



# DĪPAMKARA

Media Komunikasi dan Inspirasi

EDISI 11 / APRIL - JUNI 2008

PENASEHAT SPIRITUAL: LAMA ZOPA RINPOCHE

## CITTA AGAMA ANDA

*Jika Anda tidak mengetahui  
psikologi Anda sendiri; bisa jadi  
Anda tidak mengerti apa yang  
sedang terjadi dengan citta Anda  
sampai citta itu sakit parah dan  
Anda benar-benar menjadi gila.*

Ketika saya berbicara mengenai citta, saya tidak hanya berbicara tentang citta saya, perjalanan saya. Saya sedang berbicara mengenai setiap citta dari semua makhluk hidup di alam semesta.

Cara kita hidup, cara kita berpikir – semuanya didedikasikan untuk mendapatkan kesenangan materi. Kita menganggap objek-objek indrawi sebagai suatu hal yang paling penting dan mengabdikan diri kita untuk mendapatkan materi apa pun yang membuat kita bahagia, terkenal, atau populer. Meskipun ini semua datang dari citta kita, kita begitu disibukkan sepenuhnya oleh objek-objek luar sehingga kita tidak pernah melihat ke dalam citta, kita tidak pernah bertanya mengapa kita menganggap mereka begitu menarik.

Selama kita ada, citta merupakan bagian yang tak terpisahkan dari kita, sehingga kita selalu merasa emosi kita naik turun. Bukan tubuh kita yang naik turun, tetapi citta kita – citta ini yang cara kerjanya tidak kita mengerti. Oleh sebab itu, kita butuh memeriksa diri – bukan hanya tubuh kita, tetapi citta kita juga. Bagaimanapun citta kitalah yang selalu mengajarkan kepada kita apa yang harus dilakukan. Kita semestinya tahu tentang psikologi kita sendiri atau dalam istilah religius, mungkin disebut dengan sifat keberadaan citta kita. Bagaimanapun kita menyebutnya, kita butuh mengetahui citta kita sendiri.

Mengetahui dan memeriksa sifat keberadaan citta kita merupakan perjalanan anda, suatu pengertian yang keliru jika dianggap merupakan perjalanan orang Timur saja. Bagaimana mungkin anda memisahkan tubuh anda, atau citra diri anda sendiri dari citta anda? Itu tidak mungkin. Anda berpikir bahwa anda seorang yang merdeka, bebas untuk mengelilingi dunia, menikmati segalanya.

BEYOND IMAGINATION

THE WORKS OF MIND



## CITTA AGAMA ANDA

Kalau itu yang Anda pikirkan, sebenarnya Anda tidak bebas. Saya tidak mengatakan bahwa Anda berada dibawah kendali orang lain. Citta Anda sendiri yang tidak terkendali, yang terikat, yang menindas Anda. Apabila Anda menemukan bagaimana Anda menindas diri Anda sendiri, maka citta Anda yang tidak terkendali itu akan lenyap. Mengetahui citta Anda sendiri merupakan solusi untuk semua masalah Anda.

Suatu hari dunia tampak begitu indah; di hari berikutnya tampak mengerikan. Bagaimana Anda bisa berkata demikian? Secara ilmiah, tidaklah mungkin dunia dapat berubah sedemikian drastis. Citta Anda lah yang menyebabkan hal-hal tampak demikian. Ini bukan dogma agama; naik dan turunnya emosi Anda bukan dogma agama. Saya tidak sedang membicarakan mengenai agama; saya membicarakan mengenai cara Anda menjalani kehidupan Anda sehari-hari, yaitu sesuatu yang membuat emosi Anda naik dan turun. Orang lain dan lingkungan Anda tidak berubah drastis; yang berubah adalah citta Anda. Harap Anda mengerti hal ini.

Sama halnya, seseorang berpikir bahwa dunia begitu indah dan orang-orang begitu menakutkan dan ramah, sementara yang lain berpikir bahwa semua orang dan segalanya begitu menakutkan. Siapa yang benar? Bagaimana Anda menjelaskannya secara ilmiah? Itu hanya proyeksi dari citta individu terhadap dunia indrawi. Anda berpikir, "Hari ini seperti ini, besok seperti itu; laki-laki ini begini; perempuan itu begitu." Tetapi mana ada wanita yang tetap mutlak cantik selamanya? Lelaki mana yang tetap mutlak tampan selamanya? Mereka tidak ada - mereka hanya kreasi-kreasi dari citta Anda sendiri.

Jangan mengharapakan objek materi saja untuk membuat Anda bahagia atau kehidupan Anda sempurna; hal itu tidak mungkin. Bagaimana Anda dapat bahagia hanya karena ada banyak objek materi? Apakah mempunyai kekasih ratusan orang yang berlainan membuat Anda bahagia? Itu tidak akan pernah terjadi. Kebahagiaan berasal dari citta.

Jika Anda tidak mengetahui psikologi Anda sendiri; bisa jadi Anda tidak mengerti apa yang sedang terjadi dengan citta Anda sampai citta itu sakit parah dan Anda benar-benar menjadi gila. Manusia menjadi buas oleh karena kehabisan *prajna* / wisdom, oleh karena ketidakmampuan mereka untuk memeriksa citta mereka sendiri. Mereka tidak dapat menjelaskan diri mereka kepada mereka sendiri; mereka tidak tahu bagaimana berkomunikasi dengan mereka sendiri. Jadi mereka terus-menerus disibukkan oleh berbagai objek-objek eksternal ini, sementara di dalam, cittanya mengeropos sampai akhirnya rusak. Mereka mengabaikan dunia citta mereka, dan citta mereka dikendalikan dengan *avidya* / kekelirutaan, bukannya mengembangkan kesadaran dan analisa diri. Periksalah sikap-sikap mental diri anda sendiri. Jadilah ahli terapi bagi diri Anda sendiri.

Anda memiliki kecerdasan; Anda tahu bahwa objek-objek materi saja tidak dapat memberikan kita kebahagiaan. Anda tidak harus mulai dengan perjalanan religius secara emosional untuk memeriksa citta Anda sendiri. Sebagian orang berpikir bahwa analisa-diri seperti ini merupakan sesuatu yang spiritual atau religius. Tidakkah penting untuk mengklasifikasikan diri Anda sebagai pengikut agama ini atau itu ataupun filsafat tertentu, untuk menempatkan diri Anda dalam kategori beragama. Jika Anda ingin bahagia, anda mesti memeriksa cara Anda menjalani kehidupan Anda. Citta Anda adalah agama Anda.

Ketika Anda memeriksa citta Anda, janganlah mencari-cari alasan ataupun memaksa. Santailah. Tidak perlu menjadi kesal ketika muncul masalah-masalah. Waspadalah terhadap mereka dan periksa darimana mereka datang; ketahuilah akar penyebabnya. Perkenalkan masalah itu kepada diri Anda: "Masalahnya seperti ini. Bagaimana menjadi suatu masalah? Citta seperti apa yang membuatnya menjadi suatu masalah? Citta seperti apa yang merasakan bahwa itu adalah suatu masalah?" Ketika Anda memeriksa dengan teliti, masalah tersebut akan otomatis lenyap. Sederhana bukan? Anda tidak harus percaya sesuatu. Jangan percaya apa pun! Segalanya seperti itu. Anda tidak dapat menolak citta anda dengan mengatakan, "Saya tidak percaya saya memiliki citta." Anda dapat berkata, "Saya menolak sesuatu yang ke-Timur-an" - saya setuju dengan Anda. Tetapi apakah Anda mau menolak diri anda sendiri? Dapatkah Anda menyangkal kepala Anda, hidung Anda? Anda tidak dapat menyangkal citta Anda. Oleh karena itu, bersikaplah bijaksana terhadap diri Anda dan berusaha untuk menemukan sumber sejati kebahagiaan.

Ketika Anda masih kanak-kanak, Anda menyukai dan menginginkan es-krim, coklat, dan kue, dan berpikir, "Ketika saya dewasa, saya akan memiliki semua es-krim, coklat, dan kue yang saya inginkan; sehingga saya akan bahagia." Sekarang Anda mempunyai banyak es-krim, coklat, dan kue sebanyak yang Anda inginkan, tetapi Anda bosan. Karena hal itu tidak lagi membuat Anda bahagia maka Anda memutuskan akan memiliki sebuah mobil, sebuah rumah, sebuah televisi, seorang suami atau istri, barulah Anda akan bahagia. Sekarang Anda memiliki segalanya, tetapi mobil bermasalah, rumah Anda bermasalah, suami atau istri Anda merupakan masalah, anak-anak Anda juga masalah. Kemudian Anda baru menyadari, "Oh, ini bukan kebahagiaan."

Kalau begitu apakah kebahagiaan itu? Periksalah secara mental dan pikiran semua ini; hal ini sangat penting. Periksalah kehidupan Anda dari masa kanak-kanak sampai sekarang. Ini adalah meditasi analitis: "Waktu itu citta saya seperti itu; sekarang citta saya seperti ini. Ia telah berubah begini, begitu." Citta Anda telah berubah banyak sekali tetapi sudahkah Anda mencapai suatu kesimpulan tentang apa yang sungguh-sungguh membuat Anda bahagia? Interpretasi saya adalah Anda telah teresat. Anda tahu jalan untuk berkeliling kota, bagaimana untuk pulang ke rumah, di mana untuk membeli coklat, tetapi Anda tetap teresat - Anda tidak dapat menemukan tujuan hidup Anda. Periksalah dengan jujur ¼ apakah demikian halnya?

Guru Buddha bersabda bahwa semua yang Anda butuh ketahui apa itu Anda, bagaimana Anda ada. Anda tidak harus mempercayai segalanya. Hanya pahamiilah citta Anda; bagaimana kerjanya, bagaimana keterikatan dan keinginan muncul, bagaimana *avidya* muncul, dan darimana emosi-emosi datang. Hal itu cukup untuk mengetahui sifat keberadaan dari semuanya itu; dengan demikian Anda dapat menjadi bahagia dan damai. Jadi hidup Anda dapat sepenuhnya berubah; segalanya dapat terbalik. Apa yang pernah Anda interpretasikan sebagai sesuatu yang mengerikan dapat menjadi indah.

Jika saya mengatakan pada Anda bahwa semua kehidupan Anda adalah untuk coklat dan es-krim, Anda mungkin berpikir saya gila. Citta sombong Anda akan menolak "Tidak! Tidak!". Tetapi lihatlah lebih jauh ke dalam tujuan hidup anda. Mengapa Anda ada di sini? Untuk menjadi benar-benar disukai? Untuk menjadi terkenal? Untuk mengumpulkan harta kekayaan? Agar orang lain tertarik? Saya tidak sedang melebih-lebihkan ¼ periksalah diri

Anda sendiri, maka Anda akan melihatnya. Dengan memeriksa secara seksama Anda dapat menyadari bahwa dengan mendedikasikan seluruh hidup Anda untuk mencari kebahagiaan melalui coklat dan es-krim benar-benar mengecilkan arti dari lahir sebagai manusia. Bukankah tujuan hidup Anda dapat lebih bermakna?

Saya tidak sedang mencoba menentukan kehidupan Anda, tetapi Anda dapat memeriksa sendiri. Lebih baik memiliki kehidupan yang utuh daripada hidup dalam konflik mental. Hidup yang terbang-ambing tidaklah berharga, tidak bermanfaat untuk diri Anda maupun makhluk lain. Untuk apakah Anda hidup? Es-krim? Mie? Mungkin Anda berpikir, "Tentu saja saya tidak hidup untuk makan. Saya seorang yang terpelajar." Tetapi pendidikan juga datang dari citta. Tanpa citta, apakah pendidikan itu, apakah filsafat itu? Filsafat hanyalah kreasi dari citta seseorang, beberapa pikiran yang terangkai bersama-sama dalam cara tertentu. Tanpa citta tidak ada filsafat, doktrin, mata kuliah universitas. Semuanya ini adalah buatan citta.

Bagaimana Anda memeriksa citta Anda? Hanya dengan mengamati bagaimana citta itu menampak, menginterpretasikan objek apa pun yang ditemuinya. Amatilah perasaan-perasaan apa yang muncul – nyaman atau tidak nyaman. Kemudian periksalah, "Ketika saya mengalami persepsi ini, perasaan ini muncul, emosi itu datang; saya telah memprosesnya secara berbeda. Mengapa? Inilah caranya bagaimana memeriksa citta anda; hanya demikian. Sangat sederhana.

Saat Anda memeriksa citta Anda sendiri secara layak, Anda berhenti menyalahkan orang lain atas masalah-masalah Anda. Anda menyadari bahwa sikap-sikap Anda yang keliru datang dari citta Anda yang bertentangan dan persepsi yang keliru. Ketika Anda disibukkan oleh objek-objek materi eksternal, Anda menyalahkan objek-objek itu dan orang lain atas masalah-masalah Anda. Memproyeksikan pandangan yang keliru itu kepada fenomena eksternal membuat Anda menderita. Ketika Anda mulai menyadari kekeliruan cara pandang Anda, Anda mulai menyadari sifat keberadaan citta Anda sendiri dan mengakhiri masalah-masalah Anda.

Apakah semua ini merupakan hal yang baru untuk Anda? Tidak. Saat Anda hendak melakukan apa pun, Anda terlebih dahulu memeriksanya kemudian Anda membuat keputusan. Anda sudah melakukan hal ini; saya tidak menyarankan hal yang baru. Perbedaannya ialah bahwa penyelidikan Anda tidak cukup. Anda mesti melakukan lebih banyak penyelidikan. Ini bukan berarti duduk sendirian di sudut memusatkan citta pada pusat Anda – Anda dapat memeriksa citta Anda setiap saat, saat Anda sedang berbicara atau bekerja dengan orang lain. Apakah Anda berpikir bahwa memeriksa citta hanya perjalanan orang Timur? Bukan demikian halnya.

Sadarilah bahwa sifat keberadaan citta Anda berbeda dengan daging dan tulang tubuh Anda. Citta Anda seperti sebuah cermin, memantulkan semuanya tanpa memilih. Jika Anda mempunyai *prajna*, Anda dapat mengendalikan jenis proyeksi yang Anda perbolehkan masuk ke cermin citta Anda. Jika Anda sepenuhnya mengabaikan apa yang terjadi dalam citta Anda, ia akan memproyeksikan sampah apa pun yang ditemuinya  $\frac{1}{2}$  hal-hal yang membuat anda sakit secara psikologis. Pemeriksaan dengan *prajna* membuat Anda mampu membedakan antara proyeksi yang bermanfaat dan yang membawa masalah-masalah psikologis. Pada akhirnya, ketika Anda menyadari sifat keberadaan dari subjek dan objek, semua masalah-masalah Anda akan lenyap.

Beberapa orang berpikir mereka adalah orang religius, tetapi apakah religius itu? Jika Anda tidak memahami sifat keberadaan diri Anda sendiri, tidak mencapai *prajna*, bagaimana Anda bisa disebut religius? Hanya gagasan bahwa Anda religius – "Saya seorang Budhis, Yahudi, apa pun" – tidak menolong sama sekali. Gagasan itu tidak menolong Anda; gagasan itu tidak menolong makhluk lain juga. Agar dapat menolong makhluk lain, Anda mesti mengembangkan *prajna*.

Masalah-masalah terbesar kemanusiaan di bidang psikologi, bukan materi. Dari lahir sampai meninggal, orang terus-menerus berada di bawah kendali penderitaan mental mereka. Beberapa orang tak pernah mengawasi citta mereka ketika segala sesuatu berjalan lancar, tetapi ketika ada sesuatu yang salah – sebuah kecelakaan atau beberapa pengalaman buruk – mereka langsung berkata, "Tuhan, tolonglah kami." Mereka menyebut diri mereka sendiri religius, tetapi itu suatu lelucon. Dalam kebahagiaan atau penderitaan, seorang praktisi yang sungguh-sungguh akan terus memelihara kesadaran terhadap Tuhan dan sifat keberadaan dirinya sendiri. Anda tidak realistis atau sedikitpun religius, jika ketika Anda sedang mengalami masa senang, dikelilingi oleh coklat dan disibukkan oleh kesenangan duniawi, Anda lupa diri, dan hanya berpaling kepada Tuhan ketika sesuatu yang mengerikan terjadi. Tidak masalah agama mana yang kita pikirkan dari banyak agama di dunia, interpretasi terhadap Tuhan atau Budha dan sebagainya hanya kata-kata dan citta; hanya kedua hal ini. Oleh sebab itu, kata-kata tidak begitu berarti. Apa yang harus Anda sadari adalah bahwa segala sesuatu – baik dan buruk, setiap filsafat dan doktrin – berasal dari citta. Citta itu sangat dahsyat kekuatannya, maka membutuhkan arahan yang tegas. Sebuah pesawat jet yang berkekuatan penuh membutuhkan seorang pilot yang canggit; pilot dari citta anda seharusnya adalah *prajna* yang mengerti sifat keberadaannya. Dengan cara demikian, Anda dapat mengarahkan energi mental Anda yang sangat kuat agar dapat bermanfaat dalam hidup Anda daripada membiarkannya lari tak terkendali, tak menentu arahnya seperti orang kapal, membinasakan diri Anda sendiri dan makhluk lain.

Cukup sekian, saya pikir Anda mengerti apa yang sedang saya bicarakan. Saya tidak akan mengatakan pada Anda apa yang harus Anda lakukan. Saya hanya memberikan saran-saran; apa yang saya inginkan adalah Anda memeriksanya sendiri. Jika Anda melakukannya, saya akan merasa senang

Sumber pustaka: *Make Your Mind an Ocean* page 53-58; LamaThubten Yeshe

### Hari Pengambilan Hasilnya Mahayana (Precept day)

April	6	13	20
Mei	5	12	19
Juni	3	10	11 18

Hari Precept juga bisa dilihat dari situs  
[www.jpmt.org](http://www.jpmt.org)



## KISAH SEEKOR BURUNG PELATUK

Dahulu kala seorang Bodhisattva dilahirkan sebagai seekor burung pelatuk.

Burung pelatuk ini berbeda dengan burung-burung lainnya. Ia tidak hanya bijaksana tetapi juga sangat indah. Bulu-bulunya berkilau dengan beraneka warna yang indah dan ketika mengepakkan sayapnya, ia terbang dengan anggunnya. Di hutan di mana ia tinggal, ia diakui sebagai raja dari burung-burung.

Sebagai burung pelatuk, makanannya adalah ulat-ulat yang terdapat di batang-batang pohon. Semua burung pelatuk mematahkan batang pohon untuk mencari apakah ada ulat-ulat di pohon yang bergema hampa. Di dalam hutan rimba kalian dapat mendengar banyak dari mereka yang bekerja. Bila bagian dari pohon terdengar bergema hampa, mereka akan mengorek kepompong itu keluar dan memakannya. Tetapi burung pelatuk yang satu ini sangat berbeda dari burung pelatuk lainnya. Ia tidak mau melukai makhluk hidup apapun, tidak juga seekor ulat, sehingga ia hidup dan memakan pucuk-pucuk ranting pohon yang muda, buah-buahan, dan bunga-bunga.

Ia tidak melupakan lima pedoman hidup dan bila ada kesempatan, ia berkumpul dengan burung-burung dan binatang lainnya dan mengajari mereka mengenai hukum kebajikan.

Ia juga seperti dokter yang bijak, membantu makhluk-makhluk lain yang menderita. Bahkan ia tidak mengharapkan terima kasih atau balasan atas kesukaran yang ia pikul. Si Burung pelatuk ini hidup dengan bahagia dan gembira di hutan, dan semua binatang dan burung yang dekatnya juga bahagia dan gembira.

Dengan tekad untuk membantu semua makhluk yang menderita, suatu hari ketika sedang terbang di hutan, si burung pelatuk ini melihat seekor singa yang sangat menderita kesakitan. Ia sedang menggeliat di atas tanah dengan bulu yang kusut dan mengerang kesakitan. Si Burung pelatuk bertanya, "Ada apa denganmu, raja binatang? Apakah kamu terkena panah beracun, atau apakah kamu sakit, atau apakah kamu telah berkelahi dengan gajah, atau apakah kamu telah makan terlalu banyak daging? Ceritakan padaku apa yang telah terjadi padamu, mungkin saya dapat membantumu."

Si Singa menjawab: "Raja burung yang pandai, saya tidak sakit, tidak juga terlalu banyak makan maupun berkelahi, tetapi ada tulang yang masuk tenggorokanku, yang memberiku rasa sakit yang luar biasa seperti terkena panah. Saya tidak dapat menelan ataupun mengeluarkannya. Kamu akan melakukan suatu tindakan baik, jika kamu dapat membantuku." Setelah berpikir sebentar, si burung pelatuk menjawab, "Saya dapat membantumu. Ikuti petunjukku dan saya akan menarik tulang ini keluar dari tenggorokanmu dan mengurangi rasa sakitmu."

Kemudian si burung pelatuk mengambil sepotong kayu yang kokoh, menyuruh singa untuk membuka mulutnya sebesar mungkin, dan menaruh potongan kayu itu ke dalam mulutnya, dengan tujuan untuk mempertahankan mulut si singa agar terbuka terus tanpa memberi kesempatan bagi singa untuk menutup mulutnya. Kemudian si burung pelatuk terbang ke dalam rahang singa yang terbuka, terlebih dulu dengan sangat tangkas mencabut tulang yang menusuk, dan kemudian berhasil menariknya keluar dari tenggorokan si singa.

## TELAH TERBIT! BOOKLET BARU

### EMPAT DAYA

"Praktek Purifikasi Untuk Menghilangkan Karma-karma Negatif Masa Lampau

### PENYELAMATAN SELAM

"Mengembangkan Tekad Kepedulian Kepada Semua Benda-sesuai Keyakinan dan Welas-asih Untuk Mencapai Kebahagiaan Sempurna"

### WISATAJALAN MARIYANNI

"Metode Untuk Menghapuskan Sebab-sebab Penderitaan dan Mencapai Kebahagiaan Untuk Semua Makhhluk"

Bagi yang ingin memperoleh booklet-booklet tersebut dapat menghubungi:  
Shinta, email: shinta.lee@gmail.com

Bagi yang ingin berpartisipasi dalam biaya percetakan, bisa mentransfer dananya ke:  
BCA cab. Taman Anggrek No. rek. 4671148104 a/n Evvina

Kemudian ia memindahkan potongan kayu dari mulut singa dan berdiri dihadapannya dengan sinar mata yang gembira, merasa sangat senang karena telah membebaskan si singa dari sakit yang luar biasa dan dari kematian karena sesak nafas maupun kelaparan.

Si Singa sangat gembira terlepas dari rasa sakitnya tetapi ia berpikir bahwa merupakan suatu kehormatan bagi si burung pelatuk karena telah diijinkan untuk bertindak sebagai ahli bedahnya, ia bergumam terima kasih dan dengan angkuh berjalan menuju ke sarangnya untuk beristirahat setelah pengalaman mulutnya di buka dan rasa sakit oleh tulang di tenggorokkan, serta berpikir bahwa si burung pelatuk hanya melakukan pertolongan yang tidak banyak arti bagi dirinya.

Si Burung pelatuk terbang pergi dengan sangat bahagia karena hari itu ia telah menyelamatkan hidup seekor singa jantan.

Pada suatu hari, si burung pelatuk sedang mencari makanan. Musim kemarau telah menghanguskan pucuk-pucuk muda pohon, dan buah-buahan juga mengerut kekeringan. Dia hampir mati kelaparan. Sewaktu terbang di udara dengan pelahan, ia melihat si singa yang pernah diselamatkannya sedang berpesta dengan daging rusa segar yang baru dibunuhnya. Ia terlihat sangat menikmatinya sehingga tidak menghiraukan hal lainnya.

Kemudian si burung pelatuk hinggap dan berdiri sangat dekat dengan si singa, tanpa berkata apa-apa dan hanya melihat si singa dengan pandangan mata penuh kelaparan. Si Singa tidak menghiraukan si burung dan berpura-pura tidak melihatnya.

"Dia tidak mengenalku" pikir si burung pelatuk. Ia mendekat dan dengan rendah hati berkata: "Saya datang kepadamu hari ini seperti pengemis, memohon kepadamu sedikit makanan, karena saya kelaparan. Kamu akan mengumpulkan banyak pahala, jika kamu menolong makhhluk yang kelaparan."

Tetapi si singa mengaum dan berkata: "Saya membutuhkan makanan untuk diri saya sendiri. Betapa lancangnya kamu mendekati saya? Apakah kamu bosan hidup dan apakah kamu ingin melihat dunia akhirat? Apakah tidak cukup sekali, saya mengijinkan kamu keluar dari rahangku? Saya tidak akan segan-segan." Dan ia melanjutkan makannya, mengancam dengan pandangan sekilas kepada si burung pelatuk.

Tanpa mengucap sepatah katapun si burung pelatuk terbang pergi, memperlihatkan kepada singa bahwa keberadaannya sebagai burung, si singa tidak dapat menyakitinya.

Ketika salah satu dewa hutan melihat hal ini, dia menjadi sangat marah atas sikap si singa yang tidak tahu berterima kasih dan serakah, dan bertanya kepada si burung pelatuk: "Mengapa kamu tidak menghukum binatang yang tidak tahu berterima kasih itu, padahal kamu mempunyai kekuatan untuk melakukannya? Kamu adalah penolongnya dan ia telah memperlakukannya dengan kejam dan tidak berterima kasih! Mengapa kamu tidak terbang ke arahnya dan mematah matanya keluar sebagai hukuman atas sikapnya yang tidak tahu berterima kasih? Dan sebagai burung kamu juga dapat mengambil sebagian makanan dan menjauh darinya! Mengapa kamu menerima perlakuan buruk ini?"

"Jangan berkata seperti itu" jawab si burung pelatuk. "Bukan urusan saya untuk menghukum pelaku yang jahat, dia akan mendapatkan hukumannya tanpa campur tangan saya. Bila dia membutuhkan pelajaran di kemudian hari, dia pasti akan mendapatkannya. Saya tidak menyalah telah melakukan sesuatu yang baik terhadapnya, karena saya mendapatkan potensi-potensi positif oleh karena tindakan kebajikan itu, untuk kehidupan saya yang akan datang. Bila saya melakukannya hanya dengan maksud untuk mendapatkan sesuatu sebagai balasan, itu akan hanya sebagai pinjaman saja, bukan tindakan kemurahan hati. Bila saya melawan kejahatan dengan kejahatan, maka dengan sendirinya akan menghancurkan reputasi baik saya sendiri. Buat saya pelajaran ini terlihat sama dengan kasus seperti ini: "Dia yang mana hatinya tidak tergilang-gilang oleh imbalan atas perbuatan baiknya, akan dengan sendirinya ditinggalkan oleh kemarahan dan kekerasan!"

Sang Dewa takjub atas kata-kata dari si burung pelatuk dan membungkuk hormat kepadanya serta berseru: "Kamu pastilah seorang Rishi atau seorang Muni, kamu memiliki kebajikan seorang guru besar. Saya melihat bahkan dengan wujud seekor burungpun, yang kamu kenakan, kebijaksanaanmu tidak dapat ditutupi."

Kemudian ia menghormatinya seperti seorang Brahmana, dan mengiblat.

Si burung pelatuk terbang pergi dengan sedih atas sikap singa yang tidak tahu berterima kasih, tetapi tanpa kemarahan di hatinya.

Demikianlah cerita ini, mengajarkan bahwa meskipun diperlakukan dengan rasa tidak berterima kasih, kita harus menjalankan perilaku sabar untuk menghadapi musuh kita, tetapi yang dilakukan si burung pelatuk terhadap singa yang tidak tahu berterima kasih itu.

Sumber: Jaitelomela – A Garland of Birth Stories and references lainnya.



*Tertulis dalam Lankavatara Sutra:*

*Jalan pengetahuan sempurna  
Tak dapat digunakan oleh orang  
berpandangan ekstrim  
Siapaah yang akan mempertahankan-  
nya ketika Engkau, Guru,  
Memasuki parinirvana?  
Beritahukanlah kami,  
Siapaah yang akan membangkitkan  
dan melestarikan jalan tersebut?*

*Buddha menjawab:*

*Di Bada Selatan  
Akan datang seorang yang dikenal  
sebagai "Bhiksu luar biasa."  
Beliau akan bernama Naga  
Dan di mana-mana beliau akan  
menghancurkan  
Kemop dari keberaksan dan  
ketidakberaksan.  
Beliau akan menentunya ke seluruh  
dunia  
Jalan Ku, Mahayana yang tanpa  
banding.  
Beliau akan mencapai Bhuvi pertama  
tingkatan Bodhisattva  
Dan memasuki Sukhavati.*

Seperti yang banyak disebutkan dalam sutra maupun tantra, Nagarjuna lahir di suatu keluarga brahmana di India Selatan, Bada. Saat kelahirannya, orang tuanya diberitahu bahwa, meskipun putera mereka memiliki tanda-tanda baik seperti seorang makhluk suci, namun putera mereka tidak dapat hidup melebihi 1 minggu. Dikatakan bahwa jika orang tuanya berdana makanan kepada seratus brahmana, seratus orang biasa, maka umur puteranya akan bertambah 7 hari; jika orangtuanya berdana makanan kepada seratus brahmana, umur puteranya akan bertambah 7 bulan; atau jika orangtuanya berdana kepada seratus bhiksu, puteranya akan hidup selama 7 tahun. Maka orangtuanya melakukan cara yang ketiga untuk memperpanjang hidup putera mereka.

Ketika tujuh tahun hampir berlalu, orang tuanya mengirimkan puteranya pergi berziarah bersama seorang pelayan karena mereka tidak tahan menyaksikan peristiwa kematian puteranya. Perjalanan ziarah membawa Nagarjuna dan pelayannya menuju Nalanda, dimana mereka bertemu dengan Brahmana Saraha. Saraha mengatakan bahwa Nagarjuna dapat diselamatkan dari kematian bila ditahbiskan menjadi seorang bhiksu. Nagarjuna setuju ditahbiskan menjadi bhiksu dan beliau melafalkan mantra hingga malam menjelang akhir umur ketujuhnya.

Saat menjadi samanera, beliau mahir dalam pengetahuan Hinayana dan Mahayana. Selain itu, Saraha juga memberinya ajaran Mantrayana dan ajaran-ajaran Tantra serta tradisi lisannya. Beliau kemudian bertemu kembali dengan orang tuanya dan ditahbiskan oleh kepala vihara menjadi bhiksu dengan nama Palden (Sri-man).

Saat terjadi bencana kelaparan selama 12 tahun di Magadha, para bhiksu di Nalanda menjadi kekurangan. Saraha meminta Nagarjuna untuk membantu. Nagarjuna memutuskan untuk mencari tahu bagaimana cara membuat emas. Beliau mengambil 2 helai daun cendana dan dengan mantra, beliau membuat daun itu membawanya ke tempat yang ia inginkan. Dengan sehelai daun di tangannya dan sehelai lagi disembunyikan di dalam sandal, beliau menuju suatu pulau di mana seorang ahli kimia ternama tinggal. Lalu Nagarjuna meminta diajari cara membuat emas. Begitu ahli kimia tersebut menyadari bahwa Nagarjuna datang dengan cara rahasia dan ingin mengetahui rahasia cara membuat emas, maka ahli kimia itu mengajarkannya untuk saling mengajari ilmu yang diketahui. Kemudian Nagarjuna memberikan daun yang dipegang di tangannya. Ahli kimia itu berpikir bahwa Nagarjuna tak dapat lagi meninggalkan pulau itu, lalu mengajarnya bagaimana membuat emas. Kemudian dengan daun cendana yang masih tersisa disandalnya, Nagarjuna kembali ke India. Di sana beliau mengubah banyak besi menjadi emas dan membantu seluruh Sangha dengan kemakmuran.

Kemudian, beliau menjadi kepala vihara Nalanda. Beliau memberikan penghargaan kepada para bhiksu yang berlatih sila, samadhi, dan prajna, dan mengeluarkan mereka yang melanggar sila. Ada seorang bhiksu yang bernama Sankara, menulis sebuah teks yang berjudul Jinna-alankara dengan 12 ribu syair untuk memperelok ajaran Nagarjuna, namun Nagarjuna membuktikan bahwa teks tersebut salah dengan penalaran logika. Beliau juga berhasil memberikan pandangan benar kepada seratus lima ratus non-buddhis dalam suatu perdebatan. Dengan demikian beliau menghancurkan banyak pandangan salah.

Suatu saat ketika beliau sedang mengajarkan Tripitaka secara mendalam kepada para muridnya, dua Naga menjelma sebagai manusia datang untuk mendengarkan ajarannya. Seketika, bau cendana memenuhi ruang dan menghilang. Nagarjuna bertanya apakah penyebab dari hal ini. Mereka menjawab, "Kami adalah putera Raja Naga Taksaka. Kami memakai wewangian cendana untuk melindungi diri dari bau manusia." Nagarjuna berkata, "Berikanlah pada saya cendana untuk membuat rupa Tara dan bantu saya untuk membangun sebuah vihara." Kedua Naga berkata bahwa mereka akan menayakan kepada ayah mereka terlebih dahulu. Pada hari berikutnya, mereka kembali dengan jawaban, "Jika Guru bersedia datang ke kediaman Naga, kami akan lakukan apa yang diminta. Jika tidak, kami tidak bisa membantu."

"Kesejahteraan para makhluk akan terbantu dengan kepergian saya", demikian pemikiran Nagarjuna, maka beliau menyetujui untuk pergi. Raja Naga dan pengikutnya menyediakan banyak objek dan mempersembahkan kepada Nagarjuna agar beliau mengajarkan Dharma. Maka Nagarjuna menjelaskan ajaran-ajaran. Mereka juga memohon agar beliau tinggal selamanya, namun beliau berkata, "Saya tidak dapat tinggal karena saya datang dengan tekad untuk memperoleh kekuatan membangun 10 ribu vihara dan stupa untuk melindungi teks Prajna Paramita dalam Seratus Ribu Syair. Mungkin saya akan kembali suatu hari nanti."

Beliau kemudian bersiap untuk pulang dan membawa banyak teks seperti Prajna Paramita dalam Seratus Ribu Syair, Prajna Paramita dalam Bentuk Singkat, dan beberapa Dharani. Untuk memastikan kembalinya Nagarjuna ke kediaman Naga, para Naga menyimpan beberapa halaman dari Prajna Paramita dalam Seratus Ribu Syair yang berisi 2 bab "Constant Weeper (la yang senantiasa menangis)" dan "Noble Dharmo (Dharma Agung)." Nagarjuna kemudian mengantikan dua bab tersebut dengan dua bab yang sama dari Prajna Paramita dalam Delapan Ribu Syair dan *Extensive Mother*. Itulah

# EGO

sebabnya dua bab tersebut sama persis dengan teks tersebut; demikianlah yang diyakini secara umum. Dengan teks-teks tersebut, Nagarjuna menghidupkan kembali tradisi Mahayana yang sedang menurun.

Kejadian yang menjadi alasan mengapa beliau dipanggil Nagarjuna adalah pada saat beliau sedang mengajarkan Dharma di suatu taman, para Naga berdiri di sekeliling beliau dan membentuk payung untuk melindungi beliau dari sinar matahari. Sehingga beliau dikenal sebagai Tuan Naga dan nama "Arjuna" ditambahkan karena beliau menyebarkan ajaran Mahayana secepat dan semantap Arjuna, pemanah yang melepaskan anak panahnya. Sumber lain menyatakan bahwa beliau dikenal dengan nama Nagarjuna karena praktik (Juna) beliau menaklukkan para Naga melalui mantra Dewi Kurukuli.

Kemudian dengan ilmu kimia, Nagarjuna pergi ke Pundravardhana, beliau mempraktikkan kemurnaan hati. Suatu waktu, ketika beliau ingin mengubah sebuah batu berbentuk lonceng menjadi emas, emanasi dari Tara dalam bentuk seorang wanita tua muncul di hadapan beliau dan mengatakan, "Yang lebih penting daripada kegiatan-kegiatan ini adalah meditasi di Gunung Sri Parvata." Maka beliau segera melakukan meditasi terhadap Arya Tara.

Nagarjuna menyadari bahwa hanya sedikit orang yang memiliki pengertian sempurna dan merealisasikan keadaan keberadaan yang sejati: arti yang sebenarnya dari teks-teks Prajna Paramita. Lebih lanjut lagi, Nagarjuna menyadari, jika keadaan keberadaan yang sebenarnya tidak direalisasikan maka tak ada jalan menuju pembebasan. Sehingga beliau menyusun "Five Treatises on Reason (Lima Uraian mengenai Penalaran)" untuk menjelaskan Madhyamika (Pandangan Tengah), ajaran yang menjelaskan bahwa atom sekecil apapun tidak mempunyai sifat keberadaan yang hakiki, kebenaran konvensional dari hukum yang sempurna dari sebab akibat tidak perlu diperdebatkan dan bahwa tindakan yang baik akan menghasilkan kebahagiaan dan tindakan yang tidak baik akan menghasilkan penderitaan.

Karya-karya dari Nagarjuna dapat dikelompokkan menjadi tiga: kumpulan teks tentang nasihat, kumpulan teks tentang pujian, dan kumpulan teks tentang penalaran. Dikarenakan ajaran beliau yang begitu dalam dan luas, Nagarjuna dikenal sebagai Buddha kedua.

Seorang pangeran yang bernama Kumara Sakya, yang ingin menggantikan tahta ayahnya meminta hidup (nyawa) Nagarjuna. Dikatakan bahwa nyawa raja saat itu berkaitan dengan hidup (nyawa) Nagarjuna, yang telah mencapai siddhi keabadian. Pemaistri mengizinkan pada pangeran untuk meminta kepala Nagarjuna dan Nagarjuna pasti akan memberikannya karena beliau adalah seorang bodhisattva. Dengan demikian pangeran dapat menjadi raja.

Nagarjuna mengizinkan kepalanya diambil. Namun bagaimanapun usaha pangeran mencoba dengan pedangnya berkali-kali, leher Nagarjuna tidak terluka. Nagarjuna berkata, "Suatu waktu, ketika sedang memotong rumput kusha, saya memotong kepala seekor serangga. Akibat dari perbuatan jahat ini masih dapat mempengaruhi saya. Kamu dapat membunuh saya dengan mudah dengan pedang rumput kusha." Pangeran mencoba yang dikatakan beliau dan berhasil memotong leher Nagarjuna. Tetapi bukan darah yang keluar dari tubuh Nagarjuna, melainkan cairan susu. Nagarjuna berkata, "Sekarang saya pergi ke Tusita, namun nantinya saya akan kembali ke tubuh yang sama." Pangeran segera membuang kepala beliau jauh-jauh karena khawatir kepala akan bergabung dengan badan. Kepala dan badan Nagarjuna berubah menjadi batu. Dikatakan bahwa kepala Nagarjuna, perlahan namun pasti, bergerak menuju tubuhnya dan akhirnya keduanya akan menyatu. Nagarjuna akan kembali pada tubuhnya lagi dan sekali lagi melakukan kegiatan-kegiatan yang membawa manfaat besar bagi ajaran dan semua makhluk hidup.

Di antara murid Nagarjuna, ada empat putra spiritual dan tiga putra terdekat. Empat putra spiritual adalah Sakyamitra, Nagabodhi, Aryadeva, dan Matanga. Tiga putra terdekat adalah Buddhapalita, Bhavaviveka, dan Asvagosha.

Sumber: Indian Buddhist Pundits from The Jewel Garland of Buddhist History.

*"Your emotion becomes your mood  
Your mood forms your trait  
Your trait becomes your character"*

(Mahatma Gandhi)

## Jangan cepat merasa tersinggung/marah (Don't get offended)

Jangan biasakan mudah tersinggung. Terkadang kita sangat sensitif. Ini menunjukkan bagaimana ego lintang "betapa pentingnya anda" bekerja.

## Coba melepas keinginan untuk menang (Let go the need to win)

Kalau bisa, menang telapi tanpa mengalahkan siapa-siapa (win-win solution). Kita tidak mesti menang di segala hal, berikan kemenangan pada orang lain. Payahnya kita selalu membenci-bagi antara pemenang dan pecundang. Padahal kalau kita menang, yang muncul adalah ego dan dengan demikian kita tak bisa berkenan dengan kesempurnaan dan kebahagiaan.

## Lepaskan keinginan untuk menjadi yang "dibenarkan" (Let go the need to be right)

Menurut kita, setiap soal kita harus benar. Ini tidak berarti bahwa orang lain salah karena kita benar. Kita punya hak untuk dibenarkan, orang lain juga punya hak untuk dibenarkan, dan kedua hak ini tidak harus ada yang benar dan ada yang salah.

## Lepaskan keinginan untuk selalu menjadi yang lebih unggul dibandingkan yang lain (Let go the need to be superior)

Jangan membandingkan diri dengan orang lain dan menganggap diri lebih unggul dari yang lain. Ketika melihat orang lain sukses, biasanya kita cenderung mencari kekurangannya, disinilah ego muncul. Harusnya kita melihat kemurahan hati dengan menaruhnya kesuksesan orang lain dan ikut bermudita terhadap kesuksesannya.

## Jangan berpikir untuk selalu ingin yang lebih (Don't think always to want more)

Jangan berpikir untuk selalu ingin yang lebih kecuali dalam hal memajukan tingkat spiritual. Apapun yang kita punya sekarang ini, jadinya hanya bisa demikian. Tidak bisa menjadi lebih ataupun kurang tetapi kita punya pilihan untuk merasa ini cukup atau kurang. Kita tidak bisa mengubah yang sekarang tapi kita bisa mengubah yang akan datang. Akan tetapi kebiasaan kita adalah ingin yang lebih terus. Ini yang menjadi titik realistik karena apa yang kita terima sekarang adalah hal yang seharusnya diterima. Jangan berpikir bahwa "yang saya punya ini tidak cukup". Sebetulnya berpikir bahwa "yang saya punya ini cukup berlimpahan (great abundance)".

## Jangan mengidentifikasi diri dengan prestasi kita (Don't identify you with your achievement)

Sering orang yang sudah tua berkata, "Saya dulu begitu...begitu..." bukan karena sombong tapi dikarenakan rasa puas dan mencoba untuk membangun egonya. Untuk hidup yang lebih bahagia dan riak, jangan bergantung pada pencapaian prestasi dalam hidup.

## Jangan mengidentifikasi diri dengan reputasi kita (Don't identify you with your reputation)

Terkadang ada kita mendefinisikan "diri" sama dengan reputasi kita. Orang lain yang memberi reputasi dan kita berpikir bahwa kita memang demikian, hal ini menunjukkan kepercayaan diri yang kurang.

## MENCARI TUJUAN HIDUPKU

Apakah tujuan hidupku? Ke mana arah yang mau kutuju? Inilah pertanyaan yang sering bergema dalam hati dan pikiran. Hingga suatu hari, bertemu dengan seorang Guru yang baik, yang membagikan jalan dan jawaban yang selama ini ku cari. Walaupun telah belajar berbagai hal, tetapi jika tidak bertemu dengan Guru yang baik, yang memberikan penjelasan dan pemahaman yang sebenarnya tentang arti hidup ini, mungkin sampai sekarang saya masih terus mencari dan bingung tentang arah hidup yang hendak dituju.

Saat diminta untuk berbagi pengalaman tentang praktek dharma dalam kehidupan sehari-hari, bingung juga. Akhirnya muncul inspirasi tentang tonglen, meditasi mengambil penderitaan yang dialami makhluk lain dan memberi cinta kasih dan kebahagiaan kepada mereka.

Pada saat mengalami sesuatu yang tidak menyenangkan, biasanya reaksi saya berusaha untuk menolak dan tidak mau menerima apa yang terjadi. Dengan belajar, saya jadi mengerti kalau semua hal yang tidak menyenangkan ini ada penyebabnya dan ada cara untuk menghilangkan hal yang tidak menyenangkan tersebut. Misalnya, pada saat merasa sakit yang luar biasa, yang tidak pernah saya alami sebelumnya. Dengan sadar dan tahu bahwa ini hanya perasaan sakit yang muncul dan melihat bagaimana proses munculnya rasa sakit tersebut. Kemudian berkonsentrasi melakukan tonglen. Dengan beberapa tarikan napas, berpikir bahwa siapapun yang mengalami rasa sakit yang seperti saya alami saat ini, biarlah saya yang mengambil semua rasa sakit ini, biarlah hanya saya yang mengalaminya. Karena yang mereka butuhkan saat ini adalah kesehatan dan kesembuhan atas apa yang mereka alami. Kemudian saat hembusan napas, pancarkan kebahagiaan, kesembuhan, dan apapun yang mereka butuhkan supaya saat ini juga dapat segera terpenuhi. Dengan demikian, rasa sakit yang dialami saat itu dapat hilang seketika ataupun berangsur-angsur hilang. Dan keesokan harinya sembuh dan dapat beraktivitas kembali. Dengan keyakinan dan kemauan untuk memberi perhatian kepada yang lain, maka segala sesuatu yang dilakukan akan bermanfaat dan memberi kebahagiaan yang tak ternilai.

Dengan mempelajari, memahami, dan mengerti Buddha Dharma, membuat saya untuk berusaha memikirkan yang lain dan berusaha untuk tidak menyakiti yang lain baik secara langsung maupun tidak langsung. Termasuk ucapan via SMS. Biasanya saya membaca kembali apa yang sudah diketik agar hal-hal yang tidak diinginkan ataupun kesalahpahaman tidak terjadi. Semaksimal mungkin membantu mereka yang membutuhkan pertolongan agar tujuan mereka tercapai dan merasa bahagia.

Setelah mengenal Buddha Dharma, banyak pengalaman menarik yang terjadi. Dunia saya berubah dan hidup menjadi lebih bermakna. Ternyata Buddha Dharma dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Ini membuat saya terus belajar dan memahami ajaran ini.

Oleh karena itu, jangan pernah berhenti belajar dan belajar lagi agar apa yang menjadi tujuan hidup kita dapat tercapai yaitu bebas dari semua penderitaan. Semua merit dari berbagai dharma ini, saya dedikasikan agar semua makhluk bebas dari penderitaan. Dengan pengertian bahwa 'saya' tidak memiliki sifat hakiki dari sananya, apa yang dilakukan ini juga tidak memiliki sifat hakiki dari sananya, dan semua makhluk juga tidak memiliki sifat hakiki dari sananya.

## POTOWA CENTRE

Wadah untuk belajar, meditasi dan mempraktekan Buddhadharma Mahayana yang dikombinasikan dengan cara hidup modern.

Telp.: (021) 93592181 < dapat melalui sms: (0811) 188 52 88  
Email: potowa@cbn.net.id  
Milis: potowa@yahoo.com  
Website: www.tpm1.org

Dana dapat disalurkan ke:  
BCA cab. Taman Angrek  
No. rek. 4671148104 a/n Ervina

### JADWAL KEGIATAN RUTIN POTOWA CENTRE

#### DISKUSI DHARMA

Hari : Minggu  
Pukul : 13.00 s.d 16.00 WIB  
Tempat : Vihara Satya Dharma  
Jl. Pluit Barat Raya No.3  
(samping Pura Hindu)

\*Waktu kegiatan dapat berubah sesuai dengan situasi dan kondisi, tanpa melakukan konfirmasi terlebih dahulu.

#### SINOPSIS SINGKAT

*Kebahagiaan* bukan hanya merupakan tujuan, tapi juga merupakan kebutuhan vital setiap makhluk. Semua makhluk membutuhkan kebahagiaan untuk menghadapi gelombang kehidupan. Pertanyaannya, apakah kita bahagia jika hanya memikirkan diri sendiri? Selama ini kita sering terkecoh dengan mengartikan kesenangan (pleasure) sebagai kebahagiaan (happiness). Selama kita masih mengejar kesenangan maka tidak akan bisa menuju kebahagiaan karena kesenangan yang satu akan digantikan oleh pengejaran kesenangan yang lain tanpa henti dan sifatnya berubah-ubah, tergantung pada kondisi. Kebahagiaan itu sendiri merupakan keadaan dari pikiran (state of mind). Perlu usaha untuk menjadi bahagia dan ini bisa dilatih. Kita tidak mungkin bahagia dengan bersikap egois dan mengandalkan faktor eksternal semata karena justru kebahagiaan itu ada dari dalam pikiran kita. Sebenarnya setiap persoalan yang muncul ada solusinya. Kita tidak bisa melihat hal ini dengan jelas dan tidak bisa berpikir dengan jernih karena kita selalu melihat keluar dan pikiran kita dibarengi ketakutan, kekhawatiran, dan kemarahan. Namun potensi kita yang sesungguhnya adalah menjadi bahagia. Dan cara untuk menciptakan kebahagiaan ini adalah dengan mengembangkan karuna (compassion) dan kemurahan hati. Dan menjaga pikiran, perkataan, dan perbuatan kita di setiap waktu (be mindful), apakah bisa membantu yang lain atau paling tidak, tidak merugikan yang lain.

30 DESEMBER 2007

PUJA UNTUK FANG SEN (ANIMAL LIBERATION) DI KOSAMBI.

25 DESEMBER 2007

PUJA TARA DI VIHARA SATYA DHARMA UNTUK MENANAM BENIH / SEBAR AGAR TERCIPTA DUNIA YANG BERSHANTI DAN BERKANTA.

1 JANUARI 2008

PUJA SHAKTAMUNI DI KOSAMBI DAN MEMBAHAS KITAKAMALA, PENGALAMAN HIDUP BUDDHA SAKTAMUNI SEMASA HIDUPNYA SEBAGAI BODHISATVA.

5-6 JANUARI 2008

RAKOR POTOWA CENTER DI SLDC, SENTUL, MEMBAHAS TENTANG PROGRAM KERJA DI TAHUN 2007 DAN RENCANA KERJA DI TAHUN 2008 DAN SHARING LEADERSHIP SKILL OLEH BPK JANUAR DARMANAN SERTA SHARING COMMUNICATION SKILL OLEH SHINTA LEE. JUGA DIADAKAN PUJA TARA DAN MEDITASI BERSAMA.

20 JANUARI 2008

SHARING DARI U. SALEH LEE DI VIHARA SATYA DHARMA DENGAN TOPIK "CARA MENYAGATI EMOSI MENUJU HAPPINESS."