

kalyani

sahabat remaja

buddhis edisi 23/2010



profile



nama lengkap
clara alexander endge

tempat, tanggal lahir
karawang, 2 desember 1994

sekolah
sma negeri 1 karawang

hobi
main, makan & tidur

alamat
perumahan resinda c1 no. 8

email
camie_claire@yahoo.com

paling sering kebaktian di
vihara buddha guna - karawang

salam redaksi

Namo Buddhaya!

Bertemu lagi dengan Majalah Kalyani, yang sekarang sudah memasuki Edisi ke-23.

Topik yang akan kita bahas kali ini mengenai “pertemanan yang di lihat dari kaca mata Buddhis” dan profil Ayya Santini beserta wawancara singkat dengan Beliau. Selain itu ada topik menarik tentang Santi Forest, yang dapat dilihat dalam Buddhism On The Road. Serta beberapa artikel yang bisa menambah pengertian benar dan memberikan motivasi untuk kita semua.

Semoga apa yang redaksi hadirkan di Majalah Kalyani kali ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

susunan redaksi

penerbit
yayasan kusalayani

pelindung
kanwil. depag. pembimas. buddha
propinsi jawa barat

pemimpin redaksi
bhikkhuni silavati

redaksi
lina dhammanari
vivi citrajaya
ressa novita

alamat redaksi
po box 8406 lembang
bandung 40391
(022) 2700589
majalah_kalyani@yahoo.com

rekening redaksi
bca kcp lembang bandung
a/n b. susilavati
137 115 6149

daftar isi

we've got mail04

buddhism & me05

hot shot

teman sejati or palsu ya???06

siapa teman sehatiku!?12

teman di gurun14

sahabat sejati22

dhamma flow

berdana kenapa ngak!?08

ok! cukup sudah! saya akan pergi!10

hemat penerangan24

kawan26

rasa akan suatu kenyamanan28

buddhism on the road

santi forest monastery15

profile

ayya santini18

buddhist story

mencari mata air20

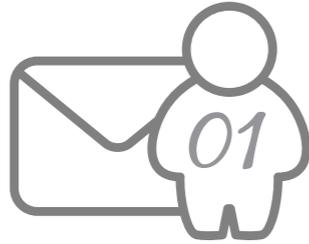
tipitaka

kisah nandiya23

dhamma dana30

Hi, saya Fitri dari Karawang, saya ada pertanyaan buat kalyani, biasanya topik- topik Kalyani diambil dari mana ya? Thanks buat jawabannya.

Fitri, Karawang

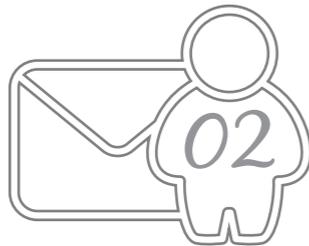


Kalyani :

Hi Fitri, topik-topik kalyani biasanya kita search aja dari apa yang lagi "in" di kalangan remaja saat ini dan masalah atau kabar-kabar yang lagi "in" ini diangkat oleh redaksi dan dibahas dalam konteks ajaran Buddhis.

Gue ada pertanyaan ni buat redaksi kalyani, profil-profil yang dimuat di kalyani biasanya siapa saja sih?

Indra, Jakarta



Kalyani :

Hi Indra, profil yang diangkat oleh kalyani bisa dari semua kalangan, bisa dia seorang remaja yang tertarik dengan ajaran Buddha, sampai ke tokoh tokoh buddhis itu sendiri.



Hi, mau tanya apakah kalyani ada bentuk pdfnya tidak?karena kalau saya di makasar, biaya ongkos kirimnya lebih mahal dibandingkan majalahnya

Hendra, Makassar



Kalyani :

Hi, majalah Kalyani dapat kamu akses lewat website Dhammacitta.org sekarang, di search aja di bagian library nya Dhammacitta.org dan kamu dan teman-temanmu dapat membaca kalyani juga. Di website ini juga ada bentuk pdf majalah Mitta untuk adikmu dapat membaca. Thanks.

3

Kalimat Ajaib

**"Janganlah berbuat jahat
Tambahkanlah kebajikan
Sucikan hati dan pikiran"**

Ketika saya membuat judul 3 Kalimat Ajaib di dalam sebuah kisah bernuansa Buddha Dhamma, mungkin 3 kalimat di atas yang akan segera terpikirkan dibenak kawan-kawan pembaca. Tapi sayang sekali, bukan 3 kalimat itu yang saya maksud.

Kisah ini diangkat dari kisah nyata seorang gadis remaja, sebutlah namanya Vina. Vina seorang gadis SMA yang terlihat biasa-biasa saja, sedikit bicara dengan nilai-nilai sekolahnya yang cukup baik, sedikit teman karena emosinya yang labil

menuntutnya untuk selalu memilih, memiliki mimpi-mimpi setinggi langit yang membuatnya terus bertahan dalam segenggam harapan tentang hari esok. Di mata orang lain Vina terlihat sempurna, tapi tidak sempurna di mata Vina sendiri.

Vina hidup dalam kesedihan yang muncul dari sebuah pertanyaan tentang mengapa hidup yang ia jalani selalu bertentangan dengan hidup yang ia inginkan. Ada segudang kebencian di batinnya. Benci kepada saudara-saudara kandungnya yang selalu bersikap buruk padanya, benci kepada Ibu yang selalu merendahnya, benci kepada Ayah yang selalu menomorsatukan kepentingan-kepentingan anggota keluarganya yang lain daripada kepentingan dirinya, benci kepada sanak-saudara yang mengatur hidupnya, benci kepada teman-teman sekelas yang memusuhinya tanpa alasan yang jelas, bahkan benci kepada kelenteng tempat ia membina kehidupan agama. Kebencian itu ia tanam hingga tumbuh menjadi pohon kebencian yang berdaun lebat, sesekali buah masak dan membusuk di bawah pohon itu.

Kehidupannya yang penuh kebencian serta hari-harinya yang diliputi kesedihan terus berlanjut seolah tanpa akhir. Ajaran-ajaran para Nabi Agung yang didengarnya dari kebaktian minggu di kelenteng tidak membawa manfaat untuknya kecuali kebimbangan yang semakin menebal akan agama yang dianutnya. Kemelut dalam batinnya bertambah dengan adanya rasa takut akan hari esok yang ia rasa semakin berat untuk dijalani. Masa-masa kuliah menjadi momok yang paling menekan hidupnya dalam ruang gelap tanpa cahaya yang sejuk. Hilang percaya diri, gemetar menghadapi kuliah-kuliah seminar dan diskusi yang hanya dilakukan seorang diri, hilang suara saat diminta menerangkan jawaban sebuah pertanyaan mata kuliah. Dan yang paling membuat batinnya terus terperosok dalam jurang kebodohan, tak ada satu orang pun kawan,

Guys, kamu pasti punya teman dunk? Apakah kamu tahu dan bisa membedakan antara teman yang baik (sahabat sejati) dan pura-pura baik (sahabat palsu)? Gimana sih kriteria teman-teman yang baik buat kamu?

Ada ciri-ciri sahabat sejati yang ada di diri teman-teman kamu seperti:

- Teman-teman yang sering menjaga dirimu sewaktu kamu lemah
- atau menjaga barang-barang milikmu sewaktu kamu lengah
- menjadi pelindung sewaktu kamu dalam ketakutan;
- memberikan bantuan lebih dari apa yang kamu perlukan. Misalnya teman yang menolong untuk mendekati seseorang dengan mu di sekolah.

Lalu ada juga lho jenis teman pada waktu senang dan susah dia tetap ada, jenis teman seperti ini kadang menceritakan rahasia-rahasia dirinya kepada dirimu; menjaga rahasia-rahasia dirimu atau tidak akan meninggalkan dirimu sewaktu berada dalam kesulitan dan bersedia mengorbankan hidupnya demi kepentinganmu. Misalnya aja seperti ini waktu kamu sedang falling in love dengan salah satu teman sekelas lalu kamu menceritakan kepada teman baik mu dan hal ini tidak diceritakan kembali pada teman yang lain.

Udah gitu ada juga teman yang bisa menjadi penasehat yang baik karena dia mencegah kamu berbuat jahat; menganjurkan kamu berbuat yang benar; memberitahukan kami yang belum pernah kamu dengan. Misalnaya seperti teman yang memberikan saran agar tidak terlena pada pujaan hatimu.

Ada pula teman yang bersimpati alias kata dia tidak bergembira atas kesengsaraan kamu; merasa senang atas kesejahteraan kamu atau mencegah orang lain berbicara jelek tentang kamu. Misalnya seperti temanmu ikut berbahagia saat cintamu diterima oleh gebetanmu dan merasa sedih saat cintamu ditolak.

Nah kalo tadi teman sejati , sekarang yang palsu nih: Teman-teman yang dikriteriakan sebagai teman yang tamak, teman yang memberikan sedikit tapi mintanya banyak...Nah lho... Selain itu dia melakukan kewajibannya karena takut (dia hanya ingat

Teman...

Sejati Or Palsu yah???



kepentingannya sendiri). Misalnya saat punya PR ada teman yang membantu menyelesaikan dan sebaliknya teman kamu tersebut selalu minta dibantu tidak hanya PR saja tapi untuk tugas-tugas yang lain juga.

Selain itu ada juga teman yang dikatakan teman NATO, apaan tuh.... Yaitu teman yang menyatakan persahabatan dengan hal-hal yang sudah lalu atau dia menyatakan persahabatan dengan hal-hal yang akan datang dan jika ada kesempatan membantu dia tidak sanggup. Misalnya ketika ada tugas kelompok temanmu berjanji akan mengerjakan bersama ternyata dia tidak datang menepati janjinya dengan berbagai alasan yang tidak logis.

Terus ada juga nih teman yang dikatakan penjilat, nah teman-teman seperti ini yang patut diwaspadai soalnya dia menyetujui hal-hal yang salah; tidak menganjurkan hal-hal yang benar; mengosipkan hal-hal jelek tentang kamu dibelakang kamu tapi didepan dirimu dia kan bicara yang manis sekali. Misalnya waktu pengambilan rapot kamu kan dapat rangking, ada teman yang dibelakangmu bergosip bahwa rangking tersebut didapat tidak murni sedangkan didepanmu dia memberikan pujian.

Yang terakhir ada teman-teman yang dikatakan teman-teman pemboros, dia akan menjadi teman mu apabila kamu mau ikut dengannya untuk minum-minuman keras, narkoba & judi juga mengajak kamu pergi ke tempat-tempat hiburan yang tidak pantas. Misalnya pulang sekolah seorang teman mengajak kamu ke salah satu tempat bermain yang ada di mall, kemudian saat ditengah asik bermain, temanmu malah mengajak taruhan dan setelah itu berlanjut sehingga membuat kamu tergiur dan ketagihan.

So do you have any type of friends that we already talk about it!!!

Temannya tahu kah kalian? Betapa kehidupan ini sungguh menyenangkan untuk dijalani. Dimulai dari membuka mata, kita bisa lho membuat hal-hal positif yang telah menjadi rutinitas kita sehari-hari menjadi lebih bermanfaat dan menyenangkan. Belajar, membantu orang tua, dan mengikuti kegiatan-kegiatan yang dapat menunjang kreatifitas kita, apapun yang kita lakukan akan lebih bermanfaat dan menyenangkan bila kita melakukannya dengan semangat. Kita senang, orang-orang di sekitar kita yang menyaksikan semangat kita pun ikut senang.

Nah, selain rutinitas di atas kalian juga dapat melakukan sesuatu hal yang baik namun sederhana yaitu dengan berdana. Seringkali kita berpikir terlalu jauh untuk melakukan hal tersebut. Padahal, berdana bisa dilakukan kapan aja dan dimana aja. Selain itu bagi kita yang mengaku seorang Buddhist, berdana merupakan salah satu bentuk latihan dasar yang disarankan oleh Sang Buddha. Hal ini dijabarkan dalam Dasa Paramitha (10 Perbuatan Kebajikan) pada urutan paling pertama. Ternyata berdana nggak cuma materi saja lho, tapi ada beberapa jenis lain yang juga disebut sebagai berdana. Apa saja kah itu? Mau tahu?

Ayo kita menepok dan telusuri lebih detail lagi, jenisnya terdiri dari 3 macam:

- *Amisa dana*
- *Dhamma dana*
- *Abhaya dana*

Point pertama yang disebut Amisa dana adalah jenis berdana dalam bentuk materi, contohnya: uang. Adapun Amisa dana ini tidak hanya kita bisa berikan pada anggota Sangha, akan tetapi bisa diberikan kepada orang-orang yang sangat membutuhkan seperti: korban bencana alam, fakir miskin, dan lain-lain.

Point kedua yang disebut Dhamma dana adalah jenis dana berupa pembabaran Dhamma (ajaran) yang dikatakan paling tinggi diantara 3 jenis dana, Mengapa?



Karena orang yang melakukan Dhamma dana bisa berdampak kepada perubahan tingkah laku seseorang. Contohnya: si A melakukan tindakan pencurian dan si B sebagai teman si A mengetahui bahwa tindakan si A salah, lalu si B memberikan nasehat kepada si A bahwa tindakan tersebut tidak baik. Dengan memberikan nasehat kepada si A, si B sudah melakukan praktek Dhamma dana.

Point ketiga yang disebut Abhaya dana adalah dana berupa pemberian maaf kepada orang lain yang melakukan kesalahan. Contohnya, si B melakukan kesalahan terhadap si A, tetapi si A dengan lapang dada dapat memaafkan kesalahan si B. Dengan memaafkan si B, maka si A dapat dikatakan sudah melakukan Abhaya dana.

Setelah kita mengetahui jenis berdana, sekarang kita ingin tahu juga kan apa sih motif dan tujuan seseorang saat berdana? Hal ini dijabarkan oleh Sang Buddha dalam Anguttara Nikaya (VIII,31) yaitu *Seseorang berdana dengan spontan; atau seseorang berdana karena takut; atau karena berpikir, "Dia juga telah memberikan sebuah hadiah"; atau karena berpikir, "Dia akan memberiku sebuah hadiah"; atau karena berpikir bahwa berdana itu baik; atau karena berpikir, "aku memasak, tetapi mereka (sebagai pertapa) tidak; karena aku memasak, tidak pantas bila aku tidak memberikan makanan kepada mereka yang tidak memasak"; atau karena berpikir, "dengan memberikan persembahan, namaku akan harum"; atau seseorang berdana karena hal itu memuliakan pikiran dan memperindah pikiran.*

BERDANA... KENAPA NGGAK?!

Dari penjelasan sutta di atas kalian bisa mengetahui motif dan tujuan seseorang melakukan dana. Kalian termasuk kategori yang mana yah?

Setelah mengetahui cara-cara berdana selanjutnya alasan kita berdana tuh apa sih?

Dalam Anguttara Nikaya (VIII, 33) ada 8 alasan untuk berdana yaitu:

1. Dikarenakan kasih sayang
2. Dalam suasana hati yang marah
3. Karena kebodohan
4. Karena takut
5. Karena berpikir, "persembahan seperti ini dahulu telah dilakukan oleh ayah dan kakekku, dan hal itu dilakukan juga oleh mereka sebelumnya; maka tidaklah pantas kalau aku menghentikan tradisi keluarga yang sudah lama ini"
6. Dengan memberikan persembahan ini, aku akan dilahirkan di alam yang baik, di alam surga, setelah kematian
7. Ketika memberikan persembahan ini, hatiku akan senang, dan kegembiraan serta suka cita akan muncul di dalam diriku
8. Seseorang berdana karena hal itu memuliakan pikiran dan memperindah pikiran.

Selanjutnya ada juga mengenai efek karma baik yang akan kita peroleh dari gemar berdana yaitu: kaya raya, berwajah cantik, berumur panjang, atau terlahir



diliputi kebahagiaan yang luar biasa seperti yang dialami para Dewa di alam Brahma.

Dari uraian di atas yang sudah panjang lebar maka kenapa kita tidak memulai dari sekarang dan dari diri sendiri??? Selain itu saat kita akan dan setelah melakukan berdana sebaiknya disertai dengan niat (Cetana) dan tekad (Adhithana), dimana hal itu (niat + tekad) berpengaruh pada buah karma yang akan kita petik.

So... let's do this every time and everywhere, as long as we can do this...

Konsekuensi lain dari kemarahan bahwa kita seharusnya menjaga pikiran bahwa hal itu akan menghancurkan hubungan baik dan memisahkan kita dari teman-teman kita. Mengapa setelah sekian lama melewati hal-hal yang menyenangkan selama bertahun-tahun, dan hanya karena kita membuat satu kesalahan menyebabkan hati kita sangat sakit, kita menjadi sangat marah dan akhirnya dalam sekejap hubungan yang telah terjalin bertahun-tahun tersebut berakhir untuk selamanya?

Semua hal-hal yang menyenangkan yang telah kita lalui bersama (diumpamakan seperti 998 buah batu bata yang sempurna) menjadi tidak ada maknanya. Kita hanya melihat satu kesalahan yang fatal (diumpamakan seperti dua buah batu bata yang tidak sempurna) dan menghancurkan segalanya. Hal ini terlihat sangat tidak adil. Jika anda ingin menyendiri, lalu membiarkan kemarahan berkembang.

Ada satu pasangan muda yang telah menikah berasal dari Kanada dimana mereka telah menyelesaikan satu kontrak pekerjaan di Perth. Ketika mereka berencana untuk kembali ke kampung halamannya di Toronto, mereka memiliki ide hebat dengan cara berlayar (menggunakan kapal) untuk kembali ke Kanada. Mereka berencana membeli satu buah kapal pesiar dan dengan bantuan satu pasangan muda lainnya yang telah menikah, berlayar menyebrangi Samudra Pasifik menuju Vancouver, Kanada. Setelah tiba disana mereka akan menjual kapal tersebut, uangnya itu akan digunakan kembali oleh mereka untuk berinvestasi dan ditabung untuk membeli rumah mereka di masa yang akan datang. Hal ini terdengar sangat masuk akal secara finansial, akan tetapi hal ini juga adalah sebuah

petualangan untuk kedua pasangan muda seumur hidup mereka.

Ketika mereka telah tiba dengan selamat di Kanada, mereka mengirimkan sebuah surat ke vihara menceritakan perjalanan mereka yang menarik. Pada umumnya, mereka menjadi berhubungan baik dikarenakan oleh satu insiden yang menunjukkan betapa bodohnya mereka ketika mereka marah, dan alasan mereka untuk marah harus diselesaikan.

Di tengah perjalanan mereka, di suatu tempat di Samudra Pasifik, beberapa kilometer jauhnya dari daratan yang terdekat, mesin kapal mereka mengalami kerusakan. Kedua laki-laki itu harus bekerja di bagian bawah kapal dimana mesin kapal itu berada. Sedangkan kedua perempuan duduk-duduk di atas dek kapal, menikmati hangatnya sinar matahari dan membaca majalah.

Peralatan mesin kapal sangatlah panas dan tidak ada ruang untuk bergerak. Bagi para laki-laki itu, mesinnya itu terlihat seperti mesin yang tidak dapat dan tidak bisa untuk diperbaiki. Besi baja yang besar itu tidak mau untuk ditarik, hal ini kecil tetapi alat yang sangat vital yang dapat menyebabkan apabila ada kesalahan dan akan jatuh ke dalam hal yang paling sulit yaitu kehabisan bahan bakar. Perasaan frustrasi mulai muncul, pertama muncul dari mesin itu sendiri, lalu

berlanjut ke kedua orang tersebut. Perasaan frustrasi ini berkembang sangat cepat yang mengakibatkan kemarahan. Lalu akhirnya kemarahan itu meledak menjadi sifat yang sangat bodoh yang akan dilakukan. Salah seorang laki-laki itu merasa sudah cukup menyerah dengan keadaan ini. Dia membuang semua peralatan dan berteriak, “ OK! CUKUP SUDAH! SAYA AKAN PERGI!! ”

Karena kemarahan ini dia naik ke atas kabin, mengepak semua barang-barangnya ke dalam tasnya. Kemudian dia naik ke bagian atas kapal, masih diliputi kemarahan, mengenakan jaket terbaiknya dengan menjinjing tas di salah satu tangannya. Kedua wanita berkata mereka seakan akan terjatuh dari kapal dikarenakan mereka tertawa terlalu banyak. Laki-laki yang sedang marah tersebut melihat sekitarnya adalah lautan, dimanapun, sejauh mata memandang di setiap sudut pandang. Dia tidak dapat pergi kemana- mana.

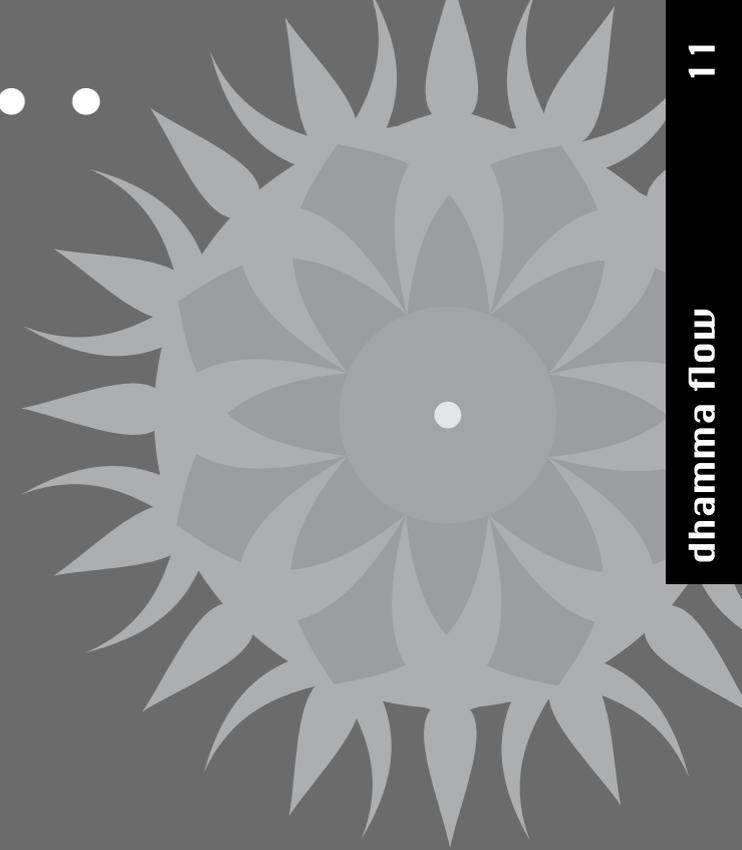
Laki-laki itu merasa amat bodoh; dari kemarahan berubah menjadi sangat malu akan sikapnya itu. Dia berbalik dan kembali ke kabin bawah. Laki-laki itu membatalkan niatnya untuk berkemas meninggalkan kapal, berubah pikiran dan kembali ke ruang mesin untuk memberi bantuan kembali. Dia harus melakukan itu. Tidak ada jalan untuk pergi.

*Ok!
Cukup sudah!
Saya akan pergi!*

berlanjut ke kedua orang tersebut. Perasaan frustrasi ini berkembang sangat cepat yang mengakibatkan kemarahan. Lalu akhirnya kemarahan itu meledak menjadi sifat yang sangat bodoh yang akan dilakukan. Salah seorang laki-laki itu merasa sudah cukup menyerah dengan keadaan ini. Dia membuang semua peralatan dan berteriak, “ OK! CUKUP SUDAH! SAYA AKAN PERGI!! ”

Karena kemarahan ini dia naik ke atas kabin, mengepak semua barang-barangnya ke dalam tasnya. Kemudian dia naik ke bagian atas kapal, masih diliputi kemarahan, mengenakan jaket terbaiknya dengan menjinjing tas di salah satu tangannya. Kedua wanita berkata mereka seakan akan terjatuh dari kapal dikarenakan mereka tertawa terlalu banyak. Laki-laki yang sedang marah tersebut melihat sekitarnya adalah lautan, dimanapun, sejauh mata memandang di setiap sudut pandang. Dia tidak dapat pergi kemana- mana.

Laki-laki itu merasa amat bodoh; dari kemarahan berubah menjadi sangat malu akan sikapnya itu. Dia berbalik dan kembali ke kabin bawah. Laki-laki itu membatalkan niatnya untuk berkemas meninggalkan kapal, berubah pikiran dan kembali ke ruang mesin untuk memberi bantuan kembali. Dia harus melakukan itu. Tidak ada jalan untuk pergi.



Di sebuah pulau yang terpencil, tinggallah benda-benda sebagai berikut : KECANTIKAN, HIDUP, KEKAYAAN, dan KELUARGA. Disana mereka hidup dengan damai dan saling berdampingan.

Pada suatu saat, HIDUP mendapat kabar bahwa orang tuanya yang tinggal di pulau tersebut menyuruhnya cepat-cepat pulang. HIDUP berpikir dengan keras, ada apa gerangan yang membuat orang tuanya menyuruhnya cepat-cepat pulang; apa yang terjadi? Mungkinkah telah terjadi sesuatu?!

Karena memang HIDUP dalam hidupnya selalu ketakutan akan kesendirian dan tidak dapat menggunakan perahu untuk meninggalkan pulau tersebut, maka dengan hati yang galau ia segera menemui teman-temannya. Yang pertama ditemui adalah KEKAYAAN.

Di hadapan KEKAYAAN, ia segera menceritakan masalahnya dan meminta bantuan. “KEKAYAAN, maukah engkau menemaniku?”, pintanya dengan harta benda. Bila aku pergi, aku harus membawanya bersamamu. Tidak! Aku sangat bahagia disini. Aku tidak dapat menemanimu”, jawab KEKAYAAN.

Dengan menahan kekecewaan, ia buru-buru pamit dan pergi menemui KECANTIKAN dan bertanya, “KECANTIKAN, aku tahu kau tidak seperti KEKAYAAN. Engkau selalu menemaniku selama ini! Mau kan engkau menemaniku?”

“Maafkan aku HIDUP, diriku terlalu cantik. Aku tidak mau naik perahumu yang kotor itu. Kulitku bisa rusak terkena air laut sepanjang perjalanan. Tidak. Aku tidak mau!”, kata KECANTIKAN.

Mengetahui teman-temannya yang ingin selalu bersamanya tidak mau menemaninya, HIDUP sangat bersedih hati. Sekarang yang ia hanya dapat berharap kepada satu-satunya teman yang tersisa, KELUARGA. “KELUARGA, kedua temanku sudah tidak mau menemaniku. Aku tahu bahwa kau yang selama ini selalu baik kepadaku, selalu membantuku setiap kali aku mengalami kesusahan. Sekarangpun, kau mau kan menemaiku?”, harap HIDUP dengan memelas.

“Baiklah, aku akan menemanimu”, jawab KELUARGA. HIDUP langsung bergembira mendengar jawaban tersebut.

“Tetapi, aku hanya dapat menemanimu sampai ke perahumu. Aku sudah tua, tidak kuat lagi. Aku ingin menikmati sisa waktuku yang hanya tinggal sedikit ini. Harap kau mau mengerti”, sambung si KELUARGA.

Di tepi pantai, di depan perahunya, HIDUP menangis tersedu-sedu. “Hanya seperti itulah batas persahabatan kami?”, batinnya bertanya. “Aku sekarang sendirian dan mau tidak mau aku harus meninggalkan tempat ini”. Di tengah tangisnya, ia melihat ada seseorang yang berlari-lari kecil menuju ke arahnya, tetapi HIDUP tidak mengenalnya.

“HIDUP, aku dengar kau akan meninggalkan tempat ini yah? Jangan takut! Aku akan menemanimu”, ucapnya tanpa diminta.

Karena sangat gembira, ditengah perjalanan, HIDUP tak sempat menanyakan siapa namanya. Setelah tiba dipinggiran pulau tersebut, HIDUP segera turun dan orang tak dikenal tadi pun langsung meninggalkannya.

HIDUP terpana karena dia langsung pergi dan lupa menanyakan siapa dia. Dengan penasaran dia langsung menjumpai penduduk yang pertama kali dilihatnya dan langsung bertanya, “Pak, tahukah Bapak siapa orang yang telah mengantarku tadi? Aku lupa menanyakan namanya”.

“Oh, dia adalah KARMA”, jawab penduduk tersebut.

“Tetapi mengapa dia sangat baik kepadaku. Dan disaat semua teman-temanku meninggalkanku dia tetap mau bersamaku. Aku bahkan tidak mengenalnya”.

“Sebab.....”, kata Bapak itu, “Karena KARMA yang diperbuatlah yang akan menyertai HIDUP sepanjang perjalanannya”.

Siapa

Teman

SejatiKu???

Ps : Segala sesuatu tergantung pada KARMA, tapi bukan berarti kita harus pasrah dalam menghadapi hidup ini, Ok!!!

kekayaan

Kecantikan

hidup

keluarga

Temannya di Gurun

Ada dua orang yang berteman yang sedang berjalan menyusuri padang gurun. Selama perjalanan, terjadi pertengkaran adu argumentasi di antara mereka dan salah seorang menampar salah satu sisi pipi temannya. Seorang yang terkena tamparan itu merasa sakit, akan tetapi ia tidak berkata apa pun, lalu ia menulis di atas pasir:

"Hari ini teman saya telah menampar wajah saya ."

Mereka tetap berjalan, sampai mereka menemukan sumber air, dimana mereka memutuskan untuk mandi. Seorang yang tadi ditampar terjebak di pusaran air dan mulai akan mendekati kematian, tetapi temannya menyelamatkannya. Ketika ia tenang dan terselamatkan oleh temannya, ia menulis di atas seongkah batu:

"Hari ini teman baik saya menyelamatkan hidup saya."

Temannya yang telah menampar dan juga yang telah menyelamatkan hidup temannya bertanya kepada temannya ini, "Setelah saya melukaimu, kamu menulis di atas pasir dan sekarang, kamu menulis di atas sebuah batu, Mengapa?"

Temannya menjawab, ketika seseorang menyakitimu kita seharusnya menulisnya di atas pasir, dimana angin pemberian maaf akan menghapusnya. Akan tetapi, ketika seseorang telah berbuat kebaikan kepada kita, kita seharusnya mematri kebbaikannya di atas batu, agar angin tidak bisa menghapusnya.

Sumber: Spiritual-Short-Stories.com

Santi Forest Monastery mewarisi tradisi kehutanan Ajahn Chah dari Thailand, merupakan suatu sarana bagi bhikkhu-bhikkhuni Buddhis dan umat awam yang berkenan untuk berlatih ajaran Sang Buddha. Santi didirikan sebagai sarana bagi Sangha, dalam melestarikan ajaran asli/kumpulan tertua ajaran Sang Buddha, di bawah binaan Bhante Sujato, yang saat ini dengan semangat yang nyata mendirikan komunitas bhikkhuni di Santi.

Santi Forest Monastery adalah sebuah komunitas Buddhis untuk para bhikkhu, bhikkhuni dan umat awam. Berlokasi di atas 60 hektar hutan eucalyptus, jurang, air terjun dan goa yang berdampingan dengan Taman Nasional Morton di dataran tinggi Selatan Australia yang tidak rata tanahnya, antara Sydney dan Canberra. Seorang umat awam wanita yang bernama Elizabeth

Gorsky mendanakan sebidang lahan tersebut pada Ajahn Brahmavamsa, kemudian, Ajahn Brahm mengangkat Bhante Sujato sebagai ketua di Santi. Sedangkan Elisabeth sendiri menjalani ordinasi di Dhammasara bhikkhuni, dengan nama Sister Nirodha.

Bhante Sujato adalah ketua dan guru spiritual di Santi. Sejak tahun 2003, beliau mulai tinggal di sini, dengan usaha keras menata berbagai area hingga saat ini telah ada komunitas Sangha empat penjurur (four assembly of Sangha) yang menetap di sini. Tujuan utama daripada Vihara kami ini adalah untuk menawarkan tempat tinggal dan fasilitas pendidikan untuk bhikkhu-bhikkhuni Buddhis yang berkenan untuk berlatih dalam tradisi meditasi kehutanan dengan aspirasi untuk mencapai pencerahan.



Umat awam dipersilakan untuk berkunjung atau menetap untuk bermeditasi dan merasakan kehidupan kebhikkhuan. Namun, retreat meditasi formal untuk umat awam tidak diadakan di Santi Forest Monastery. Bhikkhu-bhikkhuni senior melayani komunitas yang lebih luas dengan cara mengajari ajaran Sang Buddha dan meditasi di berbagai pusat pelatihan di wilayah tersebut.

Siapa pun juga yang berkenan untuk membawa persembahan tradisional berupa makanan kepada Sangha biasanya dapat melakukannya sebelum waktu makan yakni pukul 11 pagi.

Keberlangsungan Santi Forest Monastery sepenuhnya bergantung pada kedermawanan umat. Dhamma merupakan harta tak ternilai, jadi kami tidak memungut biaya untuk berbagi pengetahuan, buku-buku ataupun akomodasi. Santi Forest Monastery adalah badan amal yang bersifat sosial yang bergantung sepenuhnya pada donasi.

Pemimpin Wihara Santi

Bhante Sujato (Anthony Best) lahir di Perth, Australia bagian Barat pada tanggal 4 November 1966. Beliau dibesarkan di keluarga Katolik yang liberal dan bersekolah di Christian Brother's school. Terinspirasi oleh visi yang mendalam tentang dunia yang terbuka melalui pengetahuan, dan terutama Teori Relativitas, beliau menolak pandangan Katolik ketika masih remaja.

Beliau mengambil jurusan filosofi dan literatur di University of Western Australia selama 2 tahun, tetapi berhenti untuk bermain rock n' roll gitar. Bersamaan dengan penyanyi Peggy van Zalm, beliau membentuk Martha's Vineyard, Band Indie yang sukses pada akhir 80-an, yang lalu bercerai-berai sebelum menyadari potensinya.

Setelah beberapa tahun bergelut mencari latar musik yang sesuai, beliau menjadi kecewa dan memerlukan perubahan drastis. Beliau pergi ke Thailand pada tahun 1992. Di sana, walaupun tidak memiliki pengetahuan Buddhis, beliau mengikuti retreat intensif di Vihara di Chiang Mai. Kemudian, beliau mulai mencari cara untuk menguasai dan memperdalam pengetahuan yang

diperoleh dari pengalaman ini.

Dalam waktu setahun, beliau telah tiba di Wat Pa Nanachat, Vihara-hutan Internasional yang dijalankan untuk dan oleh para bhikkhu yang berbahasa Inggris dalam tradisi Ajahn Chah. Beliau memohon ditahbiskan menjadi samanera dan dikabulkan. Pada tahun berikutnya, beliau ditahbiskan penuh sebagai bhikkhu pada tanggal 5 Mei 1994.

Pada awal 2003, Bhante Sujato kembali ke Australia, tiba di suatu tempat yang kemudian dikenal sebagai Citta Bhavana Hermitage. Kemudian keputusan dibuat untuk mengembangkan tempat pertapaan tersebut menjadi Vihara untuk tempat pelatihan, dan namanya dirubah menjadi Santi Forest Monastery.

Santi Forest Monastery

Sydney,
Australia



Visi Vihara selalu meliputi peranan kebhikkhunan, dan Bhante Sujato telah terkenal dengan dukungannya yang jelas dan hangat untuk garis pentahbisan penuh bhikkhuni, suatu kontroversi yang paling diperdebatkan dalam tradisi Buddhis Theravada.

Pengaruh utama dalam perkembangan spiritual Bhante Sujato terdiri dari tiga bagian. Yang paling utama adalah kehidupan tradisi kehutanan yang dijalannya. Kehidupan ini menuntun pada penerapan ketat peraturan kedisiplinan para bhikkhu (Vinaya) dan peringatan yang berulang-ulang bahwa keseluruhan hidup seseorang harus didedikasikan pada latihan.

Pengaruh besar kedua adalah ajaran kumpulan tertua Sang Buddha. Setelah menghabiskan hampir sepuluh tahun mempelajari kitab suci Pali, beliau semakin menyadari kenyataan yang menonjol namun paling sedikit diketahui yaitu adanya ribuan persamaan dalam teks bahasa China, Sansekerta dan Tibet. Keharmonisan ini dipandang sebagai suatu petunjuk sejarah yang paling penting terhadap ajaran asli Sang Buddha, dan Bhante Sujato telah mulai dalam memperkenalkan pembelajaran teks lintas tradisi pada komunitas Buddhis.

Pengaruh besar spiritual ketiga datang dari kedua guru meditasi utama. Dari bhikkhu Thai yang paling sedikit diketahui, Ajahn Maha Chatchai, beliau mempelajari praktek cinta kasih yang menjadi tulang punggung dari

meditasi dan tata cara pengajarannya sendiri. Dari Ajahn Brahm, beliau mempelajari terutama bagaimana caranya memahami latihan ini dalam konteks keseluruhan ajaran Buddha.

Tahun-tahun belakangan ini, Bhante Sujato telah mengajari Dhamma dan meditasi kepada berbagai pihak dalam skala nasional dan internasional, dan telah berpidato di beberapa konferensi besar Buddhis Internasional dan acara lainnya. Tulisan beliau menyelidiki kitab suci kumpulan tertua ajaran Sang Buddha, dengan menggunakan sistem perbandingan dan sejarah untuk menjelaskan proses formasi dari ideologi

dan identitas Buddhis, buku - bukunya termasuk A Swift Pair of Messengers, A History of Mindfulness, Beginnings, and Sects & Sectarianism.

Hal yang menarik perhatian adalah peranan wanita dalam Buddhisme, dan khususnya kemunculan bhikkhuni Sangha dalam tradisi Theravada. Bhante Sujato mempersembahkan kemampuan penganalisaan teks dalam menghadapi dilema modern yang penting ini, selain juga dengan usaha beliau yang nyata untuk mendirikan komunitas bhikkhuni di Santi.



Sumber: www.santiforestmonastery.com



Ayya Santini

Nah, kali ini kita munculkan sosok yang udah nggak asing lagi buat kita yang sering datang ke Wihara, siapakah dia?

Panggilannya sekarang Ayya Santini, tetapi sebelum menjadi seorang Ayya beliau juga umat biasa seperti kita-kita yang bernama Kang Moy. Ia lahir di Rengasdengklok pada tanggal 13 Maret 1965, sebagai anak ke-4 dari 6 bersaudara. Di rumah, ia biasa di panggil Ngkang, Ngkang kecil memang sudah tampak berbeda karena

suka berbicara aneh-aneh. Papanya bilang, dia pintar membuat suasana riang dengan kata-katanya yang tidak lazim diucapkan oleh anak seusianya. Lingkungannya mendapat kesan bahwa dari kecil, Ngkang sudah kelihatan suka berpikir. Ngkang rajin pergi ke sekolah minggu bersama kakak perempuannya, yang diadakan disuatu cetiya.

Sekali waktu, mereka datang terlambat. Pada saat itu, seorang Bhikkhu sedang ceramah-sesuatu yang jarang terjadi karena cetiya itu jarang didatangi bhikkhu.

Maka bagi Ngkang, peristiwa ini sungguh istimewa. Begitu sampai ke pintu, matanya langsung menangkap bhikkhu itu disamping altar. Sejenak kakinya terpaku disana. Pemandangan yang indah! Seorang bhikkhu sedang membabarkan Dhamma. Telinganya mendengar beberapa kata dan ketika bibir bhikkhu itu terkatup karena satu kalimat selesai, tiba-tiba satu kalimat muncul dibenak Ngkang. **“Kehidupan ini yang cocok buat saya”** jelas dan jernih. Keras dan mantap. Bagaikan pukulan yang menghujamkan tekadnya. Amat kuat. Menghantam kesadarannya yang paling dalam. TEK! Padahal, waktu itu Ngkang baru berusia sekitar enam atau tujuh tahun.

Tidak seperti anak lain, tujuan itu tidak pernah berganti **“Kehidupan ini yang cocok buat saya”**. Kehidupan spiritual, bukan kehidupan duniawi biasa. Sampai 33 tahun kemudian - Kemantapan itu masih bisa dirasakan. Rasa pukulan dibatinnya itu masih bisa dipanggilnya kembali. Tetap jelas dan jernih. Tetap keras dan mantap. Hanya saja kini yang merasakan bukan lagi Ngkang atau Kang Moy, melainkan Ayya Santini.

Sekilas Perbincangan Redaksi dengan Ayya Santini

- Q : Gimana sich proses jadi Ayya?
- A : Awalnya menjadi Mechi kemudian jadi Anagarini lalu baru Ayya di Upasampada menjadi Bhikkhuni.
- Q : Dimana dan kapan Ayya di Upasampada?
- A : Di Taiwan-Fo Guang Shan Temple, tanggal 15 April 2000
- Q : Sekarang Ayya menetap di wihara mana?
- A : Di Wisma Kusalayani, Maribaya, Lembang-Bandung
- Q : Ayya, di Wisma Kusalayani ada kegiatan apa aja?
- A : Dalam setahun agenda kegiatannya itu ada Latihan meditasi Vipassana, latihan Pabajja Samaneri-Anagarika-Anagarini-Silacarini, juga saat hari besar agama Buddha kita juga merayakan, dan Baksos alias Bakti sosial.
- Q : Ini pertanyaan terakhir, Ayya punya motto apa?

A : Motto Ayya : untuk mendapatkan kebahagiaan, untuk melenyapkan penderitaan, tak peduli betapapun sulitnya hidup kepetapaan yang harus kujalani, perjuanganku terus bergerak untuk mencapai pencerahan.

Akhir kata kita ucapkan terima kasih banyak buat Ayya Santini yang sudah meluangkan waktunya untuk bisa sharing pengalaman sama kita. Jadi untuk teman-teman kalau punya tekad nggak perlu bimbang dan ragu selama itu baik dan bermanfaat.

So go ahead!!!!



By: Lita, Vivi

mencari mata air

Pada suatu hari, ada seorang pedagang yang membawa gerobak yang penuh dagangannya berjalan menuju negara lain untuk menjual barang-barangnya. Dalam perjalanannya, mereka melalui sebuah padang pasir yang sangat panas seperti arang. Begitu panas, tak seorang pun dapat berjalan di atasnya, termasuk unta dan sapi jantan. Oleh karenanya, pengemudi gerobak menyewa pemandu agar mereka bisa bepergian pada malam hari saat pasir tidak lagi panas dengan mengikuti bintang-bintang.

Dua hari kemudian, mereka melanjutkan perjalanan mereka setelah makan malam dan setelah pasir menjadi sejuk. Pada malam yang sama, pemandu padang pasir melihat bintang-bintang dan menyadari bahwa mereka telah mendekati sisi lain dari padang pasir tersebut. Pada saat yang bersamaan, pemandu tersebut tertidur karena kekenyangan. Tanpanya, tidak ada yang mengetahui arah. Sapi jantan tanpa pemandu kemudian kehilangan arah dan kemudian berjalan dalam suatu lingkaran besar dan berakhir di tempat yang sama ketika mereka memulai perjalanan.

Saat mereka terbangun di pagi hari, mereka menyadari bahwa mereka belum mencapai tujuan, malah kembali ke tempat mereka berkemah sebelumnya. Mereka mulai kehilangan harapan dan mulai menangisi keadaan mereka. Persediaan makanan dan minuman mereka telah habis, mereka takut mereka akan mati kehausan. Mereka mulai menyalahkan pemandu dan pemimpin gerobak atas kelalaian mereka. Mereka mengeluh, "Kita tidak dapat hidup tanpa air."

Sang pedagang kemudian berpikir, "Jika aku kehilangan keberanian sekarang, disaat dimana situasi sedang memburuk, maka kepemimpinanku menjadi tidak berarti. Jika aku pun ikut menangis dan menyesali kemalangan ini tanpa melakukan apapun, maka semua barang, sapi jantan, dan aku sendiri pun akan mati. Aku harus giat dalam menghadapi situasi ini!" Kemudian ia mulai mondar-mandir, berpikir dan berusaha mencari solusi untuk menyelamatkan mereka semua.

Pada saat itu, dari sudut matanya, ia melihat segumpalan rumput. Ia berpikir, "Tanpa air, tidak ada

tumbuhan yang dapat bertahan hidup di padang pasir yang begitu panas ini." Oleh karena itu, itu memanggil beberapa anak laki-laki yang yang paling giat dan meminta mereka untuk menggali lubang pada tempat dimana rumput tersebut tumbuh. Mereka gali dan gali, kemudian berhenti pada sebuah batu yang besar. Mereka menyalahkan sang pedagang, "Kerja kami sia-sia, tidak ada gunanya, hanya menghabiskan waktu saja!" Sang pedagang berkata, "Tidak, tidak, temanku, jika kita tidak berusaha sekuat tenaga sekarang, semuanya akan mati - jangan putus asa."

Sang pedagang kemudian turun ke dalam lubang, menempelkan telinganya pada batu besar tersebut. Ia dapat mendengar suara aliran air. Dengan segera ia memanggil anak laki-laki yang kesal menggali untuk kembali dan berkata, "Jika engkau menyerah sekarang, kita semua akan mati. Ambil palu, hancurkan batu ini."

Mengikuti perintah sang pedagang, anak laki-laki tersebut mengangkat palu tinggi diatas kepalanya dan memukulkannya keatas batu tersebut. Dia sangat

terkejut ketika batu tersebut terbelah menjadi dua, dan air pun bertumpahan dari dalam batu tersebut. Saat itu pula, semua orang menjadi bergembira, mereka melihat adanya harapan untuk hidup. Mereka minum, membersihkan diri, memandikan binatang-binatang mereka, masak dan makan. Sebelum mereka meninggalkan tempat tersebut, mereka meletakkan sebuah palang besar agar orang lain yang melintas pun dapat menikmati mata air ditengah-tengah padang pasir yang panas itu. Setelah itu, mereka melanjutkan perjalanan mereka hingga akhir perjalanan dengan aman dan selamat.

Moral Cerita:

**Jangan mudah menyerah –
berusahalah sekuat tenaga
hingga tujuan anda tercapai.**

sahabat sejati

Terdapat dua orang sahabat baik bernama John dan Andy. Mereka dari kecil telah bermain bersama, sekolah bersama, melakukan kenakalan bersama, pada dasarnya hampir segala sesuatu mereka lakukan secara bersama. Pada saat mereka memasuki umur remaja pecahlah perang dunia ke-2. Pemuda-pemudi yang tangguh diwajibkan untuk ikut wajib militer membela negaranya, tidak terkecuali John dan Andy. Mereka mendapat pangkat letnan dua dan ditugaskan di garis depan medan perang.

Pada suatu pagi berkabut hendak dilakukan serangan mendadak menuju tempat musuh dipimpin oleh kapten mereka. Pada saat mereka mengendap-endap menuju tempat musuh mentari pagi bersinar dengan cerahnya dan menghapus kabut yang menyelubungi mereka. Kontan musuh yang melihat mereka segera menembak dengan membabi-butu. Maka lari tunggang-langganglah mereka semua termasuk John dan Andy.

Sesampainya mereka semua dimarkas ternyata John tidak ada, maka dengan segera Andy meminta izin pada kaptennya untuk kembali ke wilayah musuh mencari John. Namun sang kapten menolak sambil berkata, "Untuk apa kau kembali lagi kesana, mungkin dia sudah mati dan kaupun bakal tertembak musuh". Namun Andy tidak menghiraukan perintah tersebut dan tetap kembali untuk mencari John.

Selang setengah jam kemudian Andy kembali dengan berlumuran darah sendirian. Sang kaptenpun marah besar, "Apa kubilang, John tidak kembali dan kaupun tertembak. Sungguh sia-sia" kata sang kapten. "Tidak sia-sia, karena aku mendengar kata-kata terakhirnya," kata Andy. "Omong kosong," kata sang kapten sambil berlalu. Namun karena rasa ingin tahu sang kapten maka dia kembali lagi ke tempat Andy dan bertanya, "Memangnya apa yang dia katakan, sampai kau rela mempertaruhkan nyawamu?".

"Saya tahu kau pasti akan kembali mencariku," itulah kata-kata terakhirnya dan dia mengatakannya sambil tersenyum dengan puas.

Sumber: Unknown

kisah nandiya

Nandiya adalah seorang kaya yang berasal dari Baranasi. Setelah mendengarkan khotbah Sang Buddha tentang manfaat membangun vihara-vihara untuk para bhikkhu, Nandiya membangun Vihara Mahavihara di Isipatana. Vihara tersebut dipersembahkan kepada Sang Buddha. Sesaat setelah Nandiya mempersembahkan Vihara Mahavihara kepada Sang Buddha, sebuah rumah besar muncul di alam Surga Tavatimsa untuk Nandiya.

Suatu hari, ketika Maha Moggalana Thera mengunjungi alam Surga Tavatimsa, dia melihat sebuah rumah besar yang diperuntukkan bagi si pendana Vihara Mahavihara di Isipatana.

Setelah kembali dari alam Surga Tavatimsa, Maha Moggallana Thera bertanya kepada Sang Buddha, "Bhante! Untuk mereka yang melakukan perbuatan baik, apakah mereka akan mempunyai rumah besar dan kekayaan lain tersedia di alam surga, meskipun mereka masih hidup di dunia ini?"

Kepadanya Sang Buddha berkata, "Anak-Ku, mengapa kamu bertanya hal itu? Apakah kamu tidak melihat rumah besar dan kekayaan menunggu

untuk Nandiya di alam Surga Tavatimsa? Para dewa menunggu kedatangan dari orang yang berbuat baik dan dermawan, seperti sebuah keluarga menunggu kembalinya seseorang yang telah lama berpergian. Ketika orang baik meninggal dunia, mereka disambut dengan gembira untuk tinggal di alam surga".

Kemudian Sang Buddha membabarkan syair 219 dan 220 berikut:

Seseorang yang telah lama berpergian dari rumah, lalu kembali dengan selamat tiba di rumah, kemudian teman-teman, sanak keluarga, bergembira menyambutnya.

Demikian pula, orang yang telah banyak melakukan jasa kebajikan, setelah meninggal terlahir di alam lain. Hasil perbuatan baiknya akan menyambutnya disana seperti sanak keluarga menyambut keluarganya yang kembali setelah lama berpergian.

Sumber: Dhammapada Athakatha



Matikan lampu saat tidak digunakan!!!

Bukan hanya kamu dapat menghemat. Mengurangi pemakaian energi listrik juga berarti menyelamatkan bumi ini dan ikut berpartisipasi untuk bumi yang lebih hijau.

Dari 1001 Easy Ways to Earth-wise Living - October 2008

Hemat Penerangan

Penerangan alami

Memaksimalkan penggunaan cahaya alami akan menghemat biaya listrik bulanan kita dan membantu melenyapkan kuman , debu dan kutu/tungau.

Beberapa cara untuk memaksimalkan pencahayaan alami adalah:

- Cat ruangan anda dengan warna-warna terang, dan gunakan cermin untuk memantulkan cahaya alami, terutama di ruangan yang gelap.
- Di siang hari yang tidak terlalu panas, buka gorden dan jendela agar cahaya dapat masuk secara maksimal.
- Apabila rumah anda benar-benar gelap, cobalah mengganti jendela anda dengan jendela yang besar. Buat jendela yang berbentuk tinggi dibanding melebar untuk memaksimalkan cahaya yang masuk.
- Atur pembagian area kerja anda seperti meja kerja,tempat mencuci di dapur, dan tempat duduk agar berdekatan dengan sumber cahaya alami.
- Gunakan atap yang transparan (solar tube). Atap jenis ini mengkonsentrasikan dan memantulkan

cahaya alami melalui sebuah diffuser ke dalam ruangan di bawahnya.Cahaya yang dihasilkan sama dengan lampu bohlam 100 watt.

Lampu jenis apa yang harus kita gunakan?

Keindahan sangat penting pada pencahayaan. Tetapi, memilih pencahayaan yang tepat untuk setiap lokasi merupakan hal yang lebih penting lagi. Sebuah lampu yang tepat dan efisien bukan hanya menambah kenyamanan, akan tetapi juga menghemat energi dan mengurangi biaya jangka panjang. Untungnya, saat ini banyak pilihan lampu hemat energi yang tersedia di pasaran.

- Lampu bohlam yang biasa kita gunakan tidak efisien, karena banyak energi yang digunakannya berubah menjadi energi panas dibanding cahaya. Walaupun lampu bohlam sangat murah, kita harus sering menggantinya.Batasi penggunaan lampu bohlam pada area yg membutuhkan cahaya sementara.

- Gunakan lampu halogen yang memancarkan cahaya alami pada area kerja atau sebagai lampu sorot untuk lukisan. Mungkin lampu ini agak mahal, akan tetapi jenis ini lebih tahan lama dibanding bohlam biasa.
- Berhemat dengan lampu fluorescent. Jenis ini mengkonsumsi seperempat dari energi yang setara dengan lampu bohlam , dan lebih tahan lama 15 kali lipat.
- Gunakan lampu fluorescent apabila kita membutuhkan pencahayaan untuk waktu yang lama, misalnya di dapur ataupun ruang tamu.
- Lain kali, apabila anda ingin mengganti lampu bohlam biasa, cobalah menggunakan lampu fluorescent, kemudian secara berkala ganti semua lampu bohlam di setiap area.
- Gunakan lampu fluorescent yang terdiri dalam 2 bagian, rumah lampu dan lampunya, sehingga kita hanya perlu mengganti lampunya di kemudian hari, tanpa perlu membeli rumah lampunya.

- mengontrol cahaya dari luar.
- Pasang tombol lampu pada lemari, sehingga lampu akan menyala otomatis di saat kita membuka lemari, dan mati saat kita menutupnya.
- Gunakan dimmer untuk menghemat energi . Setiap lampu yang diredupkan 25 persen akan menghemat 20 persen dari energi yang dibutuhkan. Dimmer dapat dipasangkan pada semua lampu pijar, walaupun mungkin anda akan memerlukan sebuah transformer untuk lampu halogen yang ber-watt rendah. Dimmer tidak bisa digunakan pada lampu fluorescent.

Pencahayaan yang pintar

Ada beberapa cara untuk memaksimalkan penggunaan cahaya dalam rumah. Beberapa tips pandai untuk berhemat dalam pencahayaan :

- Pilih watt yang rendah untuk semua lampu. Semakin besar watt, berarti semakin besar energi yang digunakan.
- Ingat untuk mematikan cahaya ketika meninggalkan ruangan.Termasuk juga lampu fluorescent, walaupun menghidupkan dan mematikan lampu juga harus dihindari, karena hal ini akan memperpendek umur pemakaian lampu tersebut.
- Perhatikan bahwa lampu bertegangan rendah yang diletakkan secara berdekatan lebih efisien, dibanding menggunakan sebuah lampu bertegangan besar yang diletakkan secara jauh.
- Hindari lampu dengan bohlam yang banyak (multiple bulb), karena tidak efisien. Sekitar 25 watt bohlam diperlukan untuk menyamakan terang dari satu buah lampu bohlam 100 watt.
- Jangan memasang peralatan lampu yang menghalangi cahaya.
- Gunakan sensor cahaya atau sensor panas untuk

Kawan

Kawan, ingatkah pertama kali kita bertemu
Di simpang jalan yang lembab setelah hujan
Pena biru berbulu di tanganku
Menyapa buku jingga yang kau bawa

Kawan, ingatkah setiap langkah kita yang seirama
Menggenggam dan mengantungi mimpi-mimpi yang sama
Panasnya aspal hitam tak membekukan anganku
Angin kencang tak menggoyahkan niatmu

Kawan, ingatkah setiap tetes keringat yang mengandung makna
Makna yang tak bermakna kelelahan semata
Kita gantungkan harapan melampaui bintang yang tak terlampaui
Kita berjuang mengejar angin yang teramat cepat tuk didahului

Telah kubingkai kebahagiaan bersamamu
Telah pula kuhempas airmata di atas tanah yang gersang
Telah kuucapkan sebaity ikrar
Kawan, kita bersama melewati suka duka

Namun, waktu yang dahulu membawa kita dalam pertemuan
Kini mengantarkan kita menuju perpisahan
Tegarlah, kawan
Apa yang datang pastilah akan pergi

Hanya ingin kau tak lupa
Hari-hari yang selalu kita lalui bersama
Tak semudah yang kau kira tuk terhapus dalam ingatan
Hanya karena satu kesalahan yang bisa termaafkan

Lapanglah, kawan
Dan jalani jalanmu yang baru
Seperti aku menjalani jalanku yang baru
Berbeda tanpamu

Semoga di ujung perjalanan kita
Saat mewujudkan mimpi-mimpi yang dahulu kita kantungi
Kita akan bertemu lagi
Mengenang setiap detik masalalu sebagai pembelajaran hidup

Kawan

Sekitar 18 bulan yang lalu, ayah saya dirawat di salah satu rumah sakit dikarenakan dalam masa-masa penyembuhan setelah menjalani operasi paru-paru. Sedangkan ibu saya telah meninggal, dan ayah saya merasakan kehilangan yang teramat karena kehilangan teman hidup selama 55 tahun, sehingga beliau merasa tidak ada gairah untuk hidup.

Mencoba untuk membujuk beliau makan tiap harinya adalah suatu pekerjaan yang biasa dilakukan akan tetapi beliau tidak mau memakan apa pun. Ada satu hal, bahwasanya beliau meminta kami untuk membawakan es krim untuknya.

Di suatu sore, beliau menolak untuk memakan es krim, jadi saya meletakkannya di dalam *freezer* (lemari pendingin). Sesaat kemudian anak saya menginginkan es krim tersebut, jadi saya mengambilkan untuk anak saya

Ketika saya berjalan kearah lemari pendingin, seorang perempuan bertanya, "Apakah masih ada lebih es krim dimana dari tempatnya itu berasal?" Ketika saya menjelaskan keadaannya, wanita itu minta maaf. Lalu perempuan itu berkata saya berpenyakit kanker dan hanya dapat makan sangat sedikit, lain lagi dengan es krim.

Sore hari berikutnya, saya memutuskan untuk membeli dua buah es krim. Dalam perjalanan menuju kamar ayah saya, saya berhenti di kamar perempuan yang sakit tersebut, dan menawarkan dia es krim yang sengaja saya belikan untuknya. Perempuan itu benar-benar terdiam dimana saya telah memikirkannya, dan ia menerima hadiah tersebut dengan mengeluarkan air mata. Saya berbicara beberapa saat dengannya, menjelaskan apa yang terjadi di keluarga saya dan mendengarkan cerita perempuan itu yang mempunyai kesamaan cerita yang menyakitkan dan menderita. Ceritanya sangat jelas terlihat dimana ia (wanita ini) tidak banyak tamu yang mengunjunginya, es krim dan perbincangan yang singkat ini sangatlah berarti buat dirinya.

Saya mengulangi kebiasaan mengunjunginya untuk beberapa hari mendatang, dan kali ini dihargai oleh

sebuah pelukan yang hangat dari perempuan ini.

Tidak pernah terlintas dalam pikiran saya untuk menanyakan nama perempuan itu, dan tidak pernah berjumpa lagi dengannya, akan tetapi hal ini membuat saya menyadari bahwa suatu perbuatan baik dapat memberikan penghargaan yang lebih ketika kamu memberikan suatu perbuatan kebaikan, dibandingkan kamu menerima kebaikan dari seseorang.

rasa akan suatu kenyamanan



Sabbadanam Dhammanam Jinati

• Persembahkan dharma melebihi persembahkan apapun juga •

formulir berlangganan majalah sahabat remaja kalyani

namo buddhaya,
saya mohon dicatat sebagai pelanggan tetap majalah sahabat remaja kalyani, dengan:

nama :

alamat :

.....

.....

telp./hp. :

harap redaksi mengirimkan setiap edisi eksemplar ke alamat yang tertulis di atas. dan saya berdana secara rutin/tidak rutin* sebesar Rp., terbilang

dana tersebut saya kirim melalui :

bca kcp lembang :
a/n b. susilavati
no. rek. : 137 1156 149
lembang, bandung

hormat saya,

* coret yang tidak perlu

.....

bila dana telah dikirimkan, harap memberikan informasi kepada redaksi berupa salinan formulir ini maupun bukti pengiriman lainnya

... sambungan dari halaman 05

atau orangtua yang mengulurkan tangan untuk menariknya keluar dari jurang berbahaya tersebut. Vina, menunggu benar-benar hancur dan tak ingin hidup lagi.

Suatu hari di tahun-tahun terakhir pendidikan S1 nya, ia bertemu dengan kerabat keluarganya yang selama ini tidak dikenalnya dengan baik, sebutlah Tante Mey. Tante Mey beragama Buddha, sama seperti agamanya yang tertera di Kartu Tanda Penduduk pertama yang ia miliki. Tapi Tante Mey memberikan Vina gambaran agama Buddha yang berbeda dari agama Buddha bercampur tradisi para tetua yang dianut keluarganya. Ada sedikit rasa tertarik untuk lebih dekat dengan agama Buddha yang diperkenalkan Tante Mey kepadanya. Tante Mey pun melihat ketertarikan Vina dan mencoba membimbingnya dengan baik.

Saat Vina mengalami depresi berat menjelang presentase penting di kampusnya. Tante Mey memberikan Vina sebuah tiket seminar akbar agama Buddha. Acara yang diselenggarakan salah satu yayasan agama Buddha yang selama ini belum pernah sampai di telinga Vina. Vina merasa malas untuk datang tapi ia merasa tidak enak hati jika datang. Akhirnya Vina memutuskan untuk datang ke seminar tersebut.

Di dalam seminar tersebut kalimat pembukaan yang digunakan seorang Bhante pembicara telah membuka hatinya untuk bangkit dan keluar dari jurang kehancuran yang selama ini menyiksa hidupnya, yaitu pandangan yang salah. 3 kalimat yang sangat sederhana, dengan arti yang sangat luas dan dalam, telah mengubah dirinya menjadi merasakan suatu makna tak sekedar hidup dalam dirinya dan menjadikan senyum selalu merekah dihatinya tak sekedar palsu di bibirnya. 3 kalimat yang membuatnya belajar melepas kebencian, kekhawatiran, kesedihan, dan rasa takut. 3 kalimat sederhana yang menjadi awal kebulatan tekad

Vina untuk berlandung pada Buddha, Dhamma dan Sangha.

3 kalimat sederhana-- bukan! -- 3 kalimat ajaib yang membuat Vina, hingga ia dewasa, menjatuhkan cintanya pada Tiratana yang berkilau bagai permata. Hanya untuk satu tujuan, mencari kalimat-kalimat ajaib lain dari merdunya suara Dhamma.

Kawan-kawan pasti ingin tahu 3 kalimat ajaib yang telah mengubah seorang Vina. Tidak perlu ku rahasiakan, karena Dhamma bukan Rahasia.

"Hari kemarin yang telah lalu, lupakan!"

Hari esok yang belum pasti, jangan dinanti!

Apapun yang datang hari ini, hadapi!"



Selamat Waisak
2554/2010