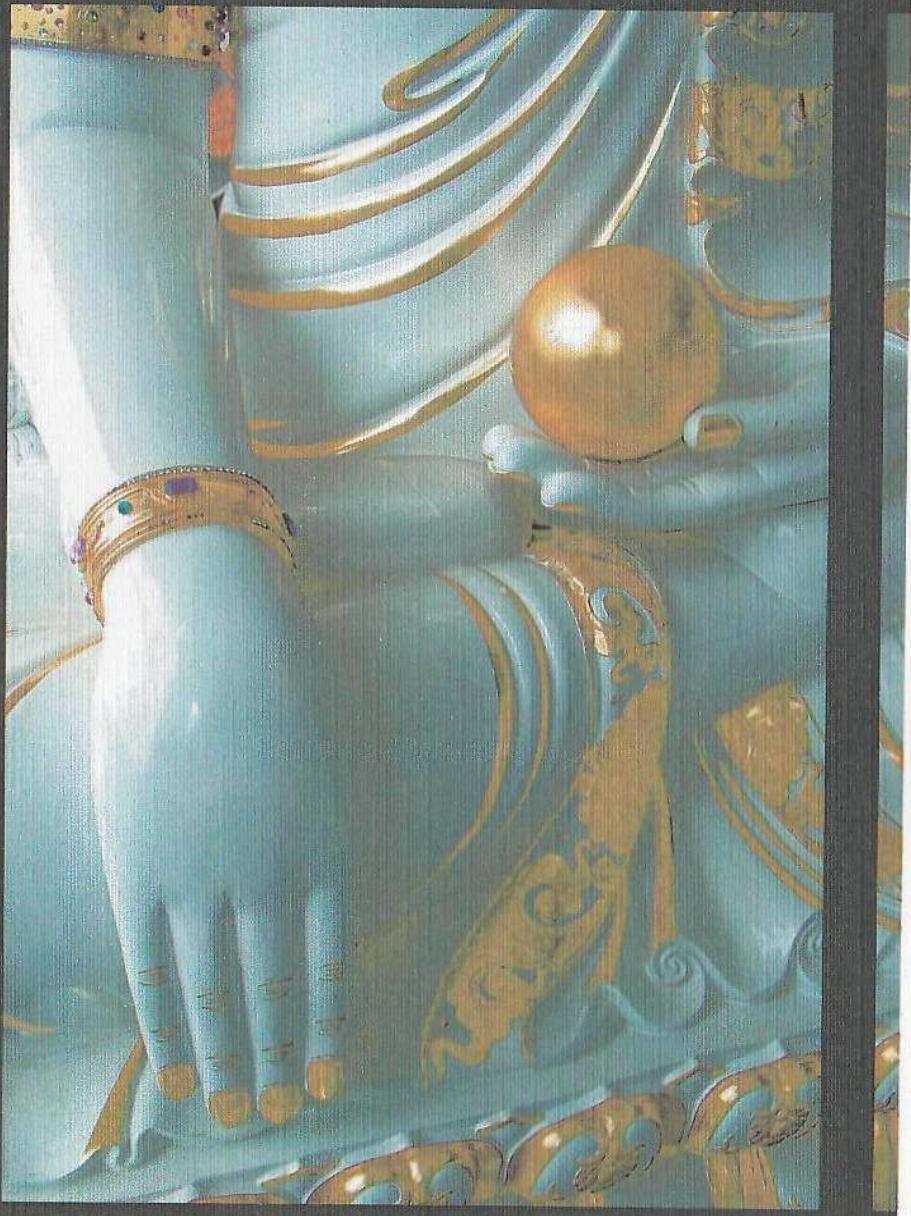




# Bhadra Bodhi

Media Komunikasi KMB Dhammañano ITB



## EDITOR'S NOTE

Namo Buddhaya,

Halo lagi pembaca Bhadra Bodhi..

Kali ini edisi pertama Bhadra Bodhi (BB) di tahun angkatan 2008 masuk loh. Jadi welcome buat KMB'08 ya. Mungkin bagi KMB'08 yang belum tahu apa itu BB, or buat merefresh kamu ke tujuan awal kita ngebuat BB. Liat lagi deh tulisan di bawah BB di halaman cover. Tulisannya "Media Komunikasi KMB Dhammadhano ITB", jadi dulunya tujuan kita ngebuat BB adalah untuk fasilitasin anggota kmb kita dengan berita-berita acara KMB kita yang ada plus-plus artikel-artikel yang nambah wawasan anggota KMB di bidang Dhamma atau bidang lainnya.

## CREW

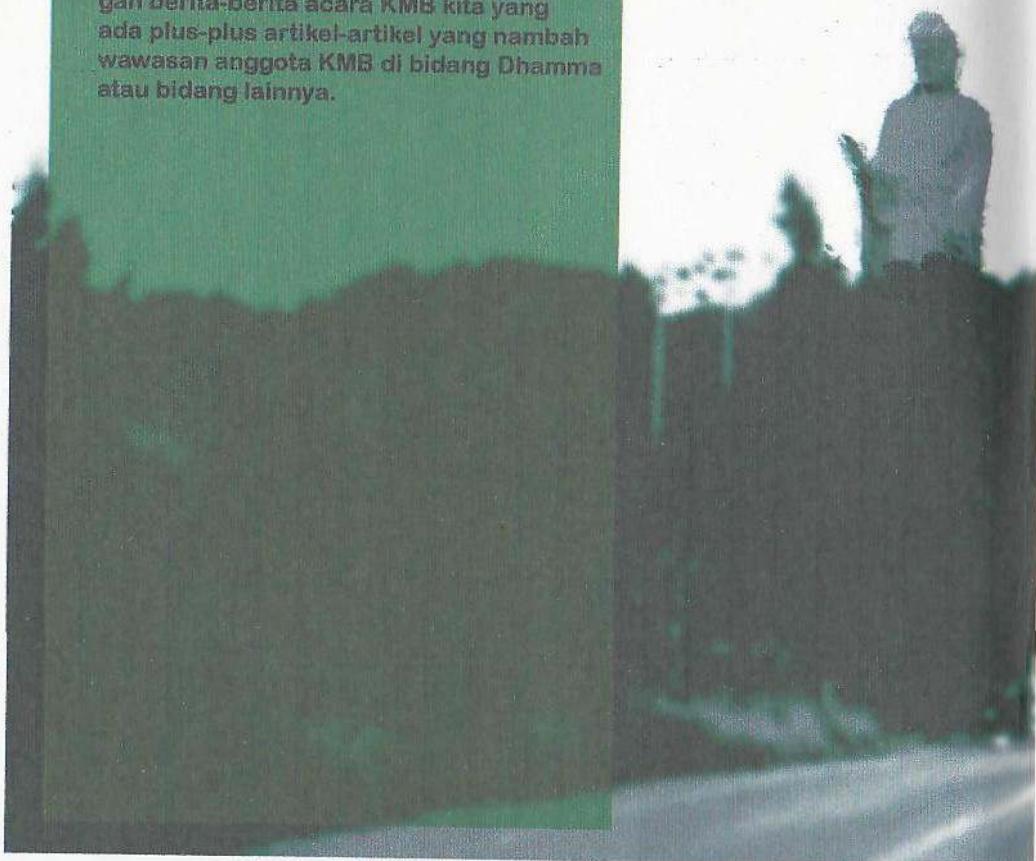
PENANGGUNG JAWAB:  
Ketua KMB (Try Suciptan)

KETUA REDAKSI:  
Kordiv KomDok (Hendy)

LAYOUTER:  
Hendy, Ardi.

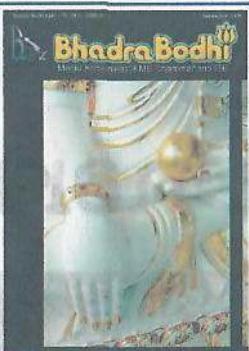
ARTIKEL CAPTOR:  
Alvin, Herry, Halimas,  
Vendy, Ferry.

ARTIKEL KONTRIBUTOR:  
Liliawati



## Bhadra Bodhi

COVER  
Golden Ball



- 02** Teratai Buddha Dharma  
Vihara Budhagaya Watu Gong  
Vihara Avalokitesvara Banten  
JOURNEY AROUND THE WORLD



- 13** Book Review  
The Secrets, Re-code your change  
DNA



- 14** Free Thought  
Magnifying Taste  
Sepeda dan Mobil Listrik: Solusi  
Murah

- 20** Dhamma Corner  
Beberapa Simbol dalam Buddhis  
dan Maknanya



- 23** Events on KMB  
PPAB - Makrab  
Dharmabakti Desa Buddhis  
Hot Shot  
Sesepuh

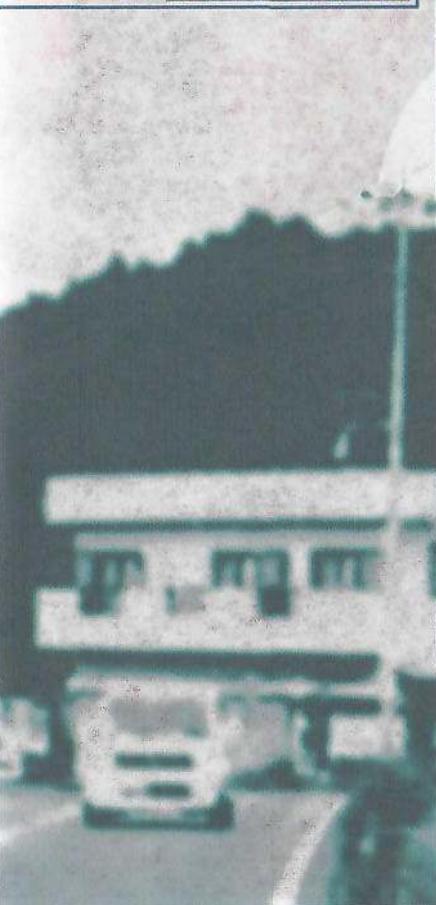
- 32** Health Care  
Mitos Salah Tentang Weight Lost-  
ing



- 34** Teknologi  
Microsoft Surface, Dibelakang  
Permukaan Interaktif

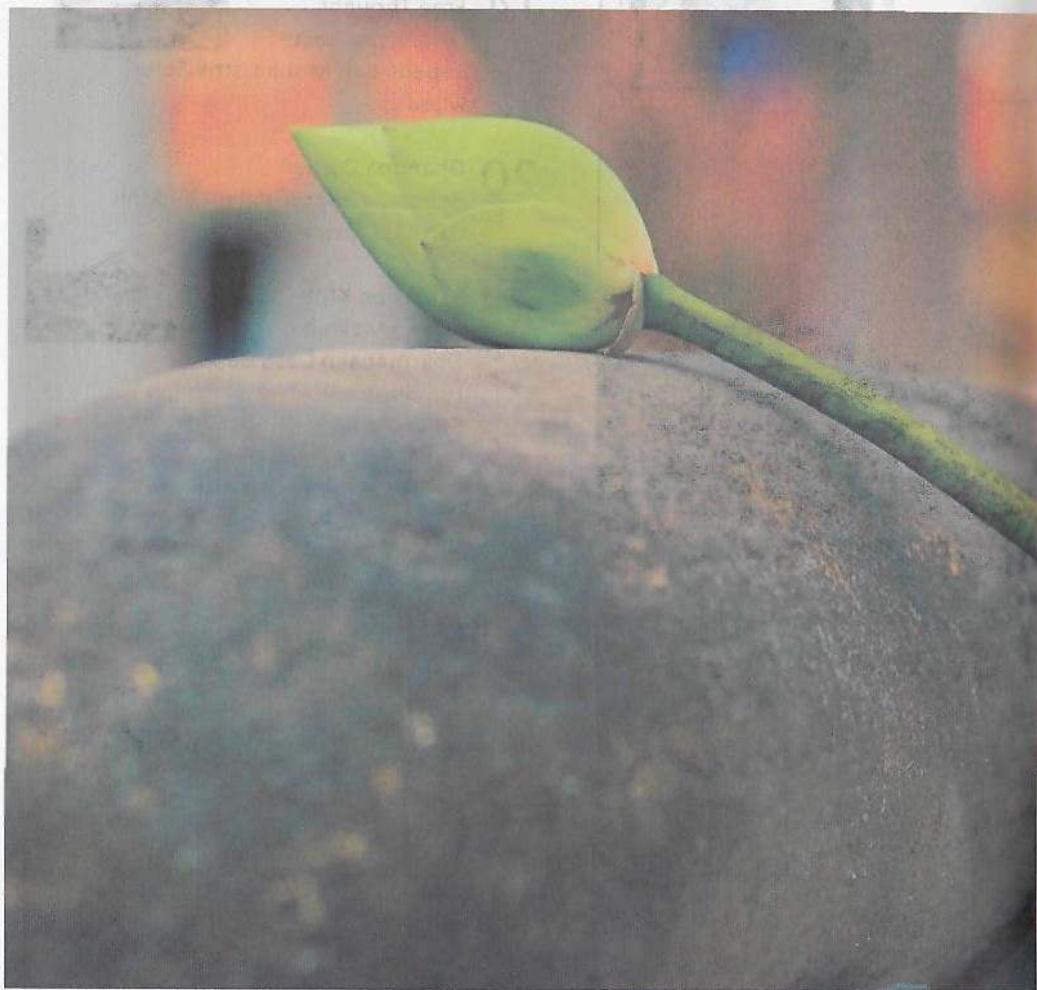


- 36** Quiz Bhadra Bodhi  
DUDU

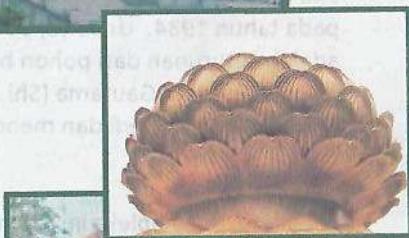
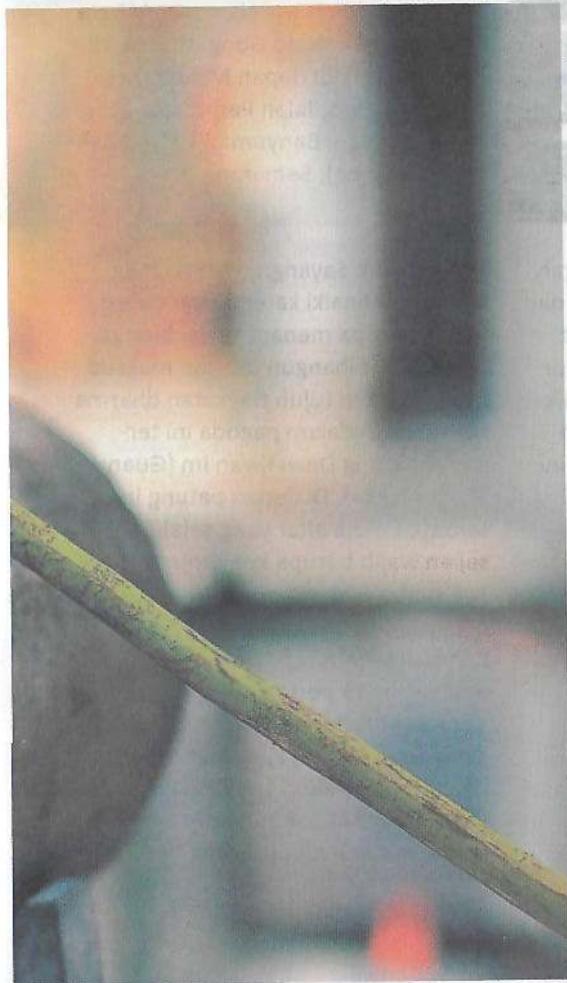


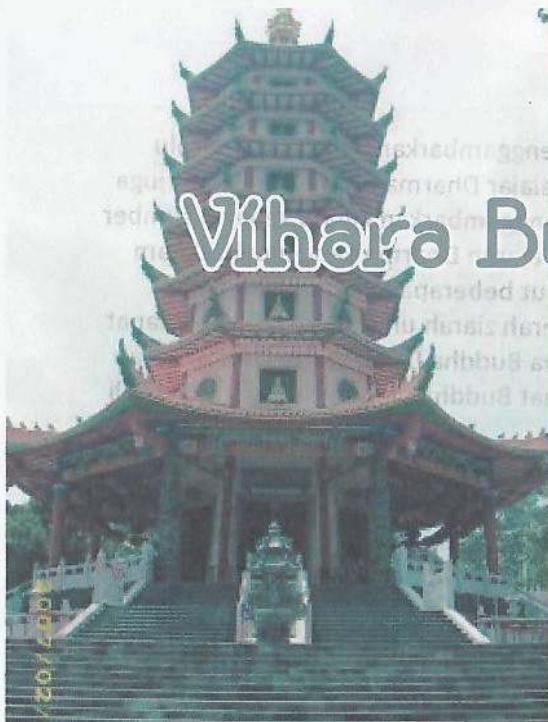
# Terataí Buddha Dharma

Oleh: Halimas dan Vendy C.



Teratai memiliki daun lebar yang menggambarkan vihara yang selalu menampung siapapun yang ingin belajar Dharma. Selain itu teratai juga menghasilkan bunga indah yang menggambarkan vihara sebagai sumber pembentukan bibit Buddha dengan ajaran Dharma yang indah. Dalam artikel tema edisi ini, BB akan meliput beberapa vihara di Indonesia yang bersejarah serta beberapa daerah ziarah umat Buddha, yang dapat mengingatkan kita betapa megahnya Buddha Dharma itu. Karena itulah vihara-vihara dan tempat ziarah umat Buddha diambil sebagai tema kali ini.





# Vihara Budhagaya Watu Gong

Oleh: Halimas

Kali ini, Bhadra Bodhi membahas salah satu vihara yang cukup terkenal di Pulau Jawa. Namanya Vihara Budhagaya Watu Gong. Vihara ini terletak di depan Makodam IV Diponegoro, Jalan Perintis Kemerdekaan, Banyumanik (kawasan Watu Gong), Semarang, Jawa

Tengah. Vihara terluas di Jawa Tengah ini berdiri di area seluas 2,5 hektar dan di kompleks vihara ini juga terdapat sebatang pohon bodhi yang berumur 74 tahun. Pohon ini ditanam oleh Bikhu Narada Mahatera dari Thailand pada tahun 1934. Uniknya, pohon ini adalah keturunan dari pohon bodhi tempat Sidharta Gautama (Shi Jia Mo Ni Fo) bersemedi dan mencapai pencerahan.

Selain itu, di kompleks ini juga terdapat pagoda yang indah berlantai tujuh setinggi 45 meter. Pagoda ini tercatat di MURI (Museum Rekor Republik Indonesia) sebagai pagoda tertinggi se-Indonesia dan di beri nama Pagoda Mettakaruna (Pagoda

Cinta Kasih). Sayangnya, pagoda ini tidak bisa dinaiki karena pagoda ini hanya berupa menara tanpa tangga. Pagoda ini dibangun dengan maksud pelambangan tujuh tingkatan dharma manusia. Di dalam pagoda ini terdapat patung Dewi Kwan Im (Guan Shi Yin Pu Sa). Di depan patung ini, terdapat meja altar yang selalu ada sajian wajib berupa kue ranjang dan kue moho (kue pinky).

Kembali ke vihara, konon, vihara ini adalah vihara pertama di Indonesia sejak runtuhnya Kerajaan Majapahit. Walaupun (katahnya) vihara ini sudah berdiri sejak tahun 1957 secara sederhana (padahal pohon bodhi sudah ditanam sejak tahun 1934), vihara ini

baru diresmikan tahun 2002 oleh Gubernur Jawa Tengah saat itu yaitu Bapak Mardiyanto.

Kalau Anda berkunjung ke vihara ini, sempatkanlah diri Anda untuk diramal (ciam si) oleh juru kunci vihara Budhagaya Watu Gong ini. Sebaiknya, Anda jangan langsung percaya apapun hasil ramalannya. Sebagian besar nasib kita bukankah ditentukan dari kelakuan kita sendiri? Tetapi ada baiknya hasil ramalan ini digunakan sebagai panduan untuk introspeksi diri. Sebelum hasil ramalan dibacakan, biasanya dibacakan dulu sifat-sifat kita. Percaya atau tidak, sifat-sifat yang dibacakan ini kebanyakan benar. Selain untuk beribadah, vihara ini bisa juga dibuat tempat wisata religi. Tempatnya bersih dan banyak angin sepoi-sepoi. Kalau haus, ada tempat penjualan minuman secara self-service. Kita mengambil sendiri minumannya dan membayar seikhlasnya dengan memasukkan uang ke kotak uang penjualan. Selain minuman, dijual juga alat-alat sembahyang berupa hio (dupa), lilin, minyak, dan lain-lain. ■



# Vihara Avalokitesvara

## Banten

Oleh: Halimas



Dalam catatan sejarah, keberadaan Vihara Avalokitesvara ini tidak bisa dilepaskan dari sosok Syarif Hidayatullah (1450-1568 M), atau yang lebih populer dengan nama Sunan Gunung Djati, salah seorang wali dari Walisongo yang menyebarkan agama Islam di Pulau Jawa. Beliau terpantik mendirikan sebuah vihara di Serang karena melihat banyaknya perantau dari Tiongkok beragama Buddha yang membutuhkan tempat ibadah.

biasa hab mui richeh habi goce  
(manusia besar) istana gres

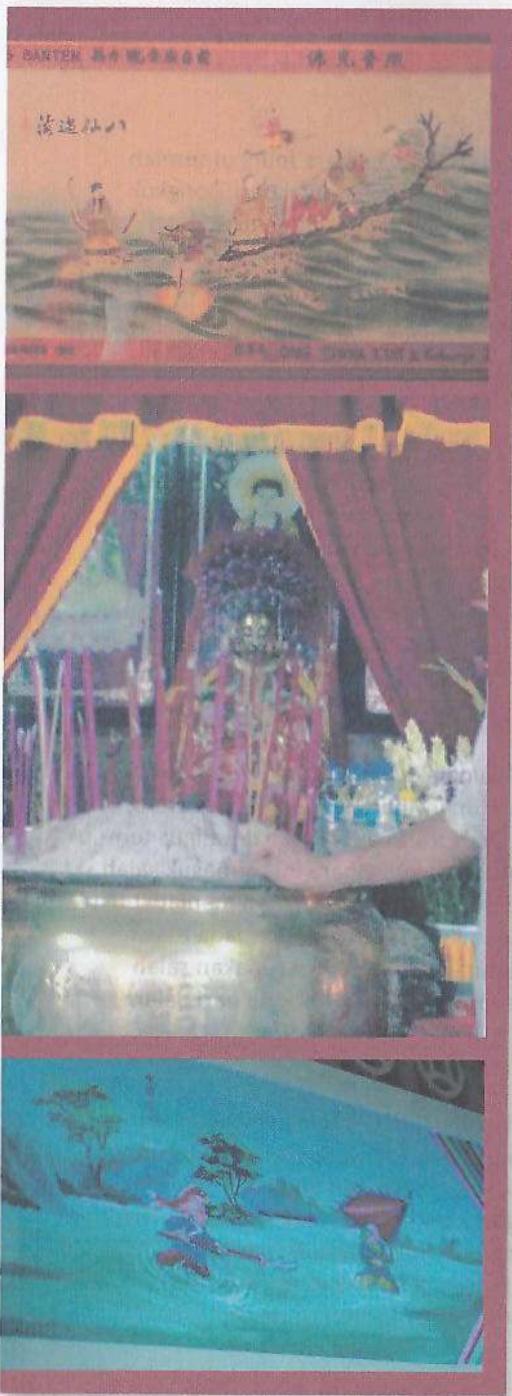
Menurut versi lain, ide mendirikan vihara muncul setelah beliau menikah dengan salah seorang putri dari Tiongkok (putrid Campa). Karena banyak di antara pengikut putri tersebut yang masuk Islam, Sunan Gunung Djati kemudian membangun sebuah masjid bernama Masjid Pecinan, yang kini tinggal puingnya saja. Sedangkan bagi mereka yang tetap bertahan dengan keyakinannya semula, dibuatkan sebuah vihara.



Scara administratif, Vihara Avalokitesvara masuk dalam wilayah Kampung Pamarian/Kampung Kasunyatan, Desa Banten, Kecamatan Kasemen, Kabupaten Serang, Provinsi Banten, Indonesia. Vihara yang termasuk dalam Kawasan Situs Banten Lama dan konon dibangun sekitar tahun 1652 M ini diberi nama Vihara Avalokitesvara. Nama vihara tersebut diambil dari nama salah seorang Buddha, yaitu Bodhisattva Avalokitesvara (Guan Shi Yin Pu Sa / Dewi Kuan Im), yang artinya "mendengar suara dunia."

Mengunjungi Vihara Avalokitesvara tergolong istimewa. Karena dengan mengunjungi vihara ini berarti seseorang telah mengunjungi sebuah situs sejarah dan sekaligus tempat ibadah. Sebagai situs sejarah, vihara ini termasuk salah satu vihara tertua di Indonesia. Vihara ini juga menjadi bukti kegembiraan peradaban Kesultanan Banten pada masa lalu. Sebagai tempat ibadah, vihara ini merupakan salah satu tempat ibadah favorit bagi umat Buddha dari dalam dan luar negeri.

Namun, vihara ini lebih dari sekadar situs sejarah dan tempat ibadah. Karena sesungguhnya, keberadaan vihara ini adalah simbol yang mencerminkan karakter masyarakat Banten yang mencintai kerukunan dan keharmonisan dengan berbagai suku, bangsa, dan agama pada masa lalu. Meskipun mayoritas penduduknya beragama Islam, namun masyarakat Banten senantiasa terbuka dengan berbagai agama yang masuk ke kawasan tersebut. Sementara itu, keberadaan vihara di pusat Kota Banten Lama dan letaknya



yang tidak terlalu jauh dari Masjid Agung Banten (masjid kesultanan), menjadi bukti lain dari fenomena kerukunan antarumat beragama di Banten pada masa lalu. Hingga kini, tradisi kerukunan antarumat beragama tersebut masih terjalin dengan baik.

Kompleks vihara yang luas dan suasana di sekitarnya yang tenang, serta lokasinya yang dekat dengan laut, menjadikan vihara ini begitu istimewa untuk dikunjungi. Angin laut yang berhembus pelan dan pesona daun nyiur yang melambai-lambai dengan latar Selat Sunda nan biru, menambah daya tarik kawasan ini. Sehingga, tidak mengherankan jika banyak orang yang datang ke sini, baik pemeluk agama Buddha yang ingin memanjatkan doa dengan khusuk maupun turis yang ingin bertamasya atau sekadar mencari inspirasi. Biasanya, vihara ini ramai dikunjungi oleh turis dari dalam dan luar negeri pada saat perayaan Tahun Baru Imlek dan peringatan Lak Gwee Ce Kao (bulan 6 tanggal 9 penanggalan Imlek), hari kesempurnaan Dewi Kwan Im sebagai Ibu Suri Buddha.

Di dalam vihara, pengunjung dapat menemukan beraneka koleksi arsip, foto, lukisan, dan patung Dewi Kwan Im peninggalan Kekaisaran Tiongkok pada masa Dinasti Ming. Di samping itu, pengunjung juga dapat mengetahui reportase dahsyatnya gempa



dan tsunami yang melanda kawasan sekitar Selat Sunda akibat letusan Gunung Krakatau pada tanggal 27 Agustus 1883. Reportase kronologi peristiwa tersebut dikisahkan dalam tiga bahasa, dan pengunjung dapat membacanya pada sebuah papan yang menempel di salah satu dinding vihara. Meski lokasi vihara dekat dengan laut, ajaibnya, vihara ini tidak "terpengaruh" oleh gempa tektonik dan tsunami dahsyat yang menewaskan ribuan korban yang sempat menggemparkan dunia itu.

Setelah puas mengunjungi vihara ini, pelancong dapat mencoba suasana lain yang masih termasuk dalam Kawasan Wisata Situs Banten Lama, seperti Masjid Agung Banten, Benteng Speelwijk, bekas Keraton Surosowan dan Keraton Kaibon, serta bekas Pelabuhan Kramatwatu, sebuah pelabuhan yang sangat terkenal pada masa kegemilangan Kesultanan Banten. Obyek-obyek wisata ini lokasinya berdekatan dengan Vihara Avalokitesvara.

Wisatawan tidak perlu cemas kelaparan bila berada di Vihara Avalokitesvara, karena di sekitar kawasan tersebut terdapat rumah makan, warung, dan pedagang asongan yang menyediakan berbagai kebutuhan wisatawan. Di depan vihara juga terdapat penjual aneka makanan laut yang telah dikeringkan sebagai oleh-oleh, mulai dari cumi, lontar telur, telur ikan, ikan japa, sampai terasi udang.

Di sekitar kawasan ini juga terdapat home stay, wisma, dan hotel dengan berbagai tipe, sehingga wisatawan tidak perlu khawatir bila mengunjungi vihara ini pada malam hari. Bahkan, di dalam kompleks vihara disediakan tempat penginapan bagi wisatawan yang ingin bermalam di sana. Berbagai fasilitas lainnya, seperti jaminan keamanan, pelayanan panduan wisata, kios wartel, serta area parkir yang luas dan aman, juga tersedia di sini. ■

# JOURNEY AROUND THE WORLD

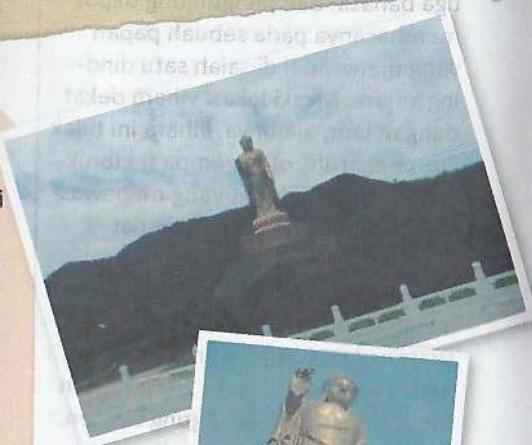
Oleh: Vendy C.



Catatan Patung Buddha Tertinggi di Dunia

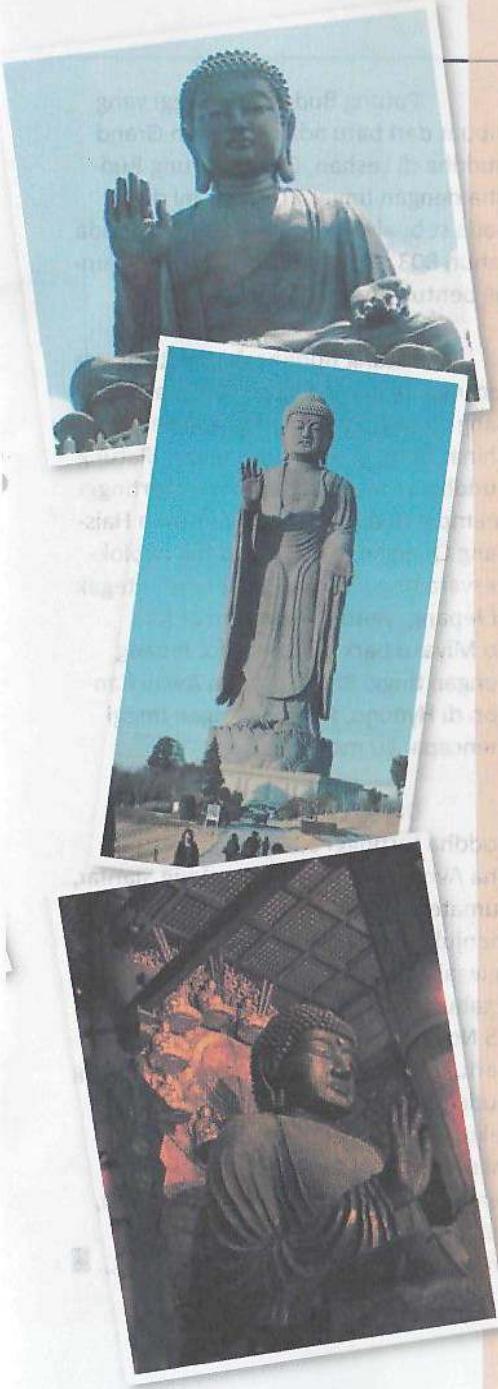


1. Patung Buddha (dalam posisi berdiri) tertinggi di dunia adalah Spring Temple Buddha yang terletak di Lushan, China. Patung Buddha Vairocana ini berdiri tegak setinggi 128 meter dan memiliki berat kira-kira 1000 ton, dibuat dari tembaga. Yang perlu dibanggakan umat Buddha adalah bahwa Patung Buddha Vairocana ini merupakan patung/statue tertinggi dan terbesar di seluruh dunia. Spring Temple Buddha diselesaikan pada tahun 2002.



2. Patung Buddha (dalam sikap duduk bersila) tertinggi dan terbesar di dunia adalah Tian Tan Buddha yang terletak di Biara Po Lin, Lantau Island,

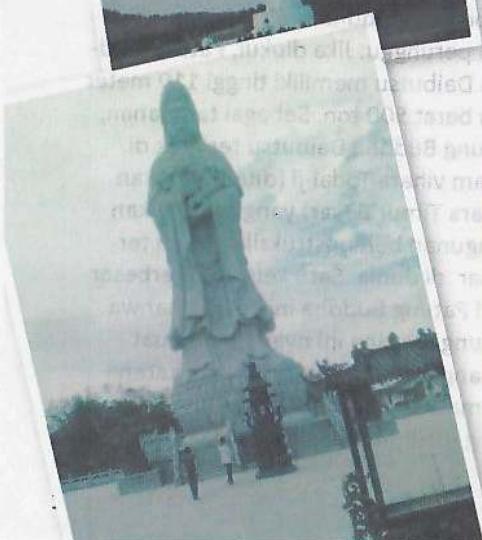
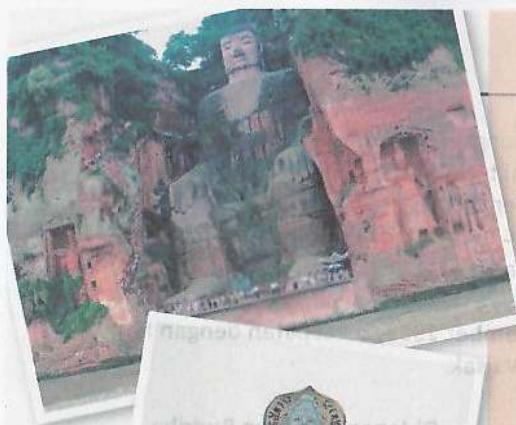




Hongkong. Patung Buddha Amitabha ini terbuat dari tembaga dan telah berdiri pada tahun 1993 dengan tinggi 34 meter dan berat 250 ton. Uniknya, Patung Buddha ini didirikan pada tahun 1990 dan selesai pada tanggal 29 Desember 1993, bertepatan dengan hari Waisak.

3. Di Jepang, Patung Buddha yang tertinggi adalah Ushiku Daibutsu yang merupakan Patung tertinggi di dunia setelah Spring Temple Buddha di China dan Laykyun Setkyar di Myanmar. Patung Buddha Amitabha dengan tinggi 110 meter dan berat 500 ton ini terletak di Ushiku, Jepang dan menjadi Patung Buddha Amitabha tertinggi di dunia. Patung Buddha ini selesai pada tahun 1995.

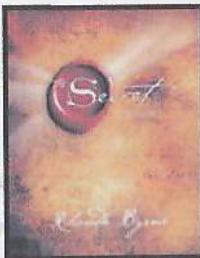
4. Patung Buddha Daibutsu di Nara, Jepang merupakan salah satu patung tertua di dunia, dibangun pada tahun 751. Patung Buddha ini mengambil bentuk Buddha Amitabha, terbuat dari perunggu. Jika diukur, Patung Buddha Daibutsu memiliki tinggi 110 meter dan berat 500 ton. Sebagai tambahan, Patung Buddha Daibutsu terletak di dalam vihara Todai-ji (diterjemahkan Vihara Timur Besar) yang merupakan bangunan berkonstruksikan kayu terbesar di dunia. Satu keunikan terbesar dari Patung Buddha ini adalah bahwa Patung Buddha ini nyaris membuat Jepang pada saat itu bangkrut karena memakan hampir semua perunggu yang tersedia.



5. Patung Buddha tertinggi yang dibuat dari batu adalah Leshan Grand Buddha di Leshan, China. Patung Buddha dengan tinggi 71 meter ini diukir pada sebuah tebing dan dibangun pada tahun 803. Patung Buddha ini mengambil bentuk Buddha Maitreya.

6. Patung Buddha Avolokitesvara tertinggi di dunia adalah Nanshan Haishang Quanyin yang terletak di Sanya, China. Dengan tinggi 108 meter, Patung Buddha ini merupakan patung tertinggi keempat di dunia. Selain Nanshan Haishang Quanyin, Patung Buddha Avolokitesvara tinggi lainnya juga berdiri tegak di Jepang, yaitu Dai Kannon of Kita no Miyako park di Hokkaido, Jepang dengan tinggi 88 meter dan Awaji Kannon di Hyougo, Jepang dengan tinggi mencapai 80 meter.

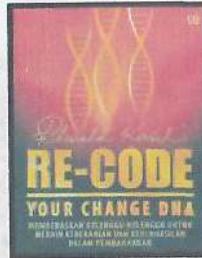
7. Di Indonesia sendiri Patung Buddha tertinggi adalah Patung Buddha Avolokitesvara di Pematang Siantar, Sumatera Utara. Patung Buddha yang menjulang setinggi 22,8 meter ini selesai dibangun dalam kurun waktu 3 tahun dan diresmikan pada tanggal 15 November 2005. Rakyat Indonesia perlu berbangga akan berdirinya Patung Buddha Avolokitesvara yang masuk rekor MURI karena Patung Buddha ini merupakan yang terbesar di Asia Tenggara... WOW!! Sekedar Informasi, Patung Buddha ini dibuat dari bahan granit dan dipesan langsung dari RRC. ■



## The Secrets

The Secret sebuah buku yang saat ini sedang heboh di bicarakan oleh banyak pihak. Konon katanya buku yang sangat memotivasi para pembacanya untuk menggunakan kekuatan pikiran untuk mencapai sebuah kesuksesan. Berkaca dari kata Kunci tersebut maka buku ini tidak jauh Beda dengan buku motivasi klasik best seller : "Think And Grow Rich" karangan Napoleon Hill. Di buku yang pertama terbit tahun 1937 ini telah ditulis secara terinci tentang prinsip-prinsip Law of Attraction, sama seperti yang disampaikan oleh The Secret. Bahkan dalam pendahuluannya Nappleon Hill sudah mencantumkan kata-kata "The Secret" kurang lebih 21 kali.

*Segala sesuatu yang datang ke dalam hidup Anda ditarik oleh Anda sendiri. Dan segala sesuatu itu tertarik oleh apa yang Anda pikirkan. Apapun yang Anda pikirkan akan menariknya ke diri Anda.*



## Re-Code Your Change DNA

Apa yang terjadi kalau change DNA terbelenggu? Bebaskan mereka dari belenggu-belenggu itu, maka Anda akan merasakan keajaiban. Mulailah dari hal-hal kecil, dari sedikit orang, dan bebaskan atasan, orangtua, sahabat, atau pemerintah kita dari keterbelengguan itu, sekarang juga! Re-Code adalah sebuah keajaiban yang mengubah cara berpikir semua orang.

*Buku ini memberi petunjuk agar kita lebih berani menatap hari esok yang lebih cerah, sekaligus berani menghancurkan belenggu-belenggu yang kita buat sendiri, untuk menembus kebuntuan yang terjadi.*

— H. Jusuf Kalla —

Wakil Presiden Republik Indonesia

*Perubahan sering menakutkan, kadang menyakitkan. Re-Code memberi resep yang membebaskan untuk meraih sukses.*

— Arwin Rasyid —  
CEO PT Telkom

# Magnifying Taste

Oleh: Herry

Compounds that enhance the sweet and salty flavors  
of foods could combat obesity and heart disease

Manusia sangat menyukai makanan rasa manis, enak, dan asin yang menyediakan energy, protein, dan ion yang kita butuhkan. Komoditi dari era produksi massal cenderung terkait erat dengan gula dan garam yang bisa menyebabkan kegemukan, sakit jantung, dan tipe-tipe diabetes - yang merupakan masalah kesehatan terbesar di dunia.

*"But what if a handful of tiny compounds  
could fool our brains into eating differently?"*

Hal tersebut merupakan latar belakang ide dari sains baru mengenai modulasi rasa. Scientists yang memecahkan suatu misteri biologis yang telah lama ada tentang rasa, telah mengembangkan senyawa murah yang dapat membuat makanan yang lebih manis, lebih asin, dan lebih enak. Hanya dengan menambahkan sedikit senyawa tersebut, pembuat makanan dapat mengurangi jumlah gula, garam, MonoSodium Glutamate (MSG) yang digunakan,

yang berdampak pada produk yang lebih sehat.

San Diego—SENOMYX, dengan diteliti oleh Charles Zuker, seorang Profesor Biologi dari University of California, sebagai pioneer dari teknologi baru tersebut, dan respon yang positif dari perusahaan-perusahaan besar adalah hasilnya. Nestlé mulai bekerjasama dengan Senomyx pada tahun 2007. Coca-Cola dan Cadbury bermaksud

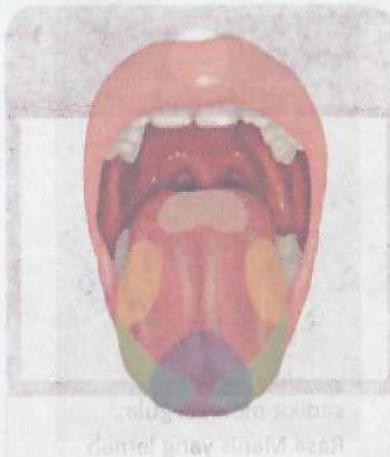
mula menggunakan produk senyawa Senomyx pada awal tahun 2009.

Senomyx juga menciptakan pengurangan pada rasa pahit (bitterness blockers) untuk membuat makanan tertentu terasa lebih enak, yang dapat memperluas sumber nutrisi di dunia. Sebagai contoh, perusahaan dapat memperluas pemanfaatan protein dari kacang kedelai, yang dapat memberi makan lebih banyak orang jika mereka dapat memanipulasi rasanya agar lebih baik. Blockers tersebut dapat juga digunakan untuk membuat rasa obat-obatan lebih enak.

Dengan "mengakali" taste buds kita, Senomyx membuat produsen makanan dapat menghemat "sesendok teh" uang mereka, dengan membolehkan mereka untuk mengganti sejumlah gula, garam, dan bahan lainnya dengan hanya sedikit senyawa yang murah. Lebih penting lagi, modulator rasa ini dapat merevolusi kesehatan kita, dengan membuat sesuatu yang berasa enak, serta baik untuk kesehatan kita. Selain memanipulasi pada 5 rasa dasar, peneliti Senomyx juga mengembangkan senyawa yang dapat memberi rasa seperti rasa dingin pada lidah dan persepsi rasa berkrim pada lidah.

#### Obsolete Model

**Salah!** Cara Pandang lama dimana daerah lidah yang berbeda mendeteksi rasa tersendiri.

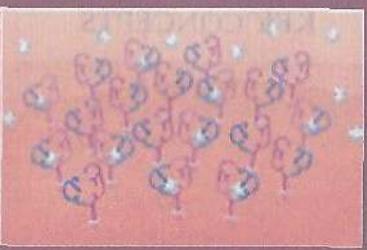


#### KEY CONCEPTS

- Para peneliti telah menemukan komponen kecil yang dapat membuat makanan terasa lebih manis, lebih asin, dan lebih berasa daripada biasanya, dimana dapat mengurangi gula, garam, dan penambahan monosodium glutamate.
- Beberapa dari pemikat rasa tersebut telah diuji pada beberapa produk makanan komersial.
- Orang akan mengonsumsi kalori yang lebih rendah jika makanannya lebih berasa dari biasanya; Dimana saat itu, Orang mungkin banyak makan makanan manis dengan alasan tidak ada kaitannya dengan apapun keinginan akan rasa, namun pemenuhan kebutuhan kalori.



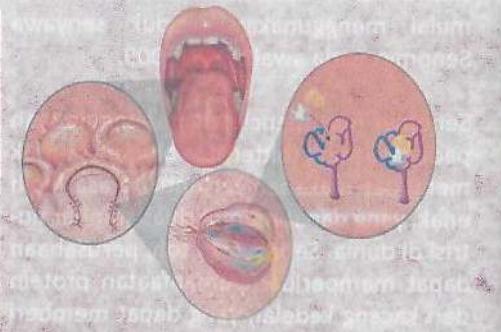
sedikit molekul gula;  
Rasa Manis yang lemah



Banyak molekul gula;  
Rasa Manis yang kuat



Sedikit gula plus senyawa  
penguat rasa;  
Rasa Manis Yang Kuat



Dibandingkan dengan model yang lama, lidah sebenarnya tidak terbagi-bagi dimana tiap bagian tertentu mendeteksi rasa-rasa tertentu. Akan tetapi, bagian perasa dalam papilla di seluruh lidah dapat mendeteksi semua rasa. Terdapat bagian dalam papilla yang dapat disebut sebagai taste buds yang dapat mendeteksi semua jenis rasa. Tiap bud mengandung sel perasa yang berespon terhadap rasa manis, asin, pahit, dan sebagainya. Sebagai gambaran, reseptor pada sebuah permukaan sel pada rasa manis, bereaksi pada molekul gula, dimana jika hanya terkena gula yang sedikit, bud mengirim sinyal lemah ke otak. Begitu juga sebaliknya, makin banyak molekul gula, makin kuat sinyal yang dikirim ke otak yang memberi anggapan bahwa rasa manisnya semakin kuat. Molekul penguat rasa (Taste enhancer molecules), tidak memberi sinyal dengan sendirinya, namun dengan menggabungkan ikatan antara molekul gula dan reseptor, akan memberi sensasi manis yang kuat dengan hanya molekul gula yang sedikit saja.

### How It Works!

Reference: Scientific American; Edisi Agustus 2008

# SEPEDA DAN MOBIL LISTRIK: SOLUSI MURAH

Oleh Alvin

Mobil listrik (bahasa Inggris: electric vehicle) adalah mobil yang menggunakan listrik sebagai sumber tenaganya.

Menurut Internatonal Standard (ISO 8713:2002), Mobil Listrik dikenal dalam istilah Electric road vehicles yang di Amerika dikembangkan menjadi dua (2) jenis, diantaranya ;Zero Emission Vehicles(ZEV) dan Low Emission Vehicles (LEV). Mobil listrik yang di kategorikan menjadi Zero Emission Vehicles adalah Mobil Batterai (Battery Operate) dan Mobil Fuel cell. Sedangkan yang dikategorikan menjadi LEV adalah mobil yang sistem penggeraknya memadukan antara conventional engine dengan motor listrik (mobil Hybride).

Dalam edisi kali ini, kita akan membahas tentang Mobil Listrik...

Mobil Listrik pertama kali ditemukan oleh Robert Anderson dari Aberdeen, Skotlandia pada tahun 1830, namun baru sembilan tahun kemudian yakni pada tahun 1839, mobil listrik diperkenalkan pertama kalinya kepada masyarakat.



## Mobil Listrik "Batterai Operate"

mengandalkan batterai sebagai sumber energi untuk menggerakkan kendaraan. Bagian yang sangat penting pada mobil listrik adalah : 1). Motor listrik. 2). Batterai (AKI). 3). Charger (Alat pengisian ulang energi listrik pada AKI). 4). Sistem Kendali (Controller). 5). Managemen Energi (EMS) atau Energy managemen System. 'Tesla Roadster' sudah di jual di Amerika Serikat. Ini adalah mobil sport listrik pertama yang dijual. Motornya kuat dan dilengkapi dengan accu yang mantap. Untuk mencapai jarak seratus meter hanya dibutuhkan waktu empat detik. Mobil ini bisa mencapai jarak tempuh 350 kilometer. Harganya...100.000 dollar!

Di luar negeri, khususnya negara2 maju, terjadi peningkatan perkembangan



ECE melesat dengan percepatan dari 0 sampai 100 km/jam dalam 4 detik dan hampir tanpa suara. Dengan isi penuh, mobil listrik tersebut mampu menempuh jarak 350 km. Inovasi accu ke depan diharapkan dapat terus meningkatkan radius tempuh hingga 500 Km.

Dalam hal pengisian energi, Assent mempresentasikan rencana stan-



aya energi per kilometer mobil listrik ini cuma sekitar EUR 0,04/Km, jauh lebih murah dibandingkan mobil BBM fosil yang rata-rata EUR 0,13/Km. Karena kelebihan2 yang dimiliki mobil listrik tsb, diperkirakan pada tahun 2025, jumlahnya akan mencapai 1,8 juta dari total 7 juta kendaraan bermotor di Belanda ( sekitar 25% dari total kendaraan bermotor di Belanda ).

teknologi maupun pemakaian mobil listrik yang disebabkan oleh mahalnya BBM fosil, isu sustainable energy, dan isu lingkungan (emisi CO<sub>2</sub>).

Sebagai contoh, di Belanda, Mobil-mobil listrik tersebut membuktikan bahwa inovasi accu telah berhasil membukukan prestasi sejajar dengan energi BBM fosil. Lotus Elise



dardisasi dan jaringan distribusi catu listriknya yang diberi nama Mobile Smart Grid (MSG).

Layaknya SPBU, para pengendara mobil listrik dapat mengisi ulang accu mereka seperti mengisi mobil konvensional dengan bensin. Hebatnya, proses

pengisian sampai penuh hanya butuh waktu 10 menit. Selain itu, bi-



Bagaimana dengan perkembangan mobil listrik di Indonesia ?

### Mobil Listrik Marlip (Marmut Listrik LIPI)

Mobil ini dibuat Indonesia dikembangkan oleh LIPI (Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia), dengan merek Marlip (Marmut Listrik LIPI). Mobil ini menggunakan sumber tenaga aki 200Ah/12V sebanyak 3 buah. Untuk perjalanan nonstop selama 8 jam, membutuhkan pengisian ulang selama 8 jam pula. Mobil ini dapat menempuh kecepatan rata-rata 40 km/jam. Mobil Marlip, terdiri dari banyak macam, seperti kereta pasien, mobil golf, kendaraan patroli polisi, hingga kendaraan

Bagaimana kalau mogok karena akinya habis? Lah kalau naik sepeda motor/mobil mogok atau kehabisan bensin kan lebih repot mendorongnya. Kalau sepeda listrik, ada genjotannya seperti di gambar, anda tinggal genjot. Jika kecepatan genjot anda 15 km/jam dan jarak kantor-rumah anda 15 km, dalam 1 jam sudah sampai! Jadi, pilih sepeda listrik



| Kendaraan      | Bensin    | Oli+Servis/Aki | Listrik   | STNK+SIM  | Total/thn  |
|----------------|-----------|----------------|-----------|-----------|------------|
| Sepeda Motor   | 2,190,000 | 600,000        |           | 500,000   | 3,290,000  |
| Sepeda Listrik |           | 350,000        | 146,000   |           | 496,000    |
| Mobil          | 8,760,000 | 1,200,000      |           | 1,200,000 | 11,160,000 |
| Mobil Listrik  |           | 350,000        | 1,460,000 | 1,200,000 | 3,010,000  |

yang ada genjotannya.

Mengenai harga, untuk sepeda listrik antara Rp 2 juta – 6 juta. Ada pun mobil listrik antara Rp 60 juta sampai milyaran juga ada...

Kecepatan untuk sepeda listrik bisa mencapai 40 km/jam. Sementara untuk mobil listrik yang murah (Marlip/Reva), kecepatan maksimumnya sekitar 80 km/jam dengan jangkauan sekitar 80 km. Kalau mobil listrik (Molis) yang mahal seperti Tesla, kecepatannya bahkan sampai 201 km/jam. Untuk jangkauan, mobil listrik umumnya sekitar 80-120 km. ■

# Beberapa Simbol dalam Buddhis dan Maknanya

Oleh: Agustina

Buddha sebagai penyembah berhala. Kesalahpahaman ini disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang ajaran Buddha serta adat istiadat dan tradisi Buddhis.

Penyembahan berhala secara umum berarti mendirikan patung dewa-dewi di beberapa agama theistik dalam berbagai bentuk oleh pemeluknya untuk disembah, mencari berkah dan perlindungan serta untuk berkah kemewahan, kesehatan dan kekayaan para pemohon. Beberapa pemohon bahkan memohon kepada patung untuk memenuhi bermacam kekuasaan pribadi walaupun kekuasaan itu diperolehi dengan cara yang salah. Mereka juga berdoa agar dosa mereka diampuni.

Pemujaan terhadap rupang (gambar/patung) Sang Buddha sebenarnya berbeda dengan aspek yang diterangkan diatas. Bahkan istilah "menyembah"

ini sendiri tidak sesuai dengan sudut pandang Buddhis. "Memberi penghormatan" merupakan istilah yang lebih tepat. Umat Buddha tidak berdoa kepada patung atau berhala; apa yang mereka lakukan adalah memberi penghormatan kepada seorang guru agama yang agung yang layak diberi penghormatan. Rupang-rupang didirikan sebagai tanda penghormatan dan penghargaan untuk pencapaian tertinggi dari Pencerahan dan kesempurnaan yang dicapai oleh seorang guru agama yang luar biasa. Bagi seseorang Buddhis, rupang (gambar/patung) Sang Buddha hanya merupakan suatu tanda, simbol yang membantunya mengingat Sang Buddha

## Dharma Chakra (Sanskrit) / Roda Dharma Beruas Delapan

Arti dari simbol Dharma Chakra adalah diputarnya roda kebenaran oleh Sang Bhagava, di mana Dharma berarti kebenaran dan Chakra berarti roda. Sejarah dari arti simbol ini mengacu pada saat makhluk suci Brahma Sahampati turun ke bumi dan memohon kepada Sakyamuni Bud-



dha utnuk membabarkan Dharma. Saat itu dikisahkan Brahma Sahampati menawarkan Sakyamuni Buddha sebuah Dharma Chakra, sekaligus meyakinkan Sang Bhagava bahwa la-lah satu-satunya yang dapat menggerakkan roda kebenaran saat itu, dan mengubah lingkaran penderitaan berbagai makhluk. Dharma Chakra mempunyai delapan jari-jari. Jumlah tersebut mewakili Hasta Arya Marga atau Jalan Tengah Beruas Delapan. Dharma Chakra juga dapat dipisahkan menjadi tiga bagian besar, yang masing-masing memaparkan Prajna (kebijaksanaan), Sila (disiplin/pendekalian diri), dan Samadhi (konsentrasi). Sedangkan tiga bagian dipusat roda mewakili Tri Ratna, yaitu Buddha, Dharma, dan Sangha.

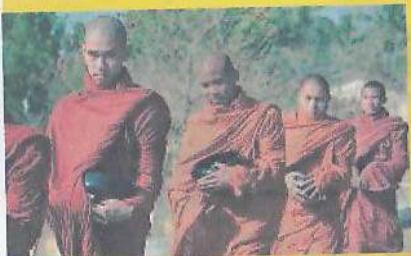


### Pohon Bodhi

Simbolisme pohon Bodhi mengacu pada pohon yang ditempati Pangeran Siddharta ketika menjadi Buddha. Pohon ini sangat populer di India dan sampai saat ini masih dipuja sebagai pohon suci. Sebuah situs menjelaskan sekilas sejarah dari simbolisme pohon Bodhi :

"Setelah berkelana ke beberapa pelosok negeri selama hampir enam

tahun lamanya, Pangeran Siddharta akhirnya beristirahat di sebuah hutan Buddhagaya yang dialiri sungai Naranjara. Duduk di bawah pohon Bodhi sambil berlatih meditasi, Beliau akhirnya menyadari kebenaran sejati. Tujuh hari selanjutnya dihabiskan Beliau di bawah pohon Bodhi untuk merenung dan menikmati kebebasan dan pengertian sejati. Satu bulan berikutnya dihabiskan Beliau untuk merenung di beberapa pohon yang berbeda-Banyan, Mucalinda, Rajayatana-lalu kembali ke pohon Banyan. Masing-masing pohon mewakili satu sisi kehidupan. Pohon Bodhi, sebagai tempat Pangeran Siddharta mencapai penerangan sempurna, memiliki nama latin Ficus religiosa. Pohon Bodhi pun dikenal dengan banyak sebutan. Diantaranya adalah pohon penerangan sejati, pohon suci, pohon papal, dan pohon Bo. Dalam agama Buddha, kata Bodhi (baik dari Pali maupun Sansekerta) berarti penerangan sempurna. Pohon Bodhi sampai saat ini masih tumbuh di Buddhagaya dan beberapa tempat di seluruh dunia."



### Mangkuk Patta

Mangkuk Patta merepresentasikan cara hidup para Bhiksu, yang berangkat dari vihara atau kuil menuju desa setiap pagi untuk menerima persembahan dari orang-orang.

### Bendera Buddhis

Bendera Buddhis dirancang oleh J. R. De Silva dan Colonel Henry S. Olcott untuk menandai kebangkitan kembali agama Buddha di India pada tahun 1880. Bendera ini pertama kali dikibarkan pada tahun 1885 di Srilanka.

Colonel Olcott merancang bendera ini dari enam warna aura yang memancar dari kepala Sang Buddha setelah penerangan sempurna. Keenam warna itu adalah biru, kuning, merah, putih, jingga, dan paduan dari kelimanya. Biru melambangkan bakti. Kuning melambangkan kebijaksanaan. Merah melambangkan cinta kasih. Putih melambangkan kesucian. Jingga melambangkan semangat.

### Teratai

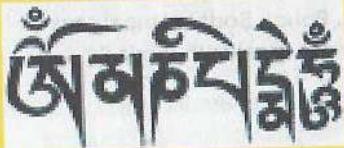
Teratai melambangkan kesucian. Walaupun tumbuh di lumpur, teratai tetap bersih, tidak terkotori oleh lumpur disekitarnya.

### Swastika

Swastika berasal dari bahasa Sansekerta, yang artinya "keberuntungan".

### Om Mani Padme Hum

Om Mani Padme Hum berarti "Terpujilah Permata Bunga Teratai". Mantra ini merupakan mantra Avalokitesvara Bodhisattva.



# PPAB'08 MAKRAB

Pukul 7 lebih para peserta berangkat dari Bandung. Perjalanan memakan waktu kurang lebih setengah jam. Setiba di sana, panitia sudah menunggu dan menyambut kedatangan peserta dengan "Namo Buddhaya". Sebelum menuju ke ruangan masing-masing, peserta 2008 dikumpulkan di ruang tengah terlebih dahulu. Setelah Ardi memberikan pengarahan tentang tata tertib selama makrab, peserta membawa tasnya ke kamar masing-masing. Eit... tentu saja kamar cowok dan kamar cewek dipisah. Huehue..



@ Villa Pranata



Malam harinya diisi acara yang cukup seru. Setelah menikmati steamboat, ada games perkenalan trus perayaan ultah. O y... Kita kedatangan tamu kehormatan lho. Ko Erwan (TA'99), mantan ketua KMB juga meluangkan waktu untuk berkenalan dengan para KMB'ers lho. Games perkenalan diisi dengan perkenalan muter n games konsentrasi. Dalam games konsentrasi yang kalah dihukum. Ya hukumannya pasti rada iseng lha. Yang cowok disuruh minta nomor HP, baca puisi tuk cewek dan laen2 deh. Then perayaan ultah seperti biasa selalu ada "first cake". But untuk kali ini "first cake" diberikan untuk orang yang gender n lain angkatan. ^^

Hari ke-2 peserta dibangunkan jam 5 lebih. Pagi y... emank. Tapi 2008 bisa langsung bangun lho. Applause buat mereka donk! Plok plok plok... Pagi hari ini dibuka dengan olahraga berang. Setelah lari keliling villa yang dipimpin oleh Fabio, para peserta berbaris di halaman samping. So pasti akan diadakan senam pagi untuk membuat anak-anak lebih semangat. Tapi eee... senamnya ngaco abis.

Acara dilanjutkan dengan games perang air. Peserta 2008 dibagi menjadi dua kubu dan masing-masing diberi satu tempat sebagai gawang.



Sebenarnya game-nya kedua kubu saling memasukkan kantong air ke dalam gawang lawan. Tapi malahan jadi lempar-lembaran n basah basahan. Melihat situasi sudah tidak bisa dikontrol lagi, akhirnya panitia "turun tangan". Jangan salah sangka lho. Panitia bukan menenangkan pertempuran tapi malah ikut-ikutan dalam perang barbar ini. Situasi benar-benar tidak terkendali. Semua basah kuyup tanpa terkecuali. N sudah pasti setelah acara kamar mandi menjadi penuh. Antrean sangat panjang sekali. Hahaha..

Setelah mandi, sarapan dan istirahat, dilanjutkan dengan games korban perang. Acara ini persembahan dari DKD lho. Thanks for DKD yo. Hehehe... Then diselingi makan siang (makan lagi) dan dilanjuti dengan games pingpong. Para peserta dibagi berdasarkan angkatan. Dengan menggunakan botol-botol aqua yang sudah dimodifikasi, setiap tim menjalankan bola pingpong tersebut dari satu tempat ke tempat tujuan. N pemenangnya adalah \*\*\*\*. O y... Selama acara ber-

langsung ada perkenalan singkat dari tiap-tiap divisi juga lho.

Selanjutnya ada sesi sharing dari alumni. Alumni yang datang ko Erwan, ko Johnson, ko Markus, ko Wayan, ko Tomi dan Rai. Setelah berbagi pengalaman, para alumni mengajak peserta untuk nyanyi bareng. Lagu "Mars KMB" diciptakan oleh ko Erwan lho... n lagu "Untukmu Dhammañano" buatan ko Johnson.^^

Sebelum jurit malam di "Alam Sejuk", peserta menikmati makan sore (lagi-lagi makan^^). 2008 dikelompokkan berdasarkan kelompok yang sudah ditentukan sebelumnya oleh panitia. Angkatan atas dan alumni sudah pada berangkat ke tempat jurit malam sebelumnya lho. Jam 11 acara jurit malam selesai. Selanjutnya event yang paling ditunggu-tunggu, yaitu pemilihan ketua angkatan. Calonnya lumayan banyak lho.

Setelah BPH mengetahui siapa kapiten yang terpilih, semua peserta, panitia dan angkatan atas dikumpulkan di halaman samping mengelilingi kayu bakar. Try mengumumkan siapa kapiten angkatan 2008. Dan tak lain adalah





"Woen Welly". Woen diberikan obor untuk menyalakan api unggun dan memberikan sepatuh dua patah kata (iy gitu??). Slayer dipakaikan kepada masing-masing 2008, dan dilanjutkan dengan kembang api jutaan rupiah (sebenarnya cuman dua ratus ribuan seh... haha ^^). Setelah ceremonial pelantikan selesai, semua peserta dipersilakan untuk BBQ yang sudah disediakan oleh konsumsi.

Hari ke 3 acara dimulai jam 10. Jam 8 lebih peserta bangun dan menikmati makan pagi. Hari terakhir ini diawali dengan acara angkatan 2008. Thank y buat acaranya... Setelah itu ada foto-foto bareng. Kemudian, para peserta dimobilisasi ke dalam ruangan untuk menikmati makan siang. Setiap KMB'ers mendapatkan kerta polling dan lembar feedback untuk diisi. Kategorinya lumayan banyak lho. Sekitar 30-an. Hehe... Setelah mengisi polling dan makan siang, pembacaan AD/ART dilakukan.

Acara sudah mendekati puncak, namun tidak kalah seru dengan acara-acara sebelumnya kok. Ada pemutaran slideshow foto-foto dari mulai penjaringan sampai foto-foto bareng beberapa jam yang lalu. Dan tentunya fotonya sudah dimanipulasi "sedikit" oleh panitia. Huéhuéhue...^^ Acara dilanjutkan dengan pembacaan hasil polling. Pos favorit 2004 lho. N kelompok favorit "Dewa-Dewi". Tapi yang uniknya... Pasangan favorite "YOYO DAN LEO"!!!!!!!!!!!!!! kok bisa ?????????? Padahal cowok dan cewek lho.... hahaha...

Waktu sudah hampir menunjukkan pukul 4. Ardi memberikan kata penutup dan sekaligus menutup se rangkaian acara PPAB'08. Para peserta merapikan barang bawaan mereka. Jam 4 angkot datang dan "I'M BACK BANDUNG"... ■

## Dharmabakti Desa Buddhis



Dharmabakti Desa Buddhis 2008 akhirnya sudah terlaksana dengan lancar. Kalau mau diceritain dari awal, DDB kita dimulai tanggal 9 Juni 2008 jam 200 dini hari. Pagi banget kan?? Anak-anak KMB pagi-pagi gitu pada ngumpul buat masukkin logistik. Sedangkan rombongan lainnya baru mulai kumpul jam 400 pagi dan langsung jalan jam 500 ke VVD. Di VVD anak KMB kebaktian dulu agar selamat sampai Jepara. Selain anak KMB ada juga ai-ai yang ikutan DDB'08, mereka selalu setia ikut DDB tiap kita ngadain DDB loh.. Oh ya, ada suhu Xien Yuan dan Xie Hua yang gaul juga di VVD, mereka ikut ke Jepara juga. Setelah kebaktian, tepat pukul 06.01.35, peserta DDB langsung berangkat menempuh perjalanan ke Timur untuk mengambil kitab suci, hehe..ya ngak lah, harusnya ya nga donk..

Dalam perjalanan ke Jepara, tepatnya pas kita ngelewatin kab cirebon, tiba2 terdengar lantunan nada sunda, yang langsung diikuti tarian putus asa 2 baris terbelakang bis. Hehe, stress mereka. Kemudian pukul 1130 kita berhenti dulu di spbu brebes untuk istirahat, suhu pun makan siang dulu. Lalu jam 1230 kita sampai di tegal untuk mencari bengkel Nirmala tempat mangkal nya Hadiiii. Perjalanan dilanjutkan ke Pemalang, Pekalongan, Kendal, dan akhirnya Semarang, disinilah tempat pertemuan Irma dan orang tua tercintanya untuk ngambil mic. Setelah itu kami melanjutkan ke Demak, Kudus, dan sampai di Pati jam 600. Nah ½ jam kemudian peserta DDB ketemu dengan tim advance (Hendy, Hengky, Adi, dan Julianto) + 2 pickup logistik yang berangkat duluan jam 2 pagi. Kemudian jam 8 perserta DDB



baru sampai di BaseCamp (Vihara Bodhi Kalingga).

Esok harinya (hari ke2) peserta bangun jam 5 pagi untuk siap-siap ke dukuh-dukuh di Jepara. Ohiya, kami bagi seluruh peserta jadi 2 tim, karena masing-masing tim akan ke dukuh yang berbeda2. Hari pertama peserta ke dukuh Guwo dan Sambirjo. Rangkaian acara di semua dukuh tidak jauh berbeda, yaitu Kebaktian, Dhammadesana, Taman Putra, Games,

Science is Fun, Pengenalan komputer, penyuluhan susu jagung, anjangsana, dan acara serah terima sumbangan. Di dukuh Guwo kabarnya baru februari 2008 masuk listrik loh, wah, jd gak perlu pake lampu minyak lagi deh. Sedangkan di dukuh Sambirjo kita ada sumbangin 2 toran air karena mereka kesulitan untuk dapetin air. Ohya ada hal yang unik loh, may-oritas pekerjaan penduduk di sini petani, jadi saat acara Dhammadesana (jam 9)mereka masih bertani, jadi rada telat deh. Selain itu mereka juga punya seragam untuk kebaktian dan acara-acara besar jadi semua keliatan kompak. Sekitar pukul 6 sore, panitia kembali ke base camp dan bersiap-siap untuk istirahat, tidak lupa kita evaluasi singkat.

Hari ketiga, seperti hari sebelumnya peserta bangun pagi lagi, dan kemudian kita menuju dukuh jugoh

bali ke barat.

Di perjalanan pulang para peserta pun tertidur dengan pulas, sampai terdengar lagi alunan lagu mandarin jadul kali ini, yang membuat para peserta terbiasa untuk karaoke putus asa. Hehe.. sampai deh di bandung sekitar jam 2 sore. Inilah perjalanan peserta DDB 2008 yang bersatu dalam kebahagiaan, penderitaan, dan persaudaraan. ■



atas dan simo. Di jugoh atas panitia disambut dengan makanan yang super pedas. Dengar-dengar penduduk di sana, memang suka makanan yang pedas-pedas. Disini mereka sedang membangun TK khusus buddhis juga loh. Sedangkan di Simo begitu sampai kita disambut oleh kepala vihara yang kemudian menuju sekolah SD negeri untuk memberikan sumbangan alat praktikum.

Hari terakhir, kita berkunjung ke dukuh kunir, dan kajang. Di dukuh kunir, kita disuguh es kelapa muda loh, hehe.. Malahan kita sampai maen tebak-tebakan sama mereka. Kalo di dukuh kajang, kita nyumbang dana untuk perbaikan atap vihara mereka yang hampir roboh, dan mereka pun bahagia. Malamnya kita evaluasi terpusat, untuk menerima masukkan-masukkan dari suhu dan ai. Jam 12 malam, panitia pamit pada pengurus vihara untuk kem-

## HOT SHOT

Dharmabakti Desa Buddhis

Kita semua naek truk loh, ai, suhu pun gak mau ktinggalan.. hehe.. Di akhir acara tentunya kita gak lupa foto bersama seluruh penduduk.



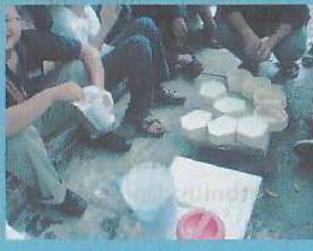
Ulang tahun nya andika nih

Klo ini ulang tahun nya  
Sandy

Jumatan Pertama kita..

Si riky ngapain tuh jagain si susi, takut diambil Andi.. hehe..

Kayaknya 2008 baru pertama kali nh jumatan, trus ini jumatan perkenalan kakak asuh..



### Pembuatan tsa-tsa di KCB

kita pertamanya, kunjungan dulu ke aula KCB, yang ada perpustakaan yang termasuk terlengkap di Indonesia loh. Ada Tripitika komplit dalam bahasa Mandarin juga loh. Kemudian dilanjutin pembuatan tsa-tsa.

Pada Bhadra Bodhi kali ini, kita akan menampilkan sebuah artikel baru yang berjudul "sesepuh". Isinya menceritakan salah seorang alumni KMB yang dulunya aktif di KMB dan sekarang sudah memasuki dunia kerja.

Nama : Antonius Santoso  
Jurusan: Teknik Informatika  
Angkatan : 2002



## Alumni KMB

Pada kesempatan kali ini, Bhadra Bodhi akan memuat cerita tentang alumni IF angkatan 2002, Antonius Santoso. Mungkin para KMB'ers masih banyak yang masih asing dengan nama ini. Alumni KMB yang satu ini sekarang bekerja di salah satu perusahaan yang cukup terkenal, yaitu Schlumberger. Untuk mengetahui lebih lanjut, kita akan mengadakan wawancara singkat dengan alumni yang satu ini.

Red : Namo Buddhaya ko.

Antonius : Namo Buddhaya.

Red : Karna ini baru-baru penerimaan anggota baru, kami pengen nanya neh pas pertama kk masuk kmb gima na neh ceritanya?

Antonius : Dulu pas gw ambil form di Annex didatengin orang. Nanya gw kristen y.. slnya muka chinese biasa kristen kali. trus gw bilang bukan.

Red : Then?

Antonius: Trus ada yang nyamperin gw tanya Buddhis bukan. Ya gw bilang aj iya. padahal KTP gw katolik n ga pernah belajar Buddhis. Gw dulu sama sekali ga tau buddhis itu apa. Gw cuma taunya katolik. N somehow ketika ditanya lo buddhis bukan ya gw manggut aja walo

ga tau buddhis itu apa. Trus gw dikasih brosur gitu supaya datang pas OHU ke tempat yang bernama "sunken court".

Red : Dulu emanknya OHU di sunken court y?

Antonius : enga kok. Di boulevard kalo ga salah. Cuman disuruh dateng ke sunken isi form apa gitu. Kayak form buat ngetrek anak baru.

Red : Trus kk ga merasa curiga di suruh isi2 begituan?

Antonius : hmm gw se ga ada prasangka apa sama sekali. Biasa baru masuk kuliah gitu masih excited banget dengan yang namanya unit kegiatan mahasiswa.

Red : Then ceritanya napa bisa aktif di KMB yang latar bela-

kangnya kurang jelas?

Antonius : Pas di OHU nemu beberapa anak baru buddhis juga. Yuda kenalan. N KMB kerasanya pas lage ospek. Biasa kan ada mentoring agama. Dan sinilah gw jadinya masuk KMB.

Red : Trus kesan kk gimana?

Antonius: Kesan pertama, well menu rut gw seniornya ramah2. That's kesan yang paling gw tangkep pertama kali di mana gw merasa nyaman. Kesan kedua, gw juga merasa orang KMB ini 'aneh' pada saat baca paritta. Waktu tu gw ga tau pada ngomong apa ne orang. Gw cuman taunya mereka pada baca doa gitu sebelum mulai acara biasanya. N kalo nemu ngomongnya "Namo Buddhaya", dimana gw ga tau apa artinya. Hahaha... N pas mentoring pelan2 dikasi tau apa se Buddhism itu. Nah dari sanalah baru mulai belajar. Well to be honest, yang menarik gw ke KMB bukan unsur spiritualnya se di awal.

Red : Jadi?

Antonius : gw lebih tertarik ke kekeluargaannya. Ya karena gw baru pertama kali ke Bandung n ga ada teman sekolah. Jadi KMB inilah teman2 pertama gw di Bandung.

Red : Dulu anak-anak KMB kompak banget y?

Antonius: hmmm mnurut gw iy se. Trus pesan gw buat kalian, bentuklah satu angkatan yang kompak. Satu angkatan yang solid, kebawahnya mestinya bisa solid trus. N di organisasi kalian juga bisa solid. Di organisasi sosial y kalian harus saling mengenal n saling mengerti satu sama lain.

Red : Trus ada pesan umum untuk KMB 'ers ga?

Antonius : hm... Pesan umum y?

Red : Kalo terlalu umum untuk PPAB juga boleh sih.

Antonius : buat PPAB, bentuklah angkatan yang solid karena kalianlah yang akan menjadi tulang punggung dari organisasi bernama KMB dalam beberapa tahun ke depan.

Red : sip d ko. Tq atas waktunya.

Antonius : u r welcome.

Antonius mengaku pada awalnya bukan unsur spiritual yang menarik perhatiannya. "Gw lebih tertarik ke kekeluarganya." Begitu jawabnya ketika ditanya alasan masuk KMB. Seiring dengan berjalananya waktu, dia belajar tentang Buddhis. So teman-teman yang tidak pernah belajar Buddhis dari dulu jangan pernah segan untuk datang ke KMB. There's always a time to start guys!!



# Mitos Salah Tentang Weight Lossing

Oleh: Thomas

Di seluruh dunia, banyak manusia yang berusaha menurunkan berat badannya. Namun banyak sekali diantara mereka yang melakukan kesalahan yang sama ketika sedang berusaha menghilangkan kelebihan beban tersebut. Oleh karena itu, kami mengumpulkan beberapa kebiasaan (habit) dan sikap mental yang salah tentang urusan diet serta bagaimana seharusnya sikap kita dalam menghadapi hal ini. Semoga artikel ini dapat memberikan wawasan dan berguna.

## Terlalu Fokus Pada Perhitungan Asupan Kalori

Banyak orang yang percaya bahwa dengan memotong asupan kalori dan beraktivitas seperti biasanya, maka berat badan akan berkurang. Mereka percaya bahwa makan makanan rendah kalori adalah solusi untuk mengurangi berat badan. Padahal sebenarnya tubuh mereka butuh kalori. What really important is kualitas dari kalori yang dikonsumsi. Coba bandingkan 2000 kalori dari makanan yang sehat dengan jumlah kalori yang sama dari junk food. Beberapa ahli menganjurkan untuk membuat food journal yaitu jurnal yang mencatat makanan apa saja yang kita makan sehingga kita bisa memperhitungkan kualitas makanan yang kita konsumsi.

**Makan Terlalu Banyak Makanan Sehat**  
Sekarang ini sudah semakin banyak makanan sehat tersedia di pasaran. Misalnya sayuran yang sifatnya organik, makanan rendah lemak, atau masakan yang dimasak tanpa minyak goreng, dll. Makan makanan yang high quality, kita harus juga memperhatikan kuantitas yang kita konsumsi. Makan makanan sehat bukan berarti kita bebas makan makanan tersebut sebanyak yang kita suka. Percuma 'kan kalo kita makan makanan yang sehat tapi porsinya dua kali lipat porsi biasa.

## Membandingkan Hasil Diet dengan Hasil Diet Orang Lain

Mempunyai sahabat seperjuangan dalam menurunkan berat badan memang baik karena dapat memberikan motivasi lebih. Namun ketika teman

kita lebih dulu berhasil, kita akan merasa rendah diri dan menganggap usaha kita telah gagal. Jangan membandingkan usaha diet kita dengan usaha yang telah dilakukan orang lain karena kegiatan dan kebutuhan setiap orang bisa saja berbeda.

**Tidak Makan Sebelum Berolahraga**  
 Berolahraga dengan perut kosong akan menyebabkan tubuh mudah merasa lelah dan mual-mual. Kondisi ini akan menyebabkan pembakaran kalori menjadi tidak optimal karena tubuh akan menolak beraktivitas sebelum semua kalori terbakar. Kekurangan makan akan menyebabkan tubuh kita kekurangan energi. Tubuh dan otot akan bekerja optimal jika kita mempunyai energi. Ada baiknya kalo kita makan dahulu empat puluh lima menit sampai satu jam sebelum berolahraga, walaupun cuma sedikit. You can't have an amazing workout and sustain your energy without eating anything.

#### Terlalu Jarang Makan

Metabolisme tubuh akan menurun ketika tubuh kita kekurangan kalori, begitu pula halnya jika selang waktu antar makan terlalu panjang. Terlambat makan atau melewatkannya siang akan memperlambat sistem metabolisme tubuh. Sikap yang baik adalah meningkatkan frekuensi makan –dengan makanan porsi ringan- sehingga dapat menjaga

metabolisme tubuh tetap stabil, tingkat gula dalam darah normal, dan menghindari peningkatan nafsu makan.

#### Olahraga dan Diet yang tidak Seimbang

Untuk menurunkan berat badan, ratio porsi yang ideal adalah 80 persen diet dan 20 persen olahraga. Masalahnya, banyak orang yang terlalu fokus pada diet melulu atau pada olahraga belaka. Yang lebih parah lagi adalah orang yang sering berolahraga dan diet dengan sedikit makan. Mereka tidak akan mendapatkan tubuh ideal seperti yang mereka mimpi. Aturlah rencana diet dan olahraga anda dengan seimbang.

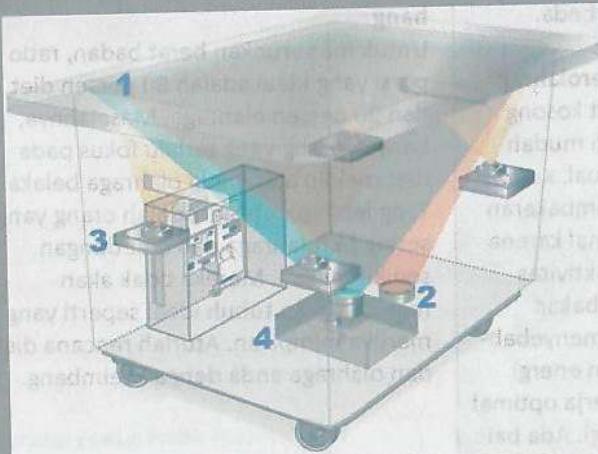
#### Tidak Menyadari Bahwa Hal Ini Adalah Gaya Hidup Bukan Solusi Semata

Ketika berat badan kita turun sesuai dengan keinginan kita, dan tubuh kita menjadi ideal, bukan berarti perjuangan kita telah berakhir. Kebanyakan orang akan merasa puas ketika mencapai berat ideal dan mereka lupa untuk menjaga berat ideal mereka. Keeping Weight atau menjaga berat badan akan berlangsung seumur hidup kita, hal inilah yang menjadi tantangan tersulit. Maka diet dan olahraga harus kita lakukan seumur hidup kita, konsep inilah yang sulit diterima oleh sebagian besar orang. Oleh sebab itu, diet dan olahraga haruslah menjadi bagian dari kehidupan kita, lifestyle kita. ■



# microsoft surface

Dibelakang Permukaan Interaktif Oleh: Hendy



(1) Layar: Permukaan akrilik horizontal yang lebar ini merupakan layar "multi touch" yang mampu memproses berbagai masukan dari bermacam pengguna. Permukaan ini juga dapat mengenali bentuk suatu objek dan bahkan dapat membaca label bar code.

(2) Infrared: Mata dari permukaan akrilik interaktif. Bekerja pada spektrum infra merah dengan panjang gelombang 850 nanometer. Saat sebuah objek menyentuh layar refleksi nya akan ditangkap kembali oleh kamera infra merah dengan resolusi 1280 x 960.

(3) CPU: Microsoft surface menggunakan spesifikasi yang hampir sama dengan komputer desktop anda. Prosesor Core 2 Duo processor, memori 2GB RAM dan 256MB grafikcard.

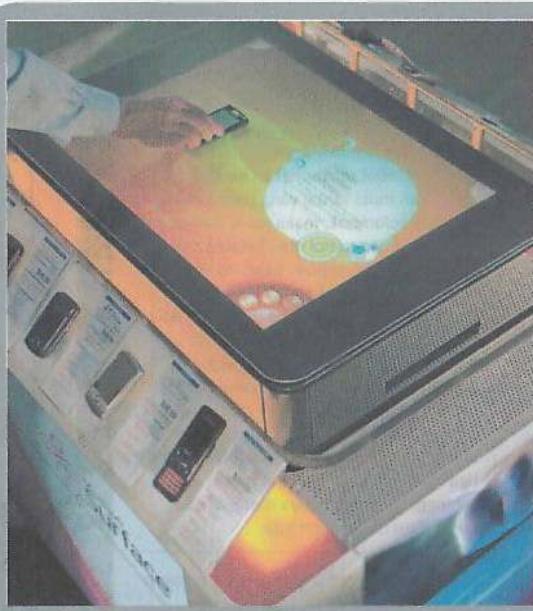
Konektifity-nya juga menggunakan Bluetooth dan WiFi. OS yang digunakan adalah Vista yang dimodifikasi.

(4) Projector: Microsoft Surface menggunakan proyektor yang hampir sama dengan kebanyakan proyektor HDTV . Proyeksinya gambarnya masih terbatas pada resolusi 1024 x 768.

Nama Surface datang dari istilah "surface computing" dan Microsoft membayangkan mesin meja kopi sebagai device pertama yang akan mengaplikasikannya. Surface Computing menggunakan campuran antara wireless protocol, mesin pembaca label, dan pengenal bentuk objek yang tampaknya menggabungkan

dunia nyata dengan dunia virtual. Meja ini didesain dengan berbagai macam konektifitas yang dapat langsung bersinkronisasi dengan gadget apapun yang menyentuh permukaannya.

Salah satu komponen kunci dari surface computing adalah layar multisentuh. Ide dari riset layar ini sudah dikemukakan sejak 1980an dan menjadi tren produk pada iPhone-Apple yang dapat membaca banyak sentuhan sekaligus. Multisentuh disini berarti bahwa device ini dapat menerima input dari banyak jari atau banyak pengguna secara simultan, gerakan rumit seperti genggaman, rentangan, putaran, dan geseran objek virtual



pada meja tersebut. Sebagai contoh, touchpad pada laptop konvensional hanya bisa mengenali satu sentuhan jari anda. Tambahan desainnya yang dapat digunakan pada bidang horizontal sehingga multi pengguna dapat menggunakan bersamaan. Microsoft Surface ini tidak terlalu muncul ke permukaan karena Microsoft yang merahasiakannya. Design awalnya serta bentuk-bentuk yang ditolak sudah ada



sejak 2001 dimana Manager Riset, Steven Bathiche dan Periset, Andy Wilsonlah yang terlibat dalam pengembangannya. Untuk riset perakitananya, banyak sekali yang dilakukan, mulai dari pemasangan pada kamera, proyektor, dan bahkan cermin. Tetapi saat Bill Gates menyetujuinya, surface computing akan berpindah dari riset terdepan menjadi pengembangan produk terdepan. ■

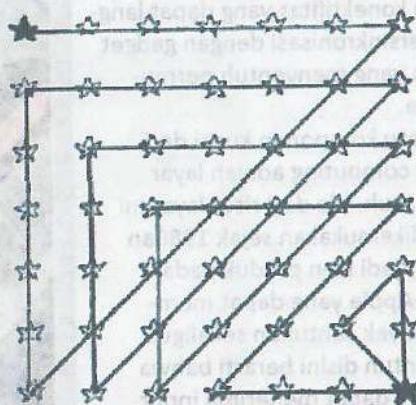
### 49 Bintang

Jawaban quiz

Bhadra Bodhi edisi sebelumnya:

Untuk membongkar dan menyambung kembali satu mata rantai diperlukan biaya tiga ribu rupiah. Jika semua kelompok rantai tersebut digabungkan dengan cara memecah mata rantai yang paling ujung dari tiap kelompok, maka perlu dipecah sembilan mata rantai atau biayanya dua puluh tujuh ribu rupiah. Tapi jika kita memecah kelompok rantai yang terdiri dari delapan mata rantai dan menjadikan mata rantai tersebut sebagai penyambung untuk kelompok rantai yang lain, biayanya menjadi dua puluh empat ribu rupiah. Meskipun demikian cara yang paling murah adalah dengan memecah dua kelompok rantai yang terdiri dari tiga mata rantai dan empat mata rantai sehingga biayanya hanya menjadi dua puluh satu ribu rupiah saja.

Bagi kamu-kamu yang bisa ngasih jawaban paling bener, silahkan kirim jawaban kamu via sms ke +628176580856 hadiah menarik akan kamu dapatkan di sunken court E-09



Kuis kali ini sangatlah sederhana, tujuannya yang hendak dicapai adalah melewati semua bintang, mulai dari bintang hitam yang di pojok dan berakhir pada bintang hitam yang di sudut satu lagi.

Peraturan yang digunakan adalah:

- Gunakan garis lurus untuk melewati semua bintang yang ada
- Garis lurus yang diperbolehkan adalah garis yang sejajar (parallel) dengan sisi yang dibentuk, bintang terluar atau diagonal sisi tersebut
- Setiap belokan harus dilakukan pada bintang
- Satu bintang boleh dilewati lebih dari satu kali
- Tidak diperkenankan keluar dari batas bintang terluar

Pada ilustrasi diatas, digambarkan bahwa teka-teki ini diselesaikan dalam 15 garis lurus. Bisakah diselesaikan dengan garis lurus yang lebih sedikit? Paling sedikit diperlukan berapa garis lurus untuk menyelesaiakannya?

### TIMELINE ON KMB

- 27 September : Pelantikan kepengurusan baru dan foto KMB 2008-2009  
04 Oktober : Jual bunga MW besar-besaran di 10 tempat (Jadi butuh bantuan kamu2 nh..)  
11 Oktober : Perayaan Sweet Seventeen KMB ITB; Pagi(Fangsen), Siang(Baksos), Sore(Celebration).



# DUDU

Dari Untuk Dengan Ucapan

September 2008

|                             |                           |                                               |
|-----------------------------|---------------------------|-----------------------------------------------|
| D : Arifin'08               | D : Marvello              | D : PPAB'08                                   |
| U : Semua KMB'ers           | U : Freddy                | U : Para Penurus                              |
| DU : Go KMB, Go             | DU : Kenalanlah Fred..    | DU : Wahai teman2                             |
| KMB                         | Cah susah nean.. hahaha.. | lunasilah hutangmu dengan segera...           |
| D : Jimmi'08                | D : Ci Sint* VBG          | D : Thomas                                    |
| U : Every 1                 | U : Weje                  | U : WJ, Wilson                                |
| DU : Raihlah impianmu       | DU : Ya udah, rapatnya    | DU : Mn Barong-                               |
| D : Donna                   | hari ini aja, hehe!       | say??                                         |
| U : Luky                    | D : Andre Cuandra         | D : Ardi                                      |
| DU : Jangan dikau           | U : Semua anggota         | U : Panitia PPAB'08                           |
| kekang Aku di rumahmu lagi! | KMB : Bersih2 sekre       | DU : Thanks for the                           |
| Kuingin bersamamu terus     | KMB nyok.. Masa Sekre KMB | good work!!!                                  |
| D : Toge                    | D : One of EL'07          | D : FI'07                                     |
| U : 2008                    | U : Luky                  | U : All KMB'ers 08                            |
| DU : Met Gabung di          | DU : Luky jarang Lucky    | DU : Welcome to                               |
| KMB!                        | tapi emang laki-laki..    | KMB. Have a "nice" week-end yah. Hehe.. (^_^) |
| D : 2006++                  | D : Fernandy              | D : Danus KMB                                 |
| U : 2007-                   | U : KMB ITB 1945-         | U : Si Cantik                                 |
| DU : Mana Namo Bud-         | DU : Siapa yang mau       | Savitri, Shirly, Nelly, Vivi,                 |
| dhanya-nya?                 | nantang maen truff???     | Cuandra, Arifin, Tony                         |
| D : Angel                   | D : Marvello              | DU : Semangat!!!                              |
| U : Winarto, Fabio,         | U : Angel                 | D : Ardi                                      |
| Freddy                      | DU : Lo pasti tau apa yg  | U : Fabio                                     |
| DU : Makasih Yah..          | kumau, I #off U biebh..   | DU : Kelompok HT                              |
| Udah minjemin buku2 TPB     | D : Kepala Dukuh          | dapat jackpot lu... haha....                  |
| D : Juliyan                 | Guwo (Pak Ashadi)         | D : Ms XXX                                    |
| U : Adik Asuh n 2008        | U : Cing - cing           | U : Bean'                                     |
| laennya                     | DU : Saya udah pengen     | DU : Gak maen bas-                            |
| DU : Welcome, selamat       | beristri lagi             | ket sama akuw, kan tga mu                     |
| menikmati study di ITB ^^   | D : William'08            | doank yg cocok ama akuw..                     |
| D : Toge.                   | U : anak 08 yg srg        | D : 2005 - 2008                               |
| U : Danus2                  | maen kartu                | U : iin                                       |
| DU : Gw Kabur ya! X)        | DU : Belajar woi!! Bela-  | DU : nyariin luky                             |
| D : PPAB'08                 | jar!                      | yah.. ato ada maksud lain                     |
| U : All KMB'ers             | D : ***                   | nh.. hoho..                                   |
| DU : Tq y uda ber-          | U : relaki EL             | D : XYZ KomDok                                |
| sedia ikut n bantu2 selama  | DU : kuliah bareng        | U : 08-08 skalian                             |
| makrab. hehe.. ^^           | yuk!!!                    | DU : Jgn pada brebu-                          |
| D : Andrei                  |                           | tan masuk KomDok cmn                          |
| U : KMB                     |                           | bwt kitemu gw duunk.. ^^ v                    |
| DU : Hidup Marvello         |                           |                                               |



Keluarga Mahasiswa Buddhis Dhammañano ITB  
Sunken Court E-09, Jl. Ganesha 10,  
Institut teknologi Bandung  
Bandung