mengerti akan tugasnya, selalu menandai ciri-ciri positif kehidupan era reformasi dan globalisasi ini.

Marilah kita berdoa semoga saudara-saudara kita yang tertimpa kemalangan mendapat perlindungan dari Sang Tri Ratna, dihindarkan dari segala mara bahaya serta tabah dalam menghadapi kenyataan hidup ini.

--=o0o=--

Sumber:

- Craing Arendse, Robert Evans dan John C. Nelson, 2000, *Advanced Training in Meditation*, Pusat Studi Pengembangan Perdamaian UKDW, Yogyakarta.
- Dharmanto S.M., 1994, *Jangan Tangisi Tradisi*, Kanisius, Yogyakarta.
- Dodd, Carley H., 1998, *Dynamic of Intercultural Communication*, Boston: McGraw Hill Companies Inc., Jakarta.
- H. Saddatissa, 1999, *The Sutta Nipata (Sutta Nipata)*, Vihara Bodhivamsa, Klaten.
- Jo Priastana S.S., M. Hum, 2000, *Buddha Dharma Kontektual*, Yasodara Putri, Jakarta.
- Nyanaponika Thera dan Bhikkhu Bodhi, 2001, *Translit, Petikan Anggutara Nikaya I dan II*, Wisma Meditasi Dhammaguna, Klaten.
- M. Dian Nufi, 2003, *Memahami Potensi dan Kontek Ketegangan Sosial Menjelang Pemilu 2004*, FKAUB-LBKUB, Boyolali.
- Surya Widya Pandita Sasanadhaja, 2001, *Dhammapada*, Abdi Dhamma Indonesia, Jakarta.
- Sri Dhammananda, 1996, *Tujuan Hidup (The Purpose of Life)*, Yayasan Dhammadipa Arama, Jakarta.
- Sulak Sivaraksa, 2001, *Benih Perdamaian*, Hikmahbudhi, Jakarta.
- U Ko Lay, 2000, *Panduan Tipitaka Kitab Suci Agama Buddha*, Vihara Bodhivamsa Vajhiranaraoasa, 1989, *Navakovada*, Yayasan Dhammadipa Arama, Jakarta.
- Warsito Utomo, 2003, *Mengantisipasi Ketegangan Sosial Seputar Pemilu 2004, M Beragama*, FKAUB, LKBKUB, Boyolali.

Segenap Redaksi Majalah Dharma Prabha
& Keluarga Besar Generasi Muda Cetya Buddha Prabha

Mengucapkan:



SELAMAT Atas divisudanya:

Bhikkhu Sasana Bodhi

(S2 Ilmu Filsafat Universitas Gadjah Mada)

Pada Hari Selasa, 27 Januari 2004

Turut mengucapkan:

Yayasan Bhakti Manggala Dharma

Vihara Buddha Prabha

Paramitha

(Persaudaraan Alumni Generasi Muda Cetya Buddha Prabha)



Semarang, 27 Desember 2003

Agus Karunananda (Upa. Dhamma Cando)

Sophia Magdalena (Upi.Sasana Metta)

Julia Cia



Batam, 31 Desember 2003

Sofian Agung Wijaya

Wang Chun Chi

Jakarta, 18 Januari 2004

Veronica



RENUNGAN HARIAN

Sebagai seorang manajer, ia merasa bahwa dengan posisi ini dirinya dapat dengan leluasa menggunakan kekuasaan untuk melakukan apa saja terhadap bawahannya, termasuk memakai segala fasilitas dan milik perusahaannya untuk kepentingan diri sendiri serta keluarganya.

Setelah ia tidak lagi menjabat atau menduduki posisi tersebut, ia merasa sangat terpukul dan tertekan batinnya karena tidak dapat lagi melakukan hal-hal seperti yang disebutkan di atas.

Sakit rasanya bisa dimengerti ketika tempat usahanya tiba-tiba ikut terbakar dalam suatu peristiwa huru-hara yang tidak pernah terbayangkan akan terjadi, apalagi sudah sekian lama ia merintis dan mengembangkannya.

Ia merasa sangat terpukul, putus asa, dan bahkan kemudian tidak mau melakukan usaha apa-apa untuk memikirkan masa depannya.

.Kekuasaan seringkali membuat seseorang menjadi lupa, tidak menyadari bahwa pangkat, jabatan, dan kedudukan bukanlah merupakan suatu yang kekal/abadi. Dengan memahami "anicca", seseorang akan lebih mudah menjaga dan mengendalikan dirinya sendiri.

Dengan memahami sepenuh hati terhadap proses "Kamma" seharusnya benar-benar disadari bahwa kehidupan adalah suatu "kesunyataan"; Melalui "Arya Satya" (Empat Kebenaran Mulia), kehidupan ini bisa dilalui dengan penuh makna (Dukkha - Samudaya - Nirodha - Magga)

Winantya Sudjas

Tanya Jawab Agama Buddha Vihara Buddha Prabha di Bulan November dan Desember

Acara Tanya Jawab Agama Buddha yang menjadi program kerja Sie. Kerohanian GMCBP digelar kembali. Di bulan November, Kota Yogyakarta, lebih khususnya lagi Vihara Buddha Prabha kedatangan tamu spesial yang mengisi Acara **Tanya Jawab Agama Buddha**. Acara yang berlangsung pada hari Jum'at tanggal 14 November 2003 ini diisi oleh seorang dharmacari yang berasal dari New Zealand, dengan topik "Mengapa Saya Beragama Buddha?". Dr. Dharmadara banyak bercerita tentang latar belakang pribadinya dalam mengulas topik ini.

Bertindak sebagai penerjemah adalah Bpk. Ir. Agus Santoso, karena dr. Dharmadara menyampaikan ceramah serta melayani tanya jawab dalam Bahasa Inggris. Para undangan yang datang cukup antusias, terutama muda-mudi Yogyakarta yang rata-rata mahasiswa dan cukup fasih berbahasa Inggris. Tidak sedikit yang menghampiri dr. Dharmadara setelah acara selesai untuk berbicara langsung dengan Beliau.

Tepat sebulan kemudian pada Hari Minggu

tanggal 14 Desember 2003. Pembicara

kali ini adalah Bpk. Ir. Agus Santoso,

dengan mengambil topik yang cukup menarik dan tidak banyak

orang yang mengenal dengan

jelas, yaitu Zen Buddhism. Acara

yang semula direncanakan

bertempat di Ruang Serbaguna

Vihara Buddha Prabha, dengan

susunan kursi layaknya format

seminar, akhirnya berubah tempat

dengan hanya duduk bersila di depan altar

layaknya dharmadesana kebaktian Minggu. Hal ini dikarenakan jumlah peserta

yang hadir tidak begitu banyak yaitu sekitar 20 orang. Dari undangan yang disebar,

tidak banyak yang datang pada malam itu dan peserta didominasi oleh muda-mudi

GMCBP sendiri.

Tanya Jawab yang awalnya berjalan dengan santai, akhirnya menjadi cukup

seru di mana muda-mudi kiranya sangat antusias untuk bertanya kepada nara

sumber, Pak Agus Santoso, yang merupakan seorang praktisi Zen. Topik yang dibahas

lebih kepada praktik dharma sehari-hari dan bukan hanya ritual semata-mata, yang

antara lain juga mengajak para peserta untuk mempraktekkan Meditasi. Meditasi

yang merupakan praktik langsung di dalam mencicipi manisnya dharma, kiranya

banyak yang tidak mempraktekkan dan hanya sebatas mengetahui secara teori

belaka.[Joe-ly]



Makrab GMCBP di Kaliurang 15-16 November 2003

Seperti biasanya setiap tahun, GMCBP mengadakan Malam Keakraban (Makrab). Tahun ini Makrab GMCBP jatuh pada tanggal 15-16 November 2003 diadakan di Wsma Gadjah Mada, Kaliurang. Makrab GMCBP kali ini mengambil tema *Peace Forever*. Acara makrab kali ini banyak diisi dengan games-games yang seru dan menarik antara lain games osama bin laden, kereta api air, anak mencari induk, cup-cup kali cup, si buta dan si cacat. Di tengah-tengah udara sejuk Kaliurang yang segar, juga diadakan acara *Out Bound* yang cukup seru dan menantang, sehingga menjadi acara yang cukup favorit di kalangan peserta dan masih banyak lagi games lain yang menantang.

Di sela-sela acara games diadakan sebuah renungan yang bertema “Kasih Seorang Ibu kepada Anak”. Keakraban sangat terlihat pada waktu diadakan jagungan (yang sepertinya menjadi acara wajib baker-bakaran) dan membuat api unggun. Pada saat tersebut baik panitia maupun peserta sama-sama bermain, melompat dan menyanyi dengan sangat gembira sampai larut malam. Pada akhir dari GMCBP party ini diadakan *Crazy Dance*, dimana semua peserta maupun panitia harus memperagakan gaya – gaya yang gila, lucu dan funky.

Acara ini bertujuan untuk mengakrabkan anak-anak baru (mahasiswa angkatan baru 2003,red.) dengan anak-anak lama, baik pengurus maupun anggota GMCBP. Tahun 2003 ini tercatat cukup banyak anak baru yang terjaring, yang kiranya dapat menjadi tunas-tunas pengurus baru dalam rangka regenerasi. Diharapkan setelah acara ini, setidaknya pesertanya Makrab dapat saling menyapa apabila ketemu, sehingga menciptakan suasana kekeluargaan yang hangat dan akrab. [Irwan]

SEKPROV PMVBI DIY IKUT PELATIHAN NASIONAL DI JAKARTA

Di penghujung tahun 2003, tepatnya pada tanggal 23 sampai 28 November, Sekretariat Bersama Persaudaraan Muda-Mudi Vihara-Vihara Buddhayana se-Indonesia (SEKBER PMVBI) mengadakan **Pelatihan Nasional** yang bertempat di Vihara Ekayana Graha Jakarta. Event akbar ini membatasi jumlah peserta adalah 3 orang untuk tiap provinsi, akan tetapi Sekprov DIY berangkat dengan 5 orang peserta, yaitu Sdr. Rudyanto (Ketua Sekber PMVBI DIY), Sdri. Minerva A.J. Lim (Biro Administrasi & Keuangan), Sdri. Joly (Ketua DPD IPMKBI DIY), Sdr. Julifin (staf DPD IPMKBI DIY), dan Mahendra Kesumah (mewakili Ketua DPD IPGABI DIY yang kebetulan tidak bisa berangkat).

Peserta keseluruhan Pelatihan ini berjumlah 57 orang, yang datang dari 12 provinsi di seluruh Indonesia. Mengambil tema “Melalui Pelatihan Nasional Pengurus Sekretariat Provinsi Sekber PMVBI Kita Tingkatkan Kualitas SDM yang Siap Mengabdikan Bagi Kemuliaan Dharma”, pelatihan ini hampir seluruhnya diisi dengan seminar, yang terdiri dari 4 sesi tiap harinya, ditambah dengan 1 sesi dharmadesana setiap malam sehabis kebaktian malam. Seluruh kegiatan berlangsung di dalam

ruangan seminar yang baru saja selesai dibangun di dalam kompleks Vihara Ekayana, dan seluruh peserta menginap di Vihara Ekayana.

Pembicara-pembicara yang dihadirkan sangatlah kompeten, dengan membawakan materi-materi yang juga sangat berbobot. Materi mencakup manajemen, keorganisasian, *leadership* dan tak ketinggalan materi-materi dharma. Pembicara dari Bhikkhu Sangha antara lain Bhikkhu Dharmavimala, Bhikkhu Arya Maitri, Bhikkhu Saddha Nyano, Bhikkhu Dharmaphala, dan Lama Dharma Vajhira, serta dharmacari dr. Dharmadhara. Pembicara lainnya mencakup Romo Winantya Sudjas, dr. Krishnanda Wijaya-Mukti, Bpk. Sudhamek AWS, Bpk. Januar K. Dharmawan, serta Gede Prama.

Di tengah-tengah acara seminar, pada saat *break* ada sedikit insiden kecil yang mewarnai jalannya acara. Rumah penduduk yang terletak bersebelahan dengan dapur yang menyediakan konsumsi peserta terbakar dan menyebabkan asap yang cukup tebal. Para peserta rupanya cukup sigap dan tanpa dikomando langsung bereaksi untuk memadamkan air dengan menyiramkan air sebelum akhirnya datang mobil pemadam kebakaran. Tampak di sini kerjasama dan sikap terbuka untuk selalu menolong orang lain yang tertimpa kemalangan. Secara keseluruhan, Pelatihan ini bertujuan untuk memberikan motivasi kepada segenap jajaran Sekber PMVBI di daerah yang baru saja terbentuk sejak Munas & Bina Widya di Sibolangit, Sumatra Utara untuk kemudian diteruskan di daerah masing-masing. [Joe-ly]

Kunjungan Daerah SEKPROV SEKBER PMVBI DIY ke Panggang, Gunung Kidul

Pada hari Sabtu-Minggu, tanggal 6-7 Desember 2003, tepat seminggu setelah kembali dari Pelatihan Nasional di Jakarta, jajaran Sekprov Sekber DIY mengadakan **kunjungan daerah** ke Panggang, Gunung Kidul, tepatnya di Vihara Giri Surya, Panggang. Kunjungan ini merupakan wujud nyata komitmen jajaran Sekber DIY, serta merupakan realisasi nyata dari tanggung jawab setelah mengikuti Pelatihan Nasional.

Yang berangkat 6 orang : Rudyanto (Ketua Sekber) Joly (Ketua DPD IPMKBI) Julifin (staf DPD IPMKBI) Ferdy Leonardo (ketua DPD IMABI) Ledy Johanes (simpatisan) Darwin (simpatisan/ bendahara GMCBP). Berangkat sekitar jam 5 sore dari Jogja dengan 3 motor dalam keadaan cuaca yang gerimis. Menempuh medan yang cukup berat, ditambah dengan keadaan yang sudah malam cukup sulit menempuh jalan yang berbatu-batu dan mendaki. Begitu sampai, bertemu dengan muda-mudi dan mengadakan puja bakti, yang memang biasanya diadakan pada Malam Minggu di Vihara Giri Surya. Kebaktian diisi dengan Dharmadesana mengenai Keunikan Agama Buddha dan Semangat (Viriya), yang didapat dari Pelatihan Nasional di Jakarta.

Selesai kebaktian, diadakan ramah tamah dan sosialisasi Sarasehan & Temu Karya Wilayah II Jawa & Kalimantan. Jajaran Sekprov DIY berusaha menjelaskan syarat-syarat keikutsertaan dan tata cara perlombaan kepada para muda-mudi GMVGS, sekaligus memacu mereka untuk ikut serta dalam perlombaan. Sosialisasi ini berakhir dengan cukup larut, dan kemudian tidur di ruang bhaktisala vihara.

Keesokan harinya, diadakan pelatihan singkat dengan tema "WHO AM I?" yang bertujuan agar para peserta pelatihan ini dapat lebih mengenal diri sendiri, lingkungan, dan kemudian memacu semangat mereka. Dengan diisi dengan bentuk-bentuk permainan yang dibawakan oleh Sdr. Ferdy, para peserta cukup antusias di dalam mengikuti petunjuk-petunjuk yang diberikan. Selesai pelatihan, diserahkan buku dharma dan paritta kepada Ketua GMVGS, Sdr. Yanu oleh Ketua Sekber Sdr. Rudyanto. Setelah foto bersama di depan altar, jajaran Sekber DIY pun kemudian pulang kembali ke Jogja di tengah hujan yang cukup deras. [Joe-ly]

Konferensi Sangha Sedunia (WBSC) Diadakan di Indonesia

Pada bulan Desember 2003, negara Indonesia mendapat kehormatan dengan kunjungan oleh kurang lebih 300 bhikkhu dan bhikkhuni dari 33 negara. Kunjungan ini dalam rangka **World Buddhist Sangha Council (WBSC)**, yaitu konferensi tahunan para Bhikkhu Sangha seluruh dunia. Kunjungan ini berlangsung dari tanggal 17 sampai 22 Desember 2003. Para bhikkhu dan bhikkhuni ini mengunjungi beberapa kota besar di Indonesia, antara lain Jakarta, Yogyakarta dan Semarang.



Bertindak sebagai Ketua Panitia Pelaksana adalah Bhikkhu Sri Pannyavaro Mahathera, dan Sekretaris Umum Bhiksu Prajnavira Mahasthavira. Acara yang tergolong cukup besar ini mengerahkan panitia inti yang terdaftar lebih kurang 128 orang, yang terdiri dari anggota Sangha, Romo Pandita, para pengurus vihara, dan juga muda-mudi dari berbagai vihara.

Acara Pembukaan diadakan di Vihara Mahavira Graha Pusat Jakarta pada tanggal 18 Desember 2003, yang dilanjutkan dengan agenda utama yaitu sesi pertama Rapat panel yang mengambil tempat di Hotel Sheraton Media.

Rombongan tiba di Yogyakarta pada tanggal 18 Desember dan keesokan harinya mengadakan kunjungan ke Kraton Ngayogyakarta. Pada kesempatan ini, Sri Sultan Hamengkubuwono X mengadakan jamuan santap siang bersama para peserta WBSC dan rombongannya.

Rombongan juga sempat mengunjungi Vihara Mendut, dan setelah itu menuju Candi Borobudur. Di sini, para anggota Sangha mengadakan Doa Perdamaian. Doa ini dihadiri oleh lebih kurang 6000 orang. Turut hadir pada acara ini para rohaniawan agama lain, antara lain: Dr. Habib Chirzin (Gerakan Moral Rekonsiliasi Indonesia/Komnas HAM), Romo Julius Kardinal Darma Atmaja (Ketua Umum KWI), Pdt. Dr. Nathan Setiabudi (Ketua Umum PGI), I Wayan Suarjaya, M.Sc (Dirjen Bimas Hindu & Buddha Depag), Ida Resi (rohaniawan Hindu), dan Djohan Effendi (Ketua ICRP).

Pada tanggal 20 Desember 2003, rombongan tiba di kota Semarang. Di kota ini, para anggota Sangha mengikuti peresmian Vihara Mahavira Graha Semarang yang terletak di dekat Pantai Marina. Vihara yang baru saja selesai dibangun ini merupakan vihara terbesar di provinsi Jawa Tengah.

Di kota Semarang ini dilanjutkan juga sesi kedua Rapat Panel Konferensi Sangha Sedunia, yang mengambil tempat di lantai 4 Ruang Pertemuan Vihara Mahavira Graha Semarang. Pada hari yang sama juga dilangsungkan acara penutupan bertempat di lantai 1 Vihara Mahavira.

Pada tanggal 21 Desember 2003, tepatnya Hari Sabtu, Vihara Mahavira Graha

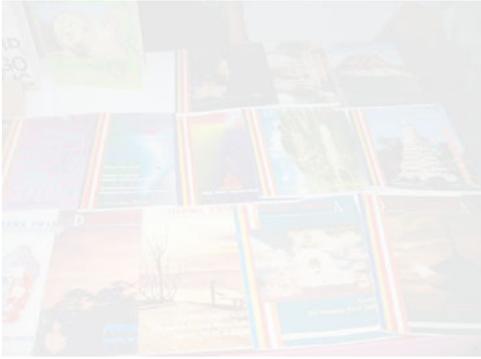


Pusat Jakarta kembali kedatangan ratusan anggota Sangha yang kembali dari Semarang. Dalam acara tersebut, umat berkesempatan untuk mendengarkan dharmadesana dari Sekretaris Jenderal WBSC (World Buddhist Sangha Council), Yen Hui Pen dalam Bahasa Mandarin yang kemudian diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia.

Dalam dharmadesana tersebut, disampaikan tentang bilamana kita memberikan dana kepada seorang anggota sangha dengan tanpa memilih atau membedakan anggota sangha yang satu dan yang lain. Berdana kepada anggota Sangha merupakan dana yang terbesar, tetapi jika kita memilih berdana hanya untuk anggota Sangha yang sudah mencapai pencerahan itu adalah pandangan yang salah.

Dalam dharmadesananya tersebut, Bhante menganjurkan supaya kita jangan memilih anggota sangha, semua bhikkhu adalah sama karena bhikkhu adalah pimpinan umat buddha dan pimpinan dhamma. Jika kita dapat berpandangan demikian, maka itu adalah pahala yang terbesar.

Setelah acara dharmadesana, kemudian dilanjutkan dengan pemberian cinderamata dari Bhante Pannavaro kepada Sekretaris Jenderal WBSC, pemberkahan dari bhikkhu Theravada, tarian yang menampilkan sifat seorang Bodhisattva dan di akhiri dengan pemberian dana sangha dari panitia untuk anggota Sangha, sedangkan sangha dana dari umat hanya dimasukkan ke kotak dana yang dikelilingkan dan akan diserahkan oleh panitia kepada anggota Sangha. [Red]



DHARMA PRABHA Ikut Pameran Majalah Di Pusdiklat Bodhidharma Jakarta

Pada tanggal 20-21 Desember, menjelang akhir tahun, **Dharma Prabha** mengikuti Pameran Majalah Buddhis se-Jabotabek yang diadakan oleh Pusdiklat Bodhidharma Jakarta. Dharma Prabha yang memiliki *homebase* di Vihara Buddha Prabha, Yogyakarta merupakan peserta pameran yang paling jauh, bersama dengan Penerbit Suwung, yang

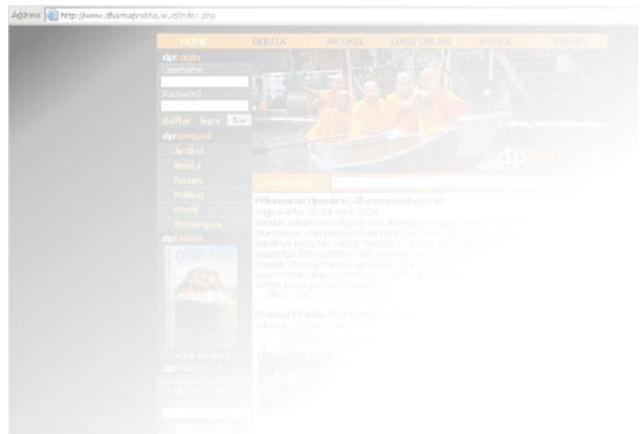
juga berasal dari Kota Jogja. Peserta pameran antara lain Majalah Dhammacakka, DSP News, Majalah Kalyani, Berita Dharmayana, serta tuan rumah Suara Bodhidharma.

Dalam pameran ini, peserta dapat menjual atau membagikan secara gratis produknya, mulai dari majalah, buku, pernak-pernik bursa, kaset, CD, VCD, dan poster. Selain itu juga dipamerkan arsip majalah-majalah lama yang dulunya sempat terbit tapi sekarang sudah tidak kedengaran kabarnya lagi.

Dalam pameran ini juga diadakan pemutaran film "*Running on Karma*" yang dibintangi oleh aktor terkenal Andy Lau, serta seminar "Peran media cetak Buddhis dalam perkembangan agama Buddha di Indonesia". Dalam seminar ini dibahas tentang faktor pendukung dan penghambat media cetak Buddhis serta cara menanganinya. Pembicara antara lain Adriana Vemny, Daniel Johan, Bhante Vidya Sasana, serta Firman Lie. Dharma Prabha yang berangkat dengan 10 orang juga membagikan souvenir berupa Kaos Dharma Prabha, setelah sebelumnya diputar VCD Dharma Prabha untuk memperkenalkan Dharma Prabha kepada segenap pengunjung pameran. [Joe-ly]

Peluncuran dp-online

Setelah sekian lama digarap dan ditunggu-tunggu, akhirnya dp-online siap untuk diluncurkan. Hari bersejarah ini jatuh pada minggu pertama di tahun baru 2004 tepatnya pada hari Selasa, tanggal 6 Januari 2004. dp-online ini merupakan wujud kreativitas dan komitmen dari generasi muda buddhis yang tergabung di dalam redaksi



majalah Dharma Prabha. Dengan alamat situs dharmaprabha.or.id, dp-online ini kiranya dapat meramaikan penyebaran buddha dharma di dalam dunia maya internet yang sangat pesat perkembangannya.

dp-online kali ini dipelopori oleh seorang mahasiswa Teknik Informatika Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta asal Bengkulu yang sangat kreatif dan berbakat di bidang multimedia, khususnya design website. dp-online ini merupakan proyek kerja praktek dari penggagas sekaligus perancangannya, yaitu Sdr. Purnama Sidhi.

Dengan adanya dp-online ini, akan sangat memudahkan akses setiap pihak yang berhubungan dengan Kota Jogja, mulai dari umat yang berada di kota Jogja itu sendiri, sampai para alumni Kota Gudeg yang memiliki banyak kenangan manis. Diharapkan dp-online dapat memberikan nuansa Kota Jogja bagi para pengunjungnya setiap kali mereka mengakses website ini. Hal ini dimungkinkan dengan tersedianya fasilitas, seperti keanggotaan, mailist, dan forum untuk diskusi. Namun, tidak tertutup kemungkinan bagi semua umat Buddha yang tersebar di seluruh penjuru dunia untuk mengikuti perkembangan agama Buddha, baik lokal, hingga mencakup berita-berita nasional, dan juga beberapa perkembangan internasional yang terjadi di berbagai belahan dunia ini. [Joe-ly]

PERAYAAN IMLEK DI VIHARA BUDDHA PRABHA

Pada tanggal 21 Januari 2004, seluruh masyarakat Tionghoa/*chinese* di seluruh dunia merayakan datangnya tahun baru Imlek. Tak ketinggalan masyarakat Tionghoa di kota gudeg Jogja, khususnya lagi di Vihara Buddha Prabha. Sesuai tradisi, banyak yang melewatkan Malam Imlek dengan makan besar bersama keluarga, dan juga bersembahyang di vihara.

Pada pukul 7 malam, sudah ada beberapa umat yang datang untuk memasang dupa, menyalakan lilin dan memohon berkah. Sejumlah umat yang datang ke vihara sangat antusias sehingga memenuhi vihara. Sebagian besar ruangan diisi dengan lilin-lilin dengan berbagai ukuran berwarna merah, yang nantinya akan dinyalakan sepanjang hari, seakan menerangi seluruh umat di dalam menyambut datangnya tahun baru Imlek.

Pukul 10 malam, dilakukan kebaktian (Liam Keng) di ruang baktisala. Menjelang jam 12 malam, para umat melakukan hormat tiga kali ke depan dan dalam vihara dengan memakai satu dupa lalu setelah itu dilakukan doa bersama di ruang tengah yang dipimpin oleh Bhante Sasana Bodhi. Pada tepat pukul 12 malam bunyi gendang dan lonceng mengiringi bergantinya tahun kambing ke tahun monyet.

Keesokan harinya, bertepatan dengan Che It dan hari ulang tahun Bodhisattva Maitreya, diadakan kebaktian (Liam Keng) yang dipimpin oleh Ai Ing. Pada hari ini masih banyak umat yang datang untuk bersembahyang dan menancapkan dupa persembahan. Lilin-lilin juga terus dinyalakan sepanjang hari, menandai datangnya tahun baru yang cerah. Selamat Tahun Baru Imlek 2555. Gong Xi Fatt Chai. [Irwan]

Bunga Tidur Semalam

Sujayanto

Pejamkan mata di keheningan dingin malam
 Temukan secercah kedamaian setelah lelah kuberjalan
 Mengarungi luas samudera kehidupan
 Penuh aral melintang banyak penghalang
 Sarat akan segala cobaan dan ujian
 Seakan tak berkesudahan

Lambungkan angan bentangkan pandangan
 Terbang singgah di negeri samadhi
 Indah damai penuh kasih
 Hilangkan kepenatan usir kegelisahan
 Sinalah beban yang menjerat
 Selalu bersemayam dalam pikiran

Kembali kusadari gejala perasaan
 Namun waktu terus berjalan dan berputar
 Membawaku semakin jauh tenggelam
 Dalam belaian kesejukan
 Kehangatan yang membasuh jiwa raga
 Seolah enggan pulang ingin terus terbang
 Seakan tak ingin kehilangan keindahan
 Yang ditawarkan dan yang kugenggam

Tapi sayang semua itu...
 Tak sanggup kupertahankan perginya sang malam
 Fajar pun datang menjelang
 Mengajakku pulang untuk kembali sadar
 Musnahlah damai impian kemudian

Ketika kuterjaga dari pejaman semalam
 Selamat datang pagi harapan
 Dapat kugenggam dan kurasakan
 Di mana sekarang serta yang akan datang

Kebahagiaan bukanlah sekedar khayalan
 Semoga kesuksesan iringi perjalanan kehidupan



Seiring doa dengan ketulusan hati
 Sang Buddha selalu memberkati
 Dalam setiap langkah kehidupan
 Menuju harapan dan cita-cita
 Kan menjadi sebuah kenyataan

Kubersyukur dalam impian semalam
 Keindahan itu masih kurasa
 Teriring salam bahagia
 Pada Sang Tri Ratna Guru Agung para dewa dan manusia
 Dengan segala kesempurnaan-Nya
 Kubersimpuh dan beranjali di hadapan-Mu

Dengan segala kesejukan dan ketulusan hati
 Terngiang merdu alunan indahny paritta suci
 Masih bersemayam di telinga
 Memanggilku dalam suara hati di bulan purnama sidhi
 Akan peristiwa agung di bulan Magha ini
 Di mana 1250 Arahah berkumpul
 Menerima wejangan Agung Sang Bhagava
 Membimbing menuju ke Nibbana

Ingat sebuah wejangan Dhamma-Nya
 Janganlah berbuat jahat
 Tambahkan lah kebajikan
 Sucikan pikiran
 Dalam setiap nafas kehidupan

Seraya kubisikkan dalam irama kasih
 Kuucapkan dengan setulus hati
 Selamat Hari Suci Magha Puja di tahun 2004
 Untuk sahabatku se-Dhamma
 Damai bahagia dan sejahtera selalu umat manusia
 Di seluruh alam semesta



Donator Edisi 40

Charles, yk	Rp	5,000
Agus. S, yk	Rp	20,000
NN, yk	Rp	15,000
Janiati, yk	Rp	10,000
Budi Murwanto, yk	Rp	20,000
Sri Linda Sartika, yk	Rp	10,000
NN, yk	Rp	10,000
Adi, yk	Rp	5,000
Rudyanto, yk	Rp	20,000
Yanto. M, yk	Rp	20,000
Purnama Sidhi, yk	Rp	20,000
Darwin, yk	Rp	10,000
NN, yk	Rp	20,000
NN, yk	Rp	145,000
Yoyong H. W, Kutoarjo	Rp	50,000
NN, yk	Rp	45,000
Toko Hidup Baru, yk	Rp	20,000
Yanmar Diesel, Bg Batu	Rp	100,000
Ermetta Winiarsih,	Rp	50,000
Sen-Sen, yk	Rp	10,000
Ny.Soetikno	Rp	50,000
Beny.L., Jakarta	Rp	78,000
Alumni GMCCBP (Paramitha)	Rp	3,000,000
Haryati	Rp	50,005
Megawati, Tangerang	Rp	50,000
Josephine Shinta	Rp	200,000
Theda & Anthea, Tangerang	Rp	400,000
Lenny Wilar, Manado	Rp	10,000
Tjetjep Wijaya, Bekasi	Rp	50,000
Susilo Basuki, Malang	Rp	30,000
NN	Rp	260,000
NN*	Rp	1,840,000
TOTAL	Rp	6,623,005

Laporan Keuangan Edisi 39

Saldo Awal	Rp	14,414,921.29
Pendapatan:		
Dana dari Donatur	Rp	2,624,000.00
Pendapatan Bunga	Rp	157,128.07
Pendapatan Iklan	Rp	1,300,000.00
Donatur pameran majalah	Rp	238,000.00
Total Pendapatan	Rp	4,319,128.07
Pengeluaran:		
Biaya Administrasi & Pajak	Rp	146,425.61
Biaya meja komputer	Rp	200,000.00
Biaya Kirim dalam negeri	Rp	2,302,800.00
Biaya Cetak	Rp	5,800,000.00
Biaya Pengemasan + kartu ucapan	Rp	56,200.00
Spanduk + Door prize pameran	Rp	91,000.00
Total Pengeluaran		8,596,425.61
Dana Akhir	Rp	10,137,623.75

Rancangan Anggaran Pengeluaran Edisi-40

Biaya Administrasi & Pajak	Rp.	120.500
Biaya Kirim dalam negeri	Rp.	2.500.000
Biaya Cetak	Rp.	3.600.000
Biaya Pengemasan	Rp.	220.000
	Rp.	6.440.500

NN* Adalah gabungan donatur tanpa diketahui identitas donatur.
Mohon maaf jika ada kesalahan penulisan nama, alamat

Edisi

41

MEI 2004

Mengangkat Sajuta dengan tema **KEPEMIMPINAN**.
Menjelang PEMILU 2004 di negara kita, bagaimana sebenarnya figur seorang pemimpin menurut Buddhisme?

Bisakah agama Buddha di Indonesia melahirkan pemimpin-pemimpin yang baik?

Apa dan bagaimana peran organisasi Buddhis yang sifatnya sosial keagamaan, baik di kalangan umat Buddha sendiri maupun sumbangsihnya dalam masyarakat Indonesia yang majemuk?

Tidak ketinggalan liputan kegiatan seputar agama Buddha di kota Jogja dan sekitarnya.



Untuk pemesanan, donatur, dan pemasangan iklan silahkan hubungi REDAKSI



Wisuda Pasca Sarjana Bhikkhu Sasana Bodhi. Tampak pada gambar:
Suhu Teng Sing dan Bhante Bodhi Selasa, 27 Januari 2004



Wisuda Pasca Sarjana Bhikkhu Sasana Bodhi. Tampak pada gambar
Romo Effendie, Bhante Bodhi, Suhu Teng Sin, bersama muda-mudi GMCBP
di depan Gedung Pasca Sarjana Universitas Gadjah Mada
Selasa, 27 Januari 2004

Majalah Buddhis Triwulan

DHARMA PRABHA

Memperoleh dan Memperluas Wawasan Buddhis

No. 39/November/2003

PERANGKO BERLANGGANAN
IZIN NO.016/PRKB/YK/2003
YOGYAKARTA 55000



Kepada Yth.

Alamat Redaksi :
Vihara Buddha Prabha
Jl. Brigjend Katamso No.3
Yogyakarta - 55121

Mohon dapat dikembalikan
apabila tidak sampai ke tujuan.
Terima Kasih.

EP
DHARMA PRABHA