

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL BAHASA INDONESIA .....	i
HALAMAN JUDUL BAHASA INGGRIS .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iv
HALAMAN MOTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
INTISARI.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB I .....	1
PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tinjauan Pustaka .....	3
1.4 Kerangka Teori.....	8
1.5 Metode Penelitian.....	10
BAB II.....	13
MEDITASI: SARANA PEMURNIAN JIWA.....	13
2.1 Sejarah Meditasi .....	14
2.1.1 Meditasi Menurut Ajaran Buddha .....	15
2.1.2 Meditasi dan Perkembangannya .....	18
2.2 Jenis-Jenis Meditasi.....	19
2.3. Komunitas Mahadaya Institute.....	20
2.3.1 Buku.....	21

2.3.2 Workshop dan Meditasi Bersama .....	30
2.3.3 <i>Wedharan Online</i> .....	32
2.3.4 Spiritual Adventure.....	34
2.3.5 Istilah-Istilah di dalam Mahadaya Institute .....	35
BAB III .....	39
ANAK MUDA DAN MAHADAYA INSTITUTE .....	39
3.1 Anak Muda Berproses Bersama Mahadaya Institute .....	41
3.1.1 Rangka .....	41
3.1.2 Prapti .....	43
3.1.3 Shinta .....	44
3.1.4 Samudra .....	46
3.1.5 Wahyu .....	48
3.1.6 Ivan .....	50
3.2. Pengalaman di dalam Meditasi.....	51
3.3. Kehidupan Sosial di dalam Komunitas dan Bermasyarakat .....	53
BAB IV .....	55
PEMBAHASAN .....	55
4.1. Proses Pengolahan Spiritual .....	55
4.2. Meditasi Sebagai “Penawar” .....	58
4.2.1 Kelompok Emosi .....	58
4.2.2 Kelompok Dorongan Dalam Diri .....	59
4.3. Makna di dalam Pengalaman .....	60
4.4. Menuju Pencerahan .....	62
BAB V .....	64
KESIMPULAN .....	64
DAFTAR PUSTAKA .....	66
LAMPIRAN .....	69

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penjelasan Tingkat Dimensi Menurut Setyo Hajar Dewantoro.....	36
Tabel 2. Tingkat Kesadaran Manusia Menurut Setyo Hajar Dewantoro yang disetarakan Milik David R. Hawkins.....	37

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1. Tampilan poster kegiatan workshop Mahadaya Institute 1 .....	31
Gambar 2.2. Tampilan poster kegiatan workshop Mahadaya Institute 2 .....	31
Gambar 2.3. Tampilan kegiatan Spiritual Adventure.....	34