



Cinta Kosong  
Perasaan Istimewa

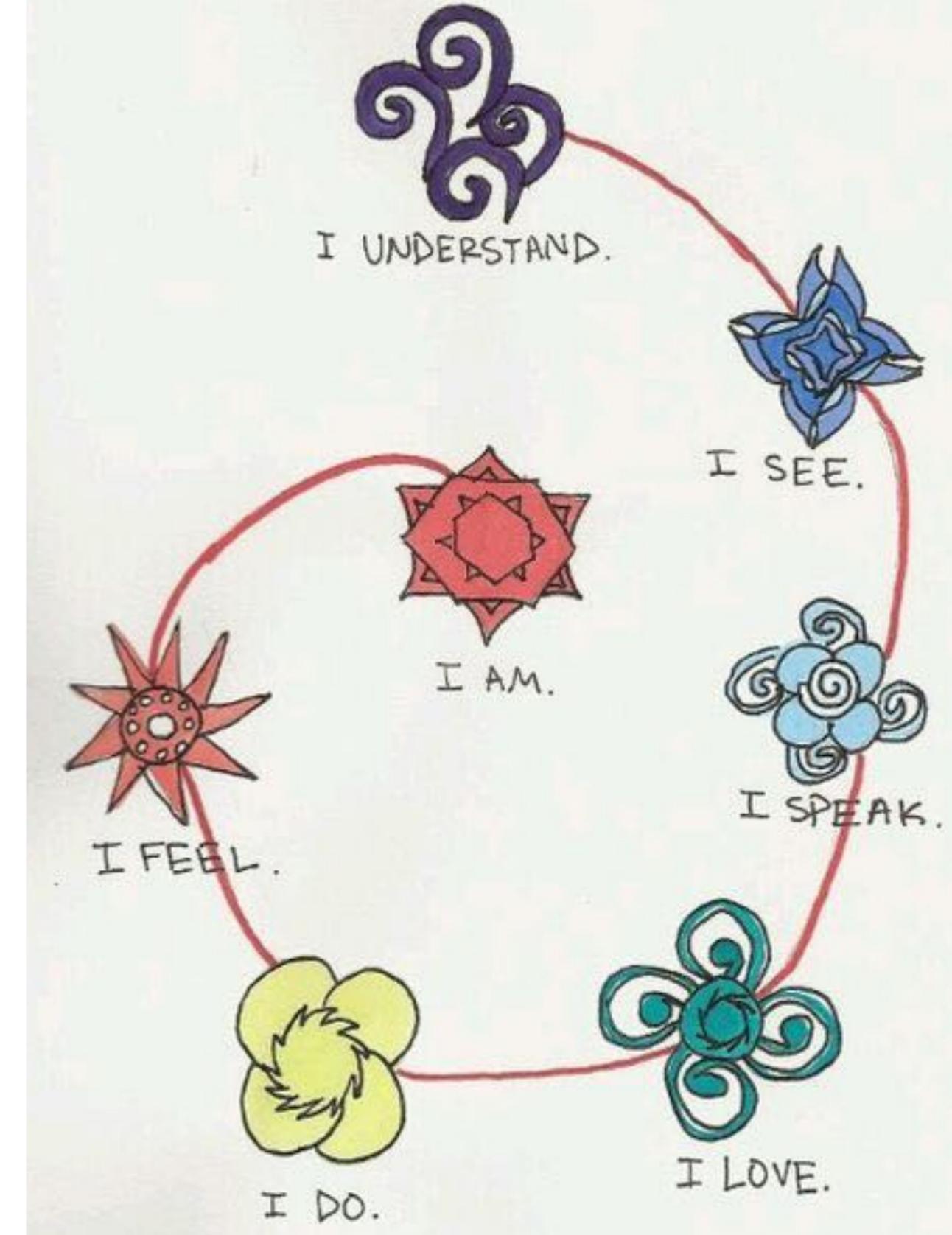
B. Nyanabhadra 「學賢」

受 v.s. 愛

# Form of Love

---

- Familial Love
- Friendly Love
- Romantic Love
- Universal Love



**慈 ~ Mettā ~ Maitrī ~ Cinta**

True love does not mean possession

---

Cinta sejati yang tidak harus memiliki

# Mengapa bhante gundul?

---

Pertanyaan dari seorang anak kecil

“Understanding is the  
foundation of Love.”

–Zen Master Thich Nhat Hanh

“The wound is the place where light enters you”

**–Rumi**

# The releasing of **Dopamine**

---

*"Pleasure chemical,"* producing a feeling of bliss

# Peacefulness

---

- Ketenangan menjadi tanah subur untuk menumbuhkan cinta universal
- Meditasi (mindfulness) yang telah dipraktikkan sejak ribuan tahun lalu
- Zaman NOW juga perlu Praktik Kekinian agar menciptakan kondisi-kondisi baik



“Ketika Engkau mencintai seseorang, bukan berarti dia istimewa, tapi karena Anda memiliki perasaan istimewa terhadap dia.”

**–Nyanabhadra**

thank  
YOU