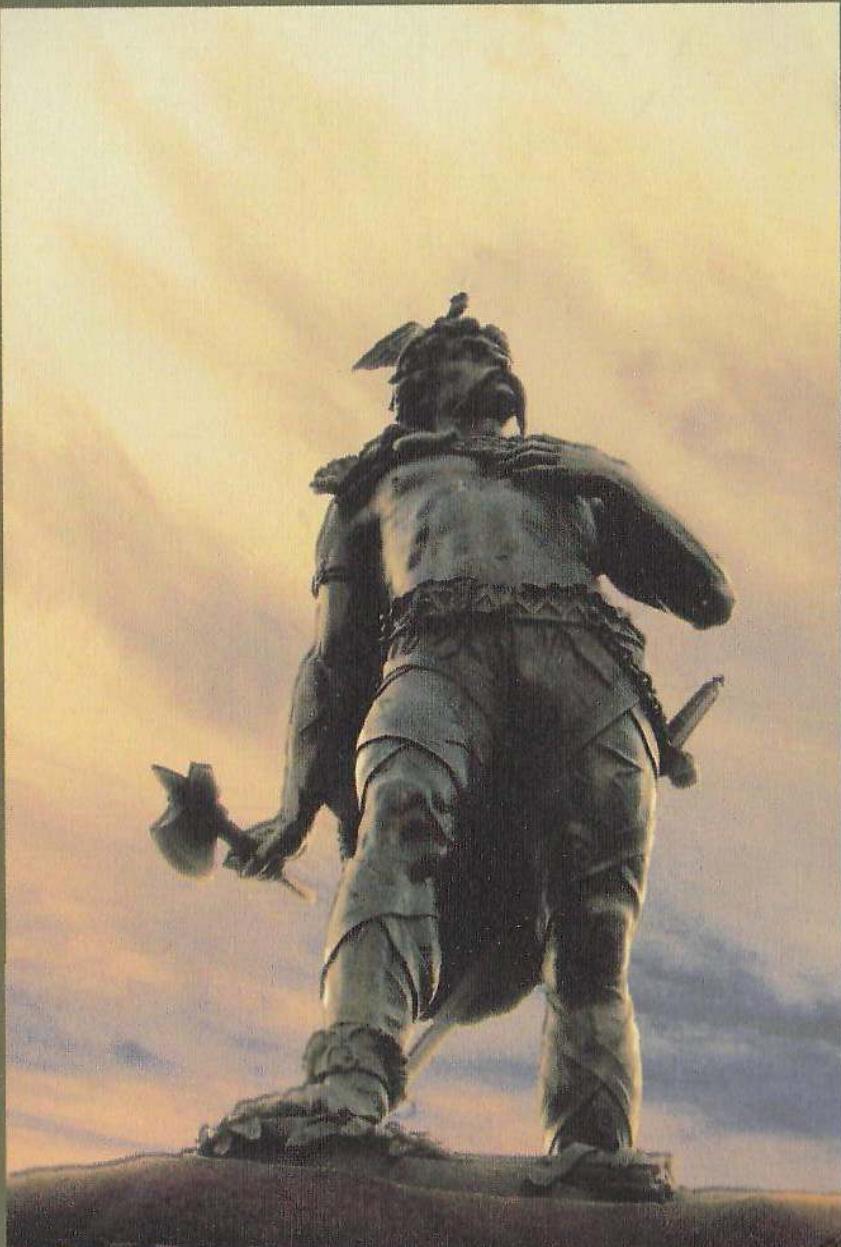


b
b

Bhadra Bodhi

Media Komunikasi KMB Dhammañano ITB



SUPER HERO

Edisi Des'07

On the Spot

<i>Meditation Workshop 2007</i>	4
<i>Pelantikan Pengurus KMB</i>	18
<i>Bakti Sosial</i>	14
<i>Futsal Bareng KMK</i>	17

Free Thoughts

<i>Chinese Hore: Xuang Zhang</i>	8
<i>Hero, Legenda dari Yunani</i>	10
<i>Japanese Hero: Miyamoto Musashi</i>	11

Dhamma Corner

<i>Mengenai Buddhisme dan Perkembangannya</i>	20
<i>Pesta Nikah di Jambunada</i>	32
Look Closer	
<i>Ketua Angkatan 2007</i>	22

Health Care

<i>Susu Hindari Kanker Usus</i>	25
<i>Madu, si Manis yang Banyak Manfaatnya</i>	30

BPH Speaks Up
the Faberge Egg (1) 27

Komik	34
--------------	----

Astrology Corner
Scorpio: Do and Don'ts 38

DUDu	39
-------------	----

Kami dari tim redaksi membuka kesempatan pada saudara-saudara se-Dhamma sekalian untuk menuangkan pikirannya baik dalam bentuk naskah, informasi ataupun cerpen yang bertemakan Buddhis untuk berpartisipasi dalam media ini. Karya asli sebaiknya disertakan dengan identitas diri (secukupnya) dan tulisan kutipan disertai dengan sumber saduran.

Tulisan dapat diserahkan langsung ke redaksi atau dikirim melalui e-mail ke *bhadra_bodhi_itb@yahoo.com*

Alamat redaksi:
KMB Dhamma-nano ITB
Sunken Court E-09
Jl. Ganecha no 10, Bandung

Website:
kmb.unit.itb.ac.id

EDITOR'S NOTE

Namo Buddhaya,

Hallo KMB ITB!!

Akhirnya BB terbit lagi setelah bulan November kemarin tidak terbit... kali ini, BB terbit dengan tema Superhero, makanya covernya ada gambar figur yang gagah, sesuai dengan karakter hero pada umumnya.

Sekarang teman-teman semua pasti sibuk ujian ato belajar buat ujian dan mengerjakan tugas yang menumpuk... semoga dengan membaca BB ini bisa terhibur dan sedikit melepaskan diri dari tugas-tugas kuliah yang menumpuk.
Selamat membaca!

Salam,
Redaksi

Penanggung Jawab: Ketua KMB ITB

Ketua Redaksi: Lia

Komdok's Crusaders:

Editor: Lia, Hendy

Reporter: Willy, Elisa, Febi, Ferry

Illustrator: Willy, Hendy

Artikel Captor: Aswin, Charles, Deddy,

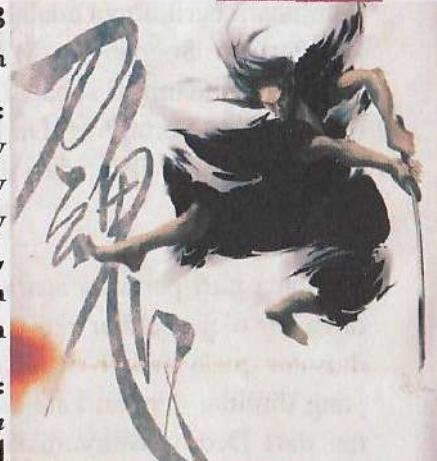
Nila, Halim

Public Relation: Wilson

Komdok Salute's To:

Budi Handajaya

Endrawan Tan David



Meditation Workshop 2007

Meditation Workshop 2007 kali ini diadakan selama 2 hari yaitu pada tanggal 10 November 2007 dan 11 November 2007 bertempat di Basic Science Center A lantai 4. Tema yang diangkat pada tahun ini adalah Hidup Sehat dan Bahagia dengan Meditasi.

Untuk itu, pada Meditation Workshop 2007 ini diundang pembicara yang berasal dari berbagai kalangan yang berhubungan. Pembicara pertama Bhante Paññavattho yang mengepalai Pusat Meditasi Sacca Gopala di Blitar. Pembicara berikutnya adalah Prof. Dr. Parwati Soepangat, MA dan Bapak Krishnamurti sebagai praktisi meditasi. Serta Prof. Dr. Ir. Ida I Gede Rake, MEIE dari Dosen ITB.

Pada hari pertama acara yang dihadiri oleh sekitar 200 orang dimulai pada pukul 11.15 WIB yang dimulai dengan kata sambutan dari Deddy Wahyudi sebagai

ketua panitia Meditation Workshop 2007, Suhelda selaku perwakilan dari Badan Pengurus Harian KMB Dhammañano ITB dan Dr. Toto Winata selaku pembina KMB Dhammañano ITB.

Setelah kata sambutan, acara berlanjut pada sesi pertama yaitu Materi dari Prof. Dr. Parwati Soepangat, MA dengan topik Pemulihan Kondisi Batin dengan Meditasi. Materi ini dipilih karena Prof. Dr. Parwati Soepangat, MA merupakan seorang psikolog. Berdasarkan pengalaman beliau meditasi berpengaruh pada proses kejiwaan dari seseorang. Orang yang melakukan meditasi mampu tetap tenang dalam menghadapi masalah yang menimpa mereka. Pada sesi ini antusiasme dari peserta cukup besar yang dilihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh peserta.

Setelah sesi ini berakhir, dilanjutkan dengan istirahat dan makan

siang. Acara setelah makan siang adalah Talk Show antara Bhante Paññavattho dan Prof. Dr. Parwati Soepangat, MA dengan topik Hidup Sehat dan Bahagia dengan Meditasi. Talk Show ini mendapat perhatian besar dari peserta yang ditunjukan oleh banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh peserta. Hal yang menarik pada sesi ini antara lain, bahwa meditasi menurut Bhante merupakan suatu seni untuk mengolah batin. Meditasi harus dilakukan bertahap, tidak bisa langsung. Hal yang menarik lainnya adalah bahwa meditasi dapat dilakukan dalam kondisi apapun, tidak harus duduk ditempat sepi. Yang paling penting dalam bermeditasi adalah dilakukan dengan penuh konsentrasi dan kesadaran.

Setelah Talk Show berakhir, acara berikutnya adalah Snack, dan berikutnya adalah sesi praktik meditasi yang dibimbing langsung oleh Bhante Paññavattho. Ketika para peserta yang mengikuti sesi ini diwawancara, pada umumnya mereka menganggap bahwa mereka mendapatkan kemajuan dalam

hal meditasi dalam sesi praktik meditasi yang lumayan singkat ini yaitu hanya sekitar 90 menit. Praktik Meditasi ini merupakan akhir dari acara pada tanggal 10 November 2007.

Keesokan harinya, acara dimulai pada pukul 11.00 WIB dengan menghadirkan pembicara bapak Krishnamurti dan Prof. Dr. Ida I Gede Rake, MEIE. Sesi ini dihadiri oleh sekitar 130 orang.

...meditasi dapat dilakukan dalam kondisi apapun, tidak harus duduk ditempat sepi. Yang paling penting adalah dilakukan dengan penuh konsentrasi dan kesadaran.

Sesi ini berupa Talk Show dengan topik Meditasi dalam Kehidupan Sehari-hari. Hal yang menarik pada sesi ini adalah terungkap bahwa pusat meditasi di dunia ini telah berkembang pesat dan topik mengenai meditasi tidak ada habisnya dan malah bertambah dari waktu ke waktu.

Meditasi pun dapat dijelaskan secara ilmu pengetahuan dan amat dekat dengan kita. Hanya kita sering tidak sadar dan menganggap bahwa meditasi hanya memiliki satu objek. Pada dasarnya dalam

pengambilan objek dalam bermeditasi harus dicocokan dengan tiap praktikan.

Setelah sesi ini selesai, seperti biasa, acara selanjutnya adalah makan siang yang kemudian dilanjutkan dengan Talk Show antara Bhante Paññavattho dan Bapak Krishnamurti dengan tema Meditasi, Transformasi Diri Menuju Hidup Sehat dan Bahagia. Transformasi yang dimakud ini adalah berkembangnya pengertian tentang Dhamma.

Hal menarik yang terungkap pada sesi ini adalah bahwa kebahagiaan itu adalah relatif. Suatu hal yang membuat seseorang bahagia, belum tentu membuat orang lain bahagia. Hal menarik lainnya adalah bahwa dengan meditasi dapat dicapai kemampuan batin, tetapi ketika seseorang bermeditasi hanya bertujuan untuk mendapatkan hal ini, maka meditasi mereka tidak akan berhasil dengan baik dan cenderung gagal.

Seperti hari sebelumnya, setelah sesi ini ada acara snack dan kemudian dilanjutkan dengan praktik meditasi yang kembali dibimbing oleh Bhante Paññavattho. Pada sesi ini peserta diajarkan teknik agar tetap berada dalam keadaan bermeditasi termasuk dalam keadaan tidur.

Setelah sesi ini selesai, dilanjutkan dengan presentasi panitia Dharma Bakti Desa 2008. Setelah itu dilanjutkan dengan sesi kritik dan saran dari para peserta untuk acara ini. Acara ini ditutup secara resmi pada pukul 18.00.

oleh: Handajaya Rusli (KI'05-Koordinator Acara MW 2007)





SNAPSHOTS



Chinese Hero: Xuangzang

Xuangzang atau juga dikenal sebagai Hsuan Tsang (sekitar tahun 600-664) adalah seorang biksu Buddhis dan petualang terkenal dari China, yang kemudian juga dikenal sebagai Tripitaka. Xuanzang adalah orang yang mendirikan sekolah Vijñanavada (atau yang berarti Ke-sadaran), sebuah sekolah beraliran Mahayana, dan ia juga mengenalkan banyak sutra (teks-teks religius Buddhisme) ke China.

Xuangzang lahir dalam sebuah keluarga sarjana Confucian pada

masa dinasti Sui (581-618), tetapi ia memilih masuk ke agama Buddha dan menjadi biksu. Ia merasa terganggu dengan

adanya kontradiksi dan ketidakjelasan dalam sutra-sutra yang ada di China, sehingga ia memutuskan untuk belajar di pusat agama Buddha di India.

Meskipun ia gagal memperoleh ijin dari pemerintah China untuk melakukan perjalanan, ia pergi juga di tahun 629. Setelah mengalami perjalanan yang panjang dan sulit melalui Asia Sentral, ia tiba di pusat Buddhisme di bagian timur laut India pada tahun 633.

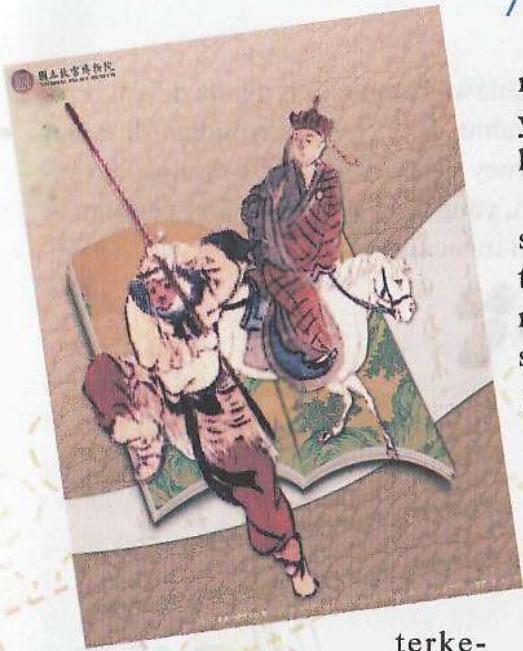
Di situ ia menjalani pembelajaran intensif dalam bahasa Sanskrit

dan sutra-sutra Buddha. Ia juga mengunjungi situs-situs yang diasosiasikan dengan kehidupan Buddha.

Xuangzang kemudian menjadi

**The Legend of the Monkey King
Characters From Journey to the West
Mini bust**





terke-

nal dengan keahliannya dalam debat mengenai filosofi dan kddudukan sosialnya terangkat begitu tinggi sehingga ia dapat menikmati kebaikan dari keluarga raja.

Di tahun 643, Xuanzang memulai perjalanannya kembali ke China. Ia sampai di Chang'an (sekarang kota Xi'an, utara China) di tahun 645 dan disambut sebagai pahlawan, meskipun ia menolak penghargaan dari kaisar T'ai-tsung berupa jabatan di pemerintahan.

Ia kembali dengan membawa 657 sutra Mahayana dalam 520 bungkusan, dan lebih memilih

menerjemahkan sutra-sutranya yang paling penting ke dalam bahasa China untuk disebarluaskan.

Kemudian ia juga mendirikan sekolah Vijñanavada, menulis teks-teks doctrinal dan kemudian mengembangkan paham dalam sekolah itu, bahwa dunia ini hanyalah sebuah ciptaan, kreasi dari pikiran.

Ia kemudian dikenal sebagai Tripitaka (tiga keranjang), yang berasal dari sebuah judul bahasa Sanskrit dari sebuah dekrit penting yang paling utama dari sutra-sutra Buddha, yang diterjemahkan olehnya untuk China.

Ia juga menulis buku mengenai perjalanannya ke India, yang diterbitkan di masa pemerintahan kaisar T'ai-tsung, yang berisi perjalanan menempuh 131 kerjaan dan berbagai pengalaman yang ia temui.



Xuanzang muncul sebagai pahlawan atau tokoh utama dalam novel terkenal Xiyouji (diterbitkan tahun 1570, yang kemudian di tahun 1980 diterjemahkan menjadi Journey to the West), yang ditulis oleh seorang penulis China Wu Chengen, yang mengambil ide dari perjalanan panjang dan unik Tripitaka dalam mencapai India.



Hero, legenda dari Yunani

Kata *Hero* berasal dari sebuah mitologi Yunani. Nama ini adalah nama seorang pendeta wanita dari kuil Aphrodite, sang dewi Cinta di Sestos, sebuah kota di Hellespont (sekarang kota Dardanelles). Hero dan Leander, seorang pemuda yang tinggal di Abydos, sebuah kota di Asia, salin mencintai.

Meskipun demikian, mereka tidak dapat menikah karena Hero terikat kaul untuk mengabdi pada Aphrodite, sehingga setiap malam Leander berenang menyebrangi laut dari Asia ke Eropa untuk menemuinya. Ia dibantu dengan pertolongan lentera dari menara kuil Hero. Pada suatu malam, terjadi badai besar sehingga lentera tersebut padam, dan Leander tenggelam karena tidak bisa menemukan pantai Eropa. Tubuhnya kemudian hanyut ke pantai di dekat menara kuil, dan Hero yang melihatnya menjadi sangat sedih sehingga ia juga menenggelamkan dirinya ke laut.

FREE THOUGHTS

japanese hero: *Miyamoto Musashi*

Miyamoto Musashi atau biasa disebut Musashi saja, adalah seorang samurai dan ronin yang sangat terkenal di Jepang pada abad pertengahan. Ia diperkirakan lahir pada sekitar tahun 1584, dan meninggal tahun 1645. Nama lengkapnya adalah Shinmen Musashi No Kami Fujiwara No Genshin.

Masa kecil

Panggilan masa kecil Musashi adalah Bennosuke. Nama Musashi sendiri adalah nama kuno sebuah

daerah di barat daya Tokyo. Nama No Kami berarti kaum bangsawan daerah setempat. Pada umumnya, Fujiwara adalah nama asal dari keluarga leluhur para bangsawan di Jepang yang diturunkan ribuan tahun yang lalu. Nenek moyang keluarga Musashi (Hirada/Hirata) adalah keturunan keluarga Shinmen, penguasa di Kyushu, pulau bagian selatan Jepang.

Ayah Musashi, Munisai Hirata, meninggal ketika ia diperkirakan baru berusia 7 tahun. Setelah ibunya kemudian juga meninggal, maka Musashi kemudian ikut pamani dari pihak ibu. Dengan demikian, ia sudah yatim piatu ketika Toyotomi Hideyoshi menyatukan Jepang pada tahun 1590. Tidak jelas apakah keinginan bermain Kendo adalah berkat pengaruh pamanya ataukah keinginan Musashi sendiri.

Berbagai pertarungan

Musuh pertama Musashi ditemuinya ketika ia baru berusia



13 tahun. Ia adalah Arima Kihei, samurai perguruan Shinto Ryu bidang seni militer yang terampil bermain pedang dan tombak. Musashi mengalahkannya dengan cara melemparnya ke tanah dan memukulnya dengan tongkat, sehingga musuhnya tersebut mati berlumuran darah.

Ketika ia berusia 16 tahun, Musashi mengalahkan lawan berikutnya, dan sejak itu ia kabur dari rumah dan terlibat dalam berbagai kontes pertarungan dan peperangan sampai ia berusia 50 tahun. Musashi mengembara keliling Jepang dan menjadi legenda. Berbagai musuh terkenal pernah dikalahkannya, antara lain samurai-samurai keluarga Yoshioka di Kyoto, jagoan pedang kondang Muso Gonomuke di Edo, bangsawan Matsudaira di Izumo, dan Sasaki Kojiro di Bunzen.

Salah satu peperangan terkenal yang sering dikatakan melibatkan Musashi adalah Pertem-

puran Sekigahara di tahun 1600, antara pasukan Tokugawa Ieyasu dan pasukan pendukung pemerintahan Toyotomi Hideyori, dimana ribuan orang tewas terbantai dalam peperangan itu sendiri dan pembantaian sesudahnya oleh tentara pemenang perang.

Setelah melewati periode pertarungan dan peperangan tersebut, Musashi kemudian menetap di pulau Kyushu dan tidak pernah meninggalkannya lagi, untuk menyepi dan mencari pemahaman sejati atas falsafah Kendo. Setelah sempat meluangkan waktu beberapa tahun untuk mengajar dan melukis di Kuil Kumamoto, Musashi kemudian pensiun dan menyepi di gua Reigendo. Di sana lah ia menuulis Go Rin No Sho, atau Buku Lima Lingkaran/Lima Unsur. Buku ini adalah buku seni perang yang berisi strategi perang dan metode duel, yang diperuntukkan bagi muridnya Terao Magonojo. Buku ini menjadi klasik dan dijadi-



kan rujukan oleh para siswa Kendo di Jepang. Musashi dianggap sedemikian hebatnya sehingga di Jepang ia dikenal dengan sebutan Kensei, yang berarti Dewa Pedang. Tak lama setelah itu, Musashi meninggal di Kyushu pada tahun 1645.

Pengaruh Musashi Saat Ini

Studi kehidupan dan hasil karya Musashi masih tetap relevan pada masa kini, karena mencakup taktik dan strategi yang dapat diaplikasikan untuk berbagai kegiatan praktis seperti periklanan, bisnis, dan militer. Berbagai produk budaya seperti film dan buku sastra juga tetap diminati masyarakat, diantaranya yang terkenal ialah buku karya penulis Eiji Yoshikawa dan film karya sutradara Hiroshi Inagaki. Inspirasi yang diberikan oleh Musashi tidak saja terjadi pada masyarakat Jepang, tetapi juga pada masyarakat dari berbagai penjuru dunia.



A hero is the one who does what he can. The other do not.
Romain Rolland-French Writer



Bakti Sosial KMB

Pada tanggal 19 Oktober 2007 kemarin, KMB kita tercinta mengadakan acara bakti sosial ke panti asuhan Al-Fitroh. Pantinya letaknya jauuh banget, yaitu di Arjasari, di Bandung Selatan. Di panti ini, ada sekitar 35 anak dari berbagai usia, ada yang masih kelas 1 SD sampai ada yang sudah kelas 2 SMA. Sekitar pukul 08.00 pagi, setelah semua peserta terkumpul dan hadiah-hadiah untuk anak-anak di panti sudah dibungkus semua, para peserta baksos berangkat ke tempat tujuan, dan akhirnya sampai di panti.

Acara kemudian dibuka dengan sambutan singkat dari ibu ketua kita, Yanny, dan bapak-bapak pengurus panti. Setelah itu, tentu saja segera dimulai dengan games perkenalan, para peserta baksos dan anak-anak KMB duduk dalam lingkaran, saling membaur dan berkenalan melalui games awal ini.

Games berikutnya, setiap peserta diminta menyebutnya nama orang di samping kirinya. Yang salah mendapat hukuman. Ternyata, yang kena adalah anak-

anak KMB sendiri...(kalah dengan adik-adik panti yang lebih kecil, hehehe) yaitu Fabio, Sedy dan Sofiani. Mereka dihukum berjoget berpasangan dengan adik-adik dari panti. Setelah beberapa games lagi yang melibatkan adik-adik panti dan peserta baksos, acara dihentikan dulu karena adik-adik panti harus sholat Jumat terlebih dahulu. Lalu acara dilanjutkan dengan makan siang bersama, suasana terjalin hangat dan akrab antara peserta baksos dan adik-adik dari panti, karena sudah mulai saling kenal dari beberapa games yang telah diikuti bersama.

Acara kemudian dilanjutkan lagi dengan games-games yang seru dan lucu, seperti games meloloskan tali. Games ini juga diikuti oleh



seluruh peserta baksos dan adik-adik panti, dimana mereka dibagi menjadi tiga kelompok dan semuanya adu cepat. Tingkah laku adik-adik dipantli lucu dan unik, ada yang berusaha dengan baik agar kelompoknya menang, tetapi ada juga yang tidak mengerti dan hanya diam saja tidak melakukan



apa-apa ketika sampai gilirannya (akhirnya kelompoknya jadi terhambat, hehehe...).

Nah, para pemenangnya tentu saja mendapat hadiah. Hadiahnya bermacam-macam (meskipun dibungkus dengan kertas koran) tapi adik-adik yang menang tetap saja sangat senang mendapatkan hadiah karena tentu saja, mereka sudah berusaha keras agar menang.

Setelah itu, acara dilanjutkan

dengan main galasin di lapangan (buat yang tidak tahu galasin itu apa, tanyalah pada peserta baksos...). Ternyata adik-adik panti pintar bermain galasin dan larinya gesit sekali, sehingga anak-anak KMB yang bertugas "menjaga" menjadi kewalahan sendiri... Acara yang semula akan dilanjutkan dengan main bola, menjadi berubah karena tiba-tiba hujan turun. Akhirnya semua kembali ke panti dan acara diganti menjadi pemilihan adik favorit, yaitu Ubu. Lalu dilanjutkan dengan sharing dan penyerahan kenang-kenangan kepada seluruh adik-adik panti dan juga bapak pengurus panti.



Akhirnya, acara yang menyenangkan ini pun selesai. Tepat pukul 15.00, kami kembali ke Sunken Court dan mengadakan evaluasi singkat mengenai acara hari ini. Semoga acara baksos ini bisa berguna baik bagi peserta baksos, panitiannya dan juga tentu saja bagi adik-adik di panti.



ON THE SPOT

Futsal Bareng KMK

Hari Sabtu tanggal 27 Oktober 2007 lalu, Orkes KMB mengundang KMK untuk berolahraga bareng main futsal di OBC. Acara nya sendiri rencananya mulai jam 9 pagi. Tapi karena sedikit yang datang, maka beberapa yang datang duluan bermain-main dulu sam-bil pemanasan.

Telat 15 menit, futsal dimulai, 5 lawan 5. Pada awalnya KMB terdesak dengan ketinggalan beberapa gol. Tapi setelah lama bermain, KMK akhirnya kehabisan stamina dan pemain cadangan (bayangkan saja KMK hanya punya satu pemain cadangan, sedangkan kita ada sekitar 5-6 org alias satu tim lagi). Dan akhirnya KMB berhasil membalik keadaan.

Berapapun golnya, yang penting kita berolahraga. Main dengan gembira, dan mempererat hubungan dengan KMK. Setelah 2 jam bermain, istirahat bentar lalu pulang deh ke kosan masing2...

Buat yang mau ikutan maen...ikut aja!

Main Futsal jam 3 sore di Sampoerna, kalo basket jam 6 pagi di Sabuga. Dateng ya...



Pelantikan Pengurus KMB dan Panitia DDB

Hari Sabtu tanggal 3 November 2007, merupakan acara pelantikan anggota baru kepengurusan KMB ITB dan juga kepanitiaan DDB atau Dharmabakti Desa Buddhis yang diketuai oleh Hengky (IF 2005). Rencananya kumpul di Sunken jam 10 pagi lalu berangkat ke Vihara Vimala Dharma untuk acara pelantikan ini. Tetapi karena saling menunggu yang sangat lama maka acara telat sampai jam 11.

Setelah sampai di VVD, acara lalu dimulai dengan kebaktian yang dipimpin oleh Suhelda (Sipil'04). Setelah kebaktian selesai, baru dilaksanakan pengucapan janji kepengurusan KMB. Lalu ketua kita Yanny (AR'04) mengangkat satu per satu pengurus KMB yang baru. Maka para pengurus KMB yang baru dipanggil satu per satu dan dilakukan penyerahan surat pengangkatan. Dengan ini, anak-anak 2007 sudah resmi menjadi staff dan pengurus KMB yang baru, dan boleh ikut membantu secara aktif dalam kepengurusan KMB.

Selesai pengangkatan pengurus KMB yang baru, dilaksanakan pengangkatan panitia DDB 2008 yang dilaksanakan oleh



Hengky (IF'05) selaku ketuanya. Tentu saja tidak lupa foto-foto setiap divisi berikut koordinatornya.

Setelah selesai, semuanya menuju Jonas buat foto bareng. Tahun ini jumlahnya berkurang banyak, hanya sekitar 60an orang, karena banyak yang sibuk mempersiapkan ujian (acara foto-foto tahun ini memang lebih telat dari biasanya, karena kemarin ada libur Lebaran dulu, jadi acara ini diundur).

Setelah puas narsis-narsisan di depan kamera, semuanya menuju ayam penyet buat makan siang (sudah jam 2 siang, lapar banget). Makan dengan lahap, penuh dengan candaan dan kegembiraan khas KMB... Setelah kenyang, semuanya pulang ke kos masing2 dengan perut kenyang dan siap melaksanakan tugas dan tanggung jawab sebagai pengurus KMB dan panitia DDB. Selamat bertugas...



KMB. Dhammanano 2007

Mengenai Buddhisme dan Perkembangannya

oleh: Endrawan Tan

Dalam agama Buddha dikenal tiga tradisi (atau dikenal dengan : aliran) utama yakni Theravada, Mahayana dan Tantrayana (Vajrayana). Masing-masing tradisi ini memiliki bentuk dan metode yang berbeda dalam praktik Dharma. Walaupun bentuk dan cara yang berbeda, namun tiap tradisi memiliki intisari tujuan yang sama, yaitu melepaskan diri dari penderitaan / samsara menuju pembebasan bathin (Nibbana).

1. Tradisi Mahayana

- Berdasarkan Tri Pitaka sanskerta dan beberapa sutra lain,
- Berkembang di utara meliputi China, Jepang, Korea dan Vietnam.
- Sub tradisi : tanah suci sukhawati (Pureland) dan Chan (China, Korea) atau Zen (Jepang)

2. Tradisi Theravada

- Berdasarkan Ti Pitaka / sutta dalam bahasa Pali
- Berkembang di selatan meliputi dari India, ke Sri

Langka, Thailand, Birma (Mynmnar), dan sebagian negara Asia Tenggara

3. Tradisi Vajrayana

- Berkembang di Tibet dan Mongolia.
- Ada 4 aliran besar Vajrayana : Gelug / Kadampa, Kagyu, Nyingma, Sakya.

Secara umum umat Buddha Indonesia, Malaysia, Singapura, Laos, India dan negara barat lainnya, menganut sebagian tradisi Mahayana, Theravada atau Tantrayana.

Munculnya banyak tradisi karena tiap orang memiliki cara yang berbeda berdasarkan karakter atau sifatnya untuk belajar dan praktik Dharma. Sang Buddha memberikan berbagai metode pelaksanaan praktik kepada berbagai jenis orang, dari kaum terpelajar, kaum kerajaan, rakyat biasa, kaum perumahan tangga dan lainnya. Sebuah inti sari ajaran dijelaskan dengan cara berbeda dengan orang yang

berbeda.

Dari sini kita dapat melihat ada begitu banyak cara atau metode untuk membebaskan diri dosa, lobha dan moha. Seperti selera terhadap makanan. Tiap orang memiliki selera yang berbeda terhadap makanan. Ketika hidangan besar disajikan, kita memilih makanan yang kita suka. Tidak ada kewajiban menyukai semuanya.

Meskipun kita menyukai makanan pedas, ini bukanlah berarti makanan yang tidak pedas tidak bagus. Sama halnya, kita mungkin memiliki pendekatan yang berbeda dalam belajar Buddha Dharma misalnya: memilih tradisi Theravada Thailand, Theravada Myanmar, Theravada Sri Langka, Vajrayana (Gelug, Kagyu, Sakya atau Nyingma), atau Mahayana (tanah suci sukhavati, zen). Kita memilih metode yang cocok dengan diri kita agar kita dapat melaksanakan praktik Buddha Dharma lebih efektif.

Dewasa ini, Buddha Dharma berkembang sangat pesat di negara-negara Eropa, termasuk Amerika dan Australia. Australia merupakan negara dengan penduduk Buddhis per kapita paling besar diantara negara-negara Barat lainnya. Komunitas agama Buddha di

negara kangguru ini telah mengalami reformasi besar, dari Buddhis yang kebanyakan berasal dari imigran Asia, sekarang telah menentuh penduduk asli di sana. Dengan penduduk sekitar 20-an juta jiwa, terdapat minimal 350.000 umat Buddha atau meningkat 80% dari tahun 1996. Pertumbuhan ini sangat tinggi jika dibandingkan dengan pertumbuhan umat Buddha di kawasan Asia yang cenderung menurun.

Apa yang membuat banyak umat lain di Barat (termasuk Australia) pindah ke Buddhisme?

Banyak umat lain di Australia pindah ke Buddhis karena mereka menemukan ajaran Buddha yang membawa pembebasan sejati. Buddhisme bebas dari doktrin yang penuh dengan intimidasi iman ataupun intoleransi. Ketika mengikuti Buddha Dharma, mereka merasa terbebas. Ajaran Buddha memberi kebahagiaan yang solid. Mereka mendapat kebahagiaan dari hasil nyata menjalankan Dharma dalam hidup mereka. Kebahagiaan jenis ini lebih stabil, karena... *hmm, karena apa ya...?? Tunggu lanjutannya di BB edisi berikutnya ya!!*

>> please send your comment to:
endrawan.tan@yahoo.com

Profil:

Ketua Angkatan 2007

Kali ini, Look Closer akan membahas profil ketua angkatan KMB 2007. Pasti KMB'ers sudah tahu kan? Ya, namanya Andrea Renato Kusuma. Dia kuliah di ITB (pasti lah...) di Fakultas Teknik Sipil dan Lingkungan. Rencananya, katanya, dia ingin masuk jurusan teknik sipil. Ketika ditanya alasannya, dia menjawab "kecantol". Maksudnya, sejak kecil dia suka melihat dan ikut papanya yang bekerja di proyek-proyek sipil. Selain itu suka membangun-bangun "sesuatu" (apaan tuh???).

OK, sekarang kita masuk ke biodata. Dia lahir di Palembang, tanggal 6 Januari 1990. Dulu, dia sekolah di SD Baptis, SMP Xaverius 1, dan SMA Kusuma Bangsa. Semuanya adanya di Palembang.

Hobinya olahraga terutama tenis, renang, dan pelihara ikan. Sewaktu ditanya tentang makanan favorit, dia menjawab "TIDAK ADA" karena dia pemakan segala katanya (Manusia juga dimakan? Hati-hati buat yang tahu), tapi nggak terlalu suka sayur-sayuran

(Pantas kalau setengah kani-bal...).

Berikutnya, kita akan masuk ke pertanyaan yang lebih "serius".

Bagaimana perasaamu setelah terpilih jadi ketua angkatan KMB 2007?

Perasaannya macam-macam. Pertamanya sih nggak nyangka, tapi intinya senang. Ada juga perasaan seperti terjebak. Tapi, senang juga sih jadi ketua, bias lebih dekat dengan angkatan atas.

Maksudnya terjebak?

Sebenarnya terpilih jadi ketua angkatan tuh nggak sengaja. Setelah jurut malam, kan capek banget, ingin tidur, tapi dilarang sama angkatan atas, dan disuruh ikut rapat di lantai atas. Ya udahlah nggak apa-apa, gua pikir. Pertamanya ingin duduk-duduk saja, nggak tahu kalau ada pemilihan ketua angkatan. Di rapat tuh gua sambil tiduran. Waktu ada tiga pertanyaan yang diajuin, gua kira cuma pertanyaan formal, nanti juga semua anak dapat. Kebetulan di sebelah gua tuh Vipassi. Karena sebelahan, kan pasti terasa kalau Vipassi angkat tangannya. Jadi, sadar nggak sadar, gua ikut angkat tangan. Lalu gua baru sadar

setelah ada yang bilang, "Ya, ada dua calon ketua angkatan, Andrea dan Vipassi." Gua sendiri nggak tau ini sial atau gimana.

Sebagai ketua angkatan, program-program kerja apa saja yang ingin dilakukan?

Sebenarnya, kalau secara formal dan tertulis, program kerjanya itu nggak ada. Cuma berdasarkan pengalaman-pengalaman angkatan atas. Misalnya, mendesain jaket angkatan 2007 dan menduplikat kunci KMB. Sebenarnya juga, ketua angkatan tuh cuma nerusin tradisi angkatan atas, nggak tahu proker apa yang akan dilakukan.

Kan bulan November kemarin bukan pahlawan (10 November = Hari Pahlawan). Kamu sebagai ketua angkatan merasa jadi pahlawan nggak?

Nggak sama sekali. Gua nggak merasa jadi pahlawan, malah hanya sebagai "kabel". Nyalurin info dari atas ke bawah maupun dari bawah ke atas. Lagian gua merasa jadi ketua angkatan tuh nggak seperti yang orang lain pikirin kalau hebat banget.

Kamu ingin menduduki jabatan lain nggak? Kalau ya, apa?

Sampai sekarang, belum terpikiran untuk menduduki jabatan-jabatan lainnya. Sekarang kan juga baru masuk kuliah, masih adaptasi. Lagian, sebisa

mungkin difokusin dulu ke job yang sekarang. Takutnya kalau kebanyakan job, malah nggak maksimal.

OK. Sekarang ke pertanyaan yang lebih "serius" lagi. Apa hal terliar yang pernah kamu lakukan?

Sewaktu SMA, gua gabung klub mobil. Nama klubnya ICE. Biasanya konvoi keliling kota bareng-bareng, bunyiin klakson, nyalain lampu sein, dan lampu rotary. Waktunya malam-

"Yang waktu itu ngebukain pintu tuh papa, serem banget mukanya. Adik gua yang paling kecil disuruh masuk duluan. Tapi akhirnya nggak apa-apa karena papa sudah percaya sama anak-anaknya"

malam sekitar jam 7 sampai jam 10, kadang-kadang sampai jam 12. Pernah juga lampu rotary-nya jatuh ke aspal jalan sampai hancur berkeping-keping. Gua juga pernah bawa motor yang kecil, yang rodanya ada empat dan biasanya untuk di pasir.

Bawa motor itu tanpa nopol. Tapi untungnya, gua nggak pernah tertangkap polisi. Sebenarnya itu bukan klub resmi, hanya karena sering kumpul di kompleks aja, jadinya mendirikan klub sendiri. Pernah juga, karena kumpul sama klub dan adik-adik gua, pulang baru jam 1 dini hari.

Yang waktu itu ngebukain pin-

tu tuh papa, serem banget mukanya. Adik gua yang paling kecil disuruh masuk duluan. Tapi akhirnya nggak apa-apa karena papa sudah percaya sama anak-anaknya. Ada juga rekor sekolah, selama 1 tahun sekeluarga, gua dan adik-adik gua, di sekolah yg sama, SMP dan SMA Kusuma Bangsa. (Gedungnya jadi satu)

Kalau gitu, sekarang apa hal yang paling berkesan?

Masuk ITB lewat SPMB ka-reна ortu bangga setelah gagal dapat beasiswa di NUS dan NTU gara-gara kebanyakan main sama adik-adik. Menurut gua, segala yang dilakuin bareng keluarga tuh berkesan. Biasanya gua sering bareng adik-adik gua. Gua kan anak pertama, trus adik yang pertama sekarang kelas 2 SMA (cewek), yang kedua 3 SMP (cowok), dan yang ketiga 2 SMP (cewek).

Pertanyaan berikutnya, Apa cita-cita atau tujuan hidupmu?

Membahagiakan keluarga, terutama ortu, karena menurut gua yang

terpenting adalah keluarga.

Trus, apa motto hidupmu?

Kalau gua ditanya sesuatu yang spesifik dari yang banyak agak susah seperti tujuh makanan favorit. Tapi menurut gua yang paling penting tuh "You won't know, till you try it".

Yang terakhir, apa harapanmu untuk angkatan 2007?

Kalau dilihat-lihat, angkatan 2007 yang eksis banget cuma 20-30 orang. Lagian, menurut gua, KMB tuh kayak tempat nongkrong yang asyik banget. Kan juga ada yang ga ikut makrab. Jadi, harapan gua, untuk 2007 yang jarang eksis, mau lebih eksis lagi. Sayang kalau 2007 nggak ngemanfaatin KMB untuk bantuin kamu.

Jadi, dapat disimpulkan kalau ketua angkatan 2007 tuh anak yang "liar" berdasarkan fakta banyaknya hal terliar yang pernah dia lakukan dan keterangan pemakanan segala (kanibal atau omnivora?). Ya, sekian dulu kita membahas

profil ketua angkatan 2007 kita, Andrea. Kalau mau kenal lebih dekat, langsung aja samperin KMB dan cari dia!



Andrea waktu di kosnya minta foto bersama ikan peliharaannya.

HEALTH CARE

Susu Hindari Kanker Usus

Perbanyaklah minum susu. Karena selain menyehatkan susu juga mampu mengurangi resiko terkena kanker usus. Demikian disampaikan oleh Dr Eunyoung Cho yang meneliti keuntungan mengkonsumsi susu. Analisa dari 10 studi menunjukkan 16 ons susu sehari bisa mengurangi ancaman kanker usus sampai 12%.

Para peneliti dari 'Brigham and Women's Hospital' menemukan bahwa 16 ons susu sehari mampu mengurangi resiko terkena kanker usus sampai 12%.

Hasil itu merupakan analisa dari 10 studi sebelumnya yang terdiri dari 500.000 orang dimana sekitar 5.000 diantaranya kemudian positif mengidap kanker usus. Hasil penelitian Dr Eunyong Cho

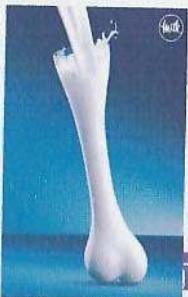
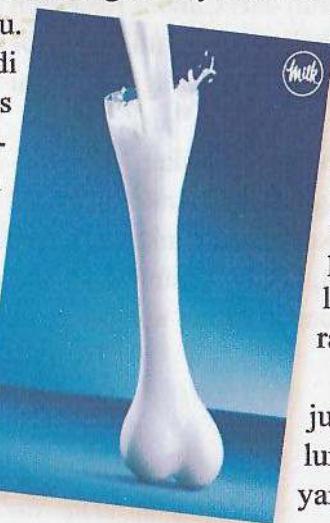
dipublikasikan oleh The Journal of the National Cancer Institute.

Kanker usus merupakan penyakit ketiga yang menjadi penyebab kematian diseluruh dunia.

Penelitian sebelumnya dengan menggunakan binatang sebagai percobaan, kandungan kalsium yang banyak terdapat pada susu mampu melindungi usus dari serangan kanker.

Studi pada manusia juga menunjukkan keseluruhan jumlah kalsium yang dikonsumsi sangat positif dalam mengurangi tingkat dari resiko kanker susu ini.

Setiap kenaikan 1.000 miligram kalsium sehari atau lebih akan mempunyai mengurangi



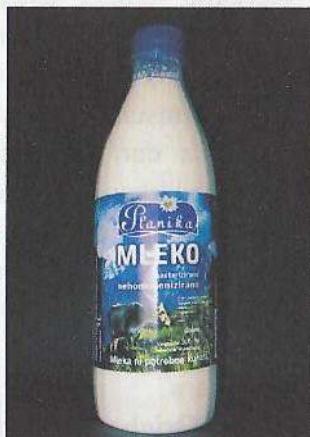


15% resiko dari kanker usus pada wanita dan 10% pada pria. Dalam publikasinya, Dr Eunyung Cho mengatakan melalui data yang didapatnya konsumsi susu dan kalsium bisa mengurangi resiko dari terkena kanker usus.

Dr Cho tidak menemukan pengurangan resiko terkena kanker dengan mengkonsumsi keju dan yoghurt yang sebenarnya juga merupakan hasil olahan dari susu.

Sementara di studi lain memberikan indikasi bahwa produk-produk olahan dari susu bisa meningkatkan resiko terkena kanker lain seperti payudara dan prostate. Dr Richard Sullivan dari Cancer Research Inggris menyambut baik hasil studi dari Dr Cho ini dengan menyatakan sebagai sesuatu yang sangat menarik.

Meski Dr Sullivan menyatakan cara terbaik untuk mengurangi resiko kanker usus ini adalah dengan mengkonsumsi makanan yang seimbang antara buah, sayuran dan kalori untuk mengurai proses penimbuhan lemak.



Being a Hero is about the
shortest-live professions on earth
*Will Rogers-U.S. writer,
actor and humorist*



the Faberge Eggs (1)



Kira-kira, hadiah apa sih yang dikasih oleh orang-orang dari super rich family atau Royal Family ke orang terdekatnya, dalam kasus ini istri/permaisuri? Klo di Perancis, Napoleon pernah buat fountain (air mancur) untukistrinya Marie Josephine, apa yang dikasih Tsar Alexander III keistrinya Tsarina Maria Fedorovna?

Temen-temen yang pernah nonton Conan The Movie 3 : The Last Wizard of the Century pasti tahu jawabannya. Yup! Jawabannya adalah Fabergé Egg. Egg? Telur? Ya, hadiah yang diberikan Tsar ke Istrinya adalah jewelry berbentuk telur yang dibuat oleh ahli perhiasan ternama Rusia, Peter Carl Fabergé.

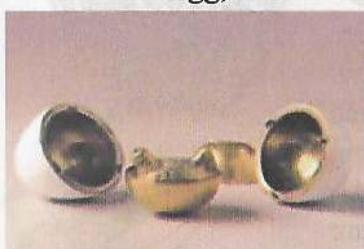
Tahun 1885 adalah ulang tahun pernikahan ke-20 Tsar Alexander III dan istrinya Tsarina Maria Fedorovna. Saat itu, Tsar Alexander III ingin memberikan hadiah yang unik sebagai hadiah perayaan ulang tahun pernikahan dan perayaan Paskah. Beliau kemudian memesan hadiah tersebut kepada Fabergé.

Pada pagi hari di hari Paskah tahun itu, Fabergé mengantarkan hadiah tersebut ke istana. Seperti apa bentuknya? Hadiah tersebut disebut The Hen Egg, berbentuk seperti telur pada umumnya, didalamnya terdapat kuning telur yang terbuat dari emas, didalam kuning telur itu terdapat anak ayam yang juga terbuat dari emas, berlian miniature mahkota kerajaan dan telur yang lebih kecil lagi yang terbuat dari batu ruby.

Sebagai penghargaan kepada Fabergé,



ni dia si Fabergé-nya!



maka setiap tahun, kerajaan akan memesan telur tersebut pada hari Paskah dengan requirements yang sederhana, yaitu masing-masing telur harus unik dan mengandung kejutan untuk Tsarina. Dimulailah tradisi pembuatan jewelry ini yang kemudian dikenal sebagai Fabergé Egg atau Easter Egg.

Pada Oktober 1884, Tsar Alexander III wafat. Tahta kerajaan diwariskan kepada anaknya Nicholas II, yang kemudian menjadi Tsar Nicholas II. Tradisi Easter Egg tetap berlanjut. Ia tetap memesan satu buah Fabergé Egg untuk ibunya dan menambah satu pesanan lagi untukistrinya Tsarina Alexandra Fedorovna.

Telur terakhir yang diberikan Tsar Alexander III kepada Tsarina Maria Fedorovna adalah The Renaissance Egg.



the Renaissance Egg



Easter 1895 adalah saat pertama kalinya Tsar Nicholas II memberikan Easter Egg kepada ibunya. Telur itu bernama The Twelve Monograms Egg yang dilapis enamel (enamel=pelapis berwarna yang mengeras setelah kering) berwarna deep blue dan terdapat berlian yang tersusun membujur dan melintang. Warna telur tersebut menggambarkan kesedihan atas meninggalnya Tsar Alexander III.



Untuk Tsarina yang baru, Tsarina Alexandra Fedorovna, Fabergé membuat The Rosebud Egg. Didalam telur berlapis enamel merah dan berlian tersebut, terdapat kuntum bunga mawar yang terbuat dari emas dan dilapis enamel kuning. Di dalam kuntum bunga mawar terdapat miniature

mahkota berbahan berlian yang menandakan kehidupan baru Alexandra sebagai Tsarina.

Kesuksesan The Rosebud Egg membuat Fabergé lebih tertantang lagi untuk membuat yang lebih ambisius untuk Easter tahun depan. Pada 9 May 1896, Nicholas dan Alexandra dilantik menjadi Tsar dan Tsarina Rusia di Uspenski Cathedral, Moscow. Pelantikan tersebut menjadi tema Fabergé Egg selanjutnya.

Dibuatlah The Coronation Egg dengan ukuran lebih besar dan lebih mewah dari pada telur-telur sebelumnya. Yang paling mengesankan dari telur ini adalah didalamnya, tersimpan miniature kereta kerajaan yang digunakan Tsarina saat penobatan sebagai Tsarina (coronation). Miniature tersebut dibuat sangat detail, dari as roda yang dapat berputar, pintu berkaca yang bisa dibuka-tutup, mahkota berlian kerajaan pada atap kereta, dan tangga yang digunakan Tsarina untuk masuk ke dalam kereta.

Kenapa dibilang sangat mengesankan? Karena semua hal sedetail tersebut dibuat pada miniature dengan ukuran tidak lebih dari 12 cm. Perlu waktu 15 bulan untuk membuat kereta tersebut (tanpa telur) handmade, bekerja siang-malam, dan hanya dipersembahkan untuk Tsarina. Ga da kan yang rela sampe kayak gini untuk istri presiden saat ini?! hehe...

*ini dia the Coronation Egg
yang super-super detail itu...
hebat banget ya??*



bersambung ke BB berikutnya!! -the Fabergé Egg (2)-



Madu, si Manis yang Banyak Manfaatnya

Manfaat Madu

1. Kerontokan rambut

Orang yang mengalami kerontokan rambut atau kebotakan dapat memakai campuran minyak zaitun panas, 1 sendok makan madu dan 1 sendok teh bubuk kayu manis sebelum mandi. Oleskan di kepala dan diamkan selama kira-kira 15 menit setelah itu baru dibasuh. Penelitian itu juga membuktikan ramuan yang didiamkan dikepala selama 5 menit pun tetap efektif.

2. Infeksi kandung kemih

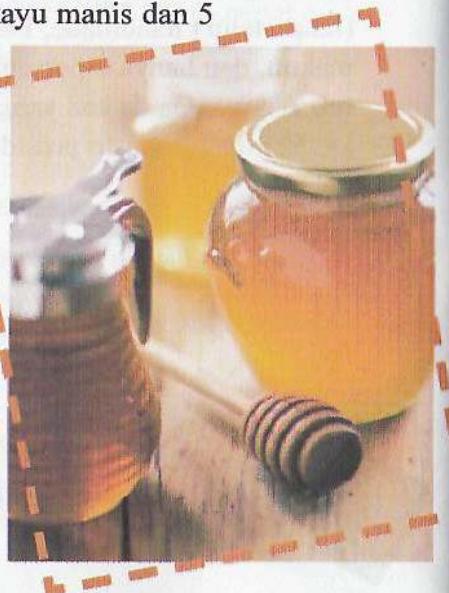
Campurkan 2 sendok makan bubuk kayumanis dan 1 sendok teh madu ke dalam segelas air suam-suam kuku. Setelah itu diminum. Ramuan ini membunuh kuman-kuman dalam kandung kemih.

3. Sakit gigi

Buat campuran 1 sendok teh bubuk kayu manis dan 5 sendok teh madu.

4. Kolesterol

Kadar kolesterol darah dapat diturunkan dengan 2 sendok makan madu dan 3 sendok teh bubuk kayu manis yang dicampur dalam 16 ounce (16 kali 28 gram kira-kira 1 pon = 454 gram) air teh. Ramuan ini dapat mengurangi kadar kolesterol dalam darah sampai 10 persen dalam 2 jam. Madu murni yang diminum sehari-hari meringankan gangguan kolesterol.



5. Pilek

Pilek ringan dan berat dapat disembuhkan dengan 1 sendok makan madu suam-suam kuku dan $\frac{1}{4}$ sendok teh bubuk kayu manis setiap hari selama 3 hari. Ramuan ini dapat menyembuhkan hampir semua batuk dan pilek kronis serta membersihkan sinus.

6. Sakit perut

Madu yang dicampur bubuk kayu manis dapat mengobati sakit perut. Juga dapat membersihkan perut, serta menyembuhkan bisul sampai ke akar-akarnya.

7. Kembung

Penelitian yang dilakukan di India dan Jepang menyatakan bahwa madu yang diminum bersama kayu manis dapat mengurangi gas dalam perut.



8. Bau napas

Satu sendok teh madu dan bubuk kayu manis yang dicampur dalam air panas dapat membuat nafas tetap segar sehari penuh. Orang Amerika Selatan biasa meminum ramuan tersebut di pagi hari.



9. Sakit kepala sinus

Minum campuran madu dan juice jeruk dapat menyembuhkan sakit kepala karena sinus.



10. Kelelahan

Studi terakhir menunjukkan bahwa kandungan gula dalam madu lebih bermanfaat daripada merugi-kan bagi tubuh. Warga usia lanjut yang mengkonsumsi madu dan bubuk kayu manis dengan ukuran sama, terbukti lebih bugar dan fleksibel. Penelitian Dr. Milton membuktikan $\frac{1}{2}$ sendok makan madu yang diminum bersama segeras air dan ditaburi bubuk kayu manis dapat meningkatkan vitalitas tubuh dalam seminggu. Ramuan tersebut diminum setiap hari setelah menggosok gigi dan jam 3 sore pada saat vitalitas tubuh menurun.

11. Kanker

Riset terakhir di Jepang dan Australia menunjukkan bahwa kanker

bersambung ke halaman 36....

Pesta Nikah di Jambunada

oleh: David, koordinator DIKA 2007

Pikir seorang laki-laki di Jambunada yang akan menikah keesokan harinya, "Apakah sang Buddha, Sang Terberkati, akan hadir dalam pesta pernikahanku?"

Dan sang Terberkati berjalan lewat rumahnya dan bertemu dengan orang itu. Ketika mendengar keinginan dalam hati calon pengelai tersebut, dia memutuskan untuk datang ke situ.

Demi melihat iring-iringan sang Buddha bersama banyak bhiksu pengikutnya, tuan rumah yang merasa kekurangan pengganan dan tempat duduk berusaha sebisa-bisanya menyenangkan para tamunya seraya berkata: "Silahkan makan sepantas-puasnya Tuanku dan anda semuanya yang ikut bersamanya."

Meskipun rombongan besar itu mulai makan kenyang, makanan dan minuman yang tersaji

tiada habis-habsnya. Maka pikiran sang empunya pesta: "Sungguh menakjubkan! Aku seharusnya mengundang semua kerabat dan sahabatku ke sini. Seandainya saja aku mengundang mereka semua."

Belum lenyap pikiran ini dari benaknya, semua kerabat dan sahabat pada berdatangan memasuki rumah pesta. Dan meskipun tempat itu kecil, tersedia cukup ruang bagi semua yang hadir disitu. Mereka duduk di seputar meja dan makan, dan ada lebih dari cukup untuk mereka semua.

Yang Terberkati senang melihat banyak tamu yang diliputi gembira. Karena itu, dia berkenan memuaskan dahaga jiwa mereka dengan kata-kata kebenaran seraya mempromosikan suka cita kebaikan:

"Kebahagiaan terbesar yang dapat dibayangkan manusia ada-

lah ikatan perkawinan yang mempersatukan dua hati yang mencinta. Tetapi, masih ada kebahagiaan yang lebih besar dari perkawinan yaitu memeluk kebenaran. Kematian akan memisahkan suami dari istrianya, istri dari suaminya. Akan tetapi, kematian tidak akan pernah menjamah dia yang menikahkan diri dengan kebenaran.

Oleh karena itu, kawinlah dan hiduplah dalam ikatan suci dengan kebenaran. Suami yang mencintai istirinya dan mengidamkan sebuah rumah-tangga yang akan berlangsung abadi harus setia kepadanya seperti kesetiaan kebenaran. Maka istriya akan menaruh sandaran hidup kepadanya, menghormati dan melayani dia dengan pengidamkan ikatan rumah-tangga yang abadi harus setia kepadanya seperti kesetiaan kebenaran. Maka suami akan menaruh kepercayaan kepadanya dan memberi dia nafkah yang cukup. Sesungguh-

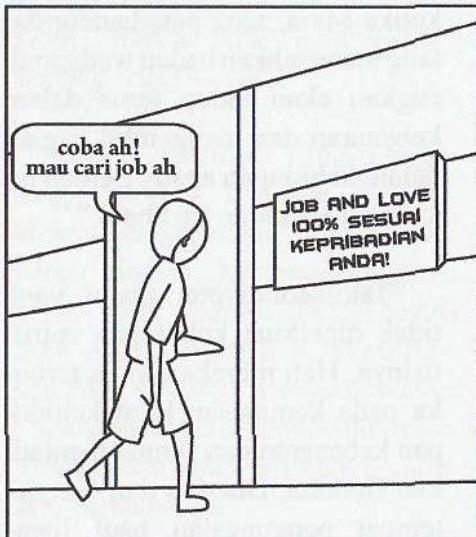
nya, aku berkata kepadanya, anak-anak mereka akan menjadi seperti orang tuanya dan akan menyasikan kebahagiaan ayah-bundanya.

"Kematian akan memisahkan suami dari istrianya, istri dari suaminya. Akan tetapi, kematian tidak akan pernah menjamah dia yang menikahkan diri dengan kebenaran"

Hendaknya semua orang kawin, hendaknya perkawinan dilandasi cinta akan kebenaran. Dan ketika Mara, sang penghancur datang memisahkan badan wadagmu, engkau akan hidup terus dalam kebenaran dan mengambil bagian dalam kehidupan abadi. Semua ini karena kebenaran itu abadi."

Tak seorangpun disitu yang tidak diperkuat kehidupan spiritualnya. Hati mereka semua terbuka pada kemanisan lezat kehidupan kebenaran dan semua menjadi kan Buddha, Dharma dan Sangha tempat pengungsian bagi jiwa-jiwa mereka.

Biro Serba Jodoh



Stop Kekerasan!!



perut dan tulang stadium lan-jut dapat disembuhkan dengan madu dan kayu manis. Pasien cukup minum 1 sendok makan madu dengan 1 sendok teh bubuk kayu manis selama sebulan 3 kali sehari.

12. Kelebihan berat badan

Minum segelas air yang direbus bersama madu dan bubuk kayu manis setiap pagi $\frac{1}{2}$ jam sebelum sarapan atau saat perut masih kosong. Bila dilakukan se-
cara teratur da-
pat mengu-
rangi berat
badan, bahkan
bagi orang yang
sangat gemuk, minum
ramuan ini secara teratur
akan mencegah lemak tera-
kumulasi dalam tubuh, meski
tetap makan makanan kalori
tinggi.

13. Influenza

Ilmuwan Spanyol telah mem-
buktikan bahwa madu berisi
kandungan alami yang mem-
bunuh kuman influenza dan
menyembuhkan pasien dari
flu. Maka minumlah madu
ketika akan flu.

14. Jerawat

Oleskan 3 sendok makan

madu dan 1 sendok teh bubuk kayu manis pada wajah sebe-
lum tidur. Basuh keesokan harinya dengan air hangat.
Bila dilakukan rutin setiap hari selama 2 minggu, akan menyembuhkan jerawat sam-pai ke akar-akarnya.

15. Infeksi kulit

Ambil 1 bagian madu dan 1 bagian bubuk kayu manis,
oleskan pada bagian kulit
yang sakit.

Mi-
numlah
sebanyak 4

kali sehari. Ramuan ini
membuat kulit segar dan halus
serta mencegah penuaan.

Harapan hidup juga
bertambah

16. Mencegah penuaan

Teh yang
dicampur madu
dan bubuk kayu
manis dan diminum

tiap hari dapat mencegah penuaan. Ambil 4 sen-dok madu, 1 sendok bubuk kayu manis dan 3 cangkir air kemudian rebus seperti mem-buat teh. Minumlah seban-yak 4 kali sehari. Ramuan ini membuat kulit segar dan ha-lus serta men-cegah penuaan. Harapan hidup juga bertam-bah

17. Arthritis (radang sendi / En-cok)

Ambil 1 bagian madu dan 2 bagian air suam-suam kuku.

Tambahkan 1 sendok teh kecil bubuk kayu manis. Campur madu, air suam-suam kuku dan bubuk kayu manis. Pijat ke bagian yang sakit secara perlahan. Rasa sakit akan berkurang dalam waktu 1-2 menit. Atau penderita arthritis dapat minum 1 cangkir air panas dengan 2 sendok madu dan 1 sendok teh kecil bubuk kayu manis setiap hari, pagi dan malam.

Bila diminum teratur, ramuan ini dapat mengobati penyakit arthritis kronis. Penelitian terakhir Copenhagen University menggunakan campuran 1 sendok makan madu dan $\frac{1}{2}$ sendok teh bubuk kayu manis yang diberikan kepada pasien sebelum sarapan. Hasilnya dalam seminggu 73 dari

200 pasien yang diobati sembuh total. Kebanyakan pasien yang tidak dapat berjalan atau bergerak karena arthritis dapat berjalan tanpa rasa sakit.

18. Penyakit jantung

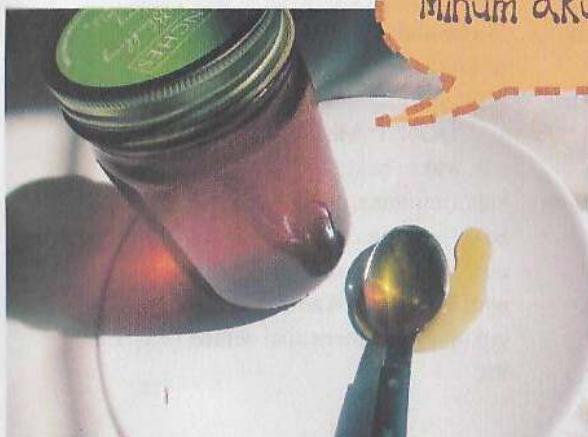
Oleskan madu dan bubuk kayu manis pada roti pada waktu sarapan setiap harinya. Madu dan kayu manis mengurangi kolesterol dalam pembuluh arteri, dan mengurangi resiko serangan jantung. Orang yang sudah terkena serangan jantung bila mengkonsumsi madu dan kayu manis setiap hari dapat terhindar dari serangan jantung kedua.

Konsumsi madu dan kayu manis secara teratur dapat memperlancar pernapasan dan memperkuat detak jan-

tung. Panti Wredha (jompo) di Amerika dan Kanada, berhasil mengobati penghuni-

ya yang memiliki gangguan pembuluh darah karena tersumbat, dan berkurang fleksibilitasnya karena usia, dengan ramuan tersebut.

Minum a.ku ya....



do and don'ts

Sekarang adalah saatnya bagi para scorpio untuk mencari tempat dimana dibutuhkan ketenangan. Ketenangan dari semua perhatian yang berlebihan dan mencerahkan pikiran agar dapat menyelesaikan masalah-masalah yang sedang dihadapi.

Ini menjadikan para scorpio sebagai seorang kerabat yang sangat mendebaran hati – seorang pria atau pun wanita yang penuh dengan misteri dimana mereka selalu menarik perhatian hanya dengan menunjukkan sedikit dari sifat aslinya. Tidak semua orang yang bertemu denganmu akan mengerti dirimu – tapi mereka akan selalu, selalu mengingatmu.

Dibawah ini terdapat beberapa tips bagi seorang scorpio, simaklah:

KETIKA BERTEMU DENGAN ORANG BARU:

DO: Dengarkan percakapan dengan serius, tapi selalu berhati-hati untuk tidak terlalu menatap orang tersebut. Responlah terhadap percakapannya sesekali, dengan menjadikan diri sebagai tipe yang pendiam, namun serius. Walau tidak punya hal penting untuk diungkapkan, berikan komentar secara berkala. Ini akan menjadikan orang-orang disekitarmu menjadi tenang.

DON'T: Mengekspresikan pendapatmu dengan serius. Setelah kamu mengenal lawan bicaramu lebih dekat,

kamu boleh berekspresi. Tapi jika kamu berbicara dengan teman barumu, menyalahlah pertama kali.

KETIKA KENCAN:

DO: Berpenampilanlah sesuai dengan apa yang kamu anggap terbaik dan nyaman. Jangan kelihatan terlalu sexy, kamu telah memancarkan aura tersebut.

DON'T: Menciptakan keadaan dimana pasangan harus selalu mengambil inisiatif untuk berbicara. Menjadi pendengar bukanlah hal yang buruk, tapi jika kamu jarang berbicara, dia akan memberikan kesan bahwa berada di dekat dirimu merupakan suatu hal yang melelahkan.

KETIKA MENAIKI JENJANG KARIR:

DO: Gunakan dan kembangkan kemampuanmu dalam memanfaatkan uang. Kamu mungkin tidak terlalu menikmati pesta yang biasanya diadakan para pebisnis, tapi kamu dapat mengatasinya. Berlakulah sopan dan berbicara dari waktu ke waktu terhadap teman-teman bisnismu.

DON'T: Menghabiskan terlalu banyak waktu bekerja. Jika mempertaruhkan keberuntungan, kamu mungkin akan bekerja sampai titik semua itu selesai, tapi kamu juga manusia yang memiliki batas. Pastikanlah kamu beristirahat cukup dalam mencapai semua impianmu itu.

DUDU

D: Mesin'06

U: Danus DDB'08

DU: Ayo... Ayo... Semangat cari duitnya..

D: Koordinator Dokumentasi MW'07

U: Staff Dokumentasi MW'07

DU: Thanx atas kerjasamanya yee boo...

D: KMB'07

U: Alvin & Hendy

DU: Wah!!! 24 sks neh...

D: Fendy Junata

U: cexx KMB

DU: Kalian kemana?

D: Fandi

U: Mikro

DU: Susah

amat woi!!!

D: Ayam Tedo

U: Rumah

makan ayam

Pedo

DU: Tambahain gue dalam
daftar menu
donk!!!

D: -black-

RaiNboW

U: Tukang kayu

di sebelah

comlabs

DU: makasih

gergajinya

D: Irma

U: Ferry'07

DU: Belajar Fer... He2x

D: Helda

U: Helda

DU: Hidup Helda

D: Tedo

U: KMB'ers

DU: Panggil saya PIDO ya

D: Gondy

U: Hendy

DU: Thanx berat atas
bantuan lo, tanpa
dikau, mungkin book-
let ga jadi

D: Harianto

U: Seluruh panitia

MW'07

DU: Selamat, kerja
anda bagus!!!

D: Ikan mas yang men-
gelepar

U: Gondi

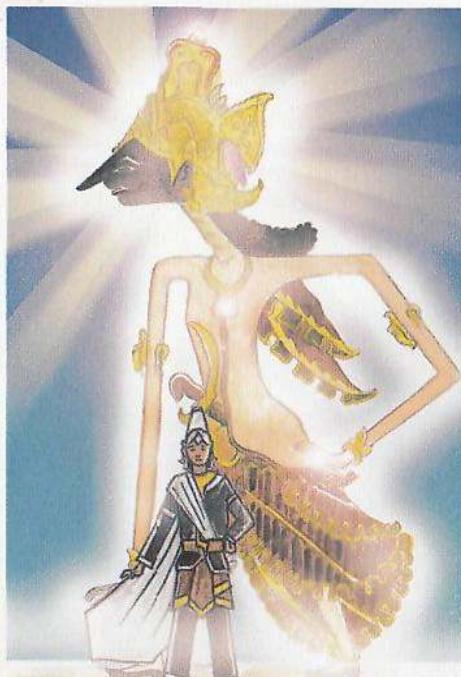
DU: Mengapa dikau
kecewain gua

D: Nelson

U: DUDU edisi Oktober

DU:

Bang***... Penuh



Fitnah dan kekotoran batin kalian....

D:Dona

U:KMB'ers

**DU:Gua dah sembuh loh... skrg gua
dah kerja dekat maranatha... Thanx
atas terapi kalean**

D:Cewek KMB 2007

U:Ko Try Sipil 2005

DU: Mizz you...

D:web KMB ITB

U: teman-teman

**DU: gua dah bisa diakses di [http://
kmb.unit.itb.ac.id](http://kmb.unit.itb.ac.id)**

D:WJ

U:Anak KMB

**DU: Bantu carian kos di ciumbleuit
donk..**

D:Kompetisi Truff

U: Yoyo (juara bertahan)

DU:Anda terdampar

D:Olimpiade Angkatan

U:KMB'ers

**DU: Junjung Sportivitas dan fair
play**

D: CicakMan Fans Club

U:CicakMan

**DU:Tunjukkan aksimu sekali lagi ke
kami**



**Edisi
Superhero**