



BHADRA BODHI
MEDIA KOMUNIKASI
KMB DHAMMAÑANO ITB
ବନ୍ଦର ବୁଦ୍ଧି

Edisi IV/KMB/IX

11 Februari 2000

H
A
P
P
Y

C
H
I
N
E
S
E

N
E
W

Y
E
A
R

H
A
P
P
Y

V
A
L
E
N
T
I
N
E

D
A
Y

DARI REDAKSI

Namo Buddhaya,
Rekan-rekan se-Dharma yang
budiman. Pada edisi kali ini,
Bhadra Bodhi menampilkan arti-
kel-artikel yang didapat dari sum-
ber ataupun dikutip dari buku. Di
samping itu juga terdapat komik
Buddhis, cerpen, renungan, kata-
kata bijak, DUDU, pengumuman
kecil, dll.

Kami dari staf redaksi
memngharapkan bantuan dan du-
kungan dari rekan-rekan se-
Dharma, baik dalam hal kritik
maupun saran. Akhir kata, kami
ucapkan terima kasih.

Pelindung :
Fery Wijaya

Staf Redaksi:
Budi D., Anthony A.,
Henry T., Arifin,
Hendy H.

Mailing list :
Kmb_itb@groups.com

Email:
Anth136@cyberlib.itb.ac.id

Majalah Terus Dalam Kehidupan

Samuel Longfellow

Majalah terus dalam kehidupan
Meskipun masih teringat asalmu dari
surga;
Kau bukan di sini untuk hidup senang
atau dosa,
Tetapi memenangkan mahkota kehidu-
pan.

Meskipun api nafsu berkecamuk da-
lam jiwamu,
Semangatmu dapat dengan mudah
mengendalikannya;
Meskipun penggoda yang kuat
menghalang jalnmu,
Semangatmu jauh lebih kuat daripada
mereka.

Majalah terus dari kepolosan masa
mudamu,
Ke kemurnian sejati, kebenaran sejati
Para malaikat Allh masih dekat untuk
menyelamatkanmu
Dan Allah sendiri membantu yang
berani bertahan.

Jadi, majalah terus dalam kehidupan,
anak bumi
Jadilah orang yang pantas dari asal
usul surgawi,
Untuk pelayanan yang agung kau
berada di sini;
Membantu saudara-saudaramu,
Allahmu kau hormati.

yyy

This is life

A son and his father were walking on the mountains. Suddenly, his son falls, hurt himself and screams: Ahhhhhh!! Curious, he yells: "Who are you?" He receives the answer: "Who are you?" Angered at the response, he screams: "Coward". He receives the answer: "Coward". He looks to his father and asks: "What's going on?" The father smiles and says: "My son, pay attention." And then he screams to the mountain: "I admire you!" The voice answer: "I admire you!" Again the man screams: "You're the champion!" The voice answer: "You're the champion!" The boy is surprised, but doesn't understand. Then the father explains: "People call this ECHO, but really this is LIFE. It gives you back everything you say or do. Our life is simply a reflection of our actions. If you want more love in the world, create more love in your heart. If you want more competence in your team, improve your competence. This relationship applies to everything, in all aspects of life. Life will give you back everything you have given to it."



Renungan :

*PENOLAKAN

Apapun yang kita tolak, datang terus. Guru Buddha tidak pernah menolak Mara- Beliau membiarkan ia menebar badai ke arah-Nya. Beliau menghadapi iblis sebelah dalam secara langsung, tanpa berkedip.

Yang penting kita tidak hanyut oleh semua gangguan itu. Tetaplah pusatkan perhatian- kita sudah berada di pusat, tepat di mata badai, tempat yang aman dan damai. Satu buah gerakan salah, dan Anda akan ditarik dan diperlakukan ke dalam badai. Jika kita hanya menolak iblis yang ada di dalam diri kita setiap hari, mereka hanya akan ditekan, dan muncul kembali, lagi dan lagi. Semoga Anda berani menghadapi iblis yang terus muncul dalam diri Anda hari ini juga. Tidak menunda-nunda.

(Cerah Setiap Hari, Edisi Januari)

*Manajemen Waktu

Ada suatu profesor terkenal yang akan menjelaskan tentang "Manajemen Waktu" dalam ruang kuliahnya. Beliau datang membawa kaleng yang agak besar dan meletakkannya di atas meja. Lalu, beliau memasukkan beberapa batu beru-

kuran sedang hingga kaleng tersebut penuh berisi batu. Kemudian dia menanyakan kepada mahasiswa yang diajarnya, "Apakah kaleng ini sudah penuh?".

Dengan serempak murid-muridnya menjawab, "Ya Pak, kaleng itu telah penuh!". Lalu sang Dosen mengatakan, "Anda semua ke-liru!", sambil mengambil batu-batu kerikil (batu kecil) dan memasukkannya ke dalam kaleng. Kerikil itu masuk ke dalam celah-celah di antara batu-batu besar. "Lihatlah, kaleng itu masih bisa menampung kerikil-kerikil itu!", kata sang Dosen. Kemudian, ia kembali bertanya, "Sekarang, apakah kaleng itu sudah penuh?".

Sekarang, dengan agak ragu-ragu mereka menjawab, "Mungkin belum Pak!". Sang Dosen tersenyum, "Anda mulai pintar!" Lalu ia pun mengambil pasir dan memasukkannya ke dalam kaleng. Seperti halnya kerikil tadi, pasir ini pun mencari celah-celah kosong dan memasukkinya. Kemudian, dosen itu pun bertanya, "Nah, sekarang apakah kaleng itu sudah penuh?".

Dengan serempak mereka menjawab, "Belum, pak!". "Pintar!", kata sang Dosen. Ia pun mengambil air dan mengisikannya ke kaleng. Air itu meresap dalam pasir, dan terus mengisi kaleng sampai benar-benar penuh. "Nah, sekarang kaleng ini sudah benar-benar penuh. Apa yang ka-

lian dapatkan dari kuliah ini?", tanya sang Dosen.

Salah seorang murid menjawab, "*Inti dari perkuliahan ini, sesibuk-sibuknya kita, kita masih bisa melakukan banyak pekerjaan lain asalkan kita bisa mengatur waktu dengan baik.*"

Dosen itu menjawab, "Kurang tepat, sebenarnya kita haruslah memasukkan batu-batu yang berukuran lebih besar terlebih dahulu ke dalam kaleng, barulah batu-batu lain yang berukuran lebih kecil. Kalau kita memasukkan pasir terlebih dahulu ke dalam kaleng, batu-batu yang lebih besar tidak akan bisa masuk dalam kaleng."

"Begitu juga dengan waktu kita, kita harus menggunakanya dengan baik. Kita harus mengerjakan hal-hal "besar" terlebih dahulu, barulah kita mengerjakan hal-hal yang lebih kecil, dan lebih kecil lagi."

Lalu, apakah yang menjadi hal "besar" bagi kita? Tiap orang mempunyai kriteria sendiri-sendiri, seperti halnya apakah yang menjadi tujuan hidup kita? Masing-masing diri kita harus mencari ke dalam dirinya sendiri, apakah tujuan hidupku di dunia ini? Apakah hal-hal besar yang harus aku lakukan untuk mencapai tujuan hidupku? Apakah saya sudah melakukannya, atau sebaliknya saya melakukan hal-hal kecil yang kurang berguna bagi pencapaian tujuan

hidupku?, dan sebagainya.

Renungkanlah sebelum tidur, apakah kita sudah melakukan hal-hal besar yang harus dikerjakan hari ini? Apakah waktu saya yang sehari ini sudah saya gunakan dengan sebaik-baiknya? Dengan melakukan hal ini, hidup kita akan lebih bermakna.

(Diterjemahkan dari artikel/email di milis BVD)

Ajaran Hidup

Menyukai kebaikan hati tanpa menyukai belajar bisa mengakibatkan ketidakpedulian;

Menyukai keterusterangan tanpa menyukai belajar bisa mengakibatkan salah arah;

Menyukai kejujuran tanpa menyukai belajar bisa mengakibatkan kejahatan;

Menyukai ketulusan tanpa menyukai belajar bisa membuat gegabah;

Menyukai keberanian tanpa menyukai belajar bisa mengakibatkan kemalangan;

Menyukai kehebatan tanpa menyukai belajar bisa mengakibatkan kelancangan.

Seseorang tidak pernah jemu belajar dan tidak pernah bosan mengajar karena ketika ia sedang bekerja , ia bisa upa makar; ketika ia sedang senang, ia lupa pada semua kesulitan dan bahkan ia bisa tidak peduli bahwa ia sudah tua.

Valentin Terindah

Valentine's Day hampir tiba, dan hatiku pun makin dag-dig-dug. "Apa ya yang bakalan dikatakan ama si dia? Gua bakalan diajak kemana ya, apa *Candle Light Dinner*, nonton di BIP, atau entahlah?". "Ayo, lagi ngelamunin apaan Nin", tiba-tiba teman dekatku, Rita menepuk bahuiku.

"Aduh, lu ngagetin orang aja Rit. Orang lagi ngelamun enak-enak kok, digangguin sih.", sahutku cuek. Sambil tersenyum Rita menyindir, "Ayo...., lagi ngelamunin si Bobby ya kok asyik banget?"

Memang sudah sifat Rita, pengen tahu apa aja termasuk urusan orang. Tapi dia orang baek, Rita udah jadi temen akrabku sejak aku masih di TPB. Aku kenal dia waktu pertama kali masuk ke KMB Dhammanano ITB. Orangnya cerewet, tapi gampang bergaul dengan banyak orang. Begitu juga si Bobby, aku kenal dia di KMB ITB ini. Dia aktif bantuin KMB dan kayaknya hampir tiap Jumatan dia dateng, makanya aku sering dateng ke Jumatan ☺.

"Iya, nih gua lagi bayangan kira-kira gua diajak Bobby kemana ya Valentin ini?", jawabku bersemangat. "Oh gitu, emangnya dia be-

lum ngomong ke lu bakalan ngajak kemana?", interrogasi si Rita. "Belum tuh, mungkin surprise untukku. Hehehehe", candaku. Tiba-tiba saja aku teringat, "Eh, lu barudarimana, siapa yang bukain lu pintu ?". "Oh, tadi gua baru dari BIP, biasa belanja. awal bulan. Terus tadi yang bukain pintu, pembantu-lu... abis lu sih asyik aja sih.", sindir si Rita lagi.

Kring kring kring....
"Teh Nina (pembantu-nya orang sunda)... Ada telepon nih?", teriak bibiku.

"Bentar ya Rit, ada telepon nih... Iya sebentar bi, makasih ya", sahutku.

"Hallo, Ei... Bobby apa kabar say?", sapaku mesra.

"Baik, lu gimana Nin, sehat-sehat aja kan?", sapa Bobby penuh perhatian.

"Gini Nin, gua mau kasih tau lu rencana Valentin kita... tapi lu jangan marah ya?", kata Bobby. "Tentu nggak dong, tapi bukannya kejutan buatku...", tanyaku. "Nin, lu kan tau KMB kita mau ngadain CUBM kan?", tanyanya. "Iya, terus apa hubungannya?", sahutku curiga.

"Gini, KMB kan mau cari dana, nah salah satu caranya adalah jualan bunga Sabtu nanti mumpung Valentin. Dan gua yang mengkoordinir jualan bunga nanti.", kata

Bobby tak bersemangat. "Hah, berarti kita nggak bisa Valentin Sabtu nanti?", sahutku kaget. "Bukannya nggak bisa sih, mungkin diundur Sabtu depan gimana?", katanya memelas. "Tapi kan, Valentin setahun cuman sekali, masa lu nggak bisa sih...", kataku sedih. "Sorry deh, Nin, masalahnya... Hallo ... hallo... Nina?", belum selesai Bobby menjelaskan aku sudah menutup teleponnya.

Aku kecewa sekali, masa acara Valentin yang aku bayangin selama ini sirna sudah hanya karena dia mau jualan bunga. Tanpa kusadari air mataku berlinang, dan aku melangkah gontai ke kamarku.

"Ada apa Nin, kok kamu menangis?", tanya Rita. "Oh, enggak ... enggak ada apa-apa kok.", langsung kuusap air mataku yang tak kusadari telah menetes. "Bohong, masa nggak ada apa-apa kok kamu menangis?", selidik Rita. "Tadi di Bobby telepon, Rit ...", aku mulai curhat. "Ada apa dengan si Bobby, apa dia sakit?", tanya Rita. "Nggak, dia tadi bilang... dia nggak bisa ngerayain Valentin sama aku besok Sabtu...", sahutku lemas. "Lho, kenapa Nin ... emangnya dia mau ke luar kota ... atau dia ada ujian...", kata Rita. "Nggak, dia mau jualan bunga buat cari dana CUBM...", kataku kecewa. "Oh ya

ya, aku hampir lupa, kan besok KMB kita mau jualan bunga... ", ingat si Rita. Aku langsung memotong, "Itu kan keterlaluan, masa dia nggak Valentin ama aku gara-gara mau jualan bunga."

"Tenang Nin, kamu kan tau Bobby itu koordinator pencarian dana ini ... jadi dia nggak bisa ninggalin tugasnya.", nasehat si Rita. "Tapi kan dia bisa wakilin ke yang laen, ke budi kek, atau ke lili.", aku mencoba mempertahankan pendapatku. "Nin, nin... kamu nggak boleh egois gitu dong, lu harus ngerti perasaan Bobby. Lu kan tau CUBM ini tinggal 3 minggu lagi, dan sekarang baru sedikit dana yang terkumpul. Seharusnya kita bantuin si Bobby jualan bunga.", sahut Rita. Aku terdiam saja.

"Emangnya hanya lu yang nggak Valentinan ama Bobby, banyak juga yang laen lho, tuh si lili juga ngerelain nggak bisa pergi bareng ama doi-nya karena bantuin Bobby jualan bunga. Kita harus merelakan kepentingan kita sendiri buat kepentingan yang lebih besar. Coba kalau CUBM berhasil, bakalan banyak orang yang sedikit banyak bisa mengenal meditasi, syukur-syukur kalo ada yang termotivasi untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini bisa membawa dampak besar, coba kita lihat

kerusuhan di mana-mana, perang agama di mana-mana, banyak yang stress dan bahkan bunuh diri karena krisis moneter; Itu semua terjadi karena mereka tidak mengendalikan emosi dan pikiran mereka. Mereka tidak bisa melihat semua kejadian sebagaimana apa adanya.

Mereka diprovokasi bahwa saudara-saudara mereka yang seagama telah dibunuh oleh agama lain, sehingga mereka langsung naik darah dan memerangi agama lain. Padahal jika mereka melihat sedikit lebih jauh, yang mereka perangi adalah saudara mereka juga, satu bangsa- bangsa Indonesia. Begitu juga dengan orang yang stress, mereka stress karena perusahaan mereka bangkrut, mereka tidak bisa mengembalikan utang-utangnya, dan sebagainya. Padahal jika mereka lebih mengendalikan pikiran mereka, mereka dapat melihat bahwa ini semua belum berarti akhir dari segalanya. Mereka bisa mulai kembali dari awal. Ya itu, sekilas aja sih gambaran manfaat CUBM, kalau kita mau lihat lebih jauh lagi."

Aku termenung beberapa saat.

"Iya sih, emang bener kita harus rela berkorban untuk kepentingan yang lebih besar ini.... Tapi aku masih belum bisa mene-

rima ... kan hari Valentin cuma setahun sekali, masa terlewat begitu saja?", sanggahku. "Nin, kalo lu merayakan hari Valentin hanya dengan nonton di BIP, atau makan bareng di tempat yang romantis; itu bisa lu alami kapan saja lu suka. Lu harusnya melihat makna hari Valentin itu sendiri apa?", jelas Rita.

"Hari untuk mengungkapkan rasa cinta kita, kan?", jawabku. "Ya itulah, bukan berarti harus dengan nonton bareng atau makan bareng. Ungkapkanlah rasa cintamu itu dengan berusaha mengerti perasaan Bobby, berusaha membantu Bobby. Itulah ungkapan cinta yang diinginkan si Bobby, DUKUNGAN-mu!" Aku kaget mendengar penjelasan Rita. Mataku seolah-olah terbuka kembali, bahwa cinta itu perlu diungkapkan dengan dukungan dan perhatian, bukannya pemaksaan untuk nonton atau makan bareng. "Terima kasih ya Rit, gua udah sadar nih. Gua mau telepon Bobby dulu, mau minta maaf!", ujarku sambil tersenyum. Aku pun melangkah ke ruang tamu sambil berpikir, " ... ini bakal menjadi **Valentin** terindah yang pernah kurasakan."

(Tulisan ini mencoba mengajak rekan-rekan yang lain menulis untuk BB)

Mengapa Sang Kodok dan Sang Ular Tidak Pernah Bermain Bersama

Cerita rakyat Afrika ini membuat kita berpikir mengenai bagaimana banyak persahabatan dan pertemanan tidak bisa terbentuk di dunia karena orang diberi tahu bahwa mereka 'tidak bisa' menjadi sahabat satu dengan yang lain.

Suatu ketika, anak Sang Kodok sedang melompat-lompat di semak belukar waktu ia melihat sesuatu yang baru menggeletak melintasi jalan di depannya. Sesuatu ini panjang dan langsing, dan kulitnya seakan berkilau dengan semua warna pelangi.

"Halo kamu," Bocah Kodok itu berseru. "Kamu sedang berbuat apa berbaring di tangah jalan?"

"Hanya menghangatkan badanku di matahari," menjawab sesuatu yang baru itu, sambil menggeliat dan berbalik dan mengurai dirinya. "Namaku Bocah Ular. Siapa namamu?"

"Aku Bocah Kodok. Kamu mau main denganku?"

Jadi Bocah Kodok dan Bocah Ular bermain bersama sepanjang pagi di semak belukar.

"Lihat apa yang bisa kulakukan," kata Bocah Kodok, dan ia melompat tinggi ke udara. "Aku akan mengajarkan kamu bagaimana mela-

kukannya, kalau kau mau," ia menawarkan.

Jadi ia mengajarkan Bocah Ular bagaimana melompat, dan bersama mereka berlompat-lompat hilir mudik di jalan dalam semak belukar itu.

"Nah, lihat apa yang bisa kulakukan," kata Bocah Ular, dan ia merayap di atas perutnya langsung memanjat batang pohon yang tinggi. "Aku akan mengajarkan kamu kalau kau mau."

Jadi ia mengajarkan Bocah Kodok bagaimana meluncur di atas perut dan memanjat pohon.

Setelah beberapa waktu mereka berdua merasa lapar dan memutuskan untuk pulang makan siang, tetapi mereka berjanji untuk bertemu lagi keesokan harinya.

"Terima kasih mengajarkan aku bagaimana melompat," seru Bocah Ular.

"Terima kasih mengajarkan aku bagaimana merayap ke atas pohon," seru Bocah Kodok.

Kemudian mereka pulang ke rumah masing-masing.

"Lihat apa yang bisa kulakukan, Ibu !" Bocah Kodok berseru, merayap di atas perutnya.

"Di mana kau belajar melakukan itu ?" Sang Ibu bertanya.

"Bocah Ular mengajarkan aku," ia menjawab. "Kami bermain ber-

sama di semak belukar pagi ini. Ia teman baruku."

"Apa kau tidak tahu bahwa keluarga Ular itu keluarga tidak baik?" ibunya bertanya. "Gigi mereka beracun. Jangan pernah aku melihat kamu bermain dengan salah satu dari mereka lagi. Dan jangan pernah aku melihat kamu merayap di atas perutmu. Tidak pantas."

Sementara itu, Bocah Ular pulang dan melompat turun naik supaya ibunya bisa melihatnya.

"Siapa mengajarkan kamu berbuat begitu ?" tanya ibunya.

"Si Bocah Kodok," katanya. "Ia teman baruku."

"Bodoh kamu," kata Sang Ibu. "Apa kamu tidak tahu kita bermusuhan dengan keluarga Kodoksu-dah entah berapa lama sehingga tidak bisa diingat lagi? Lain kali kamu bermain dengan si Bocah Kodok, tangkap dia dan makan dia habis. Dan berhenti melompat-lompat. Bukan kebiasaan kita."

Jadi keesokan pagi waktu Bocah Kodok bertemu dengan Bocah Ular di semak belukar, ia menjaga jarak.

"Aku rasa aku tidak bisa merayap denganmu hari ini," ia berseru, sambil mundur satu dua lompatan.

Bocah Ular memperhatikannya tanpa berkata apa-apa, mengingat apa yang dikatakan ibunya. "Jika ia

terlalu mendekat, aku akan menyeranggapnya dan memakannya," pikirnya. Tetapi kemudian ia mengingat betapa mereka bergembira bersama dan bagaimana Bocah Kodok baik sekali mengajarkannya melompat. Jadi ia menghela nafas sedih dan menyelinap ke dalam semak belukar.

Dan sejak hari itu dan seterusnya, Bocah Kodok dan Bocah Ular tidak pernah bermain bersama lagi. Tetapi mereka sering duduk sendiri di sinar mentari, masing-masing memikirkan tentang persahabatan mereka yang hanya berusia sehari saja.

Dikutip dari *The Book of Virtues*,
William J. Bennett

Kepada semua teman-teman, KMB DHAMMAÑANO ITB mengucapkan :

Happy Chinesee New Year 5 Februari 2000

Semoga teman-teman dan keluarga selalu dilimpahkan kebahagiaan dan rukun-rukun selalu !

Pada kesempatan ini pula KMB DHAMMAÑANO ITB ingin mengucapkan :

Happy valentine 14 Februari 2000

Semoga kasih sayang yang ada di dunia ini dirasakan oleh semua makhluk . Sadhu...Sadhu... Sadhu..

JENJANG KEHIDUPAN

A : Janganlah kamu meremehkan secangkir kopi kecil seperti saya. Hargaku cukup mahal. Orang yang minum saya mendapatkan hasil menakjubkan. Jiwa mereka menjadi enteng dan rasa lelah pun akan hilang sehingga tidak lagi ngantuk.

B : Mana bisa kopi dibandingkan dengan air seperti saya? Bir adalah minuman terbaik di dunia. Setelah minum, orang akan menjadi bersahabat dan romantis. Selain itu bir lebih mahal dari kopi, bisa 8 kali lipat dari harga kopi, belum termasuk kopi lho!

A : Walaupun saya bukan yang terbaik, saya lebih dari yang lain. Paling tidak saya harus bertanya kepada segelas air jernih untuk lebih meyakinkan. Itu hanyalah minuman gratis di atas meja. Itu tidak berharga sama sekali.

C : Jangan memandang rendah saya. Walaupun saya lebih tak berharga dibandingkan kalian dalam restoran ini, di gunungan pasir, sayalah minuman yang paling menyenangkan.

A,B : Ya, betul juga ...

D : Air jernih masuk akal.
Izinkanlah saya, merk spesial 'teh Oolong' memberikan penjelasan. Di dunia ini, tidak ada perbedaan nyata atas segala sesuatu yang berharga. Segalanya berharga dan indah apa adanya. Dalam batas, batas nilai uang, teh yang bagus seperti saya, berharga Rp 50.000,00/ ons. Saya tidak lah lebih murah dari kalian berdua. Banyak orang tak peduli pada kopi dan bir, tapi mempunyai minat khusus pada diriku.

A : Betul sekali !

D : Saat bergaul dan perayaan, segelas bir yang baik akan terasa begitu menyenangkan.

B : Tentu saja !

D : Untuk menghilangkan haus dan menambah cairan tubuh, air jernih adalah penting sebagai penyelamat hidup.

C : Itu betul !

D : Maka dari itu, segala sesuatu di dunia ini memiliki kualitas unik masing-masing. Tak perlu membandingkan dirimu dengan yang lain. Bila kamu air, perankanlah air sebaiknya. Begitu pula de-

ngan kopi dan bir.

>>Segala sesuatu adalah diri sendiri, tak perlu memutuskan baik atau buruk.

Dikutip dari:
The Illustrated Heart Sutra,
Tsai Chih Chung

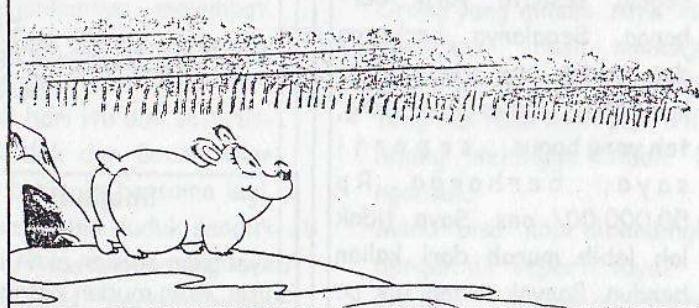
Imajinasi

Bayangkan seakan-akan tidak ada surga. Akan mudah kiranya apabila Anda mencobanya. Tidak ada neraka di bawah kita. Di atas kita hanya langit. Bayangkan semua orang yang hidup seakan-akan hanya untuk hari ini. Mungkin Anda akan megatakan bahwa saya ini seorang tukang mimpi. Tetapi, saya bukan satu-satunya dan saya berharap bahwa pada suatu hari Anda akan bergabung. Dan dunia akan menjadi satu.

Tidak ada perbedaan antara kerja keras dan rumit dengan kerja sederhana dan tenang. Sepanjang seseorang tidak menggunakan perhatian yang membeda-bedakan dalam kehidupan sehari-hari, maka ia tidak hidup dengan sia-sia. Yang bergelora maupun yang tenang memiliki nilai-nilai baik.

Menjadi
Beruang
Kota yang
Bebas

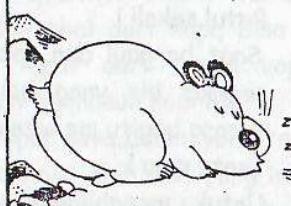
Suatu waktu ada seekor beruang yang tinggal di pinggir sebuah hutan. Di depan sarangnya adalah bunga, hutan, dan padang rumput....



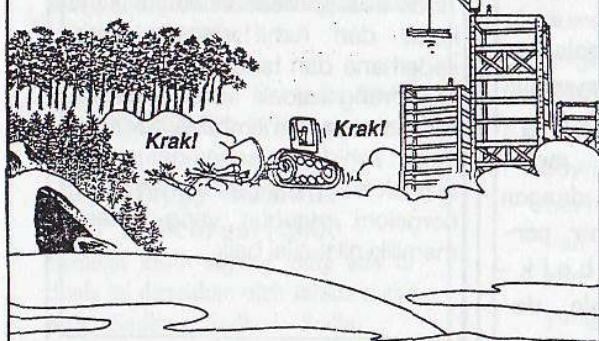
Ketika daun-daun berubah kuning dan merah lalu mulai rontok, ia akan kembali ke sarangnya untuk beristirahat....

Selama musim dingin, ia tidur tanpa perubahan...

Walaupun ia tidak berubah, tempat sekitarnya mengalami perombakan besar....

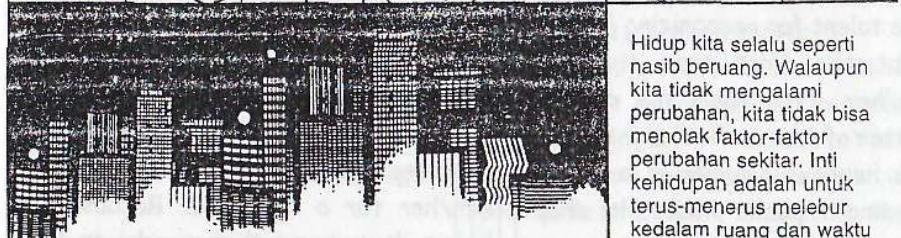
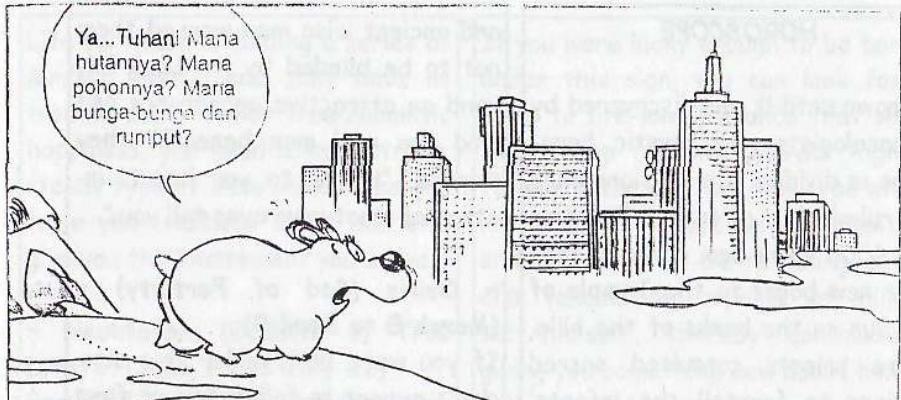


Saat beruang tidur, manusia mendatangi hutan dan membangun sebuah komunitas kota....



Ah! betapa nyaman setelah tidur sepanjang musim dingin.





Sejak itu, beruang tidak dapat menyesuaikan diri dengan keadaan baru. Ia merasa stres dan hari-harinya selalu penuh ketegangan.



Hidup kita selalu seperti nasib beruang. Walaupun kita tidak mengalami perubahan, kita tidak bisa menolak faktor-faktor perubahan sekitar. Inti kehidupan adalah untuk terus-menerus melebur kedalam ruang dan waktu di mana pun kita berada. Karena itu, kita harus menghadapi kenyataan daripada membodohi diri dengan mimpi disiang bolong.

HOROSCOPE

Unknown until it was discovered by archaeologists, the mystic horoscope is divided into 12 signs each one ruled by a different Egyptian god. 4000 years ago, mothers took their new-borns to the Temple of the Sun on the banks of the Nile, where priests consulted sacred writings to foretell the infants' romantic futures.

Here, exclusively, are the 12 birth signs and the significance of each to those born under them:

~ Ammon (God of Prophets) ~ (January 1 to February 2)

Those born under this sign have a sure talent for recognizing Mr/Ms Right the first time they see him/her - for them it's often a matter of love at first sight. When this happens, usually at a chance meeting in public places like shopping malls or restaurants, you can attract him/her by radiating happiness. You'll find it will captivate him/her.

~ Suchos (God of the Sacred Nile) ~ (February 3 to March 4)

Better known as the Crocodile god, Suchos guarded the treasures of ancient Egypt. Those born under this sign are attracted by beauty,

and ancient wise men warned them not to be blinded by it. "Look beyond an attractive appearance and find the real man beneath" they warned, "Listen to your heart, instead of what your eyes tell you."

~ Osiris (God of Fertility) ~ (March 5 to April 9)

If you were born under this sign, don't expect to fall in love at first sight. Those ruled by Osiris need time for love to put down roots in their hearts, but it will grow stronger until it blossoms into a romance that will last a lifetime.

~ Ptah (God of Truth) ~ (April 10 to May 2)

Ptah's people are very sincere and have to be careful to avoid being hurt in romance. You'll find your Mr/Ms Right practically on your doorstep because you've known him/her for a long time. Because he's a down-to-earth type who appreciates sincerity, he'll be attracted to you sooner or later, so don't be pushy when you recognize him.

~ Horus (God of Life) ~ (May 3 to June 16)

The hawk-headed god rules a fickle sign - those born under it have roving eyes and a passionate nature.

Life for them is finding a series of Mr/Ms Rights, and they have no trouble doing it. For true romantic happiness, you need a very strong, steady type of man/woman who can tame your restless spirit and still give you the excitement you crave.

~ Nephtaphis (Goddess of True Love) ~ (June 17 to July 21)

Beautiful Nephtaphis watches over this most dreamily romantic of all signs. Her children are incredibly loyal to their lovers, and are actually capable of becoming one with them in body, mind and soul. For this reason they have to be careful to choose men/women as caring and considerate as themselves, or they will cruelly be taken advantage of.

~ Seti (God of Thunder and Lightning) ~ (July 22 to August 18)

Like their turbulent guardian, those born under this sign have quicksilver peraments and have to keep their thermostats lowered if they want their love lives to heat up. You need an even-tempered, understanding type who can put up with your occasional outbursts.

~ Anubis (the Protector God) ~ (August 19 to September 21)

If you were lucky enough to be born under this sign, you can look forward to life-long romance that will never stop growing. Mr/Ms Right for you is the mystery man type who has a multi - faceted personality and will forever be revealing new and fascinating aspects of himself/herself, thereby continually giving you something new about himself for you to love.

~ Ra (the Sun God) ~ (September 22 to October 15)

You'll have no trouble finding Mr/Ms Right because you're what every man/woman is looking for tender, understanding, passionate, and intensely loyal. Men/Women will flock to you, so you can afford to be choosy. Pick the man/woman who is most deserving of the prize you are, and don't look back. Your only fault is a tendency to wonder if you made the right choices in the past, so keep your eyes peeled on the future.

~ Isis (Goddess of Miracles) ~ (October 16 to November 9)

Those born under the sign of this ancient Egypt's chief goddess have a magic touch. With a smile, they can captivate any man/woman who attracts them. Finding Mr/Ms Right is easy for Isis' sons or daughters -

they can spot him/her a mile off and snare him/her with their great charm.

~ Thoth (God of Light) ~ (November 10 to December 3)

Thoth's children have a hard time displaying their feelings, especially the romantic ones. When you meet Mr/Ms Right, show him how you feel - don't keep him/her guessing.

~ Hathor (Goddess of Music and the Arts) ~ (December 4 to December 31)

Hathor's children are in love with love. They tend to fall head over heels in love with the first man that shows any interest in them, and they stick to them like glue. Keep a level head and be sure he's really Mr/Ms Right. Your type of man/woman likes harmony, and you have to show him/her that you're the one who can provide it.

(Nyax)

Jangan membawa beban masa lalu; jangan hidup pada masa depan . Hal yang terpenting adalah bahwa orang hidup saat ini . Secara autentik dan sepenuhnya, apapun hidupmu yang sedang berlangsung, jadilah apa yang paling kamu bisa dengan kehidupanmu.

MEJA NENEK

Bisa saja sementara kita menjadi lebih tua, semakin kisah ini mengandung arti bagi kita. Tetapi kita harus mempelajarinya sementara kita masih muda, demi generasi yang mendahului kita.

Pernah ada wanita tua yang lemah yang ditinggal mati suaminya dan sekarang hidup sendiri. Jadi ia tinggal menumpang di rumah anak laki-lakinya dan istrinya dan putri mereka yang masih kecil. Penglihatan dan pendengaran wanita tua itu kian hari kian berkurang dan kadang-kadang pada saat makan kedua tangannya gemetar sedemikian sangat sehingga kacang polong menggelinding dari sendoknya atau sup tercecer dari mangkoknya. Anak laki-laki dan menantunya mau tidak mau jengkel pada cara wanita itu menumpahkan makanan di atas meja. Pada suatu hari, setelah wanita tua itu menjatuhkan segelas susu, mereka saling berkata satu sama lain bahwa cukup ya cukup, mereka tidak bisa mentolerir lagi.

Mereka menyediakan meja kecil untuknya di pojok di dekat lemari, tempat menyimpan sapu dan mereka membuat nenek tua itu makan di meja itu. Ia duduk seorang diri, memandang dengan mata dibasahi dengan air mata ke seberang

ruangan yang lain. Kadang-kadang mereka berbicara kepadanya selagi makan, tetapi biasanya hanya untuk mengomelinya karena ia menjatuhkan nbasi atau garpu.

Suatu malam, tepat sebelum saat makan malam, gadis kecil itu sedang sibuk bermain di lantai dengan kotak-kotak bangunannya, dan ayahnya menanyakan apa yang sedang ia buat. "Aku membangun meja kecil untukmu dan ibu," ia tersenyum, "supaya kalian berdua bisa makan sendiri di pojok suatu hari nanti apabila aku sudah besar."

Kedua orang tuanya duduk memandanginya terlongong-longong selama beberapa waktu dan mendekat keduanya mulai menangis. Malam itu mereka menuntun wanita tua itu kembali ke tempatnya di mej besar. Sejak itu, ia makan bersama keluarga itu, dan anak laki-lakinya dan menantunya tidak pernah sedikit pun Keberatan apabila ia menumpahkan sesuatu sesekali.

Dikutip dari :
The Book of Virtues

The greatest friend of truth is time, his greatest enemy is prejudice, and his constant companion is humality.

Do you love life ? Then do not squander time; for that's stuff life is made off.

Mengapa bisa begitu ?

Pada saat berolahraga dengan sepatu es, yang dalam bahasa Inggris disebut *ice-skating*, pada umumnya orang meluncur dengan mudah di atas es. Tetapi, kadang-kadang gerakannya bisa tersendat-sendat. Apa penyebabnya?

Pada saat berolahraga *ice-skating*, orang sebenarnya tidak meluncur di atas es, melainkan di atas lapisan air yang tipis. Lapisan air itu terjadi sebagai akibat tekanan bobot pemain *ice-skating* itu karena es bisa mencair kalau mengalami tekanan . Tetapi apabila cuaca sangat dingin, es tidak akan begitu cepat mencair karena pengaruh tekanan dan pemain *ice-skating* itu meluncurdi atas lapisan air yang sangat tipis. Bahkan mungkin saja ia harus bergerak langsung di atas es. Dan itu menyebabkan gerakannya tersendat-sendat.

Bisakah dua orang astronot yang berada di bulan bercakap-cakap tanpa menggunakan pesawat radio?

Gelombang bunyi disalurkan lewat udara, benda padat, dan cairan. Tapi, di bulan tidak ada udara, jadi di sana bunyi tidak bisa disalurkan secara alamiah. Karena manusia ti-

dak bisa hidup tanpa udara, maka astronot mengenakan pakaian pelindung yang di dalamnya terdapat udara untuk bernafas. Dan udara ini meneruskan bunyi. Apabila kedua astronot itu saling menyentuhkan helm yang mereka pakai maka bunyi akan disalurkan juga melalui helm itu, yang merupakan benda padat. Jadi, astronot bisa saja bercakap-cakap dengan sesamanya di bulan tanpa menggunakan pesawat radio.

Dikutip dari :
Mengapa Bisa Begitu ?
Friedrich Nikol

Seorang pendeta yakin bahwa :
di mana saja Allah membangun rumah ibadah;
di situ iblis selalu membangun sebuah kapel;
kalau diteliti maka akan ditemukan
bahwa sang iblis mempunyai pengikut paling banyak.

Menghasilkan tanpa memiliki ;
Bekerja tanpa mengharapkan ;
Memperbesar tanpa merebut kekuasaan;
Inilah kebijakan tertinggi.

Apa yang indah adalah baik;
Dan siapa yang baik akan segera menjadi indah.

Hugging

Hugging is healthy. It helps the immune system, cures depression, reduces stress and induces sleep. It's invigorating, rejuvenating and has no unpleasant side effects. Hugging is nothing less than a miracle drug.

Hugging is all natural. It is organic, naturally sweet, no artificial ingredients, non-polluting, environmentally friendly and 100 percent wholesome.

Hugging is the ideal gift. Great for any occasion, fun to give and receive, shows you care, comes with its own wrapping and, of course, fully returnable.

Hugging is practically perfect. No batteries to wear out, inflation-proof, non-fattening, no monthly payments, theft-proof and nontaxable.

Hugging is an underutilized resource with magical powers. When we open our hearts and arms we encourage others to do the same.

Think of the people in your life. Are there any words you'd like to say? Are there any hugs you want to share? Are you waiting and hoping someone else will ask first? Please don't wait! Initiate!

(Nyax)

Dadu Gila

Pemain dadu yang paling terkenal adalah para prajurit Romawi di Gol-gata dulu. Mereka bermain dengan taruhan berapa jubah yang dikenakan Isa, tetapi mereka bukanlah pemain dadu yang pertama. Orang-orang yang pertama kali bermain dadu tinggal di Asia Barat.

Dari sanalah permainan dadu menyebar ke seluruh dunia. Permainan itu sangat digemari dan dimainkan di mana saja, kapan saja, dan untuk apa saja. Raja Mesir akuno, Ramses ke-3 (hidup sekitar 1200 SM) kabarnya bermain dengan dadu melawan dewi Isis yang menguasai dunia bawah tanah. Orang-orang Yunani kuno bermain dadu di depan kota Troya ketika mereka menunggu untuk menyerang kota tersebut. Orang Romawi Kuno bermain untuk uang walaupun zaman itu judi dadu dilarang keras.

Orang Germania senang sekali bermain judi dadu dahulu. Sakting senangnya, mereka bahkan berani mempertaruhkan rumah, halaman, anak-anak, dan istri-istri mereka, bahkan diri mereka sendiri. Di sana prajurit-prajurit rendahan bermain di atas genderang perang. Orang-orang kaya dan para bangsawan bermain di ruangan khusus, di atas

meja-meja khusus. Mereka semua tergila-gila dadu.

Lain lagi, dengan pendeta Johannes Capistranus di Jerman. Tahun 1942, ia menyatakan perang terhadap permainan dadu di kota Nürnberg. Hasilnya, orang-orang mengumpulkan 40.000 dadu dan membakar semuanya di alun-alun. Tetapi, pada abad ke-17, para bangsawan Jerman menganggap permainan dadu merupakan bagian dari pendidikan anak laki-laki.

Kelihatannya, permainan dadu akan terus ada. Namun, bukan permainan lagi namanya kalau kita bermain dadu untuk bertaruh.

MEDITASI MELATIH POLA PIKIR YANG BENAR , KETENANGAN, DAN PENGENDALIAN DIRI

Susah konsentrasi, stres kuliah, atau beban pikiran berat?
Datanglah di **MEDITASI UNTUK UMUM** pada :

CERAMAH UMUM
DI 9009 (LFM)
Minggu, 5 Maret 2000,
Pk. 13.30—17.30

BIMBINGAN MEDITASI
DI GSG ITB
6—9 Maret 2000,
Pk. 17.30—20.00
Di bawah bimbingan
Y.A. Bhikkhu Paññavatto

KMB DHAMMAÑANO ITB

KESEIMBANGAN BATIN YANG TIDAK TERBATAS (UPEKKHA)

Semoga setiap makhluk berada dalam keseimbangan batin, bebas dari prasangka, kemelekatan dan kemarahan.

Secara sederhana, keseimbangan batin berarti mempunyai rasa hormat dan perhatian yang sama terhadap setiap mekhluq, tidak peduli hubungan kita dengan mereka. Dalam doa ini, kita menginginkan semua makhluk dapat makhluk mengembangkan keseimbangan batin. Secara praktis, bagaimanapun juga, kita harus memulainya dengan mengembangkannya pada diri kita sendiri. Hal ini meliputi mengatasi tiga sifat yang bertentangan dengan keseimbangan batin secara bertahap, yakni: kemelekatan, ketidakpedulian, serta kemarahan dan maksud jahat.

Salah satu cara terbaik untuk mengatasi kemelekatan terhadap orang yang kita cintai adalah dengan bermeditasi ketidakkekalan. Segala sesuatu akan berubah, tidak ada yang kekal. Suatu hari kematian akan memisahkan kita dari orang-orang yang kita cintai. Perpisahan akan terjadi bahkan sebelum kematian jika salah satu

dari kita ditempatkan di luar negeri, atau jika kita bertengkar dan saling membenci. Semakin kita melekat, semakin sakit dan stres yang akan kita alami karena perpisahan tersebut. Oleh karena itu, merupakan hal yang bijaksana bila kita membuang kemelekatan. Tetapi hal itu tidak berarti menghilangkan rasa cinta! Kita dapat mencintai seseorang tanpa melekat padanya dengan menyadari perpisahan yang tidak dapat dihindari. Kita bisa menghargai dan memperhatikan mereka sekarang dan dalam waktu yang sama siap-siap untuk mengucapkan kata perpisahan pada mereka bila saatnya tiba.

Untuk mengatasi ketidakpedulian terhadap orang asing, mereka yang bukan teman atau musuh, kita bisa melaksanakan meditasi yang sama untuk membangkitkan cinta kasih, seperti merenungi kebaikan hati orang lain (hal 3). Kita bisa berpikir, "Tanpa orang lain, aku tidak akan memperoleh makanan, pakaian, tempat tinggal atau sarana-sarana umum. Tanpa orang lain, aku tidak dapat mengembangkan sila, kemurahan hati, kesabaran dan sifat positif lainnya yang diperlukan untuk perkembangan spiritual. Tanpa orang lain, hidupku akan terasa

hampa dan tidak berarti.”

Sangatlah bagus bila kita berpikir bahwa orang yang tidak dikenal tidak akan selalu menjadi orang tidak dikenal. Ketika seseorang yang tidak kita kenal membantu dan menolong kita dari bahaya, dia mungkin akan menjadi sahabat sejati.

Untuk mengatasi kemarahan dan maksud jahat terhadap musuh (seorang musuh adalah mereka yang menyakiti kita atau yang tidak kita sukai), kita dapat merenungi penyebab-penyebab dan kondisi perbuatan mereka yang telah menyakiti kita. “Apakah aku telah melakukan sesuatu yang menyebabkan hal itu terjadi? Apakah mungkin karena ada kepribadianku yang tidak disukainya? Mungkinkah aku telah menyakitinya dalam kehidupan lampau dan dia hanya membalas dendam? Mungkin pikirannya dipenuhi dengan delusi dan dia tidak dapat menahannya dan bersikap demikian. Hal itu juga terjadi padaku, jadi aku juga harus memahaminya. Dia mungkin sangat menderita dan akan menderita dalam kehidupan yang akan datang karena karma buruk yang telah dia perbuat.” Dengan berpikir demikian, kita dapat membangkitkan welas asih dan kesabaran terhadap musuh kita.

Cara lain untuk mengembangkan keseimbangan batin adalah mengingatkan diri kita bahwa hubungan kita saat ini tidak akan bertahan lama. Dari satu kehidupan ke kehidupan selanjutnya, seorang teman bisa menjadi seorang musuh, seorang musuh bisa menjadi seorang teman, orang yang tidak dikenal bisa menjadi salah satunya. Bahkan dalam kehidupan sekarang hubungan kita bisa berubah 180 derajat. Hal ini terjadi karena batin kita dipenuhi dengan kemelekatan terhadap ego, kemarahan, dan ketidakpedulian; tidak dipenuhi dengan keseimbangan batin. Dengan menyadari hal ini akan mendorong semangat kita untuk membangkitkan keinginan yang kuat untuk diri kita dan semua makhluk berada dalam keseimbangan batin.

Andy S.

Saya berangan-angan bahwa pada suatu hari nanti ‘anak-anak’ saya akan hidup dalam sebuah bangsa di mana mereka akan dinilai bukan berdasarkan warna kulit, melainkan berdasarkan isi dari tabiat mereka.

Cara terbaik untuk melupakan kesukaran Anda adalah menolong orang lain keluar dari kesukaran.

DeU-DeU

De : Sie Dana CU-BM
U : S'mua anak-anak KMB
De-U : Bantuin dana donk....
 Suksesin CU-BM

De : Mahasiswa ITB
U : Bakal mantan mahasiswa
 ITB
De-U : Selamat atas kelulusan
 Anda. Bagi2 tips-nya donk!

De : SEF
U : KMB'ers
De-U : Hoi.... Nyawanya udah pada
 ngumpulkan...! Be prepare
 for the CUBM, Seminar mi-
 lenium & kunjungan ke Desa
 Buddhis, OK !! Jual baju,
 jual the botol, jual sunken...
 ayo cari duit. \$\$\$

De : Anth
U : Sophi
De-U : Thanks bintangnya. Ehh
 kapan 'Kartu Merahnya' ??

De : Marilyn
U : Jimmy
De-U : Jangan bawel ajal!

De : IF '99
U : Swasta
De-U : Stress-lah interaksi terus!!
 Sekali-kali bolos ahhh...

De : Swasta

U : IF '99

De-U : Jangan kabur dari interaksi

De : Gumanti
U : sie. Pubdok

De-U : Sampai jumpa dan tetap se
 mangat.. (kayak Soni Lutung
 euy...)

De : Gumanti
U : KMB'ers

De-U : Keep in touch OK!

De : Antonny Halim
U : C-31

De-U : Eee.. mai.. stress lah

De : Anth, Bud, Fer
U : Indra Gungun

De-U : Oly-nya mana?? Kenalin
 donk!!!

De : Jimmy
U : SEMUA

De-U : Gong Xi Fa Choi !!!

De : Sipil '97
U : KMB'ers

De-U : Gong Xi Fa Choi, semoga di
 tahun imlek yang baru ini
 kita semakin sehat dan tam-
 bah bersemangat untuk da-
 tang ke Jumatan.

De : All

U : All

De-U : Happy Millenium, Happy New Year, Happy Gong Xi Fa Cai !!!

De : Yuli

U : KMB'ers

De-U : Kiong Hie Fat Chay

De : Anth

U : Nyax

De-U : I'm falling in a deep and lovely hole of LOVE with you.

De : Luis

U : KMB'ers

De-U : Gong Xi Fa Chai! Moga-moga di tahun naga emas ini KMB makin OC...!

De : Antonny Halim

U : Diri sendiri

De-U : Hics... masih jomblo @...
Selamat Valentine deh buat yang udah punya gandengan.

De : Sophi

U : KMB'ers

De-U : GONG XI FAT CHOI. And HAPPY VALENTINE semua.

De : G

U : All KMB'ers

De-U : GONG XI FAT CHAI !!!

De : Bejo

U : KMB'ers

De-U : Gong Xi Fa Chai. Moga2 di tahun yang baru kita semua bisa mengisi hari2 penuh dengan makna.

De : Yani

U : KMB'ers

De-U : GONG XI FA CHAI. Oleh2-nya mana sich Happy Valentine juga..

De : Antonny Halim

U : All KMB'ers

De-U : Gong Xi Fa Chai. S'moga di taon Naga Mas ini semua tambah sukses di segala bidang.

De : Me

U : KMB'ers

De-U : Happy Valentine. I love you all.

De : Jimmy

U : Semua aja deh

De-U : Met Valentine yah. Cup cup muah

De : Semua

U : Jimmy

De-U : Cup cup muah juga....

Jalan Bijaksana

Kata-kata yang tulus bukanlah hiasan;
kata-kata hiasan tidaklah tulus.
Mereka yang baik tidak defensif;
mereka yang defensif tidaklah baik.
Mereka yang tahu tidaklah terpelajar;
mereka yang terpelajar tidak tahu.

Semakin banyak yang dilakukan untuk yang lain;
semakin banyak yang didapatkan.
Semakin banyak yang diberikan kepada orang lain;
semakin banyak yang dimiliki.

Melayani tanpa memanjakan
Bertindak tanpa melawan
Inilah jalan bijaksana

Mencapai Kesatuan

Mereka yang tahu tidak bicara;
Mereka yang bicara tidak tahu.
Halangi jalan, tutup pintu,
tumpulkan yang tajam,
uraikan yang kusut,
selaraskan yang tenang,
berpihaklah pada cara dunia.
Ini disebut pengenalan mendalam

Ia tidak bisa dicapai melalui kasih sayang, kebencian, keuntungan, kerugian, pengharapan, penghinaan. Meskipun demikian, ia adalah harta dunia.

Selamat Ulang Tahun kepada:

01. Herman L. K.	02 Februari 1982	13. Yuswilian	23 Februari 1978
02. Ronny	03 Februari 1977	14. San San	26 Februari 1977
03. Herwin B	06 Februari 1978	15. Veronica	28 Februari 1978
04. Effendy	07 Februari 1980	16. Mujur Tandi	28 Februari 1979
05. Rangga	12 Februari 1979	17. Ferry Haryanto	08 Maret 1977
06. Eko W.	18 Februari 1979	18. Harry M. W.	11 Maret 1981
07. Thomas Rusli	19 Februari 1981	19. Hendy Harsono	12 Maret 1981
08. Udin	20 Februari 1978	20. Evelyn G	12 Maret 1980
09. Hendrik	22 Februari 1979	21. Ben Leo	17 Maret 1978
10. Yuswilian	23 Februari 1978	22. Andersson S.	18 Maret 1979
11. San San	26 Februari 1977	23. Erwan	22 Maret 1980
12. Veronica	28 Februari 1978	24. Rudiyanto	28 Maret 1981
		25. SuandyChandra	30 Maret 1980



SEMOGA PANJANG UMUR SELALU ! SEMOGA SELALU DIBER-KAHI DENGAN KEBAHAGIAAN DAN KEDAMAIAN DI HATI !
SADHU ... SADHU ... SADHU ...

