No. 241 | Agustus 2025

Buletin Tzu Chi

Menebar Cinta Kasih Universal

www.tzuchi.or.id
tzuchiindonesia
Tzu Chi Indonesia

Foto: Arimami Suryo A

Tzu Chi Indonesia bersama Kodam V Brawijaya menggelar Bakti Sosial Kesehatan (Baksos) Tzu Chi ke-149 di Kota Surabaya pada Sabtu, 19 Juli 2025. Kegiatan ini berhasil menangani 142 pasien katarak dan 19 pasien pterygium dari wilayah Surabaya, Sidoarjo, Gresik, Bangkalan (Madura), serta beberapa kota lainnya.

Baksos Kesehatan Tzu Chi ke-149 di Surabaya

Merdeka Dari Katarak

"Kehadiran baksos kesehatan Tzu Chi di Surabaya menjadi harapan baru. Selain menyembuhkan penglihatan, para warga juga siap meningkatkan kualitas hidup setelah terbebas dari katarak."

Sudah tiga tahun ini, Suparlan (47) warga Jl. Rembang Utara, Kelurahan Jepara, Kecamatan Bubutan, Kota Surabaya tak lagi bekerja. Bukan tanpa sebab, katarak di kedua matanya menjadi sebuah pukulan yang berat. Pasalnya, ia tak lagi bisa memberikan nafkah bagi keluarganya yang saat ini tinggal di Sidoarjo, Jawa Timur.

Dulu saat matanya masih sehat, pekerjaan apa saja dilakoni Suparlan. Tapi yang paling lama ia jalani adalah menjadi tukang bangunan. Akibat katarak di kedua matanya kini Suparlan sudah tidak bisa bekerja lagi. "Keinginan untuk sembuh ya ada, tapi ya masalah ekonomi benturannya," katanya.

Setelah mendapatkan informasi adanya Baksos Kesehatan Tzu Chi ke-149 di RS Tk.III Brawijaya, Surabaya, Suparlan segera menyiapkan berkas-berkas yang dibutuhkan. Dari Kecamatan Bubutan sendiri terdapat 5 pasien katarak yang ikut proses *screening* pada 12 Juli 2025, tetapi hanya Suparlan yang lolos sampai operasi.

Setelah operasi, Suparlan merasa senang. Namun sayang, kacamata milik Suparlan yang dilepas sebelum operasi terselip dan hilang entah kemana sampai kegiatan baksos kesehatan selesai. Kebahagiaan Suparlan semakin lengkap saat *Post Op* (pemeriksaan pascaoperasi). "Sangat-sangat terang sekali. Ada perubahan total. Kacamata hilang *nggak* ketemu, hari ini *insyallah* udah *nggak* membutuhkan sekali. Jauh bedanya, dulu *nggak* kelihatan sama sekali sekarang sangat-sangat jelas. Walaupun kacamata hilang, itu *nggak* seberapa. Yang penting matanya terang *hahaha*," ungkap Suparlan bersukacita.

Kebahagiaan juga dirasakan Slamet Budiono (41), warga Kelurahan Kedung Baruk, Kecamatan Rungkut, Surabaya ini mulai merasakan gejala katarak di mata kanannya sejak tahun 2023. Kondisi katarak di mata kanan Slamet selama ini juga membuatnya cemas karena sangat mengganggu saat bekerja dan ia juga tidak memiliki biaya untuk operasi. "Saya yang ingin berharap sembuh kalau pakai dana pribadi itu kita menyisihkan uang sampai kapan? Contoh seperti saya mau operasi secara mandiri itu susah, biayanya yang *nggak* ada," ungkap Slamet.

Berjodoh dengan Baksos Kesehatan Tzu Chi ke-149 sampai bisa dioperasi membuat Slamet berbahagia. Pada saat mengikut proses *Post Op*, kebahagiaan Slamet semakin memuncak saat perawat mengukur penglihatan mata kanannya dari jarak yang bervariasi. "Kalau bekerja kemungkinan besar tidak ada gangguan lagi. Bawa motor keluar masuk ke gang sudah *nggak* pegang tembok lagi, langsung *sruttt* lancar. Sekarang kalau naik motor ya siap, *gass poll. Hahaha*," ungkap Slamet bersukacita.

Tak lupa Slamet juga mengungkapkan rasa terima kasih kepada Tzu Chi karena telah mengadakan bakti sosial kesehatan di Kota Pahlawan. "Menolong orang yang *nggak* mampu itu merupakan tindakan kepahlawanan. Tanpa melihat batas-batas agama, tanpa melihat batas-batas suku, itu salah satu ciri pahlawan atau bisa dikatakan orang-orang yang ada di Buddha Tzu Chi ini pahlawan semua. Karena mereka bisa menyisihkan hartanya untuk menolong orang-orang yang kurang mampu," tutur Slamet bersemangat.

Membantu Memberantas Katarak

Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia menggelar Bakti Sosial Kesehatan (Baksos) Tzu Chi ke-149 di Kota Surabaya pada Sabtu, 19 Juli 2025. Kegiatan ini bekerja sama dengan Kodam V/Brawijaya dan berlangsung di RS Tk. III Brawijaya. Dalam pelaksanaannya, tim medis menangani 142 pasien katarak dan 19 pasien *pterygium* yang berasal dari wilayah Surabaya, Sidoarjo, Gresik, Bangkalan (Madura), serta beberapa kota lainnya.

"Saya mengapresiasi sekali kolaborasi dengan mitra strategis kita Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia. Tentunya kita berharap dengan adanya operasi ini masyarakat bisa pulih kembali pengelihatannya dan bisa mandiri," ungkap Pangdam V/Brawijaya, Mayjen TNI Rudy Saladin, M.A.

Ketua Tzu Chi Surabaya, Vivian Fang juga merasa bersyukur karena Tzu Chi bisa kembali mengadakan baksos kesehatan bagi warga Surabaya. "Hari ini bahagia karena Tzu Chi bisa mengadakan baksos untuk pasien katarak. Harapannya ke depannya kita bisa mengadakan lebih banyak baksos, karena masih begitu banyak masyarakat khususnya di Jawa Timur yang belum bisa kita jangkau." jelas Vivian Fang disela-sela kegiatan baksos.

❑ Arimami Suryo A

Merdeka Dari Katarak dapat dibaca di: https://bit.ly/4ISRdNX

Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia yang menebar cinta kasih di Indonesia sejak tahun 1993, merupakan kantor cabang dari Yayasan Buddha Tzu Chi yang berpusat di Hualien, Taiwan. Sejak didirikan oleh Master Cheng Yen pada tahun 1966, hingga saat ini Tzu Chi telah memiliki cabang di 68 negara.

Tzu Chi merupakan lembaga sosial kemanusiaan yang lintas suku, agama, ras, dan negara yang mendasarkan aktivitasnya pada prinsip cinta kasih universal.

Aktivitas Tzu Chi dibagi dalam 4 misi utama:

1. Misi Amal
   Membantu masyarakat tidak mampu maupun yang tertimpa bencana alam/musibah.
2. Misi Kesehatan
   Memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat dengan mengadakan pengobatan gratis, mendirikan rumah sakit, sekolah kedokteran, dan poliklinik.
3. Misi Pendidikan
   Membentuk manusia seutuhnya, tidak hanya mengajarkan pengetahuan dan keterampilan, tapi juga budi pekerti dan nilai-nilai kemanusiaan.
4. Misi Budaya Humanis
   Menjernihkan batin manusia melalui media cetak, elektronik, dan internet dengan melandaskan budaya cinta kasih universal.

Bagi Anda yang ingin berpartisipasi menebar cinta kasih melalui bantuan dana, Anda dapat mentransfer melalui:

BCA Cabang Mangga Dua Raya
No. Rek. 335 302 7979
a/n Yayasan Budha Tzu Chi Indonesia

Buletin Tzu Chi

PEMIMPIN UMUM: Agus Rijanto. WAKIL PEMIMPIN UMUM: Hadi Pranoto. PEMIMPIN REDAKSI: Arimami Suryo A. EDITOR: Anand Yahya. STAF REDAKSI: Clarisa, Chandra Septiadi, Desvi Nataleni, Erli Tan, Erlina, Fikhri Fathoni, Khusnul Khotimah, Nagatan, Metta Wulandari SEKRETARIS: Bakron. KONTRIBUTOR: Relawan Zhen Shan Mei Tzu Chi Indonesia, Tim Dokumentasi Kantor Penghubung/ Perwakilan Tzu Chi Indonesia. KREATIF: Juliana Santy, Siladhamo Mulyono DITERBITKAN OLEH: Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia. WEBSITE: Tim Redaksi. Dicetak oleh: PT GRAMEDIA PRINTING BANDUNG (Isi di luar tanggung jawab percetakan)

ALAMAT REDAKSI: Tzu Chi Center, Tower 2, 6th Floor, BGM, Jl. Pantai Indah Kapuk (PIK) Boulevard, Jakarta Utara 14470, Tel. (021) 5055 9999, Fax. (021) 5055 6699 e-mail: redaksi@tzuchi.or.id.

Redaksi menerima saran dan kritik dari para pembaca, naskah tulisan, dan foto-foto yang berkaitan dengan Tzu Chi.

Kirimkan ke alamat redaksi, cantumkan identitas diri dan alamat yang jelas.

Redaksi berhak mengedit tulisan yang masuk tanpa mengubah kandungan isinya.

Program Bebenah Kampung Kamal Muara Tahap 6

Sepuluh Tahun Kami Tidur dalam Ketakutan. *Alhamdulillah*, Kini Sudah Bisa Bermimpi Indah.

Di Kamal Muara, Jakarta Utara, tepatnya di RW 04, satu demi satu rumah tak layak huni yang dulunya reyot, bocor, dan penuh ketidaknyamanan perlahan berubah wajah. Seperti pada Kamis, 10 Juli 2025, bertambah lagi enam rumah yang telah selesai dibedah dan diserahkan kepada warga. Enam keluarga tersebut menerima kunci rumah baru mereka, hasil dari Program Bebenah Kampung Tahap 6 yang digagas oleh Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia.

Suwendi salah satu penerima bantuan bedah rumah tahap 6 ini masih ingat jelas bagaimana hari-hari panjang dilaluinya dalam kecemasan dan ketakutan. Pasalnya, rumah kayu panggung warisan orang tua yang telah berdiri lebih dari lima dekade itu dulu bentuknya rasanya sudah tidak bisa dikatakan sebagai rumah.

Dinding-dinding rapuh. Tiang-tiang patah. Atap bocor. Rumah itu juga menjadi tempat beranak-pinak bagi tikus juga nyamuk, karena kondisi yang selalu basah, lembab, bercampur lumut sepanjang musim. Ketika musim hujan datang, air merembes dari segala arah. Keluarga Suwendi tak jarang harus tidur berbasah-basah di atas kasur yang lembap karena atap bolong. Sementara baskom ditaruh di mana-mana untuk menampung tetesan air dari langit-langitnya.

Makanya, rumah bukanlah tempat yang aman bagi Suwendi. Sebaliknya, rumahnya dulu adalah sumber kecemasan, terutama saat hujan dan angin kencang datang. “Kalau lagi kerja, saya sering nelpon tetangga. Nanya rumah aman *nggak*? Takut rubuh. Rumah sudah miring banget. Untung ada tembok tetangga yang nahan.”

Banjir pun menjadi langganan. Meski rumahnya rumah panggung, permukaan air terus naik karena tumpukan sampah di rawa bawah rumahnya terdorong air yang juga selalu naik.

Kokom, istri Suwendi juga sudah tak terhitung berapa kali mengeluh karena ia sudah sering terperosok di rumahnya

Arimami Suryo A.

Wajah bahagia Suwendi dan Kokom di depan rumahnya yang baru berkat bantuan Program Bebenah Kampung Tzu Chi di Kamal Muara. Insert: Rumah lama Suwendi yang sangat tidak layak huni (kiri). Kabahagiaan Suwendi bersama relawan Tzu Chi saat serah terima kunci rumah (kanan).

sendiri, tapi Suwendi tahu ia tak bisa berbuat banyak. Ia hanya seorang pekerja kasar, kadang ikut proyek bangunan, kadang kembali melaut sebagai nelayan musiman. Tak ada penghasilan tetap, sehingga tak ada menjamin hidupnya.

“Ya mau gimana? Kami cuma bisa bertahan,” ungkapnya.

Rumah Nyaman, Lebih dari Impian

Semua berubah ketika rumah Suwendi menjadi salah satu penerima bantuan Program Bebenah Kampung Tahap 6 dari Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia. Rumah lama mereka dibongkar. Rawa di bawahnya diuruk. Fondasi diperkuat. Rumahnya full dibangun ulang, yang kali ini jauh lebih kokoh dan ditinggikan, menghindari banjir yang sewaktu-waktu datang.

“Saya nggak nyangka bisa sebagus ini. Mimpi pun nggak pernah. Sekarang udah bisa tidur tenang. Udah gak takut hujan.”

Rumahnya kini bersih, tidak lembap, dan bahkan dilengkapi dengan kasur empuk. Untuk pertama kalinya dalam hidup mereka, anak bisa tidur tanpa digigit nyamuk atau basah karena bocor.

Ketika ditanya apa ada yang kurang? Kokom dengan mantap menjawab, “Enggak ada yang kurang sama sekali. *Alhamdulilah*, ini lebih dari yang kami impikan.”

Rasa syukur itu tak bisa ditahan. Suwendi paham betul bahwa, bantuan ini datang dari ketulusan dan kerja keras banyak relawan dan uluran tangan banyak donatur.

“Kalau disuruh balas, saya nggak sanggup. Tapi saya selalu doakan relawan Tzu Chi sehat semua. Ini bantuannya bukan cuma rumah, ini menyelamatkan hidup kami, keluarga berkekurangan. Terima kasih banyak," kata Suwendi.

❑ Metta Wulandari

Sepuluh Tahun Kami Tidur dalam Ketakutan. *Alhamdulillah,* Kini Sudah Bisa Bermimpi Indah. dapat dibaca di: https://bit.ly/44XPaT5

Dari Redaksi

Mempererat Cinta Kasih Lewat Bantuan Kemanusiaan

Baksos Kesehatan Tzu Chi Indonesia menjadi salah satu kegiatan yang rutin dilakukan berbagai kota di Indonesia. Baksos kesehatan berskala besar ini pun sudah terlaksana sebanyak 149 kali. Terakhir, Baksos Kesehatan Tzu Chi menyambangi Kota Surabaya, Jawa Timur. Di Kota Pahlawan ini, *Tzu Chi International Medical Association* (TIMA) Indonesia memberikan pelayanan operasi katarak gratis bagi masyarakat Surabaya dan sekitarnya.

Bekerja sama dengan Kodam V Brawijaya, kegiatan Baksos Kesehatan Tzu Chi ke-149 berhasil menangani 142 pasien katarak dan 19 pasien *pterygium* yang berasal dari wilayah Surabaya, Sidoarjo, Gresik, Bangkalan (Madura), dan sekitarnya.

Selain pelayanan medis, Program Bebenah Kampung Tzu Chi juga terus dijalankan dan diperluas. Di wilayah Kamal Muara, Jakarta Utara program ini sudah masuk tahap ke-6 dengan total telah membedah 48 rumah warga yang tidak layak huni. Perluasan dari Program Bebenah Kampung Tzu Chi ini juga memberikan bantuan renovasi 4.000 rumah warga yang saat ini sedang berjalan di wilayah Jabodetabek, Bandung, Banyumas, dan Surabaya.

Baik pelayanan medis dan bedah /renovasi rumah bagi warga yang membutuhkan merupakan salah satu bentuk bantuan kemanusiaan yang dilakukan Tzu Chi Indonesia. Keduanya sama-sama bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat baik dari segi kesehatan maupun hunian yang sehat, bersih dan layak huni.

Bantuan-bantuan yang diberikan Tzu Chi juga menjadi sarana untuk bersilaturahmi dan mempererat cinta kasih antar sesama manusia. Peran relawan Tzu Chi baik yang tergabung dalam tim medis atau non medis sama-sama saling memberikan sumbangsih. Bukan tanpa tujuan, selain membantu orang lain apa yang dilakukan relawan Tzu Chi juga menjadi ladang pelatihan diri agar terus memiliki rasa empati terhadap sesama dan memiliki rasa syukur atas apa yang diberikan dalam kehidupan.

Arimami Suryo A.
Pemimpin Redaksi

上人開示

Pesan Master Cheng Yen

Meneruskan Semangat dalam Mempraktikkan Kebajikan

Mendidik anak-anak untuk mewarisi cinta kasih
Meneruskan semangat untuk belajar dengan sepenuh hati
Menyaksikan penderitaan di masyarakat dan memahami arah yang benar
Tekun dan bersemangat membina welas asih dan kebijaksanaan

Artikel dan video dapat dilihat di:
https://bit.ly/47clG5d

"Tahun 2012, saya pindah dari Medan ke Jakarta. Orang tua saya langsung mendaftarkan saya ke Tzu Chi Kindergarten. Saat itu, saya pikir Tzu Chi hanyalah sebuah sekolah. Namun, ibu saya sering mengajak kami sekeluarga ikut kegiatan Tzu Chi dan dari sanalah perjalanan saya di Tzu Chi dimulai. Karena ingin terus berkegiatan di Tzu Chi, saya pun memutuskan untuk bergabung dengan Tzu Ching," kata Regina Lucky, Tzu Chi Next Generation.

"Saat ini, saya menjabat sebagai Wakil Ketua Tzu Ching Jakarta Utara. Perjalanan saya di Tzu Chi baru saja dimulai. Saya akan terus berusaha dan mengerahkan kekuatan saya untuk menyebarkan kebajikan ke setiap sudut dunia," pungkas Regina Lucky.

"Dua tahun lalu, saya pernah berikrar kepada Kakek Guru untuk terus mendukung Tzu Chi. Oleh karena itu, hari ini, saya ingin mengajak semuanya untuk menerapkan pola makan vegetaris. Kepada Paman, Bibi, Kakak, dan Adik sekalian, marilah kita bervegetaris. Semoga kita semua bisa tetap menjaga cinta kasih dan welas asih untuk melindungi semua makhluk dan Bumi," kata James Joelianto, Tzu Chi Next Generation.

Saya sangat senang melihat kalian terus membawa semangat Tzu Chi agar makin banyak orang mengenalnya. Kita harus membimbing anak-anak menuju pintu Tzu Chi agar kelak saat terjun ke masyarakat, mereka tahu bagaimana melangkah di Jalan Bodhisatwa. Kita harus menanamkan cinta kasih dan kebajikan di dalam diri setiap anak. Kehidupan yang penuh dengan cinta kasih adalah kehidupan yang benar-benar bernilai.

Saat ini, dengan teknologi yang berkembang pesat, pendidikan juga makin dalam. AI bisa menjelajahi berbagai ilmu pengetahuan hingga sangat tinggi. Belajar adalah hal yang tidak ada batasnya. Namun, yang paling penting ialah tetap belajar menjadi manusia yang baik. Belajar menjadi manusia yang baik dimulai dari mempelajari sejarah masa lalu. Misalnya, sekarang banyak dari kalian berasal dari keluarga relawan Tzu Chi. Kalian pun harus memahami bagaimana Tzu Chi bermula. Tzu Chi dimulai dengan penuh kesulitan dan sekarang sudah hampir mencapai 60 tahun.

Sepanjang jalan ini, Tzu Chi telah menggerakkan banyak orang baik yang penuh cinta kasih. Tzu Chi juga telah mengubah keluarga yang awalnya tidak bahagia menjadi penuh kebahagiaan. Ini semua adalah kekuatan dari batin dan pikiran. Hanya dengan satu sentuhan jari, seluruh dunia akan tahu apa yang dilakukan Tzu Chi. Saat ada yang berbagi kisah, semua orang akan melihat dan memuji.

"Saya bersekolah di Tzu Chi School. Tahun ini, saya naik ke kelas 4 SD. Sejak kecil, setiap ada waktu luang, saya ikut kakak perempuan, kakak laki-laki, dan ibu saya untuk berkegiatan di Tzu Chi, seperti membagikan makanan di panti jompo, belajar bersama anak-anak lainnya, mengunjungi anak-anak yang sakit, memilah sampah, dan mengikuti bazar amal," kata Archie Chen, Tzu Chi Next Generation.

"Saya ingin berbagi sedikit pengalaman saat mengikuti kegiatan belakangan ini. Meski saya tidak bisa membantu terlalu banyak, tetapi es krim yang kami jual sangat laris dan semuanya habis terjual. Saya sangat suka seni bela diri wushu. Di kegiatan bazar itu, saya tampil di panggung untuk memperagakan wushu. Saya sangat senang bisa membawa kebahagiaan bagi semua orang," pungkas Archie Chen.

"Saya sangat bahagia karena hari ini bisa berhasil membawa keempat anak saya untuk hadir dan berbagi dengan semua orang. Saya berharap anak-anak saya bisa terus ikut bersama saya berkegiatan di Tzu Chi," kata Tety Wiguna, Ibu dari Archie Chen.

Keluarga Tzu Chi harus berlandaskan hati yang tulus. Semoga anak-anak di masa depan benar-benar dapat membawa manfaat bagi masyarakat. Arah yang diberikan ibu kepada anaknya adalah jalan kebajikan dan bakti.

Saat bertanya kepada anak-anak, *"Mengapa kalian ikut kegiatan bazar amal?"* Mereka pasti menjawab, *"Untuk menolong orang lain."* Berbuat baik untuk menolong sesama merupakan hal yang harus dibina sejak kecil. Kita perlu memberi mereka arah yang baik. Arah hidup yang penuh kebajikan ialah agama. Ajaran agama memberikan arah dan tujuan hidup.

Anak-anak sekalian, kalian bisa merasakan penderitaan dunia ini dan melihat begitu banyak pendidikan yang sebenarnya berakar pada cinta kasih, entah disebut rahmat, kasih, ataupun cinta kasih agung. Begitulah cinta kasih dan welas asih yang sering dikatakan dalam ajaran Buddha. Cinta kasih agung berarti tidak ada keegoisan dan selalu memberi kebahagiaan dan berkah bagi semua orang. Welas asih berarti tidak sampai hati melihat penderitaan. Jika kita hanya diam melihat orang menderita, artinya hati kita tidak tergerak oleh cinta kasih.

Pada dasarnya, semua orang memiliki cinta kasih. Jika tidak memiliki welas asih, kita tidak akan tergerak untuk membantu. Cinta kasih dan welas asih adalah bentuk dari kasih, rahmat, dan sikap saling peduli. Semuanya berasal dari satu kata "*cinta*". Ketika melihat wujud penderitaan, kita harus memiliki hati. Dengan hati yang baik, ketika melihat wujud penderitaan, kita akan tergerak untuk berbuat baik dan membantu.

Kita perlu adanya komunitas. Jika tidak, dengan dunia yang begitu luas ini, bagaimana kita bisa menjangkau seluruh dunia? Asalkan memiliki semangat Tzu Chi, semua orang adalah saya dan saya akan terus berada di sisi kalian. Kita semua adalah satu kesatuan yang memiliki cinta kasih agung.

Mendengar anak-anak berbicara, saya merasa sangat senang dan penuh harapan. Saya berterima kasih kepada insan Tzu Chi setempat, juga kepada orang tua yang menjadi teladan dan membimbing anak-anak menuju jalan kebajikan. Inilah yang disebut orang yang penuh berkah. Setelah memiliki berkah, kita harus ingat bahwa kebijaksanaan tidak boleh tertinggal.

Kebijaksanaan berarti merasakan kesakitan dan penderitaan orang lain. Inilah yang disebut dengan kebijaksanaan. Jika memiliki rasa iba, kita akan punya kekuatan untuk membantu. Inilah yang disebut dengan kebijaksanaan. Apakah kalian mengerti maksud saya? Baik. Mengerti, ya.

❑ Ceramah Master Cheng Yen Tanggal 25 Juli 2025
Sumber: Lentera Kehidupan – DAAI TV Indonesia
Penerjemah: Hendry, Marlina, Shinta, Janet, Graciela
Ditayangkan Tanggal 27 Juli 2025

「正念勤修學與覺精進力行菩薩道」

Giat Mengembangkan Perhatian Benar untuk Belajar dan Sadar
Tekun dan Bersemangat dalam Mempraktikkan Jalan Bodhisatwa

Master Cheng Yen Menjawab

Cara Hidup Agar Berarti

Ada yang bertanya kepada Master Cheng Yen:
Bagaimana cara hidup agar berarti?

Master Cheng Yen menjawab:
Pada saat badan sehat, banyak membantu orang lain. Pada saat memungkinkan banyak menjalin jodoh karma baik, jangan membuang waktu percuma, maka pasti bisa melewati hidup dengan bermanfaat.

❑ Sumber: Buku Kebijaksanaan Murni, Bab 6
(Berbincang mengenai pelatihan diri)

Genta Hati

Membuka Hati dalam Menghadapi Dunia

Dalam menghadapi kesulitan, gunakanlah hati yang tenang dan damai. Jika hati menyimpan banyak tekanan, segala hal akan terasa tambah rumit.

Kita hendaknya membuka hati seluas jagat raya hingga dapat mengakomodasi segala sesuatu di dunia. Dalam menghadapi orang dan masalah, hati bisa lapang ataupun sempit.

Hati yang sempit akan membuat kita menderita, sedangkan hati yang lapang akan membuat kita lebih damai.

Belajarlah untuk melapangkan hati dan membangkitkan kekuatan ikrar yang besar.

Wejangan Master Cheng Yen pada Penutupan Kamp Pendewasaan Asosiasi Guru Tzu Chi, 19 Juli 2025

TZU CHI MEDAN: *Gathering* Penerima Bantuan

Mengedukasi Generasi Muda Pelindung Bumi

Relawan Tzu Chi Medan komunitas *Hu Ai* Mandala mengadakan *Gathering* Penerima Bantuan Tzu Chi, Minggu 6 Juli 2025. Gathering yang dihadiri 61 penerima bantuan ini salah satunya diisi dengan penyuluhan tentang pentingnya pelestarian lingkungan.

"Bumi semakin lama semakin tua, ada pemanasan global, kita harus tahu berterima kasih kepadanya, salah satu caranya dengan memberikan sosialiasi pendidikan tentang pelestarian lingkungan kepada anak asuh sejak dini, sedangkan bagi penerima bantuan yang dewasa langsung melakukan praktik pemilahan barang-barang daur ulang," ungkap Merryana, salah satu relawan.

Kegiatan daur ulang di Tzu Chi berawal dari Ceramah Master Cheng Yen yang berjudul "Hidup Penuh Berkah" yang membahas tentang bagaimana memilah dan mendaur ulang sampah. Master Cheng Yen menghimbau para relawan untuk melestarikan lingkungan dengan cara menggalakkan pemilahan sampah, daur ulang dan pemanfaatan limbah, serta menghargai energi.

Untuk membuat interaksi yang baik, relawan juga melemparkan beberapa pertanyaan yang dijawab antusias oleh beberapa anak asuh. Bagi yang menjawab benar mendapatkan hadiah sebagai bentuk apresiasi. Anak-anak asuh juga dibekali pengetahuan tentang konsep 5R dalam pelestarian lingkungan yaitu *Rethink, Reduce, Reuse, Repair, dan Recycle*

Crystalbella Aurelia Kosumo atau yang akrab disapa Bella mengucapkan terima kasih karena sudah dibantu oleh Tzu Chi. Ia juga senang karena hari itu ia mendapatkan banyak ilmu tentang mencintai bumi. "Di sekolah saya mengajarkan konsep 3 R saja yaitu *Reuse, Reduce, Recycle* sedangkan di Tzu Chi ada tambahan 2 R lagi yaitu *Rethink* dan *Repair*. Harapan saya ke depannya, semakin banyak generasi muda yang bisa jaga bumi, kurangi penggunaan plastik, dan juga teman-teman harus bergiat dalam belajar," ungkap Bella.

❑ Julin (Tzu Chi Medan)

Robby Mulia Halim (Tzu Chi Medan)

Para penerima bantuan Tzu Chi antusias mengikuti penyuluhan pelestarian lingkungan yang diadakan Tzu Chi Medan. Anak-anak asuh juga belajar konsep 5R: Rethink, Reduce, Reuse, Repair, dan Recycle.

Wais Al Kharny (Tzu Chi Tanjung Balai Karimun)

Sebagai upaya mendukung peningkatan literasi serta memperkuat karakter generasi muda, relawan Tzu Chi Tanjung Balai Karimun membagikan buku di SMP Vidya Sasana.

TZU CHI TANJUNG BALAI KARIMUN: Pembagian Buku Tzu Chi

Donasi Buku di SMP Vidya Sasana

Suasana di Sekolah Vidya Sasana Tanjung Balai Karimun pada Selasa pagi, 1 Juli 2025 dipenuhi senyum hangat dan semangat saat relawan Tzu Chi Tanjung Balai Karimun hadir membagikan buku. Kegiatan ini merupakan bagian dari upaya mendukung peningkatan literasi serta memperkuat karakter generasi muda memulai akses terhadap bacaan yang bermanfaat.

Kehadiran relawan disambut hangat Kepala Sekolah Vidya Sasana, Syaiful Bahri.SE, beserta jajaran guru. Dalam sambutannya, ia mengungkapkan rasa syukur dan terima kasih atas perhatian Tzu Chi Tanjung Balai Karimun terhadap dunia pendidikan. Ia menyampaikan bahwa buku-buku yang didonasikan telah tersusun rapi di rak perpustakaan dan akan menjadi tambahan ilmu berharga bagi para siswa. Menurutnya, keberadaan buku dan majalah dari Tzu Chi tak hanya memperkaya koleksi bacaan tetapi juga membawa nilai-nilai luhur yang dapat diteladani oleh siswa.

"Di masa pendidikan saat ini kita tidak hanya mengutamakan ilmu pengetahuan tetapi bagaimana siswa dan siswi kita memiliki karakter budi pekerti yang baik. Jadi ilmu yang kita dapatkan dari Yayasan Buddha Tzu Chi mudah-mudahan bisa diimplementasikan untuk siswa dan siswi SMP Vidya Sasana sehingga nantinya mereka mempunyai bekal yang baik, mempunyai karakter yang baik, tingkah laku sopan santun yang baik, baik di dalam lingkungan keluarga maupun di masyarakat," ungkap Syaiful Bahri.SE.

Donasi yang diberikan terdiri dari buku saku Kata Perenungan Master Cheng Yen, Buletin Tzu Chi, buku pengembangan karakter, serta majalah-majalah Tzu Chi yang sarat dengan kisah inspiratif dan nilai kemanusiaan. Buku-buku ini diharapkan mampu menjadi jendela ilmu pengetahuan sekaligus sumber motivasi bagi para pelajar dalam menapaki masa depan.

❑ Wais Al Kharny (Tzu Chi Tanjung Balai Karimun)

TZU CHI PALEMBANG: Donor Darah

Bakti Tulus Relawan dan Warga Palembang

Dok. Tzu Chi Palembang)

Tzu Chi Palembang bersama PMI Kota Palembang sukses menggelar donor darah di Sekolah Kusuma Bangsa dengan menghimpun 250 kantong darah dan melampaui target awal.

Tzu Chi Palembang bekerja sama dengan Palang Merah Indonesia (PMI) Kota Palembang menggelar donor darah di Sekolah Kusuma Bangsa, Minggu pagi, 13 Juli 2025. Kegiatan ini semula menargetkan 200 kantong darah, namun antusiasme masyarakat melampaui target. Sebanyak 281 pendonor mendaftar, dan 250 di antaranya berhasil mendonorkan darah, sementara 21 orang lainnya belum memenuhi syarat medis.

Kegiatan ini tak lepas dari peran 18 relawan Tzu Chi, 1 dokter, dan 16 tenaga medis yang bekerja dengan setulus hati. Sejak pagi, mereka menyambut satu per satu langkah penuh cinta kasih yang hadir dengan niat membantu sesama.

Salah satunya Eka Prananjaya (60) dari komunitas Al-Ikhlas Bikes Club Palembang yang begitu semangat berdonor. "Saya hanya ingin membantu sesama," katanya sambil tersenyum.

Maria (40) mengaku awalnya datang karena ajakan sang suami. Namun setelah menyaksikan langsung semangat relawan, ia pun ikut terdorong. "Setidaknya, darah yang kita donorkan dapat membantu sesama yang membutuhkan," ujarnya.

Kegiatan ini menjadi momen yang menghangatkan hati para relawan. Suharjo Marzuki, Wakil Ketua Tzu Chi Palembang sangat bersukacita dengan antusias masyarakat sekitar untuk donor darah. "Kita tahu bahwa darah yang kita donorkan itu sangat bermanfaat untuk sesama. Itulah kenapa saya merasa bahagia."

Apresiasi juga datang dari tim medis dr. Muhammad Riefki, perwakilan dari PMI Palembang. "Saya sangat berterima kasih kepada teman-teman dari Tzu Chi, SMA Kusuma Bangsa, dan semua yang membantu. Saya doakan semua yang mendonorkan dan membantu kegiatan ini tetap sehat, tetap semangat, dan semoga acara ini menjadi rutin ke depannya." Ia menutup pesannya dengan mengingatkan, "Setetes darah adalah nyawa bagi kehidupan."

❑ Desi Eka Putri (Tzu Chi Palembang)

Hilda Rafika (Tzu Chi Lampung)

Bekerja sama dengan PMI Kotamadya Bandar Lampung, Tzu Chi Lampung mengadakan kegiatan donor darah secara rutin dan berhasil mengumpulkan 74 kantong darah.

TZU CHI LAMPUNG: Donor Darah

Semangat Relawan Warnai Donor Darah Triwulanan

Untuk turut membantu menjaga cadangan stok pasokan darah di Palang Merah Indonesia (PMI) Kotamadya Bandar Lampung terus terpenuhi, Tzu Chi Lampung kembali mengadakan kegiatan donor darah pada Sabtu, 12 Juli 2025. Kegiatan donor darah ini selalu diselenggarakan setiap tiga bulan sekali.

Bertempat di Kantor Tzu Chi Lampung, para relawan sejak pagi sudah berdatangan mempersiapkan kegiatan. Relawan juga menyiapkan makanan vegetarian yang menggugah selera yakni Nasi Uduk Vegetarian untuk dibagikan kepada peserta donor darah. Dalam pelaksanaannya, kegiatan donor darah ini berhasil mengumpulkan 74 kantong darah.

Sekar Apris Pratiwi, yang baru pertama kali mengikuti donor darah merasa sedikit takut tetapi merasa senang juga karena dapat menyumbangkan darahnya. Ia berharap semoga darahnya bisa membantu orang yang membutuhkan.

"Baksos donor darah yang diadakan oleh Tzu Chi sangat bagus, pertama saya datang disambut oleh relawan yang sangat ramah dan baik jadi merasa nyaman ikut donor darah yang diadakan oleh Tzu Chi Lampung. Semoga kedepannya kalau ada kegiatan lagi saya siap menyumbangkan tenaga dan menjadi relawan," kata Sekar.

Koordinator kegiatan, Ali Sanjaya Sugianto sangat kagum dengan antusias warga Lampung yang ikut serta dalam kegiatan donor darah pada hari Sabtu tersebut. Ia juga senang dengan kekompakan dan semangat dari relawan Tzu Chi Lampung. "Donor darah ini mendapatkan respon yang positif dari warga Lampung. Relawan juga sangat kompak dan bersemangat dalam menjalankan tugas yang telah diberikan kepada mereka. Semoga hal-hal positif dalam kegiatan ini bisa selalu terjaga sehingga barisan relawan Tzu Chi Lampung bisa terus bertambah," ungkap Ali Sanjaya.

❑ Hilda Rafika (Tzu Chi Lampung)

TZU CHI BANDUNG: Pelatihan Bantuan Hidup Dasar

Membekali Diri dengan Ilmu untuk Menolong Sesama

Tzu Chi Bandung menggelar seminar dan pelatihan bantuan hidup dasar kepada para relawan Tzu Chi, 5-6 Juli 2025 di Aula Jing Si Bandung. Bantuan Hidup Dasar (BHD) kali ini terkait dengan pertolongan pertama dalam kondisi gawat darurat seperti henti jantung mendadak, kesulitan bernapas, kecelakaan, dan kondisi darurat lainnya.

Tim Medis TIMA Bandung, Dr. Laksmini Devi, Sp. P.K mengatakan, tujuan dari seminar ini adalah agar para relawan yang awam mampu memberikan respon cepat dan efektif dalam situasi darurat medis sebelum tenaga medis profesional tiba.

"Diharapkan di manapun dia berada, dia menjadi berani untuk menolong orang. Dan tentu saja menolongnya itu dengan cara yang benar dan tepat. Sehingga siapa yang ditolong, maka kesempatan hidupnya menjadi lebih besar," ujarnya.

Pelatihan ini diisi oleh mahasiswa yang tergabung di Atlas Medical Pioneer (AMP) yakni organisasi pencinta alam berbasis medis di Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran. Dr. Fatya Annisa Haryandini perwakilah dari AMP sekaligus pemateri dan instruktur dalam pelatihan ini, mengungkapkan kebahagiaannya dapat membagikan ilmu dasar BHD kepada para relawan.

"Kami fokus pada dua materi. Yang pertama *triase*, yang kedua bantuan hidup dasarnya itu sendiri. Jadi diharapkan setiap orang yang melakukan pelatihan di sini, bisa mengetuai atau mengomandani satu tim yang bisa membantu suatu kejadian atau suatu kasus yang korbannya banyak. Dan juga jika diperlukan bantuan hidup dasar pada saat itu, juga bisa langsung dilakukan," ujar dr. Fatya Annisa Haryandini.

Dengan seminar ini, diharapkan para relawan bisa mengaplikasikan pengetahuan yang didapat jika terjadi kondisi darurat sehingga dapat melakukan pertolongan pertama dan persentasi keselamatan yang membutuhkan pertolongan darurat akan lebih besar.

❑ Muhammad Dayar (Tzu Chi Bandung)

Muhammad Dayar (Tzu Chi Bandung)

Tzu Chi Bandung bekerja sama dengan Atlas Medikal Pioneer (AMP) Fakultas Kedokteran Universitas Padjajaran menggelar seminar dan pelatihan bantuan hidup dasar yang diikuti sebanyak 69 peserta.

TZU CHI CABANG SINAR MAS: Baksos Kesehatan

Layanan Kesehatan untuk Warga Kampar

Relawan Tzu Chi di Komunitas *Xie Li* Kampar mengadakan bakti sosial kesehatan bagi 165 warga Desa Sekijang, Kabupaten Kampar, Riau, Senin 7 Juli 2025. Melalui bakti sosial ini diharapkan dapat meningkatkan mutu kesehatan warga terutama bagi mereka yang kesulitan menjangkau fasilitas kesehatan.

Tim dokter, perawat, dan dibantu relawan memberikan pelayanan mulai dari pemeriksaan, konsultasi, hingga pemberian obat. Warga juga diberikan edukasi pentingnya pola hidup sehat dan menjaga kesehatan untuk jangka panjang.

Relawan juga membantu mobilitas warga yang domisilinya jauh dari lokasi bakti sosial. Relawan juga mendampingi pasien Lansia agar mereka nyaman saat berobat. "Ini adalah wujud kepedulian Tzu Chi untuk warga di Kampar terutama dari sisi kesehatan. Beberapa desa juga cukup jauh fasilitas kesehatannya. Selain pengobatan umum, kami juga memiliki program untuk membantu warga yang mengalami katarak, hernia, dan bibir sumbing," ujar Ronny Panjaitan, relawan Tzu Chi.

"Terima kasih atas perhatian dan kepeduliannya untuk kesehatan warga kami. Semoga kegiatan seperti ini bisa terus diagendakan secara rutin, karena memang sangat bermanfaat," ungkap John Kennedy, Kepala Desa Sekijang.

Layanan kesehatan ini berjalan lancar, salah satunya berkat sumbangsih para tenaga kesehatan yang melayani warga dengan penuh cinta kasih. Mereka adalah dr. Noverma dan dr. Yossi Ani Pritarini Purba dari region Kampar, dr. Endang dan dr. Leila dari region Siak, tenaga kesehatan dari PT. Buana Wiralestari Mas, tenaga kesehatan dari PT. Rajawali Pramukti, serta tenaga kesehatan dari Puskesmas setempat.

❑ Ronny Panjaitan (Tzu Chi Cabang Sinar Mas)

Dok. Tzu Chi Cabang Sinar Mas

Sebagai wujud kepedulian terhadap sesama, Tzu Chi Cabang Sinar Mas komunitas Xie Li Kampar menggelar bakti sosial kesehatan untuk 165 warga di Desa Sekijang, Kabupaten Kampar, Riau.

Yuliani Tanujaya Lim (Relawan Tzu Chi Surabaya)

Bisa Memilih Keputusan Dengan Bijak

Arimami Suryo A.

Awal mulanya itu bulan Desember 2021, saat pandemi. Waktu itu saya iseng cari di internet tentang organisasi sosial berbasis agama Buddha. Dari pencarian itu yang muncul adalah Tzu Chi tapi yang di Jakarta. Dari situ coba lagi cari informasi ada *nggak* kantornya di Surabaya, *ehh* ternyata ada. Berbekal informasi tersebut, lalu saya kesana dan ketemu sama salah satu staf. Waktu itu kondisi Kantor Tzu Chi Surabaya tutup untuk kegiatan karena pademi, lalu disarankan untuk datang lagi di bulan Januari 2022.

Setelah mendaftar, saya mulai ikut berkegiatan walaupun masih terbatas dan masih menerapkan protokol kesehatan ketat saat itu. Pertama kali saya ikut kegiatan bersama relawan itu pembagian sembako di Koramil Tandes dan sejak itu saya rutin ikut kegiatan. Semenjak rutin berkegiatan, saya juga ikut pelatihan-pelatihan karena saya tuh orangnya senang belajar dan pasti ada sesuatu hal baru yang dipelajari. Setelahnya saya pun dilantik menjadi relawan Abu Putih Logo pada tahun 2024.

> ***"Pengalaman bisa menjadi bahan evaluasi kedepannya supaya lebih baik."***

Selama berkegiatan Tzu Chi banyak hal yang saya dapatkan, salah satunya adalah perubahan dalam diri. Awal-awal itu susah *banget ngerubah* tabiat buruk karena memang sudah dari sananya punya sifat keras. Jujur, mengubah kebiasan buruk sama menahan diri itu berat. Saya orangnya juga cepat menilai sesuatu, padahal belum tentu benar pemikiran kita. Berkat ikut *Xun Fa Xiang*, saya melihat dan mendengarkan Master Cheng Yen membabarkan Dharma itu seolah-olah kaya dekat dan ngasih *tau* langsung. Perlahan-lahan sifat dan tabiat buruk itu mulai terkikis.

Dan yang berkesan itu waktu ikut kegiatan Misi Amal Tzu Chi. Saya itu dapat tugas untuk memberikan pendampingan untuk 3 orang Lansia yang tidak memiliki anak. Setiap kunjungan kasih juga membawa sembako untuk mereka. Uniknya kalau saya datang mereka itu manja, seolah mereka ingin merasa punya anak. Mau pulang juga suka *digandoli* (ditahan-tahan) hahaha.

Walaupun awal-awal agak bingung karena harus lewat gang-gang sepit untuk menuju rumah mereka, tetapi sekarang malah kepingin ketemu. Karena ada nilai-nilai yang kita dapat yakni cinta kasih, *care* kepedulian dan perhatian), dan meluangkan waktu untuk mereka. Walaupun bukan orang tua kandung, tapi *nggak* tau ya kaya ada ikatan emosional *gitu*. Jadi kalau melihat mereka sehat-sehat rasanya senang dan kita relawan pun jadi tambah semangat.

Tentunya apa yang saya jalani dan dapatkan di Tzu Chi tak lepas dari bimbingan Master Cheng Yen sebagai guru kita. Beliau itu memberikan ajaran dengan bijaksana, saya yang punya tabiat keras ini masuk ajaranya, adem, dan merasa beliau itu seperti mamaku. Jadinya sekarang kalau ada tindakan yang tidak sesuai pasti selalu diingatkan, entah dari *Xun Fa Xiang*, postingan kata perenungan, pasti selalu ada yang mengingatkan agar saya selalu bisa memilih keputusan dengan bijak.

Keluarga pun oke ketika saya berkegiatan dan menjadi relawan Tzu Chi. Saya merasa suami mendukung dan *nggak* pernah ngomel. Saya juga selalu bercerita tentang kegiatan-kegiatan yang saya lakukan di Tzu Chi. Bahkan menariknya kadang suami juga suka cerita ke temen-temennya, *hahaha*. Jadi intinya harus bisa membagi waktu, kata Master Cheng Yen kan harus seimbang, keluarga dulu baru berkegiatan.

Sebelum masuk Tzu Chi saya pun sudah bervegetaris sejak 2019. Jadi begitu masuk dan menjadi relawan Tzu Chi jadi makin klop. Di Tzu Chi Surabaya, saya juga dipercaya menjadi Wakil Fungsionaris Misi Pendidikan dan Misi Kesehatan. Dan Baksos Kesehatan Tzu Chi ke-149 di Surabaya menjadi pengalaman pertama saya menjadi PIC baksos berskala besar.

Awalnya agak bingung, *down* juga karena harus koordinasi sana sini. Tetapi berkat kerja sama yang baik antar sesama relawan Tzu Chi Surabaya dan Jakarta serta *sharing* ilmu dan pengalaman dari Tim Medis TIMA Indonesia, bersyukur kegiatan berjalan lancar. Jadi dari pengalaman di Tzu Chi ini bisa menjadi bahan evaluasi kedepannya supaya lebih baik lagi. Tentunya saya setiap hari ya minta diberikan kesehatan agar bisa berkegiatan dan intinya sampai jalinan jodoh berhenti saya ingin menjadi Bodhisatwa di Tzu Chi.

❑ Seperti yang dituturkan kepada Arimami Suryo A

Kilas

Baksos Kesehatan Gigi

Ubah Kebiasaan Demi Kesehatan Gigi dan Mulut

Khusnul Khotimah

Relawan Tzu Chi komunitas *He Qi* Pusat mengadakan bakti sosial kesehatan gigi pada Sabtu, 12 Juli 2025 di Depo Tzu Chi Pangeran Jayakarta, Jakarta Pusat. Tak hanya menghadirkan layanan kesehatan gratis, bakti sosial kali ini dapat menjadi ruang edukasi penting bagi warga Kelurahan Mangga Dua Selatan, Kecamatan Sawah Besar, Jakarta Pusat.

Suliana salah satu pasien, mendapat pelayanan tambal gigi. Ia mengaku sangat puas dengan edukasi serta pelayanan yang bagus dari para dokter dan relawan. "Dan ternyata saya sikat giginya salah, mestinya ada yang diputar, kalau saya kan selama ini menyikatnya *ngasal*. Jadi setelah pulang ini akan sikat gigi yang lebih benar lagi caranya seperti yang tadi sudah diajarkan Dokter Linda," akunya.

Drg. Mery Merlinda, salah satu dokter TIMA Indonesia mengaku senang bisa berkontribusi dalam baksos kesehatan Tzu Chi. "Kalau mereka bisa mendapatkan pengobatan gratis, itu sangat berarti bagi mereka. Dan bagi kami, ini adalah bentuk pengabdian," ujarnya.

❑ Khusnul Khotimah

Kelas Budi Pekerti

Budi Pekerti Lewat Kerajinan dan Keteladanan

Relawan Tzu Chi komunitas He Qi Muara Karang bersama Tzu Ching (muda-mudi Tzu Chi) kembali hadir untuk membimbing anak-anak yang tinggal di Rusun Muara Angke pada 13 Juli 2025. Sebanyak 27 relawan dari komunitas Muara Karang, Tzu Chi School, Tzu Chi Hospital, DAAi TV, dan Agung Sedayu Group (ASG) turut serta dalam kegiatan ini. Kehadiran para relawan disambut hangat dan penuh sukacita oleh anak-anak rusun.

Selain memperkenalkan Kata Perenungan Master Cheng Yen, anak-anak juga diajak untuk mengenal dan mempraktikkan lima kata ajaib, yaitu permisi, maaf, silakan, tolong, dan terima kasih. Kelima kata ini dituangkan dalam bentuk kerajinan tangan yang dibuat dari bahan daur ulang seperti kardus dan tutup botol.

"Saya jujur sangat salut. Mereka bukan dari keluarga mampu, tapi masih mau berbagi. Keren banget, dan mereka masih anak-anak. Saya sangat tersentuh," ungkap Nicholas Salim, relawan Tzu Ching.

❑ Poppy Juliana Tanaka (*He Qi* Muara Karang)

Raymond Antoni (*He Qi* Muara Karang)

Peresmian FSEC Kebon Jeruk

Pendidikan Interaktif Sejak Usia Dini

Anand Yahya

Tzu Chi Indonesia dan para pengurus FSEC Kebon Jeruk memeresmikan *Gedung Fun and Smart Education Center* (FSEC) di lantai 1 Gedung FSEC, Jl. Karmel Raya No. 8, Kebon Jeruk, Jakarta Barat pada Sabtu, 19 Juli 2025.

Lembaga pendidikan *Full STEAM* Education Center ini bekerja sama dengan Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia, dengan fokus pada metode pembelajaran *STEAM—Science (Sains), Technology* (Teknologi), *Engineering* (Teknik), *Arts* (Seni), dan *Mathematics* (Matematika).

Peresmian gedung FSEC ditandai dengan pengguntingan pita oleh Ketua Tzu Chi Indonesia, Liu Su Mei, Oscar Sumardi CEO Mitra Indonesia Cerdas, Intan Sari Setiawan Manager operasional FSEC Kebon Jeruk.

"Harapan kami, mereka bisa mendapatkan pendidikan yang sesuai dengan usia serta menambah keterampilan mereka untuk masa depan," ungkap Wylen Djap pengurus FSEC Kebon Jeruk yang juga relawan Komite Tzu Chi.

❑ Anand Yahya

Survei Renovasi Rumah di Bekasi

Cermin Kepedulian Sosial dan Sadar Kesehatan

Tzu Chi dan Summarecon Peduli melakukan survei untuk Program Renovasi 500 rumah di Kelurahan Harapan Mulya, Kecamatan Medan Satria, Kota Bekasi, pada Senin, 14 Juli 2025. Kegiatan ini menyasar rumah-rumah tak layak huni di Kota dan Kabupaten Bekasi

Suyono, calon penerima bantuan renovasi rumah menceritakan hunian yang ia tempati mengalami banyak kebocoran dan banjir. "Alhamdulillah ada yang peduli sama saya, semoga harapan saya bisa terlaksana. Selama ini saya memang tak bisa menyisakan uang untuk renovasi, untuk makan sehari-hari saja nge-pas," katanya.

Survei hari itu tak sekadar memastikan apakah 70 kepala keluarga ini berhak menerima bantuan renovasi rumah. Lebih dari itu survei ini juga mengungkap banyak realitas. "Program bebenah kampung dan renovasi rumah ini bisa menjadi langkah nyata untuk menekan angka TBC di masyarakat," ungkap dr. Helen, relawan He Qi Cikarang.

❑ Khusnul Khotimah

Khusnul Khotimah

Cermin

Perangkap Si Pemburu

Ada sekelompok pemburu yang memasang perangkap dengan harapan dapat memperoleh hasil buruan dengan mudah. Di dalam sebuah hutan, mereka memsang banyak perangkap. Mereka menggali banyak lubang dan menata senjata tajam di atas tanah, lalu menutupinya dengan daun. Suatu hari, ada seekor rusa yang menginjak salah satu perangkap dan jatuh ke dalam lubang.

Rusa itu menangis dengan suara keras. Mendengar suara tangisan itu dari kejauhan, para pemburu berlarian untuk mencari lubang tempat jatuhnya rusa. Pemburu dari berbagai penjuru mendekat untuk mencari. Tetapi beberapa pemburu justru jatuh ke dalam perangkap dan terluka oleh bambu runcing didalamnya. Ada pemburu yang meninggal akibat menderita luka parah, ada pula yang meringis kesakitan. Selain suara tangisan rusa yang besar, suara pemburu yang terjebak perangkap jauh lebih besar.

Saat mendengar berita ini, keluarga pemburu segera datang memberikan pertolongan. Ada pemburu yang sudah meninggal, ada yang menderita luka ringan, dan ada pula yang menderita luka berat.

Illustrasi: Arimami Suryo A.

Setelah peristiwa tersebut, beberapa keluarga di desa mengadakan upacara pemakaman. Ada pula keluarga yang mencari dokter dan pengobatan. Mereka terluka akibat perangkap sendiri karena mereka tidak tahu perangkap yang digali pemburu lain. Saat mendengar suara tangisan rusa mereka berlarian untuk mencari sehingga terjebak perangkap. Para pemburu lalu menghabiskan waktu untuk menyembuhkan luka masing-masing.

Pada suatu hari, ada seseorang pengelana yang datang dari luar desa. Ia pun heran melihat kondisi luka-luka pada beberapa orang di desa. Setelah mendengar cerita, pengelana tersebut bertanya kepada para pemburu. “Setelah sembuh nanti, apakah kalian masih akan menggali perangkap untuk melukai makhluk lain?” Para pemburu menjawab. “Kami tidak berani melakukannya lagi.” “Selama terluka ini kami baru merasakan betapa sakitnya para hewan terjebak dan terperangkap.” “Mereka meringis kesakitan akibat luka pada tubuhnya.” “Kami benar-benar tidak berani lagi.”

Pendatang itu berkata. “Manusia harus merasakannya sendiri baru dapat memahami. Saya pernah mendengar Buddha membabarkan Dharma di Taman Ambapali. Buddha berkata bahwa penderitaan manusia bersumber dari ketamakan. Ketamakan dapat membangkitkan kebodohan. Kebodohan bagaikan malam hari yang panjang, yang membuat kita tak dapat melihat dengan jelas. Ini sama seperti manusia yang demi bertahan hidup rela melukai makhluk hidup lain. Kalian memasang perangkap, tetapi malah melukai diri sendiri."

Mendengar perkataan pendatang itu, para pemburu itu tersadarkan. Mereka bertekad setelah sembuh nanti, mereka akan pergi mendengar ajaran Buddha.

Pesan Master Cheng Yen:

Saat pikiran kacau, dipenuhi ketamakan, kebencian, dan kebodohan, maka kita akan bagai jatuh ke dalam kegelapan.

❑Penerjemah: Desvi Nataleni,
Penyelaras: Arimami Suryo A.
Sumber Buku: Master Cheng Yen Bercerita

Info Sehat

Jangan *Skip* Minum Air Putih

Oleh dr. Cynthia Natalia, Sp.PD, AIFO-K (Dokter Spesialis Penyakit Dalam Tzu Chi Hospital)

Kamu sadar *nggak*, sekitar 70% tubuh kita terdiri dari air? Tapi masih banyak dari kita yang suka *skip* minum air putih. Pernah *nggak sih* kepikiran, apa yang sebenarnya terjadi di tubuh kalau kita *nggak* minum air selama 1...,3..., bahkan 12 jam?

1 jam tanpa minum air putih
Kamu akan merasakan mulut mulai kering, kamu jadi lebih gampang *ngemil*, atau cari minuman manis karena otak mulai bingung antara haus dan lapar.

3 jam tanpa minum air putih
Kamu akan merasakan konsentrasi mulai turun, kepala mulai terasa berat, dan kamu merasa cepat lelah walaupun cuma duduk.

6 jam tanpa minum air putih
Urine jadi lebih pekat warnanya, ini tanda tubuh menahan cairan dan ginjal kamu bekerja lebih berat.

12 jam tanpa minum air putih
Kamu bisa mengalami dehidrasi ringan. Gejalanya apa? Pusing, kulit kering, mulut pahit, dan bisa mulai kram otot.

Jika kurang minum air putih dalam waktu yang panjang penyakit pertama yang akan menyerang adalah batu ginjal dan gangguan fungsi ginjal. Jadi minum air putih bukan sekadar rutinitas, itu merupakan kebutuhan vital. Kurangnya bisa mempengaruhi segalanya dari konsentrasi, *mood* kita, pencernaan, ginjal, hingga metabolisme tubuh.

Sedap Sehat

Foto: Arimami Suryo A.

TUTURUGA

Bahan-bahan:

- 500 gr daging mutton vegan
- 150 ml santan kental
- 6 lembar daun jeruk
- 10 buah cabai rawit merah
- 1 batang serai
- 24 lembar daun kemangi
- 2 ½ sdt kaldu jamur
- 1 sdt garam
- 5 sdm minyak sayur
- 150 ml air

Bumbu halus:

- 15 buah cabai rawit merah
- 4 buah cabai merah besar
- 2 buah kemiri, sangrai
- 2 cm jahe
- 2 cm kunyit
- 1 sdt air jeruk nipis
- 2 sdm minyak sayur

Semua bumbu halus ditumbuk / blender halus

Cara Memasak:

1. Panaskan minyak dalam wajan, lalu masukkan bumbu yang sudah dihaluskan, tumis hingga harum.
2. Kemudian masukkan serai, daun jeruk, dan cabai rawit, aduk hingga rata.
3. Lalu masukkan daging mutton vegan, masak hingga daging berubah warna, tambahkan kaldu jamur dan garam, masak hingga wangi.
4. Masukkan air dan santan kental, aduk pelan sampai rata, setelah mendidih kemudian masukkan kemangi.
5. Masak dengan api kecil sampai kuah mengental dan matang. Angkat dan sajikan.

Sumber: Buku 62 Resep Vegan Favorit Nusantara

Ragam Peristiwa

Arimami Suryo A.

KUNJUNGAN MAHASISWA TZU CHI UNIVERSITY (10 JULI 2025)

TERJUN LANGSUNG KE MASYARAKAT. Sebanyak 20 mahasiswa Tzu Chi University Taiwan berkunjung ke Indonesia untuk melihat langsung program kemanusiaan Tzu Chi di Indonesia. Salah satunya adalah mengikuti Program Bebenah Kampung di Kamal Muara, Jakarta Utara. Pengalaman ini meninggalkan kesan mendalam dan menginspirasi mereka untuk terus menebar cinta kasih di mana pun berada.

Fikhri Fathoni

DAAI NIGHT 2025 (19 JULI 2025)

KONSER DAN PELUNCURAN APLIKASI DIGITAL. Kemeriahan acara DAAI Night 2025 dimeriahkan dengan penampilan para penyanyi lokal dan Internasional seperti Cao Feng, Yuni Shara, dan Chiang Yu Heng. Selain itu, dalam acara bertema Satu Sentuhan Ribuan Inspirasi ini juga diadakan peluncuran versi terbaru aplikasi digital DAAI+ yang mengibarkan semangat DAAI TV Indonesia dalam menjawab tantangan di era digital.

Indra Gunawan (*He Qi* Angke)

TERATAI DIGITAL FESTIVAL 2025 (20 JULI 2025)

MENDALAMI DUNIA DIGITAL DENGAN BIJAK. Sebanyak 329 anak asuh penerima bantuan pendidikan dari Tzu Chi Indonesia (SD, SMP, SMA, mahasiswa) berkumpul dalam satu kegiatan bertajuk *Teratai Digital Festival 2025*. Dalam kegiatan ini, para peserta belajar bersama tentang dunia digital, keamanan di internet, konten media sosial, hingga pengenalan teknologi yang kian dekat dalam kehidupan.

Fikhri Fathoni

BANTUAN PAKET KEBAKARAN DI TAMBORA (25 JULI 2025)

BERSAMA RINGANKAN DUKA. Sebagai bentuk kepedulian dan uluran tangan, Tzu Chi membantu korban kebakaran di Kelurahan Duri Utara, Tambora, Jakarta Barat. Sebanyak 172 paket bantuan kebakarang berupa selimut, baju layak pakai, alat mandi, sandal, ember, air mineral yang dikemas dalam boks kontainer dibagikan kepada warga.