

| SEPTEMBER | 2023



# WARTA WALUBI

WALUBI IKUT MEMBANGUN INDONESIA TERCINTA

*Tujuh Manfaat*  
***Meditasi***  
***Vipassanā***

Perayaan Hari ulang tahun Sekjend DPP  
**BHIKKHU KHANIT SAÑÑANO**  
**MAHATHERĀ**

Rapat Kerja Daerah tahun 2023  
**DPD WALUBI DKI JAKARTA**

[www.walubi.or.id](http://www.walubi.or.id)



Selamat  
*Ulang*  
KE - 60 *Tahun*

Hj. Iriana Joko Widodo

*Ibu Negara Republik Indonesia*

Semoga ibu diberikan kesehatan, kebahagiaan, cinta yang berlimpah, serta selalu dalam keberkahan dan lindungan Sang Triratna dan Tuhan Yang Maha Esa.

Salam Sejahtera,

*Dra. S. Hartati Murdaya*  
Ketua Umum DPP WALUBI





# PENGANTAR REDAKSI



*Namo Buddhaya, Namo Amitufo,* Selamat datang di edisi September 2023 majalah Warta Walubi, sebuah wadah informasi yang menggambarkan berbagai kegiatan dan perkembangan terbaru dalam komunitas Perwakilan Umat Buddha Indonesia. Dalam edisi kali ini, kami dengan bangga membagikan berita-berita terkini yang mencerminkan semangat solidaritas, kebijaksanaan, dan pengabdian kepada masyarakat.

Dalam edisi Agustus ini, kami merayakan ulang tahun Sekretaris Jenderal Dewan Pimpinan Pusat (DPP) WALUBI,

Bhikkhu Khanit Saññano Mahathera. Merupakan sebuah momen berharga untuk menghargai dedikasi beliau dalam memimpin dan memajukan komunitas umat Buddha Majubuthi. Redaksi Warta Walubi mengucapkan Selamat ulang tahun Bhikkhu Khanit Saññano Mahathera.

Selain itu kami juga menulis beberapa kegiatan sosial yang dilaksanakan oleh WALUBI dan Majelis-majelis Agama Buddha yang tergabung dalam WALUBI, dengan harapan agar kebajikan dalam menolong sesama terus ditingkatkan. Ini adalah wujud implementasi ajaran Buddha Dharma dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, sehubungan dengan Hari Ulang Tahun ke-78 TNI, Perwakilan Umat Buddha Indonesia telah melakukan kegiatan bakti sosial bersama TNI di Lapangan Monas Jakarta. Ini adalah bentuk dukungan kami dalam kegiatan tersebut, Kami Redaksi Majalah Warta Walubi mengucapkan HUT TNI ke-78 "TNI Patriot NKRI Pengawal Demokrasi untuk Indonesia Maju".

Semoga dalam edisi ini Warta Walubi dapat memberikan inspirasi dan wawasan yang berharga untuk kita semua. Terima kasih atas dukungan Anda, dan selamat membaca! Akhir kata kami dari tim redaksi Warta Walubi mengucapkan selamat menikmati pemberitaan yang telah kami sajikan ini, semoga "Warta Walubi" terus menjadi sumber inspirasi dan pemahaman yang mendalam bagi kita semua.

Kontribusi berita terkait kegiatan DPD WALUBI di seluruh Indonesia dapat dikirimkan ke email : [dppwalubi@gmail.com](mailto:dppwalubi@gmail.com)

## TIM REDAKSI

**PENASEHAT**  
Dewan Sangha WALUBI

**PELINDUNG DAN DEWAN**  
**PEMBINA:**  
Dra. S. Hartati Murdaya

**PEMIMPIN REDAKSI:**  
Romo Asun Gotama

**SEKRETARIS REDAKSI:**  
Hendra Harjadi  
Sumandiri

**PHOTOGRAPHY**  
Dwi Purnomo

**ART & LAYOUT**  
Rusidi

**COPY WRITER**  
Dwi Purnomo

**EDITOR**  
Hendra Harjadi  
Sumandiri  
Sulasman Mulyono  
Romo Asun Gotama

**KORSPONDEN :**  
DPD WALUBI Seluruh Indonesia

**OFFICE**  
Jl. Abdul Muis No.62, Gedung  
BERCA Lantai II Jakarta Pusat  
11110

Phone +62 3518801  
Fax +62 352240

E-mail. [dppwalubi@gmail.com](mailto:dppwalubi@gmail.com)  
web. [www.walubi.or.id](http://www.walubi.or.id)

# DAFTAR ISI

- 02 Vihara Avalokitesvara Bagikan 1000 Paket Sembako kepada Warga Banyumas dan Cilacap dalam Semangat Kebersamaan dan Kepedulian
- 03 DPD WALUBI Jawa Tengah Berbagi Kebahagiaan dengan Anak-Anak Panti Asuhan Bethlehem Bala Keselamatan di Semarang
- 04 Di Vihara Gunavardhana Bojong Nangka Majelis Mahayana Tanahsuci Indonesia Rayakan Hari Ulambana dengan Bakti Sosial Berbagi 100 Bungkus Beras kepada Masyarakat yang Membutuhkan
- 06 Umat Buddha DKI Jakarta Memperingati Sembayang Ulambana di Vihara Avalokhithesvara Graha Sunter Bisma
- 08 Vihara Satya Buddha Dharma Bagikan Sembako dalam Rangka Perayaan Ulang Tahun Tahun Jambhala Merah & Kuning
- 09 Vihara Avalokhithesvara Mangga Besar Jakarta Barat Berbagi Kebahagiaan melalui Bakti Sosial dan Donor Darah
- 12 Kolaborasi Mahabudhi, Walubi, Vihara AVG, Yayasan Kasih Lim, dan Vihara Ardhi Dharma sukses gelar bakti sosial kesehatan
- 15 Perayaan Hari ulang tahun Sekjend DPP WALUBI; Bhikkhu Khanit Saññano Mahathera
- 18 Wasekjen DPP WALUBI; Romo Asun Gotama Menyertai Kegiatan Pengawasan Aliran Kepercayaan Masyarakat di Jakarta Barat
- 19 Wasekjend DPP WALUBI, Romo Asun Gotama Hadiri Doa Bersama Untuk Pemilu dan Pilkada Damai 2024
- 20 Kegiatan Rakerda WALUBI DKI Jakarta Dengan Sosialisasi BPJS Ketenagakerjaan Serta Program Pemilu oleh KPU & Polres
- 22 DPP WALUBI Hadiri Kegiatan FGD Mengenai "Peta Jalan Gerakan Nasional Pengurangan Kehilangan dan Pemborosan Makanan"
- 23 Mahabudhi & Vihara AVG Bagikan 780 Nasi Kotak Vegetarian dalam Kegiatan Bhakti Sosial di Cipanas, Cianjur
- 24 Majelis Agama Buddha Mahanikaya Indonesia Gelar Kegiatan Atthasilani Upasaka Upasika yang Meriah di Tangerang, Banten



34 Tujuh Manfaat Meditasi Vipassana



32 Tujuh Tingkat Pemurnian dalam Meditasi



10 Sinergi DPP WALUBI dan Pemerintah Bakti Sosial Kesehatan Memeriahkan HUT TNI ke-78 di Monas



28 Peninggalan Nenek Moyang Candi Adan-Adan Mengungkap Misteri Sejarah Nusantara yang Tak



## Vihara Avalokitesvara Bagikan 1000 Paket Sembako kepada Warga Banyumas dan Cilacap dalam Semangat Kebersamaan dan Kepedulian

**BANYUMAS**, 17 September 2023 - Vihara Avalokitesvara yang dipimpin oleh Maha Bhiksu Dutavira Stavira menggelar kegiatan sosial yang luar biasa di Kabupaten Banyumas dan Cilacap, Jawa Tengah. Sebanyak 1000 paket sembako, terdiri dari 5 kilogram beras, minyak goreng, dan beberapa bahan pokok lainnya, dibagikan secara cuma-cuma kepada masyarakat.

Pembagian sembako ini merupakan bagian dari acara sembayang Cioko/Ulambana yang diselenggarakan oleh Vihara Avalokitesvara sebagai wujud kepedulian terhadap masyarakat yang membutuhkan, dan memberikan dukungan agar

masyarakat tetap hidup rukun.

Kegiatan mulai digelar di Desa Pageralang, Banyumas, yang terdiri dari dua wilayah, yaitu RT 01 dan RT 05. Masyarakat dari kedua wilayah ini sangat antusias mengikuti acara pembagian sembako yang digelar dengan protokol kesehatan yang ketat. Mereka tiba-tiba menerima bantuan sembako yang sangat berarti dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari.

Kepala desa menyampaikan, "Kami sangat senang bisa mendapatkan bantuan sembako dari Vihara Avalokitesvara Jakarta, terkhusus BIKSU Dutavira Stavira. Semoga bantuan sembako dapat membantu kebutuhan masyarakat dan membawa berkah bagi kita

semua.

Para pengurus dan anggota Vihara Avalokitesvara juga turut serta dalam kegiatan ini dengan penuh semangat dan kepedulian terhadap sesama. Mereka bersama-sama memastikan bahwa pembagian sembako berjalan lancar dan sesuai dengan protokol kesehatan yang berlaku.

Kegiatan seperti ini tidak hanya mempererat tali persaudaraan antara umat Buddha dan masyarakat sekitar, tetapi juga memberikan contoh positif tentang pentingnya berbagi dan peduli terhadap sesama. Semoga Vihara Avalokitesvara dan Maha Bhiksu Dutavira Stavira terus memberikan inspirasi bagi kita semua dalam berbuat kebaikan. ■

# DPD WALUBI Jawa Tengah Berbagi Kebahagiaan dengan Anak-Anak Panti Asuhan Bethlehem Bala Keselamatan di Semarang



Kegiatan berbagi makan siang ini tidak hanya memberikan nutrisi yang diperlukan oleh anak-anak, tetapi juga menciptakan momen kebahagiaan dan kebersamaan antara anggota DPD WALUBI dan anak-anak panti asuhan. Acara ini dihadiri oleh beberapa anggota DPD WALUBI dan staf panti asuhan, yang bersama-sama menikmati hidangan sederhana namun bermakna.

Semangat kepedulian dan gotong royong seperti ini adalah yang membuat komunitas seperti DPD WALUBI Jawa Tengah terus berkembang dan memberikan dampak positif pada masyarakat sekitar. Kegiatan seperti ini mengingatkan kita semua akan pentingnya berbagi dengan mereka yang membutuhkan dan menjadi teladan bagi generasi muda untuk terus menjalankan nilai-nilai kemanusiaan.

DPD WALUBI Jawa Tengah berharap bahwa kegiatan berbagi ini akan menginspirasi lebih banyak individu dan organisasi untuk bergabung dalam upaya membantu mereka yang kurang beruntung. Dengan saling berbagi dan peduli, kita semua dapat membawa lebih banyak kebahagiaan dan harapan bagi masyarakat yang membutuhkan. ■

**BANYUMAS**, Semarang, 16 September 2023 - DPD WALUBI Jawa Tengah kembali menyelenggarakan kegiatan berbagi dengan masyarakat yang membutuhkan. Kali ini, mereka menyumbangkan makan siang kepada anak-anak Panti Asuhan Bethlehem Bala Keselamatan yang berlokasi di Jalan Musi Raya No. 02, Bugangan, Kecamatan Semarang Timur, Kota Semarang.

Kegiatan ini merupakan tradisi tahunan yang telah menjadi bagian dari komitmen DPD WALUBI Jawa Tengah dalam membantu sesama. Tanto Harsono, Ketua II DPD WALUBI Jawa Tengah, menjelaskan bahwa kegiatan ini bukan hanya tentang memberikan bantuan materi, tetapi juga tentang memberikan dukungan moral kepada mereka yang membutuhkan.

“Sudah sepatutnya kita saling membantu dan mendukung satu sama lain. Kegiatan ini merupakan wujud nyata dari ajaran Buddha Amisa Dana dan Vatthu Dana, yang mengajarkan pentingnya memberikan dengan tulus dan ikhlas. Kami yakin bahwa dengan sering melakukan kegiatan semacam ini, kita semua akan mendapatkan berkah dan kebahagiaan yang lebih besar,” ujar Tanto Harsono.

Panti Asuhan Bethlehem Bala Keselamatan adalah tempat yang merawat dan mendidik anak-anak yang kurang beruntung, memberikan mereka kesempatan untuk tumbuh dan berkembang dengan baik. DPD WALUBI Jawa Tengah merasa terhormat dapat berkontribusi dalam upaya menjadikan kehidupan anak-anak di panti asuhan ini lebih baik.



# Di Vihara Gunavardhana Bojong Nangka Bojong Majelis Mahayana Tanah Suci Indonesia

## Rayakan Hari Ulambana dengan Bakti Sosial Berbagi 100 Bungkus Beras kepada Masyarakat yang Membutuhkan



**KARYA** Tangerang, 17 September 2023 - Majelis Mahayana Tanahsuci Indonesia, di bawah kepemimpinan Y.M.BHIKSU DUTAVIRA STHAVIRA, Ketua Umumnya, merayakan hari Ulambana dengan mengadakan kegiatan bakti sosial yang istimewa. Dalam perayaan yang penuh makna ini, mereka membagikan 100 bungkus beras seberat 5 kg masing-masing kepada masyarakat yang membutuhkan di Vihara GUNAVARDHANA, yang berlokasi di Perumahan Dasana Indah, Bojong Nangka, Tangerang.

Hari Ulambana, juga dikenal sebagai “Hari Penghormatan Leluhur” atau “Hari Penghormatan Terhadap Leluhur” adalah sebuah perayaan penting dalam tradisi Buddhisme, khususnya dalam tradisi Buddhisme Mahayana. Hari Ulambana biasanya jatuh pada bulan ketujuh dalam penanggalan lunar, yang sering kali sesuai dengan bulan Agustus atau September dalam penanggalan Gregorian. Perayaan Hari Ulambana berpusat pada penghormatan kepada para leluhur yang telah meninggal dunia. Buddhisme Mahayana mengajarkan konsep bakti

kepada leluhur sebagai cara untuk menghormati dan membantu arwah leluhur agar mereka dapat mencapai kebahagiaan dan pembebasan. Pada Hari Ulambana, umat Buddha melakukan berbagai kegiatan, seperti memanjatkan doa, memberikan persembahan kepada arwah leluhur, dan melakukan amal kebajikan.

Salah satu tradisi yang umum dilakukan pada Hari Ulambana adalah memberikan bantuan kepada mereka yang membutuhkan, seperti memberikan makanan kepada kaum miskin dan melakukan perbuatan baik lainnya. Ini dipandang sebagai cara untuk membantu roh-roh leluhur yang mungkin berada dalam keadaan sulit setelah meninggal dunia. Tahun ini, Majelis Mahayana Tanahsuci Indonesia memilih untuk memperingati hari Ulambana ini dengan cara yang sangat istimewa, yaitu dengan memberikan bantuan beras kepada masyarakat yang kurang beruntung.

Y.M.BHIKSU DUTAVIRA STHAVIRA, Ketua Umum Majelis Mahayana Tanahsuci Indonesia, menyampaikan, “Peringatan hari Ulambana adalah momen yang sangat spesial bagi kami. Ini adalah waktu ketika kami dapat mengingat leluhur kami dan memberikan sesuatu yang berarti kepada mereka yang membutuhkan. Bagi kami, perpanjangan tangan berkah KUAN IM PHU SA adalah

cara untuk mengekspresikan kasih sayang dan kepedulian kami terhadap masyarakat.”

Acara berlangsung dengan penuh semangat dan kebahagiaan. Anggota Majelis Mahayana Tanahsuci Indonesia dan sukarelawan aktif berperan dalam proses distribusi beras kepada masyarakat yang hadir di Vihara GUNAVARDHANA. Senyum-senyum dan ucapan terima kasih mengalir tulus dari penerima bantuan, menciptakan atmosfer kehangatan dan persatuan.

Vihara GUNAVARDHANA adalah pusat kegiatan spiritual dan sosial yang aktif berperan dalam membantu masyarakat sekitar. Kegiatan seperti ini adalah bukti nyata bahwa agama tidak hanya menjadi tempat ibadah, tetapi juga pangkalan untuk berbuat baik kepada sesama. Dengan semangat kasih sayang dan kepedulian, Majelis Mahayana Tanahsuci Indonesia berharap dapat memberikan dukungan dan kebahagiaan bagi lebih banyak orang dalam komunitas mereka.

Semoga peringatan perayaan hari Ulambana ini menjadi inspirasi bagi semua orang untuk terus menjalankan nilai-nilai kemanusiaan dan berbagi dengan mereka yang membutuhkan dalam kehidupan sehari-hari. ■





# Umat Buddha DKI Jakarta Memperingati Sembayang Ulambana di Vihara Avalokhithesvara Graha Sunter Bisma



**JAKARTA**, 14 September 2023 - Umat Buddha DKI Jakarta merayakan perayaan Sembayang Ulambana dengan khidmat di Vihara Avalokhithesvara Graha Sunter Bisma selama empat hari mulai dari tanggal 9 hingga 12 September 2023. Acara ini merupakan salah satu tradisi agama Buddha yang dipraktikkan oleh umat Buddha Mahayana secara rutin setiap tahunnya.

Dalam perayaan Sembayang Ulambana yang diadakan di Vihara Avalokhithesvara Graha Sunter Bisma, sekitar 150 umat Buddha turut serta untuk merayakan momen penting dalam agama mereka. Para peserta berkumpul bersama untuk menghormati para leluhur dan mengirimkan doa kepada mereka.

Acara ini dihadiri oleh kurang lebih 12 suhu (pendeta) dari berbagai vihara di DKI Jakarta, yang memimpin doa-doa dan upacara selama perayaan. Para suhu memberikan pengajaran dan bimbingan rohani kepada umat Buddha yang hadir, memberikan makna yang lebih dalam tentang makna Sembayang Ulambana.

Sembayang Ulambana adalah sebuah acara yang penuh dengan makna dan rasa syukur. Selain menghormati para leluhur, perayaan ini juga menjadi waktu yang tepat



“  
*Perayaan Sembayang  
Ulambana adalah waktu  
yang sangat berharga  
bagi umat Buddha  
untuk merenungkan  
nilai-nilai agama kita  
dan menghormati para  
leluhur kami*  
”

untuk berrefleksi, membersihkan diri dari dosa-dosa masa lalu, dan memperkuat komitmen untuk menjalani prinsip-prinsip agama Buddha dalam kehidupan sehari-hari.

Selama empat hari perayaan, umat Buddha di Vihara Avalokhithesvara Graha Sunter Bisma mengikuti berbagai kegiatan religius, seperti sembahyang bersama, pembacaan sutra-sutra suci, dan meditasi. Selain itu, mereka juga mengadakan kegiatan sosial yang positif, seperti pemberian sumbangan makanan kepada yang membutuhkan sebagai wujud kasih sayang dan kepedulian kepada sesama.

“Perayaan Sembayang Ulambana adalah waktu yang sangat

berharga bagi umat Buddha untuk merenungkan nilai-nilai agama kita dan menghormati para leluhur kami,” kata salah seorang peserta. Perayaan ini tidak hanya berarti bagi umat Buddha, tetapi juga menjadi kesempatan untuk memahami dan menghargai keragaman budaya dan agama di DKI Jakarta. Acara ini mencerminkan semangat toleransi dan kerukunan antarumat beragama yang menjadi salah satu ciri khas ibu kota Indonesia ini. Perayaan Sembayang Ulambana di Vihara Avalokhithesvara Graha Sunter Bisma menjadi bukti nyata betapa pentingnya tradisi agama dalam mempertahankan nilai-nilai kemanusiaan dan harmoni dalam masyarakat yang beragam





## Vihara Satya Buddha Dharma Bagikan Sembako dalam Rangka Perayaan Ulang Tahun Tahun Jambhala Merah & Kuning

**SEMARANG**, 16 September 2023 - Dalam rangka perayaan Ulang Tahun Tahun Jambhala Merah & Kuning, Vihara Satya Buddha Dharma menggelar kegiatan bakti sosial dengan membagikan sembako kepada masyarakat yang membutuhkan. Kegiatan mulia ini dilakukan pada hari Sabtu, 16 September 2023, sebagai bagian dari rangkaian perayaan yang rutin diadakan setiap tahun di bulan September, dengan puncak perayaan pada tanggal 18 September 2023.

Vihara Satya Buddha Dharma, yang merupakan salah satu tempat ibadah dan pusat spiritual bagi umat Buddha di wilayah ini, telah lama mengadakan kegiatan bakti sosial sebagai wujud dari ajaran Buddha tentang kasih sayang dan kepedulian terhadap sesama. Setiap tahun, dalam rangka perayaan Tahun Jambhala Merah & Kuning, vihara ini membagikan sembako kepada masyarakat yang kurang beruntung di sekitarnya.

Kegiatan ini merupakan bentuk nyata dari ajaran Buddhisme yang mengajarkan pentingnya berbagi dan membantu mereka yang membutuhkan. Selain sembako, vihara ini juga memberikan bantuan lainnya kepada masyarakat yang membutuhkan, seperti pakaian layak pakai dan perlengkapan lainnya.

Bhikkhu Dhammasaro, pemimpin spiritual Vihara

Satya Buddha Dharma, mengatakan, “Kami sangat bahagia bisa berkontribusi positif dalam kehidupan masyarakat sekitar, terutama dalam momen perayaan ini. Tahun Jambhala Merah & Kuning adalah waktu yang tepat untuk mengingatkan kita semua akan pentingnya kasih sayang dan kepedulian terhadap sesama.”

Pada hari Sabtu ini, anggota vihara dan sukarelawan aktif terlibat dalam proses membagikan sembako kepada masyarakat yang membutuhkan. Mereka menyambut dengan senyuman dan keramahan, menciptakan atmosfer kebahagiaan yang menghangatkan hati. Acara ini menjadi pengingat bagi semua yang hadir bahwa kebahagiaan sejati terletak dalam kemampuan kita untuk membantu orang lain.

Kegiatan ini adalah bukti nyata bahwa Vihara Satya Buddha Dharma bukan hanya tempat ibadah, tetapi juga pusat aktivitas sosial yang berperan dalam memperbaiki kualitas hidup masyarakat sekitar. Mereka berharap bahwa kegiatan seperti ini akan menginspirasi lebih banyak individu dan komunitas untuk melakukan perbuatan baik dan membantu mereka yang membutuhkan dalam kehidupan sehari-hari. Semoga ajaran kasih sayang Buddha terus menginspirasi kita semua untuk melakukan kebaikan dalam hidup ini. ■



# Vihara Avalokhitesvara Mangga Besar Jakarta Barat Berbagi Kebahagiaan melalui Bakti Sosial dan Donor Darah

**PADA** Minggu, tanggal 24 September 2023, Vihara Avalokhitesvara yang terletak di Mangga Besar, Jakarta Barat, menjadi tempat sebuah acara bakti sosial dan donor darah yang penuh kasih sayang. Kegiatan ini diadakan di lantai 4 Vihara Avalokhitesvara dan melibatkan partisipasi antusias warga setempat yang datang berbondong-bondong untuk berkontribusi dalam kegiatan sosial yang mulia ini.

Donor darah adalah salah satu bentuk sumbangan yang paling berarti bagi kesehatan masyarakat. Kegiatan ini bertujuan untuk membantu pasien yang membutuhkan darah dan produk darah, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya donor darah secara berkala.

Kegiatan donor darah yang dilaksanakan di Vihara Avalokhitesvara ini mendapatkan dukungan penuh dari Palang

Merah Indonesia (PMI) DKI Jakarta. Tim medis PMI siap melayani para pendonor dengan profesional dan aman. Bersyukur atas antusiasme warga yang hadir untuk berpartisipasi dalam acara ini. Ini adalah bukti nyata dari semangat gotong royong di antara warga, bersama dengan lembaga dan tentunya tokoh atau pemuka agama setempat untuk mewujudkan kondisi lingkungan harmonis.

Acara bakti sosial dan donor



darah ini menjadi contoh nyata bahwa kerjasama antara tempat ibadah, organisasi sosial, dan

masyarakat dapat menghasilkan dampak positif yang besar dalam membantu sesama. Semoga kegiatan

semacam ini terus berlanjut dan menjadi inspirasi bagi komunitas lain untuk berbuat baik. ■







## “Sinergi DPP WALUBI dan Pemerintah: Bakti Sosial Kesehatan Memeriahkan HUT TNI ke-78 di Monas



**DALAM** upaya untuk merayakan Hari Ulang Tahun Tentara Nasional Indonesia (TNI) yang ke-78, DPP WALUBI (Perwakilan Umat Buddha Indonesia) bergandengan tangan dengan instansi pemerintahan dalam menyelenggarakan sebuah acara bakti sosial kesehatan yang mengesankan. Kegiatan ini berlangsung di Taman Monas dan dilaksanakan pada hari Minggu, tanggal 24 September 2023. Kegiatan tersebut menunjukkan sinergitas antara lembaga sosial keagamaan dan instansi pemerintahan.

Bakti sosial kesehatan ini merupakan salah satu rangkaian kegiatan peringatan HUT TNI tahun 2023. Kegiatan tersebut dihadiri oleh ribuan warga Jakarta yang memadati Taman Monas sejak pagi hari. Mereka berbondong-bondong





untuk mendapatkan pemeriksaan kesehatan gratis dan layanan medis berkualitas.

DPP WALUBI dapat berkontribusi dalam perayaan HUT TNI tahun ini. Ini adalah contoh nyata bahwa sinergitas antara lembaga sosial keagamaan dan instansi pemerintahan dapat menghasilkan dampak positif yang besar bagi masyarakat. Salah satunya mensupport penuh bakti

sosial kesehatan.

Selain pemeriksaan kesehatan, kegiatan bakti sosial ini juga mencakup pemeriksaan kolesterol, asam urat, dan diabetes, cek kesehatan mata, menyediakan kacamata serta pembagian obat-obatan yang dibutuhkan oleh pasien. Selain itu, tim medis yang berpengalaman juga memberikan konsultasi medis kepada peserta yang memerlukan.

Dukungan DPP WALUBI dan instansi pemerintahan dalam kegiatan bakti sosial ini adalah bukti nyata bahwa kerjasama antara sektor keagamaan dan pemerintahan dapat menciptakan perubahan positif dalam masyarakat. Semoga semangat ini terus menginspirasi kolaborasi yang lebih banyak untuk kesejahteraan masyarakat di masa depan.■



# Kolaborasi Mahabudhi, Walubi, Vihara AVG, Yayasan Kasih Lim, dan Vihara Ardhi Dharma sukses gelar bakti sosial kesehatan



“*Kerjasama antara lembaga-lembaga ini adalah contoh nyata dari semangat gotong royong dan kepedulian terhadap sesama. Kami sangat bersyukur dapat memberikan bantuan kesehatan kepada masyarakat Karawaci.*”

*Koordinator Bakti Sosial DPP WALUBI,  
Hendra Harjadi,*

**PADA** Karawaci, Tangerang - Pada hari Minggu, tanggal 24 September 2023, warga Karawaci, Tangerang, menyaksikan sebuah acara bakti sosial kesehatan yang menggetarkan hati mereka. Acara ini menjadi sukses besar berkat kerjasama erat antara beberapa lembaga sosial dan agama ternama di wilayah tersebut, seperti Mahabudhi, Walubi (Perwakilan Umat Buddha Indonesia), Vihara AVG, Yayasan Kasih Lim, dan Vihara Ardhi Dharma.

Bakti sosial kesehatan ini digelar dengan tujuan mulia, yaitu memberikan bantuan medis dan perawatan kesehatan kepada warga yang membutuhkan, dengan fokus utama pada pemeriksaan dan pengobatan penyakit umum seperti kolesterol, asam urat, dan diabetes. Tidak hanya itu, acara ini juga melibatkan pembagian

kacamata baca kepada warga yang memerlukannya untuk membantu meningkatkan kualitas hidup mereka.

Kemeriahan acara dimulai sejak pagi hari, ketika ratusan warga dari berbagai lapisan masyarakat mulai mengantri untuk memeriksakan kesehatan mereka. Tim medis yang terdiri dari dokter-dokter berpengalaman dan relawan kesehatan dengan penuh dedikasi berupaya memberikan pelayanan yang terbaik kepada setiap pasien. Mereka dengan sabar mendengarkan keluhan, memberikan diagnosis, dan meresepkan pengobatan yang dibutuhkan.

Koordinator Bakti Sosial DPP WALUBI, Hendra Harjadi, menyampaikan, “Kerjasama antara lembaga-lembaga ini adalah contoh nyata dari semangat gotong royong dan kepedulian terhadap sesama.





Kami sangat bersyukur dapat memberikan bantuan kesehatan kepada masyarakat Karawaci.” Dukungan penuh dari Walubi, yang memiliki komitmen kuat untuk membantu masyarakat dalam hal kesehatan, menjadi pilar penting dalam kesuksesan acara ini. Vihara AVG, Yayasan Kasih Lim, dan Vihara Ardhi Dharma juga turut berperan aktif dalam menjalankan acara ini dengan sukses.

Reaksi positif datang dari berbagai warga yang mendapatkan manfaat dari bakti sosial kesehatan ini. Mereka mengungkapkan rasa terima kasih yang mendalam kepada semua pihak yang telah mengorganisir acara ini. Banyak yang merasa lega karena mendapatkan perawatan kesehatan yang sangat dibutuhkan dan kini merasa lebih baik dari sebelumnya. Dengan dukungan besar dari

masyarakat dan kerjasama erat antara lembaga-lembaga sosial dan agama, bakti sosial kesehatan ini telah memberikan manfaat besar bagi warga Karawaci. Semoga acara semacam ini dapat terus diadakan untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat dan memperkuat persaudaraan antarwarga. Kebersamaan dan kepedulian adalah kunci untuk menciptakan komunitas yang lebih sehat dan harmonis. ■







# SEGENAP JAJARAN PENGURUS DPP WALUBI

*mengucapkan*

*Sukhita jātadivasam te*

**YM. Khanit Saññano Mahāthera  
&**

**YM. Srivisarn Mitngam Mahāthera**

*Semoga Selalu Sehat dan Panjang Umur*



[www.walubi.or.id](http://www.walubi.or.id)



[walubi.or.id](http://walubi.or.id)



[dppwalubi\\_pusat](https://www.instagram.com/dppwalubi_pusat)



[DPP Walubi](https://www.youtube.com/DPPWalubi)



[walubipusat](https://twitter.com/walubipusat)



[dpp.walubi.1](https://www.facebook.com/dpp.walubi.1)



# Perayaan Hari ulang tahun Sekjend DPP WALUBI; Bhikkhu Khanit Saññano Mahatherā

**JAKARTA**, 17 September 2023 - Jakarta, 14 September 2023 - Umat Buddha DKI Jakarta merayakan perayaan Sembayang Ulambana dengan khidmat di Vihara Avalokhithesvara Graha Sunter Bisma selama empat hari mulai dari tanggal 9 hingga 12 September 2023. Acara ini merupakan salah satu tradisi agama Buddha yang dipraktikkan oleh umat Buddha Mahayana secara rutin setiap tahunnya.

Dalam perayaan Sembayang Ulambana yang diadakan di Vihara Avalokhithesvara Graha Sunter Bisma, sekitar 150 umat Buddha turut serta untuk merayakan momen penting dalam agama mereka. Para peserta berkumpul bersama untuk menghormati para leluhur dan mengirimkan doa kepada mereka.

Acara ini dihadiri oleh kurang lebih 12 suhu (pendeta) dari berbagai vihara di DKI Jakarta, yang











memimpin doa-doa dan upacara selama perayaan. Para suhu memberikan pengajaran dan bimbingan rohani kepada umat Buddha yang hadir, memberikan makna yang lebih dalam tentang makna Sembayang Ulambana.

Sembayang Ulambana adalah sebuah acara yang penuh dengan makna dan rasa syukur. Selain menghormati para leluhur, perayaan ini juga menjadi waktu yang tepat untuk berrefleksi, membersihkan diri dari dosa-dosa masa lalu, dan memperkuat komitmen untuk menjalani prinsip-prinsip agama Buddha dalam kehidupan sehari-hari.



Selama empat hari perayaan, umat Buddha di Vihara Avalokhithesvara Graha Sunter Bisma mengikuti berbagai kegiatan religius, seperti sembahyang bersama, pembacaan sutra-sutra suci, dan meditasi. Selain itu, mereka juga mengadakan kegiatan sosial yang positif, seperti pemberian sumbangan makanan kepada yang membutuhkan sebagai wujud kasih sayang dan kepedulian kepada sesama.



“Perayaan Sembayang Ulambana adalah waktu yang sangat berharga bagi umat Buddha untuk merenungkan nilai-nilai agama kita dan menghormati para leluhur kami,” kata salah seorang peserta.

Perayaan ini tidak hanya berarti bagi umat Buddha, tetapi juga menjadi kesempatan untuk memahami dan menghargai keragaman budaya dan agama di DKI Jakarta. Acara ini mencerminkan semangat toleransi dan kerukunan antarumat beragama yang menjadi salah satu ciri khas ibu kota Indonesia ini.



Perayaan Sembayang Ulambana di Vihara Avalokhithesvara Graha Sunter Bisma menjadi bukti nyata betapa pentingnya tradisi agama dalam mempertahankan nilai-nilai kemanusiaan dan harmoni dalam masyarakat yang beragam. ■

# Wasekjen DPP WALUBI; Romo Asun Gotama Menyertai Kegiatan Pengawasan Aliran Kepercayaan Masyarakat di Jakarta Barat



**JAKARTA BARAT, 17**  
September 2023 - Romo Asun Gotama, seorang tokoh agama yang dikenal karena advokasi perdamaian dan kerukunan antaragama, ikut serta dalam kegiatan pengawasan terhadap aliran kepercayaan masyarakat yang diadakan oleh Kejaksaan Negeri Jakarta Barat. Kegiatan ini merupakan langkah positif dalam menjaga dan mengayomi kepercayaan masyarakat yang beragam di Jakarta Barat.

Pengawasan aliran kepercayaan masyarakat adalah upaya penting dalam memastikan bahwa praktik-praktik keagamaan yang berkembang di masyarakat tetap sesuai dengan hukum dan nilai-nilai keadilan. Kegiatan ini merupakan hasil kerja sama antara Kejaksaan Negeri Jakarta Barat dan berbagai tokoh agama, termasuk Romo Asun Gotama, yang memiliki pengaruh besar dalam mempromosikan

dialog antaragama dan toleransi di masyarakat.

Kegiatan ini melibatkan pertemuan antara tokoh agama, perwakilan aliran kepercayaan masyarakat, dan pihak berwenang dari Kejaksaan Negeri Jakarta Barat. Tujuan utamanya adalah untuk bertukar informasi, memahami praktik-praktik keagamaan yang berbeda, dan menjalin kerja sama dalam menjaga ketertiban dan keamanan di lingkungan keagamaan.

Romo Asun Gotama, dalam sambutannya, menekankan pentingnya kerjasama antaragama dan menghormati kebebasan beragama dalam masyarakat yang pluralis. Beliau juga mengungkapkan harapannya bahwa melalui kegiatan ini, akan terjalin pemahaman yang lebih baik antara berbagai aliran kepercayaan dan pihak berwenang, sehingga konflik atau ketegangan yang mungkin timbul dapat

dihindari.

Kegiatan pengawasan ini juga diapresiasi oleh Kejaksaan Negeri Jakarta Barat, yang melihatnya sebagai langkah konkret dalam menjaga harmoni dan kerukunan di wilayah ini. Mereka berharap bahwa kolaborasi terus berlanjut untuk menjaga kepercayaan masyarakat yang beragam, sambil tetap memastikan kepatuhan terhadap hukum.

Pada akhir acara, semua peserta sepakat bahwa langkah-langkah seperti ini sangat penting dalam menjaga dan mempromosikan kerukunan antaragama dan keragaman kepercayaan di Jakarta Barat. Kegiatan ini merupakan contoh nyata bahwa bersama-sama, masyarakat Indonesia dapat tetap menjaga dan mengayomi kepercayaan masyarakat dengan damai dan hormat satu sama lain.



# Wasekjend DPP WALUBI, Romo Asun Gotama Hadiri Doa Bersama Untuk Pemilu dan Pilkada Damai 2024



Kegiatan doa lintas iman ini mencerminkan semangat persatuan dan toleransi antarumat beragama di Indonesia. Para peserta yang berasal dari berbagai latar belakang agama dan budaya berkumpul bersama untuk berdoa dan mengirimkan pesan damai dalam rangka memperkuat fondasi demokrasi yang ada di Indonesia.

Semoga harapan dan doa dari perwakilan umat Buddha Indonesia, yang diwakili oleh Wasekjend DPP WALUBI Romo Asun Gotama, dapat menjadi bagian dari upaya bersama untuk mewujudkan pemilu dan pilkada yang damai dan berdampak positif bagi bangsa Indonesia. ■

**PERWAKILAN** umat Buddha Indonesia yang diwakili oleh Wasekjend Dewan Pimpinan Pusat WALUBI, Romo Asun Gotama, turut hadir dalam sebuah kegiatan doa lintas iman yang digelar di Gedung KPU Jakarta Pusat pada tanggal 31 Agustus 2023. Kegiatan ini diadakan sebagai bagian dari upaya masyarakat beragama untuk mendoakan kelancaran Pemilu dan Pilkada 2024 serta berharap agar hasilnya membawa dampak positif bagi bangsa dan negara.

Kegiatan doa lintas iman ini dihadiri oleh berbagai tokoh agama, pemimpin masyarakat, dan warga yang peduli akan proses demokrasi di Indonesia. Romo Asun Gotama, sebagai perwakilan umat Buddha, memberikan doa-doa dalam agama Buddha yang sarat makna dalam

kegiatan tersebut.

Romo Asun Gotama menyampaikan harapan dan doa dari umat Buddha Indonesia. Beliau menekankan pentingnya pemilu dan pilkada yang damai dan adil bagi masa depan negara. Ia juga menyelipkan tentang pentingnya pemimpin yang baik dan wakil rakyat yang amanah dalam mengemban tugasnya.

“Kami, umat Buddha Indonesia, bersama dengan seluruh masyarakat Indonesia, berdoa agar pemilu dan pilkada 2024 dapat berjalan dengan damai, adil, dan transparan. Kami juga berharap hasilnya akan membawa pemimpin yang bijaksana dan wakil rakyat yang amanah, yang akan bekerja untuk kepentingan bersama dan kemajuan bangsa,” kata Romo Asun Gotama.



# Kegiatan Rakerda WALUBI DKI Jakarta Dengan Sosialisasi BPJS Ketenagakerjaan Serta Program Pemilu oleh KPU & Polres Jakarta Barat

*Selain membahas rencana kerja, Komisi Pemilihan Umum (KPU) Jakarta Barat dan Polres Metro Jakarta Barat turut hadir untuk mensosialisasikan hal-hal terkait Pemilihan Umum Tahun 2024.*



**JAKARTA BARAT, 17 DEWAN** Pimpinan Daerah (DPD) Perwakilan Umat Buddha Indonesia (Walubi) DKI Jakarta melaksanakan Rapat Kerja Daerah tahun 2023 di Royal Palm Hotel & Conference Center, Cengkareng, Jakarta Barat, Sabtu 23 September 2023.

Rakerda dipimpin oleh Ketua DPD Walubi DKI Jakarta, Jandi Mukianto serta Dewan Penasihat Esther Setiawati Santoso. Rakerda ini mengangkat tema 'Bekerja dan Berkarya Menuju Era Emas Indonesia 2045'. "Rakerda ini merupakan kegiatan rutin dimana anggota-anggota majelis naungan DPD WALUBI DKI Jakarta beserta Ketua - Ketua DPD WALUBI

tingkat Kota/Kab se-Jakarta serta organisasi sayap berkumpul untuk mengevaluasi kinerjanya selama setahun terakhir," kata Jandi Mukianto

Pada momen Rakerda ini, DPD WALUBI DKI Jakarta juga merancang program-program kerja yang akan dilaksanakan mendatang. Rapat Kerja Daerah DPD WALUBI DKI Jakarta tahun 2023 dibuka oleh doa dari Bhante Bodhi Jagarapanno Mahathera dan serta sambutan dari Jandi Mukianto. Dilanjutkan dengan penyampaian laporan dari Megawati Wijaya selaku ketua panitia acara yang menyampaikan apresiasi kepada seluruh pihak yang terlibat. Juga diisi dengan sambutan dan

pengarahan dari Pembimas Buddha DKI Jakarta, Suliarna beserta Mukhlis selaku perwakilan dari Biro Dikmental Provinsi DKI Jakarta. Keduanya menyampaikan harapan pemerintah agar DPD WALUBI DKI Jakarta dapat bekerja dan berkarya untuk umat Buddha serta bangsa dan negara

Pada kesempatan yang sama, DPD WALUBI DKI Jakarta juga menandatangani nota kesepahaman (MoU) dengan BPJS Ketenagakerjaan dalam kerjasama membantu para pekerja di rumah ibadah Agama Buddha. Ini juga merupakan satu dari total 14 program yang akan dilaksanakan oleh DPD WALUBI DKI Jakarta dengan bantuan dana hibah Pemprov DKI Jakarta.

Selain membahas rencana kerja, Komisi Pemilihan Umum (KPU) Jakarta Barat dan Polres Metro Jakarta Barat turut hadir untuk mensosialisasikan hal-hal terkait Pemilihan Umum Tahun 2024. Seluruh peserta menyimak materi-materi yang disampaikan oleh pihak perwakilan KPU dan Kepolisian yang diwakili Endang dan Adhib.

Dalam sosialisai BPJS Ketenagakerjaan Bukan Penerima Upah di jelaskan lebih rinci tentang urgensi yang penting bagi masyarakat dan tenaga sosial keagamaan. Berikut beberapa alasan mengapa BPJS Ketenagakerjaan





sangat penting:

**Perlindungan Sosial: BPJS Ketenagakerjaan** memberikan perlindungan sosial kepada para tenaga sosial keagamaan yang terkadang tidak mendapatkan jaminan sosial dari majikan atau lembaga keagamaan tempat mereka bekerja. Perlindungan ini mencakup berbagai manfaat, seperti jaminan kematian, jaminan hari tua, jaminan pensiun, dan jaminan kecelakaan kerja. Dengan demikian, mereka dapat merasa lebih aman secara finansial.

**Pensiun yang Layak: BPJS Ketenagakerjaan** membantu tenaga sosial keagamaan untuk merencanakan masa pensiun yang lebih baik. Mereka dapat mengumpulkan dana pensiun secara berkala selama masa kerja mereka, sehingga setelah pensiun, mereka memiliki sumber pendapatan yang

stabil untuk memenuhi kebutuhan hidup mereka.

**Jaminan Kesehatan: BPJS Ketenagakerjaan** juga menyediakan jaminan kesehatan, termasuk akses ke perawatan medis dan obat-obatan. Ini sangat penting karena tenaga sosial keagamaan sering kali bekerja dalam lingkungan yang mengharuskan mereka untuk peduli terhadap kesejahteraan masyarakat. Dengan jaminan kesehatan, mereka dapat dengan lebih baik menjalankan tugas sosial mereka tanpa khawatir terkena risiko finansial akibat masalah kesehatan.

**Peningkatan Kesejahteraan Masyarakat: Tenaga sosial keagamaan** memiliki peran penting dalam membantu masyarakat, terutama yang kurang mampu. Dengan memiliki jaminan sosial melalui BPJS Ketenagakerjaan, mereka dapat fokus pada tugas

mereka tanpa terlalu khawatir tentang kesejahteraan pribadi mereka. Ini berdampak positif pada pelayanan sosial dan keagamaan yang mereka berikan kepada masyarakat.

Secara keseluruhan, BPJS Ketenagakerjaan memiliki urgensi yang signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan dan perlindungan bagi tenaga sosial keagamaan serta masyarakat yang mereka layani. Hal ini membantu mereka menjalankan tugas sosial dan keagamaan mereka dengan lebih baik dan memberikan rasa aman terkait kesejahteraan mereka.

Akhir dari kegiatan Rakerda ini ditutup doa oleh Pdt. Gouw Tjeng Sun, S.Dt.B atau yang kerap disapa Romo Asun yang berharap agar rencana program kerja yang telah disusun dapat dilaksanakan dengan lancar. ■

# DPP WALUBI Hadiri Kegiatan FGD Mengenai “Peta Jalan Gerakan Nasional Pengurangan Kehilangan dan Pemborosan Makanan”



**JAKARTA**, 25 September 2023 - Hari ini, perwakilan dari Dewan Pimpinan Pusat WALUBI (Perwakilan umat Buddha Indonesia) hadir dalam sebuah forum group discussion yang diselenggarakan oleh Utusan Presiden Bidang Kerjasama Pengentasan Kemiskinan dan Ketahanan Pangan Republik Indonesia. Acara ini bertujuan untuk membahas langkah-langkah konkret dalam pengurangan kehilangan dan pemborosan makanan di Indonesia.

Ketua Umum DPP WALUBI yang sedang berhalangan hadir, diwakili oleh Wakil Sekretaris Jenderal DPP WALUBI, Romo Asun Gotama. Kehadiran perwakilan DPP WALUBI dalam acara ini menunjukkan komitmen WALUBI dalam mendukung inisiatif pemerintah dalam mengatasi masalah serius ini yang telah berdampak signifikan pada ketahanan pangan dan kesejahteraan masyarakat.

Acara yang berlangsung di The

Hotel Sultan and Residence Jakarta pada hari Senin ini menghadirkan berbagai pemangku kepentingan dari sektor pemerintah, swasta, dan organisasi non-pemerintah. Forum diskusi ini menjadi ajang penting untuk berbagi pengetahuan, pengalaman, dan solusi dalam upaya bersama mengurangi kehilangan dan pemborosan makanan.

Diskusi fokus pada penyusunan peta jalan untuk Gerakan Nasional Pengurangan Kehilangan dan Pemborosan Makanan. Langkah-langkah strategis dalam mencapai tujuan ini termasuk edukasi publik, peningkatan infrastruktur penyimpanan dan distribusi makanan, serta penguatan peraturan terkait.

Romo Asun Gotama Wasekjend DPP WALUBI, yang hadir sebagai perwakilan DPP WALUBI, menyampaikan bahwa organisasi ini berkomitmen untuk aktif berpartisipasi dalam berbagai inisiatif yang mendukung kesejahteraan masyarakat

Indonesia, termasuk dalam upaya mengatasi masalah ketahanan pangan. Dia juga menyoroti pentingnya kolaborasi antara pemerintah, sektor swasta, dan masyarakat sipil dalam mencapai tujuan bersama ini.

Kegiatan ini diharapkan akan menghasilkan kerangka kerja yang komprehensif untuk mengurangi kehilangan dan pemborosan makanan di Indonesia, serta memberikan panduan bagi berbagai pemangku kepentingan untuk bekerja bersama-sama dalam mewujudkan ketahanan pangan yang lebih baik untuk bangsa ini.

Selama sesi diskusi, para peserta juga memiliki kesempatan untuk menyampaikan ide-ide dan pemikiran mereka, sehingga acara ini menjadi momentum penting dalam perjuangan bersama untuk mengatasi masalah serius yang mempengaruhi ketahanan pangan dan kesejahteraan masyarakat Indonesia





## Mahabudhi & Vihara AVG Bagikan 780 Nasi Kotak Vegetarian dalam Kegiatan Bhakti Sosial di Cipanas, Cianjur

**JAKARTA** 30 September 2023 - Mahabudhi dan Vihara AVG dengan sukacita mengadakan kegiatan bhakti sosial dengan membagikan 780 nasi kotak vegetarian kepada masyarakat sekitar Vihara Avalokitesvara Vipassana Graha, Cipanas - Cianjur. Kegiatan ini berlangsung pada Sabtu, 30 September 2023.

Kegiatan yang dilaksanakan dengan penuh kehangatan ini merupakan bentuk kepedulian Mahabudhi dan Vihara AVG terhadap kesejahteraan masyarakat sekitar. Nasi kotak yang dibagikan berisi makanan vegetarian berkualitas tinggi, mengutamakan nutrisi yang seimbang dan bergizi.

Pimpinan Vihara Avalokitesvara Vipassana Graha, dalam keterangannya, menyampaikan rasa terima kasih kepada para donatur dan relawan yang telah mendukung kegiatan bhakti sosial ini. “Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada para donatur yang telah memungkinkan kami melaksanakan kegiatan ini. Juga kepada seluruh relawan yang dengan gih ikut

serta dalam pembagian nasi kotak ini. Semoga kebaikan ini dapat menjadi berkah bagi semua makhluk,” ujarnya.

Para penerima manfaat dari kegiatan ini tampak bahagia menerima bantuan yang diberikan. Beberapa di antara mereka memberikan ucapan terima kasih atas kebaikan yang telah diterima. “Terima kasih banyak atas nasi kotak ini. Semoga Vihara selalu diberkahi dan dapat terus membantu masyarakat,” ujar salah satu warga yang menerima bantuan.

Kegiatan bhakti sosial ini tidak hanya memberikan manfaat fisik melalui bantuan nasi kotak, tetapi juga memberikan dampak positif dalam mempererat hubungan antara Vihara AVG, Mahabudhi, dan masyarakat sekitar. Semoga kegiatan semacam ini dapat menjadi inspirasi bagi lebih banyak pihak untuk terlibat dalam kegiatan sosial yang bermanfaat bagi semua.

Terima kasih kepada semua pihak yang telah turut serta dalam kegiatan bhakti sosial ini. Semoga kebaikan selalu menyertai kita semua.





## Majelis Agama Buddha Mahanikaya Indonesia Gelar Kegiatan Atthasilani Upasaka Upasika yang Meriah di Tangerang, Banten

**DALAM** Tangerang, 25 September 2023 - Kegiatan Atthasilani Upasaka Upasika yang diadakan oleh Majelis Agama Buddha Mahanikaya Indonesia meriahkan suasana di kampus Sekolah Tinggi Agama Buddha Negeri Sriwijaya, Tangerang, Banten,

selama dua hari berturut-turut pada tanggal 23-24 September 2023. Acara ini berhasil mengumpulkan lebih dari 200 peserta yang antusias, yang mendapatkan bimbingan dari 12 Bhikkhu yang berpengalaman. Pada hari Minggu, pukul 07.00 WIB pagi, halaman kampus

dipenuhi oleh umat Buddha yang berkumpul untuk berdana, menghadirkan keperluan kepada Bhikkhu, yang selama acara ini melaksanakan pindapatta, yaitu proses pengembaraan Bhikkhu untuk menerima makanan dari umat Buddha yang hadir.





Kegiatan Atthasilani Upasaka Upasika merupakan bagian penting dalam praktik keagamaan Buddha, di mana umat Buddha berusaha untuk mendalami ajaran Buddha melalui praktik ketekunan spiritual dan pengabdian kepada Bhikkhu yang menjalani kehidupan penuh dharma.

Acara ini tidak hanya mencakup praktik keagamaan, tetapi juga seminar dan kuliah dari para Bhikkhu yang membahas berbagai aspek ajaran Buddha dan praktik meditasi. Hal ini memberikan kesempatan bagi peserta untuk mendapatkan



pemahaman yang lebih dalam tentang ajaran Buddha dan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan Atthasilani Upasaka Upasika ini tidak hanya memperdalam pemahaman agama Buddha, tetapi juga memperkuat ikatan antara umat Buddha dan Bhikkhu. Semoga semangat keagamaan yang terpancar dari acara ini dapat terus menginspirasi masyarakat Buddha Indonesia untuk menjalani kehidupan yang penuh dharma dan kebaikan. ■







# JIEXPO

Jakarta International Exhibition, Convention Center, Theatre, and Hotel

## INDONESIA'S LARGEST & MOST EXPERIENCE VENUE

Combines Exhibition, Convention Center, Theatre, & Hotel

ALL IN ONE PLACE

**44** hectares of area

**40.000**  
SQM indoor space

**50.000**  
SQM outdoor space

**2.500** three-tier proscenium arch theatre

**243**

hotel rooms in premises and 1500 hotel rooms in surrounding

**3.000**

SQM ballrooms

**30** minutes access from airport & international port

**10.000**

SQM column-free hall

**29** meeting rooms



# Peninggalan Nenek Moyang Candi Adan-Adan Kediri: “Mengungkap Misteri Sejarah Nusantara yang Tak Terlupakan”



**SEBAGAI** upaya untuk memahami warisan budaya yang kaya di Indonesia, para peneliti telah melakukan ekskavasi yang mendalam di Candi Adan-Adan, sebuah situs bersejarah yang mengungkapkan banyak misteri tentang masa lalu nusantara. Ditemukan di daerah Kediri, Jawa Timur, situs ini telah memberikan wawasan yang tak ternilai tentang peradaban yang telah dibangun oleh nenek moyang kita.

Para peneliti telah menemukan bukti peradaban yang mengesankan di situs ini, termasuk temuan

terbesar di Indonesia. Situs Sumber Cangkring, situs Semen, situs Adipati Lonjer, dan banyak lainnya telah mengungkapkan keajaiban budaya yang tersembunyi selama berabad-abad. Meskipun sudah terlupakan oleh waktu, Candi Adan-Adan membawa kita kembali ke masa kejayaan nusantara.

### Eskavasi

Eskavasi di Candi Adan-Adan telah menghadirkan banyak temuan menarik. Pada tahun 2016, penemuan dua makara yang megah menguatkan dugaan bahwa

di tempat ini terdapat candi. Dan ternyata, harapan itu benar adanya. Candi ini memiliki Makara tertinggi dan terbesar di seluruh Indonesia, dengan ketinggian mencapai 2,3 meter.

Selanjutnya, ekskavasi mengungkapkan Arca Buddha yang indah. Arca Dhyani Buddha Amitabha dengan posisi sikap tangan Dhyani Mudra menjadi penemuan yang sangat penting. Begitu juga dengan temuan lainnya, seperti Arca Dhyani Bodhisatwa dan lapik Arca bagian kaki dengan motif Padmasana ganda.



Makara yang telah ditemukan di Candi Adan-Adan adalah salah satu temuan yang sangat menarik dalam eskavasi situs tersebut.

Makara adalah makhluk mitologis yang sering muncul dalam seni dan ikonografi agama-agama seperti

memberikan wawasan tentang seni dan simbolisme yang penting dalam peradaban tersebut.

### Sejarah Tersembunyi

Candi Adan-Adan sebagai sebuah situs bersejarah yang

### Perkembangan Peradaban

Penting untuk memahami dan menghargai sejarah bangsa kita. Candi Adan-Adan memberikan wawasan tentang perkembangan peradaban Hindu-Buddha dan Majapahit di Jawa Timur. Ini juga



Hindu dan Buddha. Makara sering digambarkan sebagai makhluk dengan tubuh seperti ikan atau hewan air lainnya, dengan elemen-elemen hiasan yang indah.

Dalam konteks Candi Adan-Adan, Makara yang ditemukan memiliki bentuk yang sempurna dan sangat megah, dengan ketinggian mencapai 2,3 meter. Makara ini adalah yang tertinggi dan terbesar yang pernah ditemukan di seluruh Indonesia, yang menunjukkan tingkat keahlian seni dan detail yang tinggi dalam pembuatan makhluk mitologis ini.

Makara dalam seni Hindu-Buddha sering melambangkan aspek spiritual, kehidupan bawah laut, atau perlindungan terhadap peradaban. Meskipun tidak ada informasi spesifik yang diberikan dalam konteks Candi Adan-Adan, kemungkinan Makara ini memiliki makna penting dalam konteks agama Buddha Mahayana atau peradaban Hindu-Buddha yang ada di wilayah tersebut. Temuan ini

memiliki latar belakang keagamaan Buddha Mahayana yang kaya. Situs ini memiliki sejarah yang tersembunyi selama berabad-abad, yang mencerminkan pentingnya penelitian arkeologis untuk mengungkap warisan budaya yang terlupakan. Wilayah Kediri dan sekitarnya diakui sebagai pusat kebudayaan sejak era Empu Sendok pada abad ke-19, dan Candi Adan-Adan menjadi bukti hidup dari sejarah kuno ini.

Pentingnya dicatat bahwa situs ini telah mengalami tiga kali bencana alam, yang menambah misteri dan keindahan situs tersebut. Bencana alam tersebut mungkin telah mempengaruhi struktur fisik situs, tetapi juga dapat memberikan wawasan tentang tantangan yang dihadapi oleh peradaban masa lalu. Sebagai akibatnya, Candi Adan-Adan menjadi salah satu situs yang sangat penting dalam upaya pemahaman sejarah, budaya, dan perkembangan peradaban di wilayah tersebut.

membantu merekonstruksi seni bangunan dan ikonografik masa lalu yang kaya akan budaya.

### Menyambung Persaudaraan

Saat kita menjelajahi warisan budaya kita, penting untuk meninggalkan perselisihan dan meneruskan persaudaraan. Melalui pemahaman dan penghargaan terhadap sejarah kita, kita dapat bersatu sebagai bangsa dan mengejar masa depan yang lebih cerah.

Candi Adan-Adan adalah salah satu contoh yang menginspirasi tentang bagaimana sejarah kita yang kaya dan budaya yang beragam dapat menyatukan kita sebagai bangsa yang besar. Mari kita jaga dan lestarikan warisan ini untuk generasi mendatang.

### Sejarah yang Tersembunyi

Situs ini memiliki latar belakang keagamaan Buddha Mahayana yang kaya. Namun, selama berabad-abad, Candi Adan-Adan telah mengalami tiga kali bencana alam, menambah

misteri dan keindahannya. Wilayah Kediri dan sekitarnya telah menjadi pusat kebudayaan sejak era Empu Sendok pada abad ke-19, dan Candi Adan-Adan adalah bukti hidup sejarah kuno ini.

### **Pentingnya Pemahaman Sejarah**

Melalui penggalian ini, kita dapat memahami perkembangan peradaban Hindu-Buddha dan Majapahit di Jawa Timur. Ini juga membantu merekonstruksi seni bangunan dan ekonografik masa lalu yang kaya akan budaya.



### **Menyambung Persaudaraan**

Penting untuk meninggalkan perselisihan dan meneruskan persaudaraan saat kita menjelajahi warisan budaya kita. Melalui pemahaman dan penghargaan terhadap sejarah kita, kita dapat bersatu sebagai bangsa yang besar dan mengejar masa depan yang lebih cerah.

Candi Adan-Adan adalah salah satu contoh yang menginspirasi tentang bagaimana sejarah kita yang kaya dan budaya yang beragam dapat menyatukan kita sebagai

bangsa yang besar. Mari kita jaga dan lestarikan warisan ini untuk generasi mendatang.

Berdasarkan bukti otentik apa bahwa situs candi Adan-Adan disebut sebagai situs candi Buddha? Pengklasifikasian sebuah situs sebagai situs candi Buddha atau situs dengan latar belakang

Buddha di situs tersebut adalah salah satu bukti otentik yang kuat bahwa situs tersebut memiliki latar belakang keagamaan Buddha. Arca-arca Buddha biasanya memiliki ciri-ciri yang khas dalam seni Buddha, seperti posisi tangan tertentu (mudra) dan atribut-atribut Buddha.

Prasasti atau Insripsi: Prasasti



keagamaan Buddha biasanya didasarkan pada sejumlah bukti dan penelitian arkeologis yang mendalam. Untuk menyebut Candi Adan-Adan sebagai situs candi Buddha, beberapa bukti otentik yang mungkin digunakan dalam penelitian arkeologis dan sejarah antara lain:

Temuan Arca Buddha: Penemuan arca-arca atau patung-patung

atau inskripsi yang mengandung teks-teks religius atau tulisan-tulisan yang terkait dengan Buddha atau agama Buddha adalah bukti penting. Prasasti semacam ini dapat memberikan informasi tentang sejarah, pendirian, atau dedikasi situs kepada agama Buddha.

### **Struktur Arsitektural:**

Struktur arsitektural pada situs





yang menunjukkan penggunaan khas dalam bangunan candi Buddha, seperti stupa, vihara, atau cetiya, juga merupakan bukti penting. Desain dan tata letak bangunan bisa memberikan petunjuk tentang tujuan keagamaan situs tersebut.

**Temuan Artefak Terkait Buddha:** Temuan artefak, seperti benda-benda pemujaan atau persembahan yang terkait dengan Buddha atau agama Buddha, juga bisa digunakan sebagai bukti pendukung.

**Analisis Lapisan Tanah:** Analisis lapisan tanah dan konteks arkeologis situs bisa memberikan informasi tentang perkembangan sejarah situs dan perubahan dalam penggunaannya.

**Referensi Sejarah:** Referensi dalam sumber-sumber sejarah atau literatur kuno yang mengaitkan situs dengan agama Buddha juga dapat menjadi bukti otentik. Referensi ini dapat berasal dari catatan sejarah, naskah-naskah agama, atau dokumen-dokumen tertulis lainnya.

Penting untuk dicatat bahwa penentuan latar belakang agama atau keagamaan suatu situs candi seringkali melibatkan kombinasi dari bukti-bukti ini, dan hasil penelitian arkeologis yang lebih mendalam. Oleh karena itu, menyebut Candi Adan-Adan sebagai situs candi Buddha mungkin didasarkan pada bukti-bukti seperti yang disebutkan di atas dan penelitian yang telah dilakukan oleh para ahli arkeologi dan sejarah.



# Tujuh Tingkat Pemurnian dalam Meditasi



**PENCERAHAN** adalah tujuan akhir dalam praktik meditasi. Untuk mencapai pencerahan ini, seorang yogi harus melewati tujuh tingkat pemurnian (*visuddhi*) yang memainkan peran penting dalam mempersiapkan pikiran dan tubuh untuk pemahaman yang lebih dalam dan pembebasan dari penderitaan. Mari kita menjelajahi setiap tingkat pemurnian ini:

Pemurnian Kelakuan Moral (*Sīla-visuddhi*): Tingkat pemurnian pertama adalah pemurnian kelakuan moral. Yogi harus mempraktikkan

setidaknya lima sila (prinsip moral), tetapi lebih baik jika yogi dapat mengikuti delapan sila. Sila ini melibatkan etika yang tinggi, termasuk menghindari tindakan asusila dan seksual. Mengikuti sila membantu membersihkan pikiran dari gangguan-gangguan moral, yang memungkinkan yogi untuk berkonsentrasi dengan lebih baik dalam meditasi.

Pemurnian Pikiran (*Citta-visuddhi*): Pemurnian kedua adalah pemurnian pikiran. Pikiran harus dibersihkan dari kekotoran mental agar dapat fokus pada pengamatan

proses mental dan jasmani. Ketika pikiran terkonsentrasi dengan baik pada fenomena mental dan fisik, yogi akan dapat memahami perbedaan antara keduanya melalui pengalaman pribadi.

Pemurnian Pandangan (*Ditthi-visuddhi*): Pada tingkat ini, yogi harus memurnikan pandangannya tentang diri sendiri dan realitas. Yogi menyadari bahwa tidak ada entitas yang tetap atau jiwa yang abadi. Pandangan ini merupakan pemahaman yang lebih dalam tentang sifat impermanen dan tidak konstan dari semua fenomena.



Pemurnian dengan Mengatasi Keraguan (Kankhā-vitarana-visuddhi): Yogi harus mengatasi keraguan tentang kehidupan masa lalu dan mengetahui bahwa segala sesuatu muncul karena ada sebabnya. Ini menghapus keraguan tentang apakah ada individu atau entitas yang abadi dalam dirinya.

Pemurnian Pengetahuan dan Pandangan tentang Jalan dan Bukan Jalan (Maggāmagga-ñānadassana-visuddhi): Pada tingkat ini, yogi memahami jalan yang benar dalam praktik meditasinya dan menyadari bahwa pengalaman-pengalaman yang luar biasa selama meditasi

hanyalah tahap awal, bukan pencerahan sejati.

Pengetahuan dari Kematangan (Gotrabhu-ñāna): Yogi sampai pada garis batas antara orang biasa dan orang suci (ariya). Yogi memutuskan untuk maju menuju berhentinya penderitaan, karena sudah menderita selama berbagai kehidupan.

Pemurnian Pengetahuan dan Pandangan (Ñānadassana-visuddhi): Pada tingkat ini, yogi telah mencapai pemahaman penuh tentang empat Kebenaran Mulia. Mereka memiliki pandangan yang jernih dan pengetahuan mendalam

tentang jalannya latihan yang benar menuju pembebasan.

Melalui perjalanan ini, seorang yogi mencapai pencerahan sejati dan mengakhiri siklus kelahiran dan kematian (samsara). Proses ini membutuhkan ketekunan, kesabaran, dan dedikasi yang tinggi, tetapi hasilnya adalah pemahaman mendalam tentang diri sendiri dan alam semesta, serta kebebasan dari penderitaan. Ini adalah pencapaian tertinggi dalam meditasi yoga yang telah dikenal dan dihormati selama ribuan tahun.



# Tujuh Manfaat Meditasi Vipassanā

**TUJUH** manfaat meditasi vipassanā seperti yang diajarkan Sang Buddha tertulis dalam Mahā Satipatthāna Sutta, kotbah mengenai Empat Landasan Perhatian Penuh. Tetapi sebelum saya membahas hal itu, saya ingin menerangkan kepadamu secara singkat mengenai empat aspek dalam agama Buddha. Keempat aspek itu adalah:

1. Aspek pengabdian dalam agama Buddha
2. Aspek etika dalam agama Buddha
3. Aspek moral dalam agama

Buddha

4. Aspek praktek dalam agama Buddha (termasuk aspek pengalaman)

## *Aspek pengabdian*

Aspek pengabdian dalam agama Buddha berarti “upacara dan ritual,” membaca sutta dan parita, mempersembahkan bunga dan dupa, juga mempersembahkan makanan dan jubah. Jika kita melakukan perbuatan baik seperti itu, kita melakukannya dengan keyakinan, Sradhā (dalam bahasa Sanskrit) atau Saddhā (dalam bahasa Pali).

Kata saddhā susah diterjemahkan kedalam bahasa Indonesia, tak ada kata dalam bahasa Indonesia yang sepadan. Jika kita menterjemahkan saddhā sebagai keyakinan, kata “keyakinan” tidak melingkupi arti yang sesungguhnya. Dan jika kita terjemahkan sebagai “kepercayaan,” kata ini juga tidak melingkupi arti saddhā yang sebenarnya. Kita tidak dapat menemukan satu kata pun dalam bahasa Indonesia yang dapat memberikan arti yang lengkap dari saddhā. Bagi saya, saddhā dapat diartikan sebagai percaya melalui



Ketika kita melakukan upacara agama, kita melakukan dengan keyakinan terhadap tiga permata (Triratna). Kita yakin terhadap Buddha, Dhamma (ajaran-Nya), dan Sangha (kelompok siswa-siswi Sang Buddha). Kita memiliki pandangan bahwa Sang Buddha telah menghancurkan seluruh kekotoran mental melalui pencapaian pencerahan sempurna, sehingga beliau layak dihormati (seorang Arahant). Beliau adalah seorang Buddha karena beliau telah berjuang dan mencapai penerangan sempurna berkat usaha sendiri, bukan karena belajar Dhamma dari guru-guru lain. Kita percaya kepada Sang Buddha dengan cara ini.

Sang Buddha mengajarkan kita untuk hidup bahagia dan damai, dan Beliau mengajarkan kita jalan yang menuju pada berhentinya segala macam penderitaan. Kita percaya bahwa jika kita mengikuti jalanNya atau ajaranNya, kita pasti akan hidup bahagia dan damai, dan dapat melepaskan diri dari penderitaan. Untuk alasan ini, kita percaya pada Dhamma. Dengan cara yang sama, kita percaya pada Sangha. Jika kita berkata Sangha, arti utamanya adalah Ariya Sangha, Sangha Mulia yang telah mencapai salah satu dari empat sang jalan (magga). Tetapi dalam pengertian umum, juga mengacu pada Sammuti Sangha (mereka yang masih berjuang untuk menghancurkan kekotoran mental). Demikianlah kita memberikan penghormatan kepada tiga permata (Triratna) yaitu: Buddha, Dhamma, dan Sangha. Kita juga percaya bahwa dengan membacakan sutta dan paritta sebagaimana diajarkan oleh Sang Buddha, kita melakukan perbuatan berjasa yang akan membantu pada tercapainya

keadaan berhentinya penderitaan.

Melakukan perbuatan-perbuatan berjasa ini membentuk aspek pengabdian dalam agama Buddha. Walaupun demikian, kita tidak boleh puas hanya dengan aspek pengabdian ini jika kita ingin menikmati intisari dari ajaran Sang Buddha dan terbebas dari segala macam penderitaan. Oleh karena itu, kita harus terus maju untuk berlatih aspek yang lebih tinggi.

#### *Aspek Etika*

Aspek kedua dalam agama Buddha adalah aspek etika. Hal ini mengikuti ajaran Sang Buddha mengenai pemurnian dari perbuatan, ucapan, dan mental kita. Ada banyak doktrin yang mengupas aspek etika dalam agama Buddha. Dengan mengikuti doktrin-doktrin ini, kita dapat mencapai kehidupan yang bahagia baik dalam kehidupan ini maupun yang akan datang, tetapi kita tidak dapat menghilangkan penderitaan secara total.

Aspek etika dalam agama Buddha adalah:

1. Menghindari segala macam perbuatan buruk atau jahat
2. Melakukan perbuatan berjasa atau perbuatan baik
3. Memurnikan pikiran dari segala macam kekotoran mental. Ini adalah tiga bagian dari aspek etika dari apa yang telah diajarkan oleh Sammā Sambuddha dan ini adalah nasehat dari semua Buddha. Jika kita mengikuti ajaran ini, kita dapat hidup bahagia dan damai karena agama Buddha ditemukan berdasarkan hukum sebab dan akibat. Jika kita menghindari segala macam perbuatan buruk, kita tidak akan



mengalami penderitaan karena hasil yang buruk.

Guna memurnikan pikiran dari kekotoran mental, kita harus melatih meditasi samatha dan vipassanā. Dengan meditasi samatha pikiran dapat dimurnikan hanya sewaktu kita berlatih meditasi, tetapi bila tidak dalam keadaan bermeditasi, kekotoran mental akan menyerang kita kembali. Jika kita memurnikan pikiran kita melalui realisasi dari proses mental dan jasmani dalam sifat alamiah yang sebenarnya, kekotoran mental tersebut tidak dapat kembali lagi. Realisasi atau pandangan terang dari fenomena mental dan jasmani dikenal sebagai vipassanā ñāna (pengetahuan pandangan terang).

Vipassanā ñāna ini dapat mengatasi dan mengurangi beberapa aspek dari kekotoran mental seperti: keserakahan, kemarahan, khayalan, dan lain-lain. Kekotoran mental tertentu yang telah dihancurkan oleh vipassanā ñāna tidak akan mampu menyerang kita lagi. Artinya, jika tersebut tidak akan hilang atau lenyap dari diri kita. Ketika kita merenungkan pengalaman pandangan terang yang telah dicapai dalam meditasi, pandangan terang ini akan muncul kembali. Dengan kekuatan pandangan terang ini, kekotoran mental yang telah dibasmi tidak akan muncul lagi. Sehingga, kita dapat memurnikan pikiran dari beberapa kekotoran mental. Tetapi bila kita memiliki saddhā yang tinggi, kita akan berusaha keras dalam berlatih hingga mencapai magga keempat, tingkat jalan kesucian Arahat. Di sini kita dapat menghancurkan seluruh kekotoran mental. Ketika seluruh

kekotoran mental, maka tak ada lagi penderitaan. Pemurnian pikiran dari kekotoran mental telah dihancurkan dan pikiran telah termurnikan sepenuhnya, tidak akan muncul penderitaan lagi. Penderitaan akan berhenti. Pemurnian pikiran dari kekotoran mental ini berhubungan dengan aspek praktek dalam agama Buddha, sedangkan dua bahasan sebelumnya berhubungan dengan aspek etika dalam agama Buddha.

Ada juga Manggala Sutta (Sutta Nipata, ayat 258-269) dengan 38 jenis berkah utama. Di dalam sutta ada

beberapa etika yang harus diikuti yang dapat membuat kita hidup bahagia dan damai.

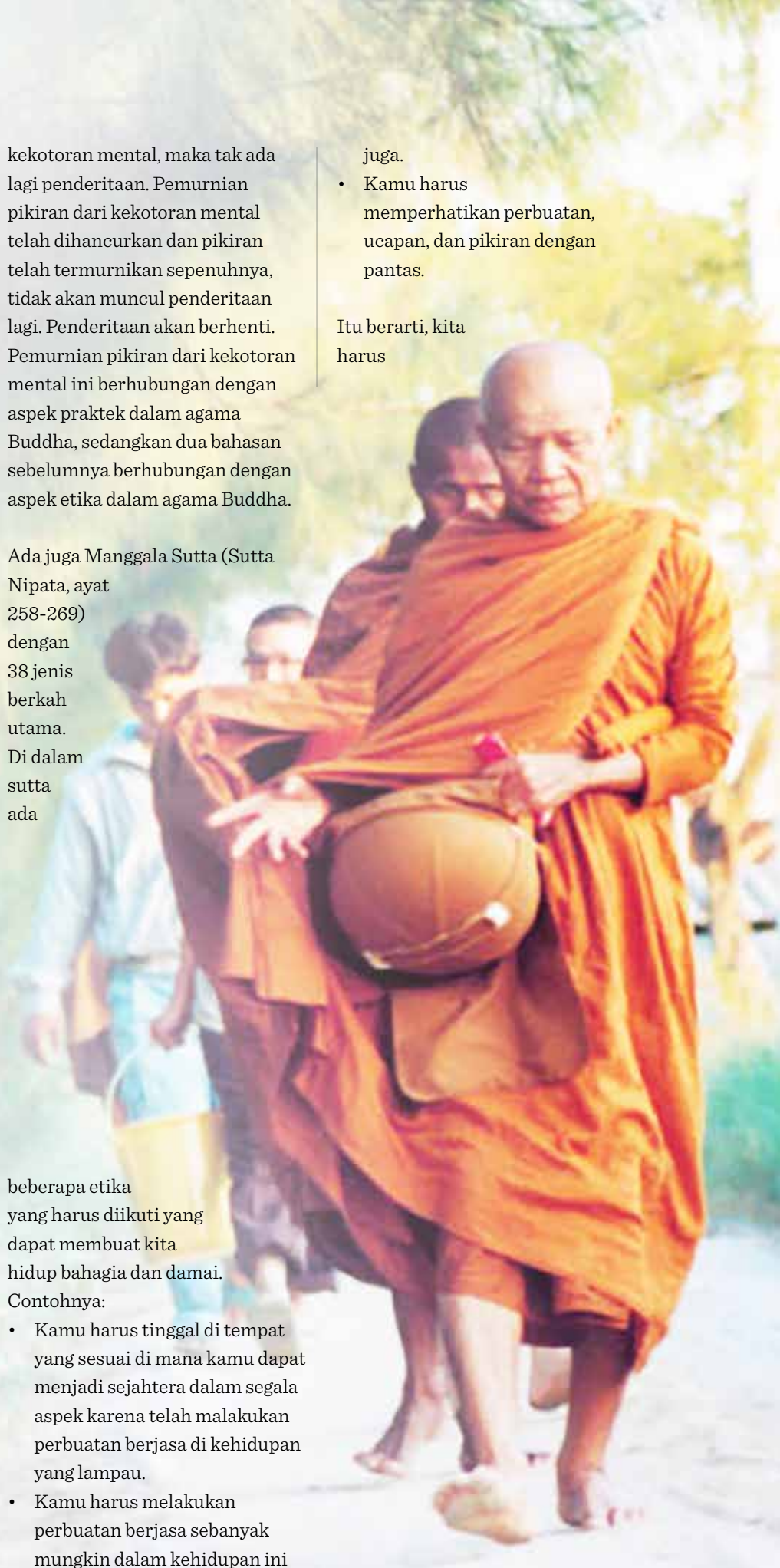
Contohnya:

- Kamu harus tinggal di tempat yang sesuai di mana kamu dapat menjadi sejahtera dalam segala aspek karena telah melakukan perbuatan berjasa di kehidupan yang lampau.
- Kamu harus melakukan perbuatan berjasa sebanyak mungkin dalam kehidupan ini

juga.

- Kamu harus memperhatikan perbuatan, ucapan, dan pikiran dengan pantas.

Itu berarti, kita harus







menjaga perbuatan, ucapan, dan pikiran agar bersih dari kekotoran mental. Dalam hal ini, kita memiliki berbagai aspek etika untuk diikuti sehingga kita dapat hidup bahagia dan damai.

Saya ingin mengingatkan para yogi mengenai Ambalathika tidak asing dengan yogi semua. Dalam sutta tersebut Sang Buddha mengajarkan putra-Nya, Rāhula, samanera berumur 7 tahun, untuk hidup dengan benar, bahagia, dan damai. Sang Buddha mengajarkan Rāhula untuk berhenti dan merenung jika ia memiliki keinginan untuk melakukan sesuatu.

Rāhula, kamu harus memperhatikan penuh terhadap apa yang akan kamu lakukan dan mempertimbangkan apakah perbuatan ini akan merugikan diri sendiri atau orang lain. Setelah mempertimbangkannya, jika kamu menemukan bahwa perbuatan ini merugikan diri sendiri maupun orang lain, kamu tidak boleh melakukannya. Tetapi jika perbuatan ini tidak akan merugikan diri sendiri maupun orang lain, kamu boleh melakukannya.

Dengan cara ini, Sang Buddha memberi petunjuk kepada Rāhula untuk mempertimbangkan apa yang akan dilakukan, untuk waspada terhadap apa yang sedang dilakukan, dan untuk merenungkan terhadap apa yang telah dilakukan. Jadi etika ini juga merupakan cara terbaik untuk hidup bahagia dan damai dalam kehidupan sehari-hari. Ada berbagai aspek etika yang tak terhitung yang dapat mendukung pada kehidupan yang bahagia dan damai. Jika kita mencoba untuk mengerti etika-etika ini dan mengikutinya, kita pasti akan hidup bahagia dan damai walaupun kita belum dapat melenyapkan semua

penderitaan.

#### *Aspek Moral*

Walaupun aspek etika sangat kondusif untuk membawa seseorang pada kehidupan bahagia dan damai, kita tak boleh puas hanya dengan aspek kedua dalam agama Buddha. Kita harus melanjutkan pada aspek yang lebih tinggi dalam agama Buddha, aspek ketiga yaitu aspek moral. Dalam aspek moral, yogi harus melaksanakan sila, bisa 5, 8, atau 10. Sepuluh sila adalah untuk calon bhikkhu (samanera), sedangkan bhikkhu harus menjalankan 227 sila. Dalam kehidupan sehari-hari, umat awam setidaknya harus menjalankan lima sila.

Jika kita dapat menjalankan lima sila dengan sempurna, moral kita menjadi murni. Jika kelakuan moral telah murni, yogi dapat berlatih meditasi dengan mudah, baik itu meditasi samatha ataupun meditasi vipassanā. Berdasarkan kemurnian kelakuan moral, seorang yogi dapat dengan mudah berkonsentrasi pada obyek meditasi dan mendapatkan konsentrasi yang dalam, di mana pikiran menjadi jernih, tenang, dan bahagia.

#### *Aspek Praktek*

Berikutnya adalah aspek keempat, aspek praktek dalam agama Buddha. Kita harus berlatih meditasi sehingga kita dapat melepaskan diri dari kekotoran mental dan sebagai akibatnya, mencapai berhentinya segala macam penderitaan. Dalam hal ini, kita dapat berlatih dua macam meditasi yang merupakan aspek praktek dalam agama Buddha. Meditasi samatha dapat membawa ke pencapaian konsentrasi yang dalam, tetapi meditasi vipassanā membawa ke pencapaian nibbanā melalui

realisasi proses mental dan jasmani dalam sifat alamiah yang sebenarnya. Sang Buddha lebih menekankan pada meditasi tipe kedua - meditasi vipassanā. Ketika kita berlatih meditasi vipassanā, yogi harus mengikuti Mahā

Satipatthāna Sutta, kotbah mengenai Empat Landasan Perhatian

Penuh. Jika kita menerapkan perhatian penuh pada semua proses mental dan jasmani, dipastikan kita akan mencapai nibbanā. Sang Buddha menerangkan Empat Landasan Perhatian Penuh pada saat Beliau memberikan kotbah tentang Mahā Satipatthāna Sutta di propinsi Kuru.

#### *Tujuh Manfaat Meditasi*

Pada permulaan syair sutta tersebut, Sang Buddha menerangkan tujuh manfaat yang bisa didapat seseorang yogi melalui pengalaman Dhammanya.

**Manfaat pertama adalah** pemurnian dari semua kekotoran mental. Jika seseorang melatih meditasi vipassanā, ia dapat memurnikan pikirannya dari seluruh kekotoran mental (kilesa). Kata bahasa Pali 'kilesa' mungkin tidak asing lagi bagi kalian. Kilesa diterjemahkan sebagai kekotoran mental oleh cendikiawan Budhhist. Kekotoran mental ada 10 macam:

1. *Lohba* 2. *Dosa* 3. *Moha* 4. *Ditthi* 5. *Māna* 6. *Vicikichā* 7. *Thina-middha* 8. *Uddhacca-kukkucca* 9. *Ahirika* 10. *Anottappa*

*Lobha* berarti bukan hanya keserakahan tetapi juga keinginan, nafsu, mendambakan, kemelekatan dan cinta. Saat salah satu keadaan mental ini muncul, pikiran menjadi tercemar. Sehingga hal ini bisa juga disebut sebagai kekotoran mental.

*Dosa* adalah kebencian, kemarahan, kehendak jahat atau ketidaksukaan.

*Moha* adalah khayalan atau kebodohan mental *Ditthi* adalah pandangan salah *Māna* adalah kesombongan *Vicikichā* adalah keragu-raguan *Thina-middha* adalah kemalasan dan keengganan. Mengantuk juga termasuk dari kategori ini. *Thina-middha* adalah “temen lama” dari para yogi dan juga dari mereka yang mendengarkan Dhamma.

Hari ini, sewaktu wawancara, semua yogi melaporkan pengalamannya: “saya capek, saya mengantuk.” Pada awal latihan, setiap yogi harus berjuang karena belum terbiasa menjalankan meditasi vipassanā. Ini adalah keadaan kritis dalam meditasi, tapi tidak akan bertahan lama, mungkin hanya barlangsung selama dua atau tiga hari. Setelah tiga hari, semua yogi akan baik kembali. Mereka akan menemukan bahwa tidak terlalu susah untuk mengalahkan “teman lama” yang menghalangi kemajuan mereka pada konsentrasi dan juga pandangan terang.

*Uddhacca-kukkuccā* berarti kegelisahan dan kekawatiran.

*Ahirika* berarti sifat yang tidak tahu malu. Seseorang yang tidak merasa malu terhadap perbuatan buruk baik melalui ucapan, pikiran, dan tindakan jasmani. *Anottappa* berarti tidak merasa takut, adalah sikap mental yang tidak merasa takut dalam melakukan perbuatan jahat melalui ucapan, pikiran, dan tindakan jasmani. Perasaan tidak takut berbuat jahat ini adalah salah satu kekotoran mental. Semua itu adalah sepuluh macam kekotoran mental yang harus dilenyapkan atau dihilangkan dari pikiran kita dengan berlatih meditasi vipassanā.

Sang Buddha bersabda: jika seseorang berlatih meditasi vipassanā, ia akan bersih dari semua kekotoran mental. Yang



berarti,

ia dapat mencapai tingkat kesucian arahat, jika telah membersihkan diri sepenuhnya dari segala macam kekotoran mental.

Inilah manfaat pertama.

**Manfaat kedua dari vipassanā adalah mengatasi kesedihan dan kekhawatiran.**

Anda tidak akan merasa khawatir terhadap kegagalan, sedih terhadap kematian saudara, atau kehilangan pekerjaan. Anda tidak akan menyesal terhadap apapun jika anda berlatih meditasi vipassanā. Walaupun belum mencapai jalan dan buah (*magga* dan *phala*), anda tetap dapat mengatasi kesedihan dan kekhawatiran dalam batas tertentu. Hal ini dikarenakan saat kesedihan atau kekhawatiran muncul, anda akan berperhatian penuh padanya sebagaimana adanya. Ketika perhatian penuh menjadi kuat, kekhawatiran atau kesedihan akan berhenti dan hilang. Bila anda telah mengembangkan meditasi vipassanā sepenuhnya, tingkat kesucian Arahata pasti tercapai dan terbebas dari kekhawatiran dan kesedihan secara permanen. Dengan cara inilah kekhawatiran dan kesedihan dapat diatasi oleh meditasi vipassanā.

**Manfaat ketiga yaitu** dapat mengatasi ratap tangis. Walaupun orang tua, anak, ataupun saudara anda meninggal, anda tidak akan merasa sedih akan kematian mereka karena anda mengerti sepenuhnya proses mental dan jasmani terhadap yang kita sebut 'anak' atau 'orang tua.' Dalam hal ini, ratap tangis dapat diatasi dengan berlatih meditasi vipassanā. Mengenai manfaat ketiga, ada komentar terhadap Mahā Satipatthāna Sutta yang mengisahkan sebuah cerita sebagai berikut:

Seorang wanita, bernama Patacara, yang suami, kedua putra, orang tua, dan saudara-saudaranya meninggal dalam waktu satu atau dua hari. Dia kemudian menjadi gila karena kesedihan,

kekhawatiran dan ratap tangis. Ia diliputi oleh kesedihan yang disebabkan oleh kematian orang-orang yang dicintainya. Komentar ini mengisahkan cerita tersebut sebagai bukti nyata bahwa orang dapat mengatasi kesedihan, kekhawatiran, dan ratap tangis dengan meditasi vipassanā.

Suatu hari, Sang Buddha memberikan kotbah kepada orang-orang yang hadir di vihara Jetavana dekat Savatthi. Kemudian wanita yang tak waras ini pergi berjalan ke vihara dan melihat para hadirin mendengarkan kotbah, dan mendekati para hadirin. Seorang pria tua yang sangat baik kepada orang miskin, melepaskan jubah luarnya dan melemparkannya kepada wanita tersebut. Ia berkata "Anakku sayang, gunakanlah jubahku ini untuk menutupi tubuhmu." Pada saat yang sama, Sang Buddha berkata kepadanya, "Saudari yang baik, sadarlah." Karena kata-kata Sang Buddha yang lembut, kesadaran wanita tersebut kembali pulih. Ia kemudian duduk di salah satu sudut dan ikut mendengarkan kotbah. Sang Buddha yang mengetahui bahwa wanita tersebut telah pulih kesadarannya, mengarahkan kotbah itu kepadanya. Mendengar kotbah yang diberikan oleh Sang

Buddha, wanita itu perlahan-lahan menyerap intisari Dhamma tersebut. Saat pikirannya telah siap untuk merealisasi Dhamma, Sang Buddha membabarkan Empat Kebenaran Mulia. *Dukkha-sacca Samudaya-sacca Nirodha-sacca* : Kebenaran Mulia Mengenai Penderitaan : Kebenaran Mulia Mengenai Penyebab Penderitaan

*Magga-sacca* Penderitaan: Kebenaran Mulia Mengenai Jalan Menuju Berhentinya Penderitaan

Empat kebenaran mulia mencakup nasehat bagaimana caranya untuk tetap berperhatian penuh pada apapun yang muncul dalam mental dan jasmani

sebagaimana adanya. Patacara, setelah pikirannya kembali normal, mengerti dengan baik teknik vipassanā, menerapkannya terhadap apapun yang muncul dari proses mental dan jasmani dan pada apapun yang didengar. Ketika perhatian penuhnya mencapai momentum, konsentrasinya juga menjadi lebih dalam dan kuat. Karena konsentrasi yang dalam, pengetahuan pandangan terangnya yang dapat menembus proses mental dan jasmani menjadi kuat. Akhirnya perlahan-lahan Patacara dapat merealisasi karakteristik khusus dan karakteristik umum dari fenomena mental dan jasmani.

Oleh karena itu, Patacara dengan cepat mengalami semua tingkat-tingkat pengetahuan vipassanā sewaktu mendengarkan kotbah, dan ia mencapai jalan kesucian yang pertama

(sotāpatti-magga). Melalui pengalamannya terhadap Dhamma dari meditasi vipassanā, kesedihan, kekhawatiran, dan ratap tangis yang

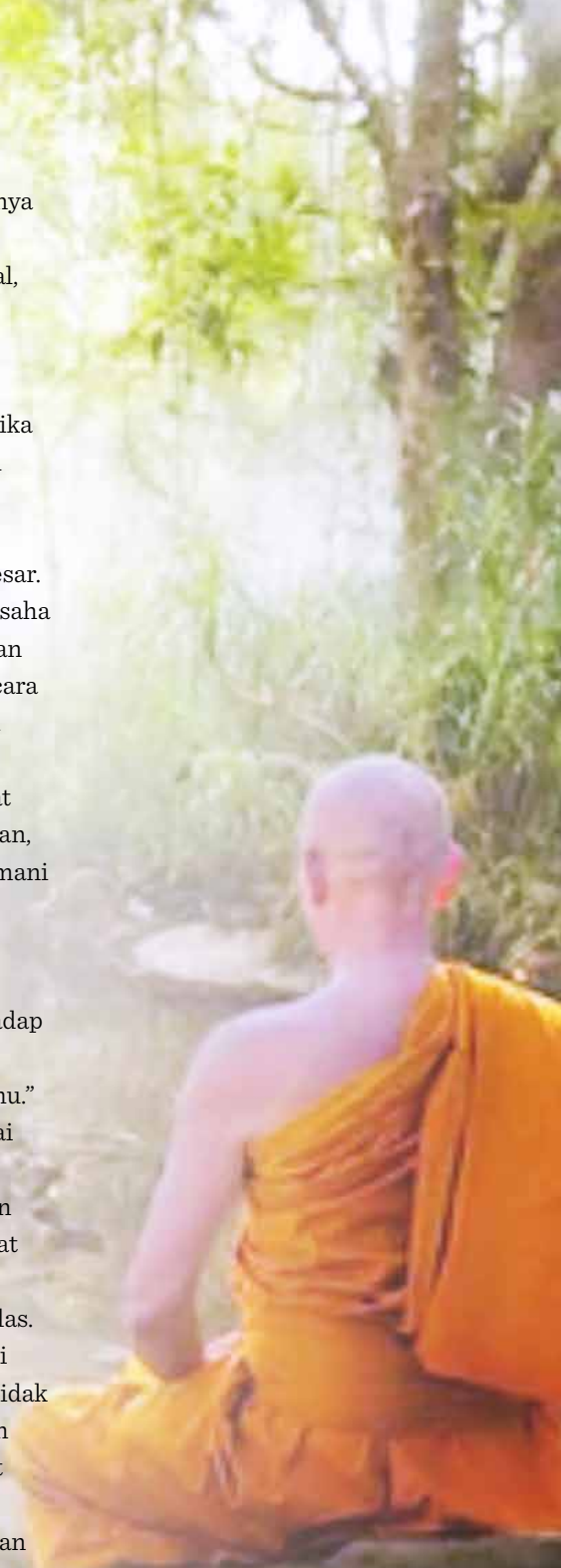
dimilikinya menghilang total dari pikirannya dan ia menjadi “wanita baru.” Demikianlah, Patacara mengatasi kesedihan, kekhawatiran dan ratap tangisnya melalui meditasi vipassanā. Komentar Mahā Satipatthāna Sutta menyebutkan, bukan hanya orang-orang di zaman Sang Buddha, tapi orang-orang di zaman sekarang juga dapat mengatasi kesedihan dan kekhawatiran jika mereka berlatih meditasi vipassanā dan mencapai tahapan pandangan terang yang tinggi.

Yogi semua juga termasuk orang yang dapat mengatasi kesedihan dan kekhawatiran melalui meditasi vipassanā.

**Manfaat keempat adalah** berhentinya penderitaan jasmani.

**Manfaat kelima adalah** berhentinya penderitaan mental. Penderitaan jasmani seperti rasa sakit, kaku, gatal, kesemutan, dan sebagainya dapat diatasi dengan berperhatian penuh pada saat retreat meditasi dan begitu juga dalam kehidupan sehari-hari. Jika yogi memiliki beberapa pengalaman dalam latihan meditasi, yogi dapat mengatasi penderitaan mental dan jasmani dalam lingkup yang lebih besar. Jika kamu meluangkan waktu dan usaha yang cukup, kamu dapat melenyapkan penderitaan mental dan jasmani secara permanen (selamanya) ketika kamu mencapai tingkat kesucian arahat. Selama latihan meditasi, kamu dapat mengatasi rasa sakit, kaku, kesemutan, gatal, dan segala macam sensasi jasmani yang tak menyenangkan dengan mengamati sensasi tersebut secara cermat dan penuh perhatian. Oleh karena itu, yogi tak perlu takut terhadap rasa sakit, kaku, atau kesemutan karena mereka adalah “temen baikmu.” yang dapat membantu yogi mencapai nibbanā. Jika yogi mengamati rasa sakit dengan bersemangat, tepat, dan rapat, mungkin akan terasa lebih kuat intensitasnya. Hal itu dikarenakan yogi mengetahuinya dengan lebih jelas. Setelah yogi mengerti bahwa sensasi sakit itu tidak menyenangkan, yogi tidak akan menganggapnya sebagai bagian dari dirinya, karena sensasi tersebut dilihat hanya sebagai proses alami dari fenomena mental. Yogi tidak akan melekat pada sensasi rasa sakit sebagai ‘aku’ atau ‘milikku,’ atau ‘seseorang’ atau ‘makhluk.’ Dengan cara ini, yogi dapat menghapus pandangan salah tentang jiwa, diri, seseorang, makhluk, ‘aku’ atau ‘kamu.’

Jika akara dari segala macam kekotoran mental telah dihancurkan, contohnya: sakkāya-ditthi atau atta-ditthi telah dihancurkan, yogi pasti dapat mencapai jalan kesucian pertama,





*sotāpatti-magga*. Kemudian yogi dapat melanjutkan latihan untuk mencapai tiga tingkatan dari jalan dan buah kesucian yang lebih tinggi. Itulah sebabnya saya katakan bahwa sensasi jasmani yang tak menyenangkan seperti sensasi sakit, kaku, dan kesemutan sebagai “temen baikmu” yang dapat membantu yogi mencapai nibbanā. Dengan kata lain, kesemutan atau sensasi sakit ini adalah kunci pintu nibbanā. Ketika yogi merasakan sakit, yogi beruntung. Sakit adalah obyek meditasi yang sangat berharga karena dapat menarik ‘pikiran yang mencatat’ untuk bertahan dalam jangka waktu yang lama. ‘pikiran yang mencatat’ dapat berkonsentrasi dengan dalam dan

terserap pada sensasi sakit tersebut. Jika pikiran telah terserap sepenuhnya dalam sensasi sakit, yogi tidak lagi sadar akan bentuk badan atau dirinya. Ini berarti yogi merealisasi karakteristik khusus (*sabhava-lakkhana*) dari sensasi sakit (*dukkha-vedanā*). Dengan melanjutkan latihan, yogi akan dapat merealisasi karakteristik umum, ketidakkekalan, penderitaan, dan tidak ada jiwa or tidak ada diri dari fenomena mental dan jasmani. Akhirnya membawa yogi ke nibbanā. Jadi yogi beruntung mendapatkan rasa sakit.

Di Burma, beberapa yogi, setelah melewati tingkat ketiga pandangan terang (*sammasana-ñāna*), hampir sepenuhnya dapat mengatasi rasa sakit. Walaupun demikian, mereka tidak puas karena mereka tidak memiliki rasa sakit diperhatikan. Sehingga mereka melipat kaki mereka di bawah badan dan menekannya guna mendapatkan rasa sakit. Mereka mencari “teman baik” yang dapat menuntun mereka menuju berhentinya penderitaan. Jika yogi merasa tidak bahagia, amatilah ketidakbahagiaan dengan penuh semangat, perhatian penuh, dan dengan

rapat sebagai ‘tidak bahagia, tidak bahagia.’ Jika yogi merasa tertekan, tekanan mental itu harus diamati dengan berperhatian penuh dan tak kenal lelah. Bila perhatian penuh yogi menjadi kuat, ketidakbahagiaan dan tekanan mental akan berhenti. Jadi, mengatasi penderitaan mental adalah keuntungan kelima dari meditasi vipassanā.

**Manfaat keenam adalah** pencapaian pencerahan, jalan dan buah kesucian (*magga dan phala*). Jika yogi mengabdikan usaha dan waktu yang cukup untuk berlatih meditasi vipassanā, yogi setidaknya akan mencapai jalan kesucian tingkat pertama (*sotāpatti-magga*). Inilah manfaat keenam dari meditasi vipassanā.

**Manfaat ketujuh adalah** yogi pasti mencapai nibbāna, pembebasan, melalui latihan meditasi vipassanā. Jadi, inilah ketujuh manfaat dari meditasi vipassanā yang didapat oleh yogi melalui pengalaman langsung dalam Dhamma:

1. Manfaat pertama adalah pemurnian dari semua kekotoran mental
2. Mengatasi kesedihan dan kekhawatiran.
3. Mengatasi ratap tangis.
4. Berhentinya semua penderitaan jasmani.
5. Berhentinya semua penderitaan mental.
6. Pencapaian pencerahan.
7. Pencapaian nibbāna.

Sang Buddha memulai Mahā Satipatthāna Sutta dengan tujuh manfaat dari meditasi vipassanā. Sehingga yogi pasti mendapatkan ketujuh manfaat di atas jika berusaha dengan gigih dalam latihannya.

Kita beruntung karena kita percaya pada Sang Buddha yang telah mencapai penerangan sempurna dan yang mengajarkan jalan yang benar, yang dapat menuntun pada berhentinya penderitaan.



## SI & NI

System Integration &  
Network Integration

## CS

Consulting  
Services

## TMI

Telecom, Measurement,  
Infrastructure

## Services

Installation, Support, Maintenance, Migration,  
Integration, Managed Services, Training

## Solution

ICT Architecture - ERP / SCM, Datawarehouse, Business Intelligence, Knowledge Management System, Customer Relationship Management, Business Process Management, Network Solution, Change Management, Disaster Recovery, High Availability, Banking Business Consulting, System Development, Asset Management System, Geospatial Solution, Fleet Management System, RFID Solution - Data Centre



**League**™  
LEAD THE WAY

**NEW ARRIVAL**  
SWIFT + INDOOR SHOES

# IMPACT OF AGILITY

FOOTWEAR TECHNOLOGY

**BREATHABLE**

Upper: Synthetic Leather, kombinasi material Mesh dengan breathable sangat baik. Swift adalah sepatu yang easy to clean.

**FLEXO-LITE**

Outsole: Flexolite, yang khusus didesain agar dapat memaksimalkan gerakan menjadi lebih dinamis atau fleksibel. Terbuat dari material Gum-Rubber sehingga memiliki karakter anti licin saat digunakan di permukaan lapangan indoor.

**SHANK PLATE**

Midssole: Injected EVA plus Shankplate didalamnya, meningkatkan stabilitas saat melakukan gerakan lateral yang berkecepatan tinggi. Membuat pergerakan maju, mundur, ke kiri, dan ke kanan jadi lebih stabil.

**IN-EVA**

Material busa pada Midssole, menambah kenyamanan dengan bantalan yang baik.



Visit our website



BERAT **300** gram  
\*base on size 42

**BADMINTON  
TENNIS  
TABLE TENNIS  
VOLLEY BALL  
SQUASH**

**Customer Support**

🕒 09.00 - 17.00 (Monday - Friday) | 📞 +62 21 2664 5476 | 📠 +62 811 1985 706 | ✉️ cs@league.co.id  
[www.league-world.com](http://www.league-world.com) | 🌐 @League\_World | 📺 League World | 📺 League World | 📺 League World | 📺 BERCA SPORTINDO

# WTC

Your World of Opportunity



All buildings in WTC Complex are  
Green Mark Gold certified.

Located in the heart of Jakarta's CBD,  
with a wide office and retail offering  
to suit any business needs.

Awarded with ISO 45001:2018, marking our  
commitment in implementing the highest  
level of health and safety protocols to ensure  
the well-being of our tenants.

For inquiry: [leasing@jakland.co.id](mailto:leasing@jakland.co.id)



Developed and Managed by:

