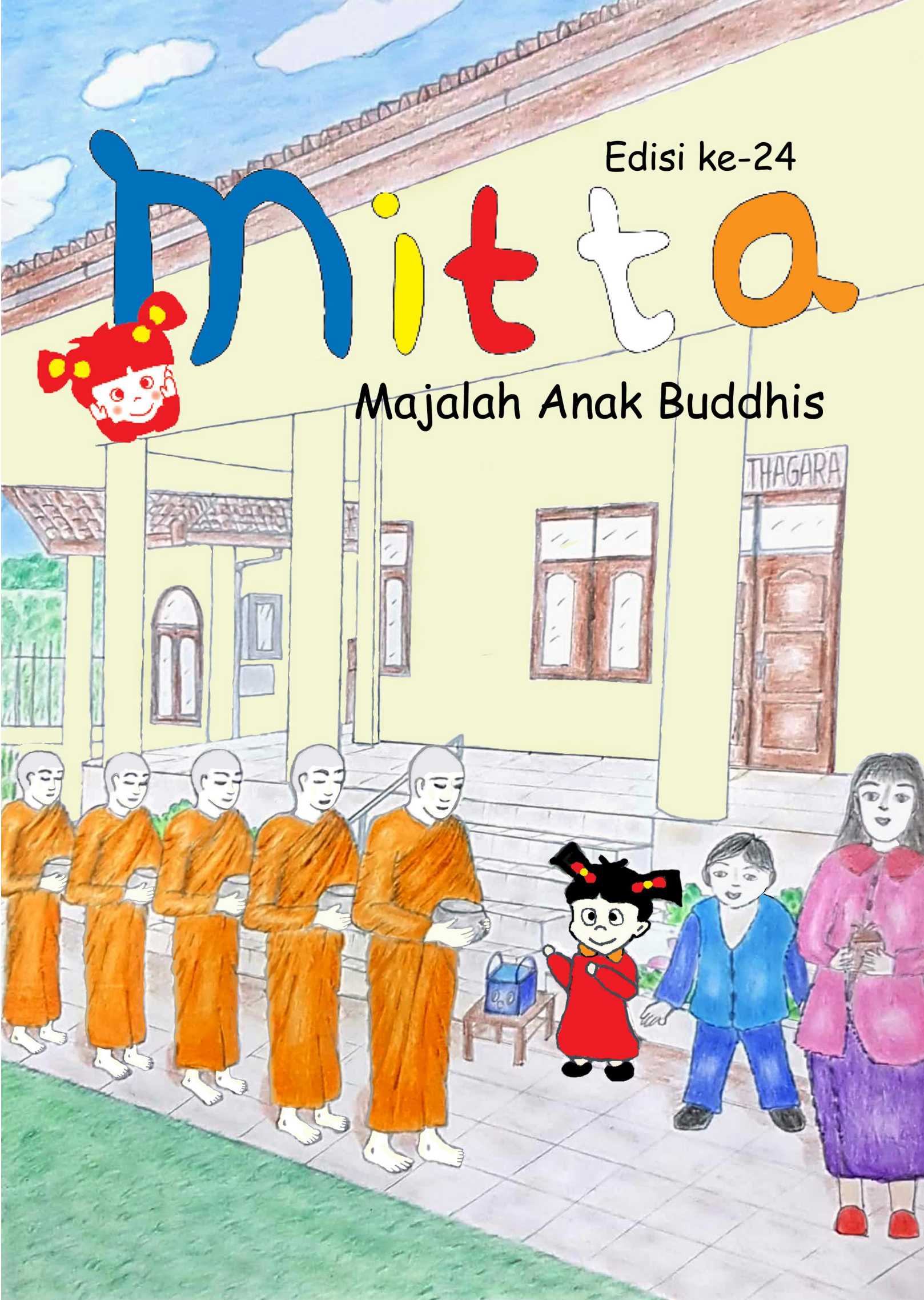


Edisi ke-24

# Mittra

Majalah Anak Buddhis





## Susunan Redaksi

**Penerbit:**

Saṅgha Bhikkhunī Theravāda  
Indonesia

**Pelindung:**

Pembimbing Masyarakat Buddha  
Jawa Barat  
(Pembimas Buddha Jabar)

**Penanggung Jawab dan**

**Pemimpin Redaksi:**

*Bhikkhunī Santini Mahatherī*

**Staf Redaksi:**

*Bhikkhunī Vijayani  
Bhikkhunī Sadhika*

**Editing:**

*dr. Herlyani Khosama, Sp. S (K)*

**Pembuat Gambar Cover:**

Christianto



# Mitta

## Edisi ke-24

Redaksi menerima sumbangan naskah atau hasil karya yang sesuai dengan usia anak-anak TK sampai dengan SD, dengan disertai identitas diri. Naskah terjemahan harap disertai fotocopy naskah asli.

Redaksi berhak mengubah naskah dengan tidak mengubah maknanya. Hasil karya atau naskah dapat dikirim ke alamat redaksi atau melalui e-mail.

**Terima kasih dan Anumodanā**

**Alamat Redaksi:**

Wisma Kusalayani  
Gang Dharma No. 1  
Rt.01/01 Kp. Cigalukguk  
Ds. Cibodas, Maribaya,  
Lembang, Bandung  
No hp: 0855 9913 362  
E-mail: kusalayani.maribaya@gmail.com

# Salam Redaksi



**Namo Buddhaya,**

**Salam jumpa teman-teman dalam Dhamma, sungguh bahagia kita bisa berjumpa lagi dalam Mitta edisi ke-24. Mudah-mudahan Mitta bisa menjumpai teman-teman setiap tahun ya, tunggu saja setiap Kathina!**

**Dalam edisi ini ada rubrik baru “Sahabat Mitta”! Teman-teman nanti bisa belajar banyak dari pengalaman-pengalaman para sahabat kita yang dimuat dalam setiap edisi. Kali ini kita berkenalan dengan Marlina. Apa saja sih pengalaman Marlina? Yuk kita simak ceritanya!**

**Dalam setiap edisi, kita juga bisa ngintip Pelatihan di Wisma Kusalayani. Kali ini teman-teman bisa lihat betapa serunya Pelatihan Anagarika/Silacarini dan Pabbajja Samaneri yang ke-69. Peserta ada yang kembar, bahkan 3 pasang. Terus ada “field trip” ke Taman Mini Indonesia Indah, dll.**

**Selain itu kita bisa belajar bikin Gurindam dan Talibun. Apa teman-teman pernah dengar? Coba baca dulu deh! Ada pula cerita-cerita, lembar mewarnai, pengetahuan, karya teman-teman, game, dan lain-lainnya.**

**Selamat membaca teman-teman, semoga dapat menambah wawasan tentang Ajaran Buddha dan menggugah untuk berlatih. Sampai jumpa ...**

**Sādhu... sādhu... sādhu...**

**Mettacittena,**

**Mitta**



**Mitta**  
**Edisi ke-24**

Liputan Pabbajja Sāmanerī,  
Latihan Anagarika dan  
Silacarini yang ke-67  
di Wisma Kusalayani ..... 4

Berdana di Hari  
Kathina ..... 7

Kebaikan Berbuah  
Kebaikan ..... 9

Puisi Papa dan Mama ..... 10

Istana Pemberi  
Kerak Nasi ..... 11

Hasil Karya Mewarnai  
Sahabat Mitta ..... 13

Sahabat Mitta  
"Marlina" ..... 15

Game 1 ..... 18

Pedagang yang  
Tidak Jujur ..... 19

Makan di Rumah Lebih  
Baik daripada Jajan ..... 21

Mewarnai ..... 23

Melipat Kertas  
Membuat Bentuk  
Burung ..... 24

Ikan yang  
Bijaksana ..... 25

Kiriman Gambar  
Sahabat Mitta ..... 27

Game 2 ..... 28

Ayo Kita  
Belajar Bikin  
Gurindam dan  
Talibun! ..... 29

Putigatta Tissa Thera ..... 31

Teka Teki Silang ..... 33

Saldo Majalah Mitta  
dan Lembar Formulir  
Donatur Majalah Mitta ..... 34





## Yuk, ngintip Pabbajjā Sāmanerī, Latihan Anagarika dan Sīlacarini yang ke-67 di Wisma Kusalayani

Teman-teman, pernah ikut pelatihan di Wisma Kusalayani? Kalau yang sudah pernah ikut, kebayang serunya ya? Yuk kita lihat Pelatihan yang ke-69, pasti seru juga! Pelatihan ini diselenggarakan pada tgl 1-12 Juli 2019. Pesertanya ada 53 orang, di antaranya 6 orang sebagai samaneri, 25 orang sebagai anagarika, dan 22 orang sebagai silacarini.

Seperti biasa peserta dilatih bangun pada pukul 4.30 WIB. Bangun pagi itu sehat dan sangat penting untuk mengusir kemalasan. Bagi yang sudah biasa bangun pagi pasti merasakan enaknyanya dapat udara segar. Nah, peserta kemudian bersiap-siap mengikuti kegiatan pertama pada pukul 5.00 WIB yaitu meditasi. Teman-teman jangan kaget, meditasi itu sesungguhnya tidak sulit lho, walaupun mulanya terasa sulit, lama-lama jadi terbiasa, malahan ada yang pada akhirnya suka meditasi. Hebat kan, selesai Pelatihan jadi suka meditasi? Teman-teman sudah sering dengar kan manfaat meditasi yang luar biasa itu? Bagaimana kalau yang tidak pernah meditasi? Tidak masalah, walaupun kalian belum bisa bermeditasi dengan baik, minimal kalian bisa berlatih untuk mengendalikan fisik, duduk diam, mengikuti latihan sampai selesai. Nanti kalau sudah terbiasa, lama-lama juga bisa. Kegiatan berikutnya adalah membaca arti Paritta dalam bahasa Indonesia.

Pada pukul 7.00 WIB peserta sarapan pagi, setelah itu bekerja bersama-sama membersihkan peralatan makan. Kemudian mereka membantu merawat Vihara. Nah, pada sesi ini adalah kesempatan peserta untuk berlatih melakukan sesuatu yang baik dan bermanfaat untuk diri sendiri dan orang lain.

Setelah membersihkan diri, mereka masuk kelas untuk mengikuti pelajaran (Dhamma class) pada pukul 9.00 WIB. Peserta dibagi menjadi dua kelompok yaitu remaja dan dewasa (dari umur 12 tahun ke atas), dan anak-anak (dari umur 7 sampai 11 tahun). Teman-teman





dan anak-anak (dari umur 7 sampai 11 tahun). Teman-teman apakah tahu? Untuk kelas anak-anak ini sering diajak melihat video yang menarik dan dapat menambah pengetahuan, mendengarkan cerita, dan juga belajar ketrampilan yang menyenangkan. Pokoknya seru deh.

Pada saat makan siang peserta mendapat kesempatan untuk menambah pengalaman (yang hanya dilakukan oleh para samana) yaitu ber-pindapata. Teman-teman pernah lihat Bhante atau Ayya ber-pindapata? Atau mungkin cuma pernah lihat bowl? Kalau belum, ikut pelatihan yuk! Jadi bisa mendapat pengalaman ber-pindapata dan makan pakai bowl, keren kan? (Bukan cuma keren sih, yang lebih penting merasakan kehidupan seperti yang dijalani para Bhante dan Ayya). Selesai makan siang peserta kembali bermeditasi, tapi kali ini mereka berlatih meditasi jalan. Nah, apalagi ini? Teman-teman pernah dengar kan kalau meditasi itu bisa dilakukan saat kita berjalan? Kalau belum, ikut pelatihan saja, jadi dapat banyak pengalaman menarik.



Setelah membersihkan diri dan istirahat, pada pukul 19.00 WIB peserta kembali bermeditasi selama satu jam. Dan kegiatan terakhir adalah membaca Paritta (dalam bahasa Pali). Setelah itu semua peserta beristirahat pada pukul 21.00 WIB. Itulah yang dijalani oleh para peserta pelatihan.

Tahukah teman-teman apa yang paling istimewa dalam pelatihan kali ini? Ada 3 pasang peserta kembar lho, coba lihat foto-fotonya, unik kan? Ada lagi nih, yang sangat spesial. Pada tgl 10 Juli 2019 para peserta diajak mengunjungi Vihara Arya Dwipa Arama yang berlokasi di Taman Mini Indonesia Indah, Jakarta. Kemudian mereka juga diajak mengunjungi museum iptek yang terbesar di Indonesia (yang juga berlokasi di Taman Mini). Kegiatan ini tentunya sangat menarik. Yang terpenting peserta juga dapat menambah pengetahuan mereka tentang teknologi.

*Kehadiran 3 pasang anak kembar merupakan keistimewaan dalam Pelatihan kali ini. Berikut ini adalah foto-foto mereka.*



*Irina Dhita Gunaputta  
&  
Irina Dhiti Gunaputta*

*Sky Javierre Chi  
&  
Star Javierre Chi*



*Jayden Kaitaro A  
&  
Kayden Kenjiro A*







Seperti pada pelatihan-pelatihan sebelumnya, pada penghujung pelatihan, diadakan lomba cerdas cermat untuk peserta berumur maksimal 20 tahun. Banyak peserta yang sangat menyukai acara ini, karena benar-benar seru. Peserta jadi semangat untuk belajar dengan sungguh-sungguh. Satu lagi yang menarik, apa itu? Ternyata ada "lomba bercerita", terutama yang suka bercerita, bisa menyalurkan bakatnya, siapa tahu kalau sudah besar jadi pembicara Dhamma atau motivator, luar biasa kan?



Kesimpulannya, selama pelatihan berlangsung, selain belajar Dhamma, para peserta mendapat berbagai pengalaman yang menarik. Jadi dengan mengikuti pelatihan seperti ini, teman-teman bisa lebih mengenal Ajaran Buddha yang dapat menuntun menuju pada kehidupan yang lebih bahagia. Tentunya belajar bersama banyak teman dari berbagai tempat jauh lebih menarik. Teman-teman juga akan mendapat berbagai pengalaman langka yang sulit didapat. Tunggu apalagi? Jangan sia-siakan liburan yang panjang tanpa manfaat yang membawa pada kebahagiaan. Segera minta didaftarkan, papa-mama pasti senang kalau kalian suka pada hal-hal yang membawa manfaat besar.



Sādhū... sādhū... sādhū...

Oleh: Mitta





## BERDANA DI HARI KATHINA

Pada kesempatan ini Mitta mau menyampaikan pesan-pesan agar teman-teman memahami makna dari Perayaan Kathina. Sebelumnya Mitta jelaskan dulu bagi teman-teman yang belum tahu apa itu Perayaan Kathina. Teman-teman pernah dengar? Ternyata para Bhante (Bhikkhu) dan Ayya (Bhikkhuni) dalam setahun harus berdiam di satu tempat selama 3 bulan pada saat musim hujan (Vassa). Tentu saja selama 3 bulan itu para Bhante dan Ayya punya kesempatan lebih banyak buat melatih diri atau membersihkan batin. Setelah itu, selama 1 bulan berikutnya, memasuki masa Kathina. Nah, inilah kesempatan kita untuk menanam jasa kebajikan, dengan berdana kepada para anggota Sangha (Bhante atau Ayya).

Selama 1 bulan tersebut, banyak Vihara menyelenggarakan perayaan Kathina. Kita boleh mengikuti sebanyak-banyaknya lho perayaan ini. Tentunya dalam setiap perayaan kita bisa menanam jasa kebajikan dengan berdana. Kalau banyak berdana apakah teman-teman takut rugi? Bagi yang belum mengerti mungkin takut rugi ya, karena tabungannya habis atau berkurang untuk berdana. Kalau tidak punya tabungan, lalu diberi orang tua kita untuk berdana, apakah rugi juga? Mitta mau menyampaikan Ajaran Guru Agung kita Sang Buddha. Ternyata kita tidak pernah rugi lho, kalau berdana/memberi.

Yuk kita baca bersama-sama sutta berikut ini: “Para bhikkhu, ada lima manfaat memberi ini. Apakah lima ini? (1) Seseorang disukai dan disenangi oleh banyak orang. (2) Orang-orang baik mendatanginya. (3) Ia memperoleh reputasi baik. (4) Ia sudah menjalankan kewajiban sebagai umat. (5) Dengan hancurnya jasmani, setelah kematian, ia terlahir kembali di alam bahagia, di alam Surga. Ini adalah kelima manfaat memberi itu.” (Aṅguttara Nikāya 5.35)

Jadi teman-teman tidak rugi, walaupun barang milik kita sudah didanakan, sebagai gantinya kita mendapatkan jauh lebih banyak hal-hal yang memberi kebahagiaan, seperti dijelaskan dalam sutta di atas. Bahkan kita bisa terlahir di alam bahagia! Teman-teman pernah dengar kan betapa sulit untuk bisa terlahir di alam manusia atau alam bahagia? Kalau kita banyak melakukan perbuatan buruk atau tidak menjalankan Sila (kemoralan), kita bisa terlahir di alam-alam







menderita. Dan sangat sulit untuk bisa terlahir kembali di alam manusia seperti sekarang. Maka kesempatan saat ini sebagai manusia harus digunakan sebaik-baiknya. Caranya gimana? Ingatlah Ajaran Para Buddha, jangan melakukan perbuatan buruk, lakukan perbuatan baik sebanyak-banyaknya, dan rajin berlatih meditasi untuk membersihkan batin.

Sekarang sudah jelas kan kenapa kita tidak rugi walaupun banyak berdana?

Mitta mau jelaskan lagi, kenapa memberi itu tidak rugi. Begini teman-teman, barang-barang yang kita punya tidak kekal kan? Barang apa pun pasti akan hancur, pasti akan habis, dan tidak bisa dimiliki selamanya, kalau kita meninggal juga tidak bisa dibawa. Tapi kalau kita memberi, barang itu berubah menjadi milik kita untuk selamanya, bisa dibawa terus bahkan sampai kita mati. Teman-teman masih sulit percaya? Memang tidak mudah dimengerti teman-teman, Mitta jelaskan lagi ya, sedikit demi sedikit, lama-lama kalian pasti mengerti. Maksud kalimat “bisa dibawa terus”, bukan berarti dalam bentuk barang seperti yang teman-teman lihat. Melainkan, suatu saat nanti kita akan menerima sesuatu bahkan melebihi nilai barang yang kita berikan itu. Berarti benar kan kita tidak rugi? Seperti menabung, suatu saat nanti tabungan itu bisa kita pakai. Seperti menanam pohon yang berbuah lebat dan enak. Kita hanya menanam satu biji saja, buahnya bisa sangat banyak. Karma baik yang kita tanam dengan memberi juga bisa berbuah berkali-kali lipat, bahkan bisa dipetik di kehidupan mendatang. Sungguh luar biasa buah dari jasa kebajikan itu!

Bagaimana caranya menanam jasa kebajikan biar buahnya banyak bahkan bisa dipetik di kehidupan mendatang? Yuk kita baca sutta lagi teman-teman!

“Marilah, perumah tangga, berikanlah pemberian kepada Saṅgha. Ketika engkau memberikan pemberian kepada Saṅgha, maka pikiranmu akan menjadi yakin. Ketika pikiranmu yakin, maka dengan hancurnya jasmani, setelah kematian, engkau akan terlahir kembali di alam bahagia, di alam surga.”

(Aṅguttara Nikāya 6.59)

Nah, mulai sekarang jangan ragu-ragu lagi untuk berdana kapan pun dan dimana pun. Mari kita juga berdana di bulan Kathina, karena ini kesempatan emas untuk menanam jasa kebajikan sebanyak-banyaknya. Ayo kita mendatangi Vihara-vihara sebanyak-banyaknya pada bulan Kathina! Sudah pasti hidup kita akan semakin bahagia. Semoga setelah membaca tulisan Mitta ini, keyakinan teman-teman semakin kuat tentang manfaat berdana dan terhadap Buddha, Dhamma dan Sangha. Sādhū... sādhū... sādhū...

Oleh: Mitta





# "Kebaikan Berbuah Kebaikan"



Anak-anak segera mengerjakan soal ujian.



Ini karyaku...  
Jacinda Quinn umur 9 Tahun  
Aku tunggu karya kalian ya.





# PAPA DAN MAMA



Letih, lelah tak menghentikanmu bekerja  
untuk masa depanku

Penuh cinta, engkau mengasuhku kaulah  
papa mama terbaikku...

Takkan mampu kubalas kebaikan hatimu.

Berikan aku kesempatan tuk membalas  
cintamu.

Terima kasih papa dan mama...

Untuk semua yang telah kau lakukan

Pengorbananmu takkan kulupa

Engkaulah yang kucinta...

Engaku lah yang kusayang...

Papa dan mama



Gracia

Umur 10 Tahun





# Istana Pemberi Kerak Nasi



Pada suatu ketika di Zaman Sang Buddha, hiduplah seorang perempuan yang merupakan satu-satunya orang yang selamat dari sebuah keluarga yang terserang musibah penyakit kolera. Karena merasa amat ngeri dan takut akan kematian, dia pergi meninggalkan rumahnya. Akhirnya dia menumpang di bagian belakang rumah orang. Keluarga yang ditumpangi merasa kasihan dan memberinya bubur, nasi rebus, kerak nasi, dan apa pun yang tersisa di dalam periuk dan alat-alat masaknya.





Suatu hari, Y.M. Mahā-Kassapa baru selesai bermeditasi selama 7 hari. Beliau mengetahui bahwa perempuan itu akan segera meninggal, dan memutuskan untuk memberinya kesempatan untuk berdana makanan. Maka beliau segera datang ke tempat perempuan itu, dan berdiri di hadapannya. Perempuan itu ragu-ragu karena merasa tidak pantas untuk memberikan kerak nasi kepada Sang Thera.



Namun karena Sang Thera terus berdiri di situ, dia memahami bahwa beliau memang ingin membantunya. Maka akhirnya ia memberikan kerak nasi itu. Y.M. Mahā-Kassapa memakannya dan berkata: "Di dalam kehidupanmu yang ketiga sebelum ini, engkau adalah ibuku", kemudian beliau pergi. Pada malam harinya perempuan itu meninggal dan terlahir di alam para Dewa Yang Bergembira Dalam Mencipta.

Pesan moral: Bila kita memberikan satu-satunya barang berharga yang kita miliki kepada orang suci yang sedang membutuhkannya, maka pemberian itu akan memberikan hasil yang berlimpah.

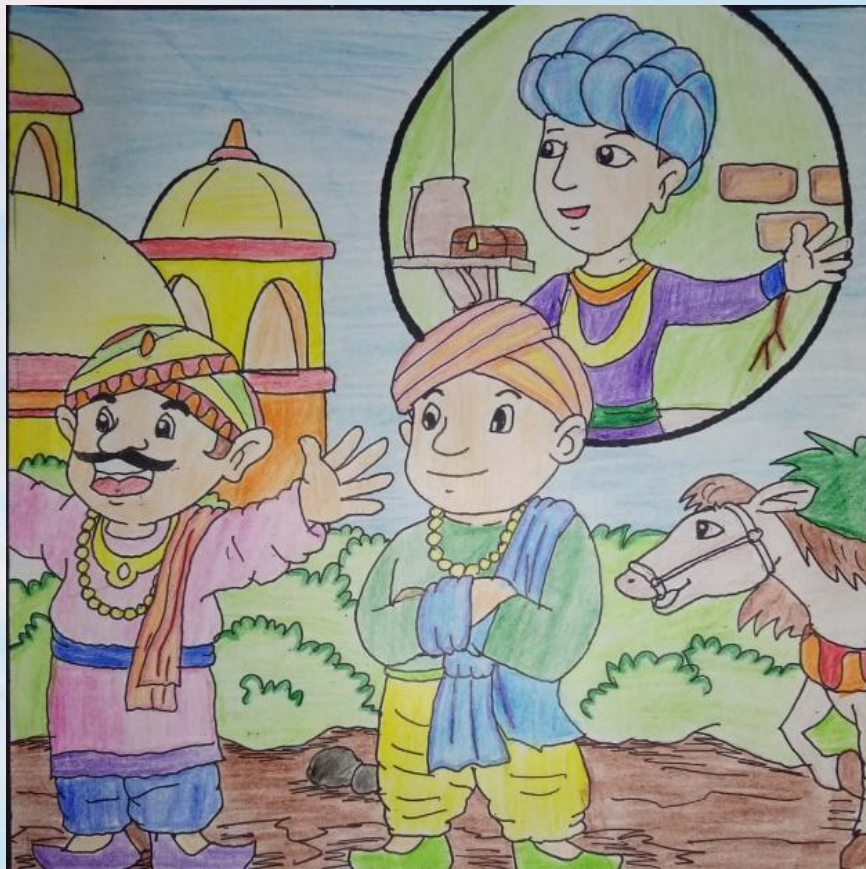
Sumber: Buku Vimānavatthu (Cerita-cerita Istana Alam Dewa), bagian dari Khuddakka-Nikāya, Sutta Pitaka. Judul asli: Vimānavatthu (Stories of the Mansions), oleh I.B. Horner. Alih bahasa: Dra. Wena Cintiawati dan Dra. Lanny Anggawati. Pembagian kedua (Cittalatā) 3(20).

Disadur oleh: Santi

Gambar dibuat oleh: Dhita Visesa



# Hasil Karya Mewarnai Sahabat Mitta



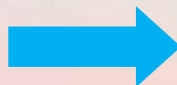
Samantha Angel  
11 Tahun



Bagus-bagus kan hasil mewarnai teman-teman Mitta?

Kalian juga bisa mengirimkan hasil karya kalian ke Mitta. Melalui email atau ke alamat redaksi Mitta.

Princess Visakha Lim  
9 Tahun







**Viriya Michita**  
**9 Tahun**



**Elaine Boe**  
**12 Tahun**







Mulai edisi ke-24 ini, Mitta akan menampilkan rubrik khusus "SAHABAT MITTA". Sahabat yang ditampilkan tentunya yang memiliki keistimewaan sehingga bisa dijadikan contoh dan menggugah semangat sahabat-sahabat Mitta yang lain untuk belajar dan mempraktekkan Dhamma.



Sahabat kita kali ini adalah Marlina. Umurnya baru 11 tahun, tapi dia sangat rajin membantu orang tuanya, menjaga adik, rajin sekolah, dan juga rajin mengikuti kegiatan-kegiatan di Vihara. Marlina secara rutin bersama orang tuanya mengikuti kebaktian di 3 Vihara, yaitu Vihara Vesantara - Bantar Jaya, Vihara Dhamma Vijja - Teko, dan Vihara Sanghamitta - Karawang, Marlina juga ikut Sekolah Minggu di ketiga Vihara tersebut.



Saat mengikuti Sekolah Minggu, dia mendengar bahwa ada pelatihan di Wisma Kusalayani - Maribaya. Maka bersama teman-temannya Marlina pun ikut pelatihan. Ternyata Marlina merasa sangat senang mengikuti pelatihan di Wisma Kusalayani, karena ia memiliki banyak teman dan mendapat banyak pengetahuan Dhamma. Disamping itu, yang paling berkesan baginya, tempat ini sangat nyaman untuk bermeditasi dan juga udaranya sejuk. Disinilah ia belajar untuk makan sayur, belajar untuk bisa menyukai sayur, dan juga belajar untuk bermeditasi. Ada pesan Marlina buat sahabat Mitta yang belum pernah ikut pelatihan atau yang masih ragu-ragu untuk ikut pelatihan lagi: "Jangan takut untuk memiliki rambut pendek, karena yang terpenting adalah pengetahuan dan pelatihan yang didapatkan untuk kebahagiaan kita dalam jangka waktu yang panjang."





Pada pelatihan yang ketiga kalinya Bagi Marlina, yaitu pada bulan Juli 2019, Marlina kembali menunjukkan kebulatan tekadnya untuk berlatih. Teman-teman yang biasanya ikut pelatihan bersama dia, dengan berbagai alasan, saat itu tidak ada yang ikut. Bahkan ada yang mengejek ketika dia memutuskan untuk ikut pelatihan sebagai samaneri. Kenapa teman-temannya mengejek? Sahabat Mitta tau kan kalau ikut pelatihan sebagai samaneri itu artinya harus merelakan rambut dicukur habis tanpa sisa? Nah itu dia alasannya Marlina diejek. Coba kita renungkan, apa yang dilakukan Marlina. Sahabat Mitta tentunya ingin punya banyak teman kan? Kalau diejek

sama teman-teman karena kita melakukan sesuatu yang tidak biasanya kita lakukan, apa yang akan kita lakukan? Mundur? Atau terus maju? Mari kita renungkan betapa hebatnya Marlina. Dia tidak mundur karena harus kehilangan rambut sampai habis. Dia tidak mundur karena diejek teman-temannya dan mungkin yang lain juga akan mengejeknya. Dia tidak mundur ketika papanya juga sempat melarang karena papanya ingin pada saat liburan tersebut dia di rumah (karena saat liburan sering ikut kegiatan jadi jarang di rumah).



Marlina adalah salah satu contoh anak yang rajin dan bijaksana. Ia bisa memahami dan memilih hal-hal yang bermanfaat, walaupun mungkin itu cukup berat baginya. Nah, sahabat Mitta terkasih, mari kita mencontoh Marlina. Rajin-rajinlah membantu orang tua di rumah, menjaga adik, rajin sekolah, dan rajin belajar serta mempraktekkan Dhamma. Sudah pasti hidup kita akan semakin dipenuhi oleh kebahagiaan.

Sādhu... sadhu... sādhu...

Oleh: Mitta

Berikut adalah puisi yang dibuat oleh Marlina.



## KELUARGA

Harta yang paling berharga adalah keluarga

Dimanapun mereka berada di situlah kebahagiaanku

Keluarga adalah tempat bernaung...

Di hatiku hanya ada keluargaku...

Mereka yang memberiku kasih sayang,

Yang mendukungku setiap waktu dengan tulus.

Keluargaku...

Engkau yang memberiku kenyamanan dan kehangatan

Engkau yang menemaniku dalam suka dan duka

Kan kuingat pengorbananmu... sampai akhir nanti...

Terima kasih keluargaku tersayang.

## Foto Keluarga Marlina





## GAME 1

# FRUITS



Ayo kita bantu Mita untuk menemukan nama-nama buah dalam Bahasa Inggris di dalam kotak di bawah ini! Sambil kita belajar Bahasa Inggris bersama.

B	A	P	P	L	E	R	Q	R	B
C	D	C	F	G	H	Z	X	B	A
G	E	P	E	A	R	A	V	H	N
S	N	R	T	Y	O	B	C	R	A
T	M	K	L	O	P	M	D	F	N
R	H	R	U	T	O	A	G	O	A
A	J	O	Q	S	M	N	E	G	V
W	U	R	T	W	B	G	T	R	Y
B	V	A	D	H	E	O	K	N	J
E	K	N	A	F	L	G	W	I	Z
R	T	G	I	P	A	P	A	Y	A
R	L	E	C	Q	B	S	Z	E	X
Y	B	Q	O	P	M	R	Y	U	O
N	M	P	N	R	W	X	R	X	Y
P	I	N	E	A	P	P	L	E	R



Apple = Apel



Mango = Mangga



Pear = Pir



Banana = Pisang



Strawberry = Stoberi



Papaya = Pepaya



Pineapple = Nanas



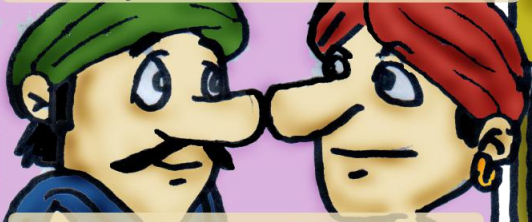
Orange = Jeruk



# Pedagang Yang Tidak Jujur

Sekali waktu ketika Brahadatta memerintah di Benares, di sebuah keluarga pedagang, lahirlah seorang putra dan diberi nama Pandita (Bijak).

Suatu hari mereka berdua membawa lima ratus buah kereta berisikan barang dagangan dari Benares menuju daerah pedesaan. Setelah menjual barang-barang tersebut, mereka kembali dengan membawa hasil penjualan itu.



Setelah dewasa, ia menjalin kerjasama dengan saudagar lainnya yang bernama Atipandita (Terlalu Bijak), dan berdagang bersamanya.



Saat pembagian tiba, Atipandita berkata, "Saya harus mendapatkan dua bagian." "Mengapa demikian?" tanya Pandita. "Karena kamu hanya 'Bijaksana', sementara saya 'Terlalu Bijak'. Karena itu 'Bijak' hanya mendapat satu bagian, 'Terlalu Bijak' mendapat dua bagian." "Namun kita berdua mempunyai bagian yang sama dalam persediaan barang dagangan dan juga dalam sapi serta kereta, mengapa engkau harus mendapat dua bagian?" "Karena saya Terlalu Bijak." Demikianlah mereka saling berbalas kata hingga akhirnya mempertengkarkan hal tersebut.



"Ah!" pikir Atipandita, "saya ada rencana." Ia menyuruh ayahnya bersembunyi dalam sebuah lubang di pohon, memerintahkan agar orang tua itu berkata, pada saat mereka berdua datang, "Atipandita harus mendapat dua bagian."

Setelah mengatur hal itu, ia mencari Pandita dan mengusulkan padanya untuk menyerahkan tuntutan dua bagian itu kepada dewa pohon yang cakap dalam mengambil keputusan.





Ia membuat permohonan dengan kata-kata berikut : "Dewa Pohon, buatlah keputusan untuk masalah kami!" Saat itu, sang ayah yang bersembunyi di dalam pohon, mengubah suaranya, meminta mereka mengatakan permasalahan mereka. Penipu itu berkata, "Tuan, di sana berdiri Pandita, dan di sini berdiri saya, Atipandita. Kami adalah rekan usaha. Beritahukanlah bagian masing-masing yang sepatutnya kami terima." "Pandita menerima satu bagian dan Atipandita menerima dua bagian," jawabnya.



Mendengar keputusan ini, Pandita ingin melihat apakah itu benar-benar dewa pohon atau bukan. Ia mengisi lubang pohon itu dengan jerami dan menyalakan api.



Dan ayah Atipandita yang setengah terbakar itu memanjat keluar dengan mencengkeram sebuah cabang pohon. Jatuh ke tanah, ia mengucapkan syair berikut ini : Pandita benar, Atipandita yang salah.



Kemudian kedua orang itu membagi dua sama rata hasil penjualan mereka, dan masing-masing mendapatkan satu bagian. Setelah meninggal dunia mereka terlahir kembali di alam yang sesuai dengan hasil perbuatan mereka.





## MAKANAN DI RUMAH LEBIH SEHAT DARIPADA JAJAN



Teman-teman, di dunia ini, banyak hal yang perlu kita ketahui agar hidup kita menjadi lebih nyaman dan bahagia. Contoh yang gampang, kalau kita tidak mengerti tentang makanan sehat, apa yang bisa terjadi? Kita bisa sakit karena kurang gizi, atau terkena penyakit-penyakit lain yang sekarang banyak terjadi disebabkan oleh makanan yang tidak sehat.

Jadi sebelum makan, kita perlu merenungkan, "saya makan biar badan saya bisa tumbuh dengan baik dan sehat". Teman-teman tidak ada yang mau sakit kan?

Kalau badan kita sakit, kita pasti menderita, orang tua kita juga sedih melihat kita menderita. Karena itu, ketika mama memberi kita makanan, walaupun mungkin kita tidak suka, kita harus berpikir, "mama pasti memberi makanan yang sehat, jadi saya harus makan sampai habis".

Sekarang teman-teman sudah mengerti kan, kenapa kita harus makan makanan yang diberikan mama, walaupun mungkin makanan itu tidak kita sukai? Di dalam makanan sehat terdapat sari makanan yang disebut gizi, yang membuat tubuh kita bisa tumbuh dengan baik dan sehat serta kuat. Bayangkan saja kalau dari baru lahir tidak ada yang memberi kita makan. Kita bisa tumbuh tidak menjadi sebesar sekarang? Kita beruntung ya, ada yang memberikan makanan dari bayi sampai sekarang. Ada loh anak-anak lain yang kurang beruntung, tidak ada yang memberikan makanan. Bisa dibayangkan, mereka pasti sangat menderita. Badannya tidak bisa tumbuh dengan baik, ada yang sakit-sakitan karena kurang gizi, bahkan ada yang sampai mati kelaparan. Wah, sangat kasihan! Makanya jangan menyia-nyiakan keberuntungan kita. Makanlah apa yang diberikan oleh mama sampai habis, dan jangan minta makanan yang kurang sehat walaupun kalian sangat suka. Percayalah sama mama kalian, kalau tidak boleh jajan pasti ada alasannya. Mungkin makanan itu tidak sehat, atau mungkin makanan itu



terlalu mahal disamping karena kurang bergizi. Jadi mama lebih memilih makanan sehat dan tidak membuang-buang uang.

Nah, pengetahuan ini sangat penting kan? Kalau teman-teman tidak mengerti cara memilih makanan yang sehat, ikuti saja apa kata mama. Tapi kalau lagi tidak ada mama, harus bisa pilih sendiri. Makanan yang baik harus mengandung gizi yang lengkap dan seimbang. Mengandung karbohidrat, protein, vitamin dan mineral. Ada nasi sebagai sumber karbohidrat, untuk menghasilkan tenaga. Ada lauk-pauk dan buah-buahan sebagai sumber protein, vitamin dan mineral untuk pertumbuhan dan menjaga kesehatan tubuh. Disamping itu, kita harus tahu, makanan juga bisa mengandung zat-zat yang membahayakan tubuh.



Kalau teman-teman suka jajan, makanan yang dijual sering terlalu banyak mengandung karbohidrat dan lemak, kekurangan vitamin dan mineral, bahkan sering mengandung bahan-bahan kimia yang mungkin berbahaya bagi tubuh. Contoh bahan-bahan kimia yang sering digunakan dalam makanan adalah pewarna, pengawet, penyedap, pemanis, pengganti berbagai rasa buah, dll. Jadi lebih baik tidak jajan deh!

Teman-teman suka makan sayur dan buah kan? Walaupun kurang suka, kalian harus belajar menyukainya karena semua itu sangat dibutuhkan tubuh kita. Itu sebabnya kalau ikut pelatihan di Wisma Kusalayani - Maribaya, sayur dan buah wajib dimakan. Di rumah pun kalian harus berlatih! Kalau tidak, kalian akan menyesal, karena suatu saat tubuh kalian akan menderita. Semoga teman-teman bisa mengerti dengan jelas ya, dan terutama mau berusaha melakukan yang terbaik demi kebaikan kalian sendiri.

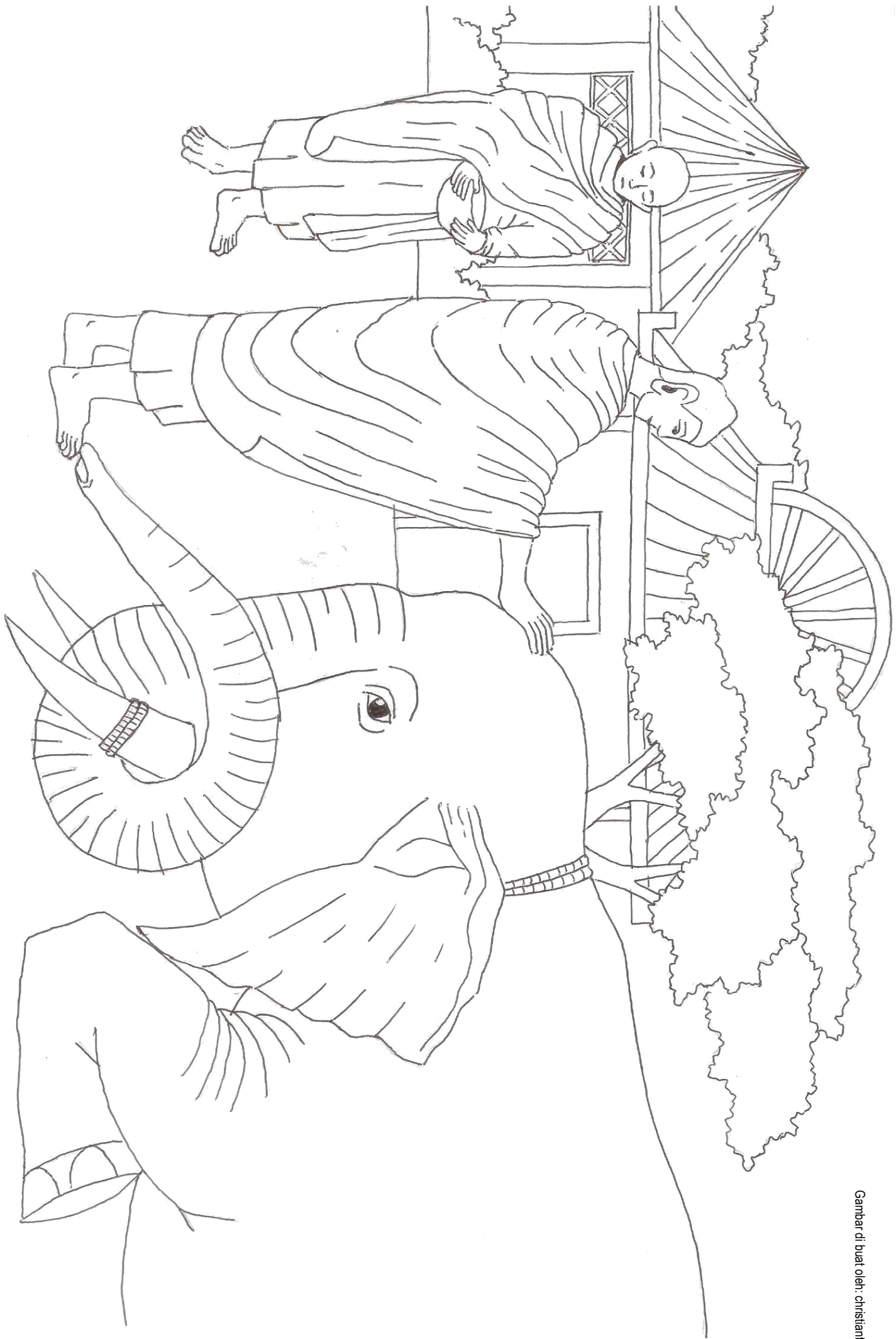
Sādhu... sādhu... sādhu...

Oleh: Mitta



Aku Anak Sehat.  
Ayo makan sayur  
dan buah biar sehat!





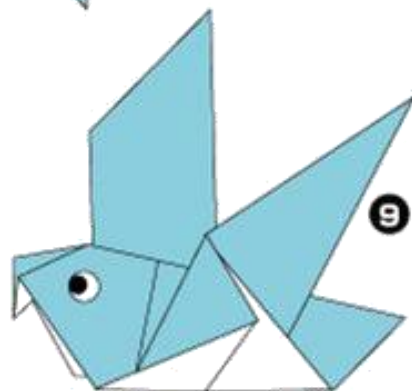
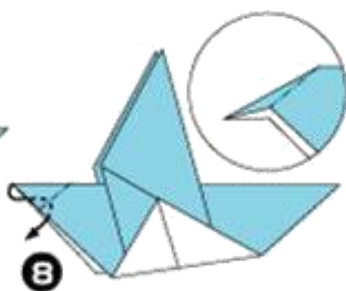
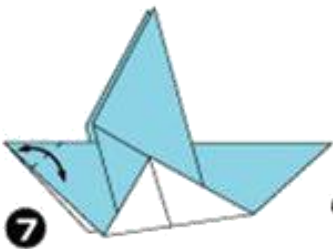
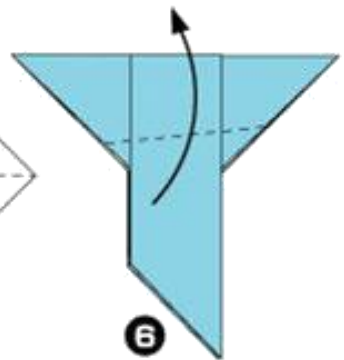
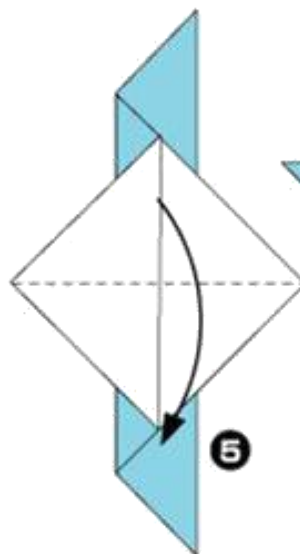
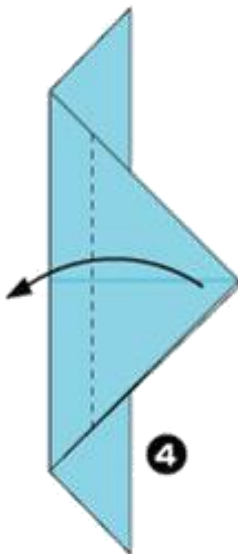
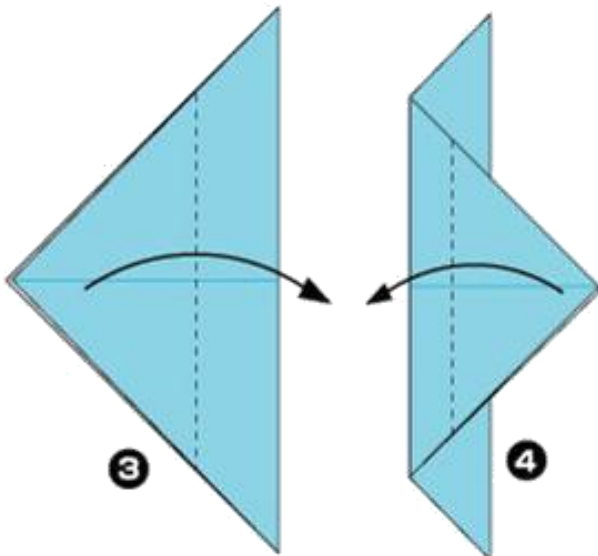
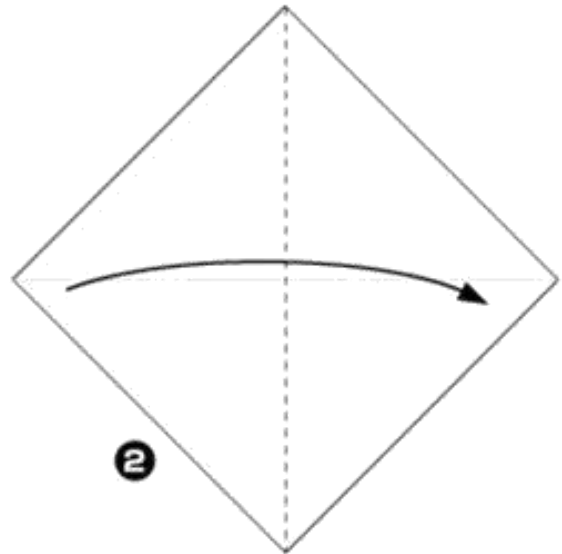
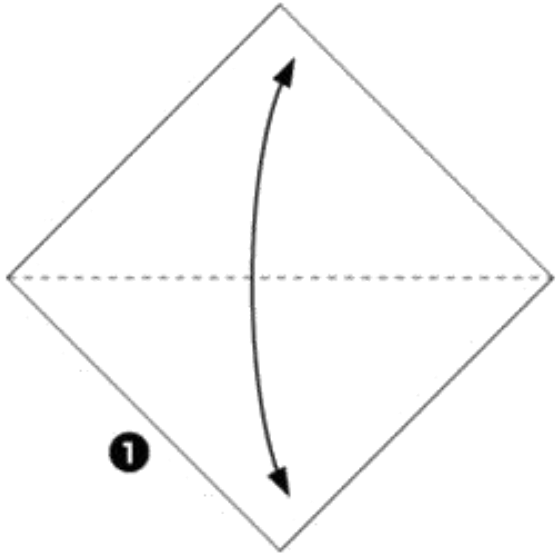
Ayo kita mewarnai gambar Sang Buddha yang sedang menjinakkan gajah Nalagiri!





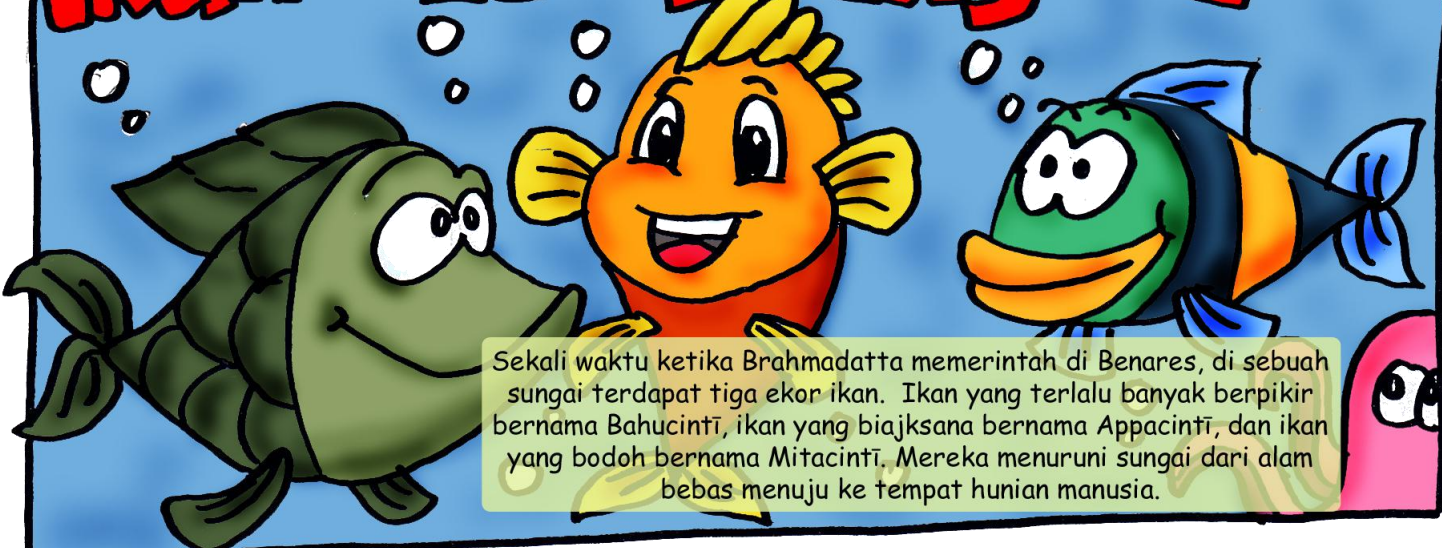
# Melipat Kertas Membuat Bentuk Burung

Teman-teman, mari kita belajar melipat kertas membuat bentuk burung. Caranya sangat mudah, ikuti saja langkah-langkah di bawah ini. Selamat mencoba!







# Ikan Yang Bijaksana




Sekali waktu ketika Brahmadatta memerintah di Benares, di sebuah sungai terdapat tiga ekor ikan. Ikan yang terlalu banyak berpikir bernama Bahucinti, ikan yang bijaksana bernama Appacinti, dan ikan yang bodoh bernama Mitacinti. Mereka menuruni sungai dari alam bebas menuju ke tempat hunian manusia.



Di sini, Appacinti berkata kepada kedua ekor ikan lainnya, "Ini adalah lingkungan yang berbahaya dan tidak aman, tempat para nelayan menangkap ikan dengan menggunakan jaring, perangkap berupa keranjang, maupun alat lainnya. Mari kita kembali ke alam bebas lagi."



Namun kedua ikan itu terlalu malas, dan terlalu serakah, sehingga mereka terus menerus menunda kepergian mereka dari hari ke hari, hingga akhirnya tiga bulan telah berlalu.



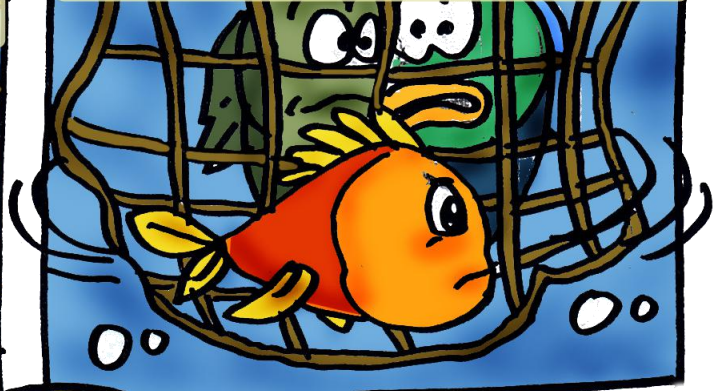
Saat itu para nelayan melemparkan jaring ke sungai; Bahucinti dan Mitacinti sedang berenang untuk mencari makanan saat dengan bodohnya mereka secara membabi buta menyerbu masuk ke dalam jaring.



Appacinti, yang berada di belakang, sedang memperhatikan jaring tersebut, melihat nasib kedua ekor ikan itu. "Saya harus menyelamatkan kedua pemalas yang bodoh itu dari kematian," pikirnya.



Mula-mula ia mengitari jaring tersebut, kemudian ia membuat percikan air di depan jala itu seperti ikan yang terlepas dari jaring dan kemudian lenyap di sungai



Kemudian ia berputar ke belakang, memercikkan air di belakang jala; seperti ikan yang terlepas dari jaring dan ditelan arus.



Melihat hal itu, para nelayan mengira ikan-ikan itu telah merusak jaring dan semuanya telah lari; maka mereka menarik jaring itu pada salah satu sudutnya dan kedua ikan itu pun terlepas dari jaring, kembali ke sungai yang bebas.

Dengan cara tersebut mereka berhutang nyawa pada Appacinti.



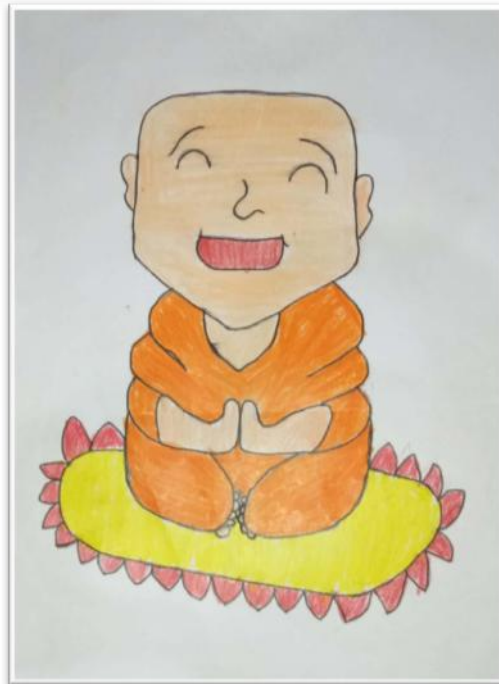
Gambar dibuat oleh: Davit Kumiawan



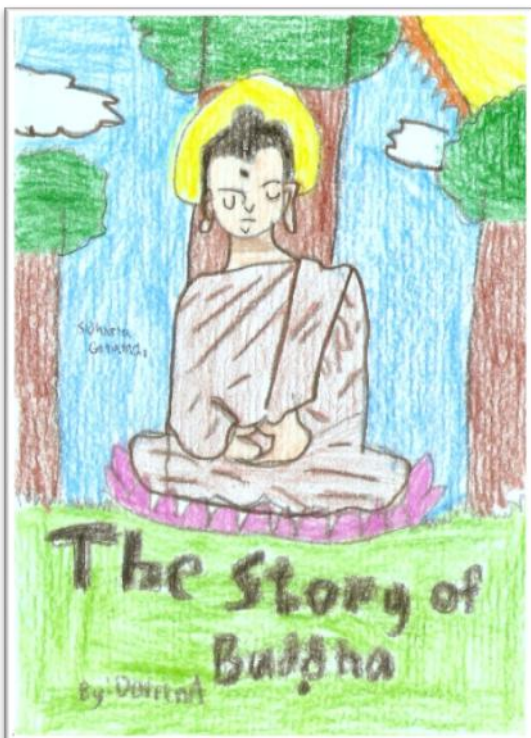
# Kiriman Gambar Sahabat Mitta



Alnagara  
7 Tahun



Mahardika  
9 Tahun

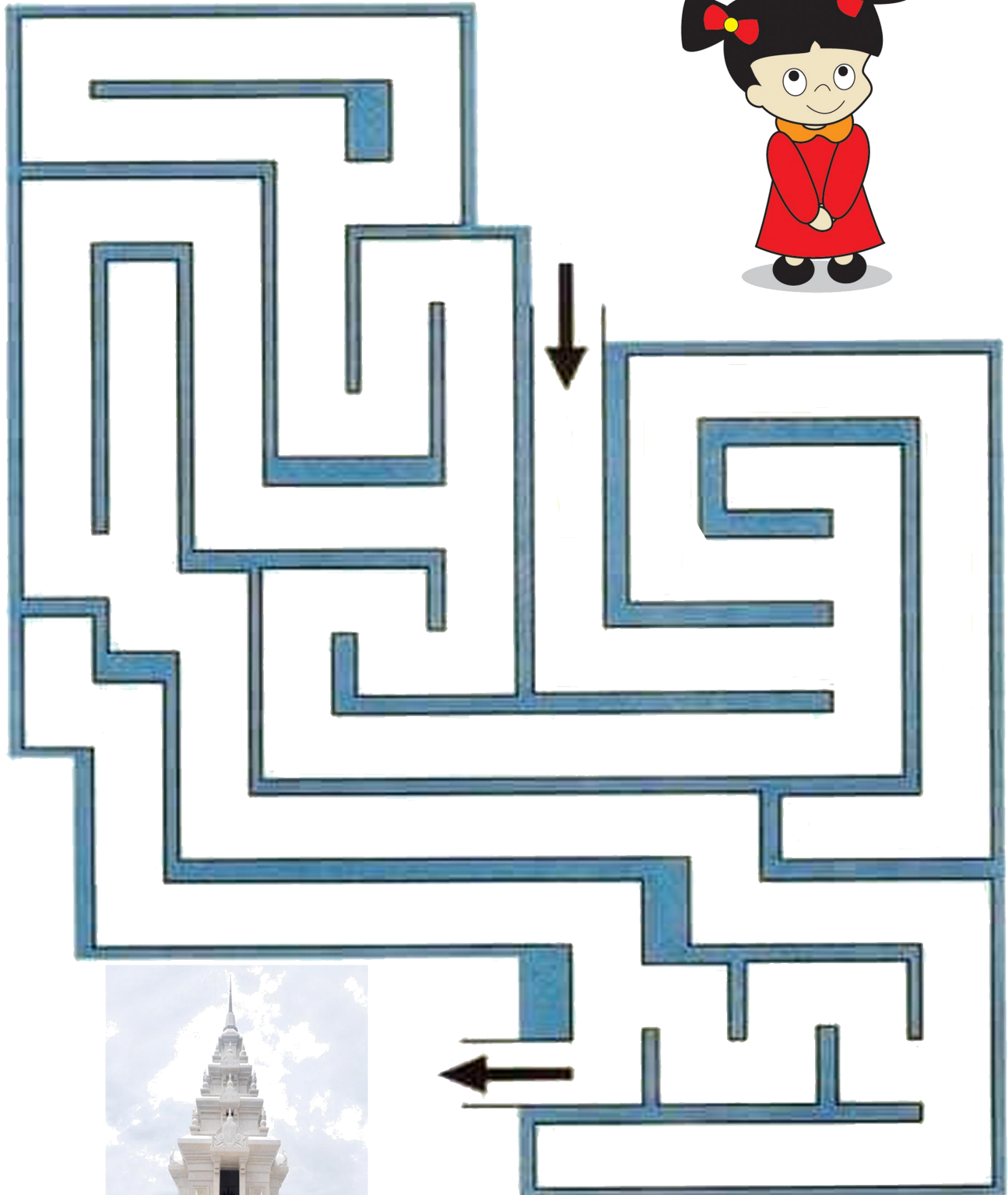


Dareen  
7 Tahun





**Ayo Bantu Mita untuk mencari Jalan ke Vihara Sanghamitta! Di sana ada Candi namanya Bodhipakkhiya.**



CANDI BODHIPAKKHIYA  
VIHARA SANGHAMITTA - KARAWANG

**Vihara Sanghamitta**



Teman-teman masih ingat kan, dalam Mita ke-23 kita sudah belajar tentang Puisi Lama? Dari gambar di sebelah kita bisa lihat, bagian-bagian dari Puisi Lama. Dulu kita belajar bikin Pantun, yang merupakan bagian dari Puisi Lama. Nah, sekarang kita akan belajar bikin Gurindam dan Talibun, yang juga merupakan bagian dari Puisi Lama.

Puisi Lama jenis Gurindam berisi tentang suatu nasihat, dengan aturan setiap bait terdiri dari 2 baris dan bersajak a-a. Puisi ini berasal dari Tamil (India).



Kita lihat contohnya yuk!

**Berlatih menjalankan sila**

**Agar batin tetap terjaga**

**Selalu menghormati Sang Buddha**

**Hidup menjadi bahagia**

**Belajar selalu Buddha Dhamma**

**Hidup menjadi lebih bijaksana**

**Tambah umur tambahlah ilmu**

**Agar lebih berguna hidupmu**

**Belajar Dhamma ke para Samana**

**Itulah Berkah Utama**

**Sering-seringlah datang ke Maribaya**

**Belajar Dhamma dari Ayya**





Selanjutnya mari kita belajar tentang Talibun. Hampir mirip dengan Pantun, Talibun merupakan jenis Puisi Lama yang juga mempunyai sampiran dan isi. Bedanya apa sih? Talibun memuat lebih banyak baris, yaitu sekitar 6 sampai 20 baris. Jumlah baris pada Talibun harus berjumlah genap. Dalam Talibun, setengah isinya merupakan sampiran dan setengahnya lagi merupakan isi. Misalnya, jika Talibun berisi 6 baris maka 3 baris pertama adalah sampiran dan 3 baris selanjutnya adalah isi, dengan sajak a-b-c-a-b-c.

Mari kita pelajari contohnya!

**Jalan jalan ke bendungan hilir**  
**Setiap hari tanpa jeda**  
**Walau rasa lelah tetap ada**  
**Manusia yang mampu berpikir**  
**Dapat mengerti Buddha Dhamma**  
**Hingga tercapainya Nibbana**

Ini adalah Talibun 6 baris.



Selanjutnya kita coba membuat Talibun 10 baris!

**Mandi di sungai sore hari**  
**Bersama dengan teman-teman**  
**Bergembira dan bercengkrama**  
**Menikmati segala kesegaran**  
**Sebelum malam segera menjelang**  
**Berlatih di Wisma Kusलयani**  
**Setiap kali ada liburan**  
**Menambah wawasan Dhamma**  
**Menanam jasa kebajikan**  
**Untuk bekal di kehidupan mendatang**



Nah, kita sudah membahas 3 jenis Puisi Lama. Teman-teman juga bisa membuatnya kan? Coba kalian buat ya, nanti kalau sudah selesai, bisa kalian kirim hasil karyanya ke redaksi Majalah Mitta.

Selamat mencoba teman-teman!

Oleh: Sanggamitta

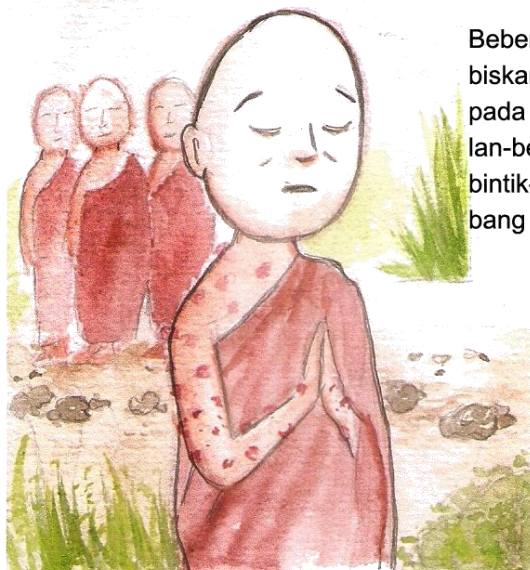


Suatu hari di Savati, tinggalah seorang bhikkhu, ia dikenal dengan nama Putigatta Tissa Thera

# Putigatta Tissa Thera

Beberapa waktu setelah beliau ditahbiskan, muncul benjolan-benjolan pada tubuhnya. Pada mulanya benjolan-benjolan itu hanya nampak seperti bintik-bintik, lama-kelamaan berkembang menjadi sebesar buah vilva.

Akhirnya, benjolan-benjolan itu pecah sehingga seluruh tubuhnya dipenuhi oleh luka terbuka (putigatta). Karena hal itu, beliau dipanggil Putigatta Tissa Thera. Tidak lama kemudian tulang-tulangnya mulai nampak terpisah dan tak seorang pun mau merawatnya.



Jubah miliknya telah berlumuran darah. Karena tidak dapat merawatnya, para bhikkhu mengeluarkan dan membaringkan Bhikkhu Tissa Thera di atas tanah, tanpa ada yang menjaganya.

Bhikkhu ini telah ditinggalkan oleh kawan-kawannya. Sekarang, ia tidak mempunyai pelindung selain Saya.

Pada waktu itu, Bhikkhu Tissa Thera nampak dalam pandangan Sang Bhagava. Beliau mengetahui Bhikkhu Tissa Thera telah matang untuk mencapai ke-Arahat-an.

Sang Bhagava pergi ke ruang perapian, merebus air hingga mendidih. setelah itu, Beliau mengangkat ujung tempat tidur di mana Bhikkhu Tissa Thera berbaring.



Bhante, tidak usah, kami akan mengangkat Bhikkhu Tissa Thera ke hadapan Bhante.



Sang Bhagava berdiri di dekat Bhikkhu Tissa Thera, membasahi tubuhnya dengan air hangat, menggosok dan memandikannya. Setelah air mengering di tubuhnya dan jubah yang dicuci oleh para bhikkhu telah bersih dan kering, beliau dibaringkan di tempat tidur.

Sang Bhagava berdiri di dekat Bhikkhu Tissa Thera dan berkata :

“Tak lama lagi tubuh ini terbujur kaku di atas tanah, terbengkalai, tanpa kesadaran, bagaikan batang kayu yang tak berguna.” (Dhammapada 41)

Setelah Sang Bhagava mengucapkan syair tersebut, Bhikkhu Tissa Thera meninggal.



Bhante, di mana Bhikkhu Tissa Thera terlahir ?

Bhikkhu Tissa thera telah Parinibbana.

Bhante, bagaimana ini terjadi kepada bhikkhu seperti Bhikkhu Tissa Thera dapat menjadi Arahat.

Para bhikkhu, dengarkanlah.

Sedangkan ia menderita pada tubuhnya? Mengapa tulangnya juga terpisah-pisah? Berdasarkan karma apa pada kehidupan lampau maka beliau memiliki kemampuan mencapai Arahat?

Pada masa kehidupan Buddha Kassapa, ia adalah seorang penangkap burung

Umumnya hasil tangkapannya ia serahkan ke istana atau dijual. Karena khawatir membusuk, burung tersebut tidak dibunuh. Tetapi dipatahkan sayap dan kakinya agar tidak bisa terbang.

Jika masih ada sisa, burung itu di masaknya.

Pada suatu hari, setelah memasak makanan yang enak. seorang Arahat berdiri di depan pintu rumahnya.

Ia merenung dan berpikir

Saya telah membunuh banyak makhluk hidup dan memakan mereka, seorang Arahat sedang berdiri di dekat pintu rumahku, dalam rumahku ada makanan enak. Sebaiknya saya memberikan dana kepada Beliau.

Bhante, semoga saya mencapai hasil tertinggi seperti yang telah Bhante capai.

Sādhu, sādhu, sādhu.

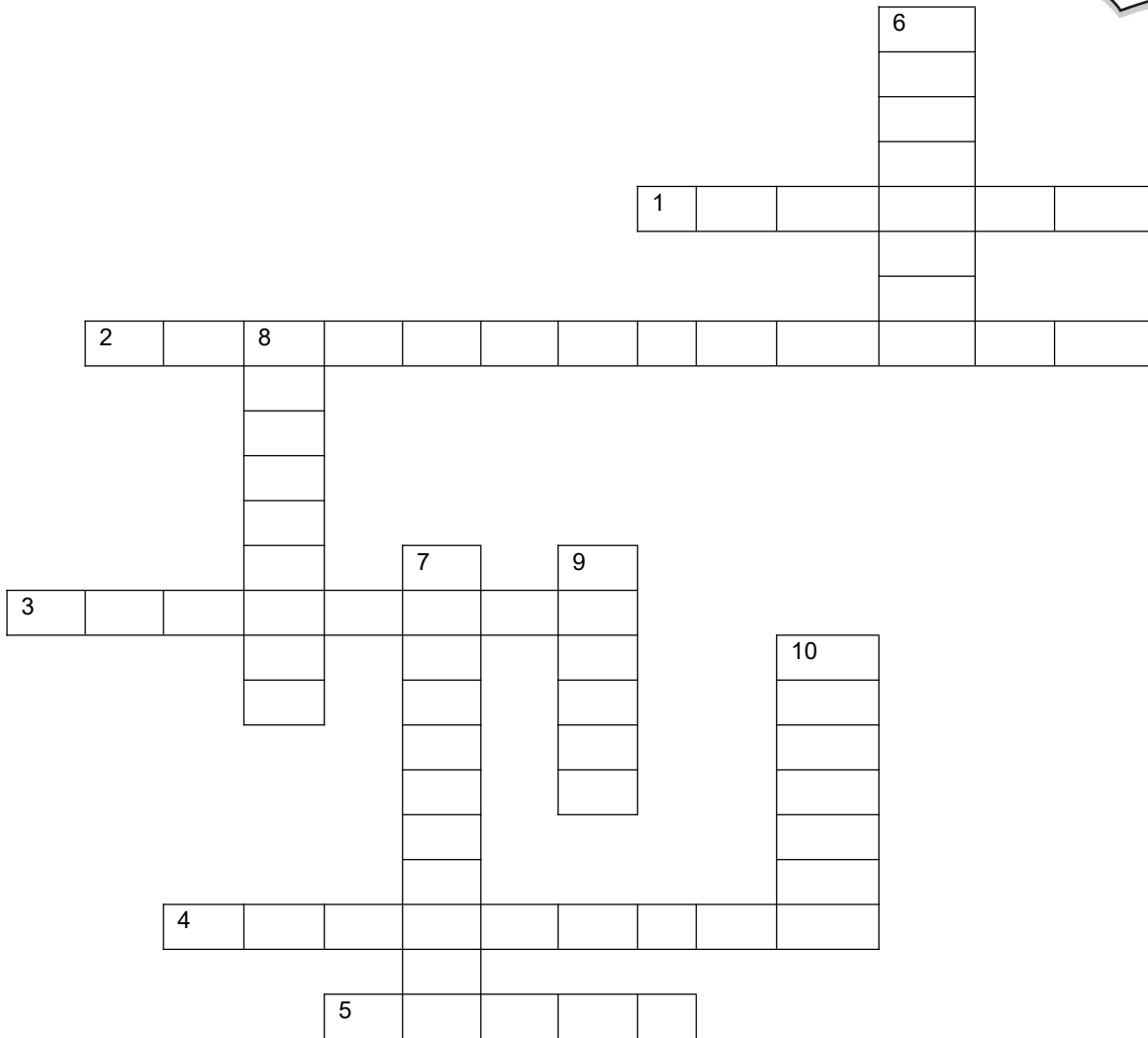
Karena perbuatan bajik yang dilakukan Tissa Thera, maka hasil ini ia dapatkan. Karena ia mematahkan tulang-tulang burung, maka tubuhnya diliputi penyakit dan tulang-tulangnya terpisah. Karena ia berdana makanan kepada Arahat dan bertekad untuk mencapai ke-Arahat-an, maka ia dapat mencapainya.



# Teka Teki Silang



Ayo teman-teman, bantu Mitta menjawab teka teki silang di bawah ini!



## Soal

### Mendatar

1. Siapa yang mendanakan nasi susu kepada Pertapa Gotama?
2. Paritta perenungan terhadap Buddha
3. Nama kuda Pangerang Siddharta
4. Pertapa Sumedha bertekad untuk menjadi Buddha pada jaman Buddha apa?
5. Dari suku apa pangeran Siddharta berasal?

### Menurun

6. Pertapa yang meramalkan bahwa pangeran Siddharta pasti menjadi Buddha
7. Pada usia 80 tahun Buddha....
8. Bhikkhu yang melukai kaki Sang Buddha
9. Bahasa Pali dari keyakinan
10. Bahasa Pali dari keseimbangan batin

### Jawaban

#### Mendatar

1. Sujata, 2. Buddhanussati, 3. Kanthaka, 4. Dipankara, 5. Sakya

#### Menurun

6. Kondanna, 7. Parinibbana, 8. Devadatta, 9. Saddha, 10. Upekkha