



就是幸福人生。
對人感恩，對己知足，

Berterima kasih pada orang lain dan merasa puas pada diri sendiri adalah kehidupan yang berbahagia.

Kata Perenungan
Master Cheng Yen

Download
Buletin Tzu Chi



<http://q-r.to/babznh>

Donasi Langsung



Yayasan Buddha Tzu Chi
Indonesia



Relawan Tzu Chi Tangerang mengadakan syukuran atas selesainya pembangunan kembali rumah Nenek Cun Nyoh di Kampung Ciresek, Desa Jagabaya, Kecamatan Parung Panjang, Kabupaten Bogor. Sebelum dibangun kembali, rumah Nenek Cun Nyoh tidak layak huni dan kondisinya sangat memprihatinkan (foto insert).

Bedah Rumah Tzu Chi

Berkah Imlek untuk Keluarga Cun Nyoh

Dengan menjalankan prinsip Master Cheng Yen yaitu melepaskan penderitaan, relawan Tzu Chi membantu keluarga Nenek Cun Nyoh, mulai dari bantuan biaya hidup hingga membangun kembali rumahnya menjadi lebih baik, bersih, dan sehat.

Raut wajah bahagia Nenek Cun Nyoh (74) pun tampak di sela-sela masker yang ia pakai. Ia sangat senang mendapatkan bantuan bedah rumah dari Tzu Chi Indonesia. "Saya *gak* bisa *ngomong* apa-apa lagi selain terima kasih banyak pada Yayasan Tzu Chi. Sejak saya sakit dulu, sampe sekarang *bangunin* rumah saya, biaya bulanan, semua dari Tzu Chi. Terima kasih *banget* buat relawannya," ungkap Nenek Cun Nyoh disela-sela peresmian rumahnya yang dibedah Tzu Chi.

Awalnya, keluarga Nenek Cun Nyoh mengenal Tzu Chi ketika relawan Tzu Chi mengadakan sosialisasi celengan bambu di Kampung Simpak, Desa Jagabaya, Kec. Parung Panjang, Kab. Bogor. Dari pertemuan ini, Nenek Cun Nyoh bercerita tentang kondisi ekonomi dan keluarganya. Dari sinilah relawan mulai berkunjung ke rumahnya di Kampung Ciresek.

Nenek Cun Nyoh memiliki dua anak, Oong (46) dan Eeng (41), dan keduanya sudah berkeluarga. Sepeninggal ayahnya, kedua anaknya mengalami depresi berat. Oong yang sudah memiliki satu anak sedikit terganggu kejiwaannya. Dan yang sangat parah Eeng, kondisi kejiwaannya dan fisiknya sangat memprihatinkan. Mereka semua tinggal bersama Nenek Cun Nyoh.

Sejak suaminya meninggal, untuk memenuhi kebutuhan hidup Nenek Cun Nyoh bekerja memulung barang-barang di jalan hingga berkilo-kilo. Memungut kardus, botol plastik, dan barang lainnya yang mempunyai nilai jual. "Dulu *mah* waktu saya masih kuat mulung rongsokan bisa dapat lima puluh, enam puluh ribu sehari. Sekarang *mah*, saya *gak* kuat, pinggul dan kaki pada sakit kalo jalan jauh," cerita Nenek Cun Nyoh.

Kondisi rumah Nenek Cun Nyoh juga sudah tidak layak huni, sehingga ketika relawan Tzu Chi Tangerang mengunjungi rumahnya pada 11 Desember 2020, mereka sekaligus melakukan survei kondisi rumah. Dari hasil survei itu para relawan memutuskan untuk membantu merenovasi rumah Nenek Cun Nyoh karena kondisi rumahnya sangat memprihatinkan.

Program bedah rumah Nenek Cun Nyoh sendiri dimulai pada 17 Desember 2020. Relawan Tzu Chi Tangerang sempat membantu pembongkaran rumah sebagai tanda dimulainya renovasi rumah Nenek Cun Nyoh. Selama mendampingi pembangunan rumah, relawan sudah berniat untuk memberikan perlengkapan rumah tangga untuk keluarga Nenek Cun Nyoh.

Sukacita Imlek di Rumah Baru

Hari Sabtu, 6 Februari 2021, menjadi hari bahagia bagi Nenek Cun Nyoh dan keluarga. Para relawan Tzu Chi Tangerang datang untuk mengadakan syukuran atas selesainya pembangunan kembali rumah Nenek Cun Nyoh yang berukuran 50 M². Selain membawa nasi tumpeng, relawan juga membawa bantuan kebutuhan hidup, selimut, paket imlek, seprei, dan selimut.

Beberapa hari sebelumnya, pada 3 Februari 2021, relawan juga membawakan perlengkapan rumah tangga seperti ranjang tidur, lemari, kipas angin, perlengkapan dapur, meja dan kursi makan. "Hari ini kita mengadakan tumpengan dan syukuran sebagai tanda selesainya renovasi rumah Nenek Cun Nyoh, selain itu kita juga memberikan perabotan-perabotan yang kita peroleh dari depo pelestarian lingkungan yang masih layak pakai, seperti ranjang tidur tingkat, dua ranjang tidur, meja makan, dan bahkan peralatan makan. Ini kita menjalankan prinsip Master Cheng Yen, *reuse* (penggunaan kembali barang-barang)," ujar Ketua Tzu Chi Tangerang, Johnny Candrina.

Relawan Tangerang tergerak bergotong royong membantu keluarga Nenek Cun Nyoh karena menjalankan

prinsip Master Cheng Yen yaitu melepaskan penderitaan. Selain memberikan biaya hidup relawan juga melihat kondisi rumahnya yang sudah tidak layak huni dan kotor. "Hal inilah yang membuat para relawan mau membantu karena mengetahui riwayat hidup keluarga Nenek Cun Nyoh," tambah Johnny Candrina.

Hok Cun dan Edi Sheen adalah relawan Tzu Chi Tangerang yang selalu mendampingi pembangunan rumah sejak awal agar hasilnya baik. "Kebetulan kita akan merayakan Imlek pada tanggal 12 Februari 2021, jadi kita bantu renovasi rumah ini sebagai hadiah Imlek untuk Nenek Cun Nyoh," kata Edi Sheen, relawan Tzu Chi yang menjadi koordinator pembangunan rumah.

Relawan Tzu Chi Tangerang juga berharap keluarga Cun Nyoh dapat merawat dan menjaga kebersihan rumah setelah selesai dibangun. "Ke depannya, kita para relawan juga akan mendampingi Nenek Cun Nyoh dan anak-anaknya agar kehidupan mereka menjadi lebih baik, bersih, dan sehat," ujar Hok Cun.

Anand Yahya

Artikel lengkap tentang Berkah Imlek untuk Keluarga Cun Nyoh dapat dibaca di: <https://qr.go.page.link/NU154>





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 53 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:

- Misi Amal**
Membantu masyarakat tidak mampu maupun yang tertimpa bencana alam/musibah.
- Misi Kesehatan**
Memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat dengan mengadakan pengobatan gratis, mendirikan rumah sakit, sekolah kedokteran, dan poliklinik.
- Misi Pendidikan**
Membentuk manusia seutuhnya, tidak hanya mengajarkan pengetahuan dan keterampilan, tapi juga budi pekerti dan nilai-nilai kemanusiaan.
- 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, Khusnul Khotimah, Nagatan, Metta Wulandari. SEKRETARIS: Bakron. KONTRIBUTOR: Relawan Zhen Shan Mei Tzu Chi Indonesia, Tim Dokumentasi Kantor Penghubung/Perwakilan Tzu Chi Indonesia. KREATIF: Erlin Septiana, Juliana Santy, Siladhamo Mulyono. DITERBITKAN OLEH: Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia. WEBSITE: Tim Redaksi. Dicitak oleh: CV. Gemilang Grafika, Jakarta. (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@tzuichi.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.

Kisah Mursidi, Penderita *Ankylosing Spondylitis*

Tak Harus Berdiri Sempurna, Mursidi Hanya Ingin Membantu Kakaknya

Mursidi (34) mengayuh sepeda dengan kuat di gang depan rumahnya yang tak seberapa lebar. Beberapa kali ia berputar, sampai akhirnya ia merasa kelelahan. “Sudah cukup naik sepedanya, sudah lumayan olahraga pagi ini,” katanya.

Bersepeda menjadi salah satu rutinitas Mursidi. Olahraga itu juga merupakan terapi baginya, penderita *ankylosing spondylitis* (M45).

Penyakit *ankylosing spondylitis* adalah penyakit yang mempengaruhi tulang belakang dan sendi-sendi besar yang lebih umum terjadi pada pria. Biasanya penyakit ini dimulai pada awal masa dewasa. Pada Mursidi, penyakit tersebut mulai ia rasakan pada usia 20-an. Kini punggung Mursidi bungkuk, setelah sebelumnya merasa sering kesemutan dan kram. Berjalan atau melakukan aktivitas sebentar saja membuatnya lelah dan tak jarang merasakan sesak napas.

Menderita penyakit langka di usianya yang masih produktif membuat Mursidi sempat putus asa. Anak bungsu dari 13 bersaudara ini merasa tidak bisa membantu keluarganya, malah sebaliknya kerap menyusahkan.

“Ya kata dokter *nggak* bisa disembuhin. Kemana-mana kayak *nggak* ada obatnya. Ibaratnya *nggak* ada jalan keluarnya. Jadi setelah berobat, di rumah *mikir*, frustasi, putus asa,” ungkap Mursidi. Ia juga jengkel karena dulu sempat hanya bisa berbaring di ranjang, sehingga ia mengandalkan kakak pertamanya, Melanie (52).

“Namanya saudara ya, gimana *nggak* sayang,” tukas Melanie. Sejak awal adiknya merasakan berbagai keluhan, ia selalu berdiri paling depan. Mulai dari mencari pengobatan di berbagai rumah sakit, hingga pengobatan alternatif. “Rasanya seperti urus anak sendiri,” ungkapnya.

Padaحال, kehidupan Melanie bisa dibilang kekurangan. Ia adalah



Mursidi menunjukkan hasil rontgen tulang belakangnya. Berkurangnya fleksibilitas di tulang belakang menyebabkan postur tubuhnya membungkuk. Insert: Melanie mewakili Mursidi menerima bantuan berupa uang bulanan dan ada juga Mi DAAI di Kantor Tzu Chi Tangerang.

ibu rumah tangga biasa dengan dua anak, salah satunya menderita *down syndrome*. Untuk mencukupi kebutuhan sehari-hari, mereka membuka warung sederhana di rumah.

Melanie tahu betul perasaan adiknya. Makanya, ia benar-benar menaruh perhatian dan memotivasi Mursidi untuk kembali bangkit.

“Waktu itu rasa marah juga ada. Maksudnya ya kita hidup di sini, jalani aja apa adanya. Jangan putus semangat. Kalau Tuhan kasih kita hidup, kita jalani, ingat Melanie saat menasihati adiknya.

Beruntung mereka berjodoh dengan Tzu Chi. Ketika Mursidi mengalami depresi, relawan pun mengunjungi dan memberikan motivasi. “Tzu Chi sudah banyak memberikan dukungan dan perhatian. Saya sangat berterima kasih,” tutur Melanie disambut anggukan oleh Mursidi.

Kini setelah kondisinya membaik, Mursidi tidak memiliki keinginan yang terlalu berlebihan. Ia hanya ingin

menjadi orang yang bermanfaat untuk keluarganya, membantu kakaknya yang sudah susah payah merawatnya.

“Cici..., terima kasih banyak sudah *bantuin* merawat dari nol sampai sekarang. Cici rela berkorban. Dia lagi sakit juga tetep ngurusin saya, urus ke rumah sakit, apa aja *urusin* saya. Terima kasih,” ujar Mursidi.

Sebaliknya, Melanie ingin Mursidi tidak lagi putus asa dalam menghadapi penyakitnya karena banyak orang baik yang peduli padanya. “Kamu masih ada masa depan, masih ada harapan untuk sembuh. Umur kan baru 30-an, kalau Tuhan kasih mukjizat, semua bisa terjadi. Kita yakin bisa membaik walaupun tidak 100 persen,” timpal Melanie meyakinkan Mursidi.

□ Metta Wulandari

Artikel lengkap Tak Harus Berdiri Sempurna, Marsudi Hanya Ingin Membantu Kakaknya dapat dibaca di: <https://qr.go.page.link/PzCQB>



Dari Redaksi

Empati dan Solidaritas Ditengah Pandemi

Awal tahun 2021, beberapa bencana terjadi di Indonesia. Diantaranya adalah Banjir di Kalimantan Selatan serta gempa bumi yang terjadi di Majene dan Mamuju, Sulawesi Barat. Sebagai bentuk solidaritas dan empati untuk membantu korban bencana, Tzu Chi Indonesia menyalurkan bantuan-bantuan untuk para korban gempa di Sulawesi Barat. Sementara itu bantuan juga disalurkan untuk korban banjir di Kalimantan Selatan melalui Tzu Chi Sinar Mas.

Bantuan yang disalurkan berupa selimut, mi instan, sarung, masker medis, obat herbal masuk angin, temulawak tablet, air mineral, tenda komando, dan tikar plastik. Bantuan-bantuan tersebut merupakan bantuan yang sangat diperlukan warga korban gempa di Mamuju dan Majene yang

berada di pengungsian dan disalurkan dalam dua gelombang (15 dan 17 Januari 2021). Selain itu bantuan juga didatangkan dari Tzu Chi Kantor Perwakilan Makassar.

Sedangkan bantuan untuk banjir di Kalimantan Selatan, Tzu Chi Sinar Mas fokus di wilayah Kabupaten Tanah Laut dengan menyalurkan bahan makanan dan alat kebersihan untuk membantu 6 titik pusat evakuasi warga di Kecamatan Bati-Bati (19 Januari 2021).

Bantuan lain yang terus dijalankan Tzu Chi adalah bantuan bedah rumah bagi ibu Cun Nyoh di Kampung Ciresek, Desa Jagabaya, Kecamatan Parung Panjang, Kabupaten Bogor. Di awal tahun 2021 ini, wanita yang sehari-harinya memulung ini sudah bisa menempati rumah yang telah direnovasi Tzu Chi karena kondisinya yang sudah sangat memprihatinkan.

Selain itu, pada tahun 2021 ini, menjelang perayaan tahun baru Imlek yang jatuh pada bulan Februari 2021 tentunya berbeda dari tahun-tahun sebelumnya karena harus mengikuti protokol kesehatan untuk mencegah penyebaran *Covid-19*. Bagi relawan Tzu Chi, tahun baru Imlek merupakan momen berbagi kasih kepada masyarakat yang kurang mampu yaitu dengan membagikan bingkisan berupa paket cinta kasih.

Inilah wujud solidaritas dan empati yang tidak berhenti diwujudkan Tzu Chi walaupun di masa pandemi. Dengan terus mengikuti protokol kesehatan terkait *Covid-19*, para relawan Tzu Chi terus berusaha memberikan berbagai bentuk bantuan untuk membantu serta meringankan beban sesama.

Arimami Suryo A.
Pemimpin Redaksi

Keluhuran Sempurna dan Cinta Kasih Tak Terhingga

*Mempertahankan ikrar dan membina keluhuran sempurna
Bertekad untuk memikul bakul beras dunia
Menggali mata air cinta kasih yang tak terhingga
Melindungi semua makhluk dan mempererat jalinan jodoh Dharma*



Artikel dan video dapat dilihat di:
<https://qrqo.page.link/dVaJi>

Insan Tzu Chi hendaklah menghargai jalinan jodoh satu sama lain. Kini, baik Anda, dia, maupun saya, semuanya dapat berinteraksi dengan memanfaatkan jaringan internet. Sesungguhnya, ini nyata atau semu? Ini bergantung pada hati kita.

Dengan hati yang tulus, kita memikul bakul beras dunia. Asalkan ada cahaya dan objek, pasti akan ada bayangan. Bagaimana agar bayangan ini dapat menjadi tempat berteduh bagi dunia ini? Dibutuhkan keluhuran sempurna dan cinta kasih tak terhingga agar bayangan ini tidak terpisah dan cinta kasih kita bisa menjadi tempat berteduh bagi dunia ini.

Kondisi dunia saat ini sungguh bagaikan rumah yang terbakar. Sinar matahari yang panas, air yang terbatas, dan tidak ada bayangan pohon. Makhluk hidup sulit bertahan hidup dengan kondisi demikian. Jadi, kita hendaknya bertekad dan berikrar. Saat ada yang kekurangan air, kita harus menggali sumur bagi mereka.

Saya juga pernah menjadi "penggali sumur". Untuk bumi yang kekurangan air, saya berikrar untuk menggali sumur. Setelah menggali sumur, saya berikrar untuk menanam pohon besar dengan harapan ia dapat berbunga, berbuah, dan menghasilkan benih yang berlimpah. Satu bertumbuh menjadi tak terhingga dan yang tak terhingga bertumbuh dari satu.

Saya berharap di setiap negara, terdapat benih Tzu Chi yang dapat menaburkan benih cinta kasih. Tzu Chi telah meninggalkan jejak cinta kasih di lebih dari seratus negara dan wilayah.

Kita telah menyalurkan tetes-tetes cinta kasih.

Saat ada daerah yang dilanda kelaparan atau bencana, insan Tzu Chi akan berusaha untuk menyalurkan bantuan dengan cinta kasih. Ini bergantung pada jalinan jodoh. Jalinan jodoh berkaitan dengan orang. Kita menggunakan koneksi yang ada untuk mengantarkan cinta kasih ke negara yang dilanda penderitaan.

Kita memikirkan berbagai cara untuk menyebarkan benih cinta kasih. Salah satu rintangan kita adalah waktu. Setelah 55 tahun berlalu, orang-orang akan

Kondisi dunia saat ini sungguh bagaikan rumah yang terbakar. Sinar matahari yang panas, air yang terbatas, dan tidak ada bayangan pohon. Makhluk hidup sulit bertahan hidup dengan kondisi demikian. Jadi, kita hendaknya bertekad dan berikrar. Saat ada yang kekurangan air, kita harus menggali sumur bagi mereka.

menua. Namun, setelah saya menanam benih cinta kasih di ladang batin orang-orang, siapa yang benar-benar menggarapnya? Intinya, orang-orang membatasi diri sendiri, seperti pematang sawah.

Apakah kalian tahu pematang sawah? Setiap orang membatasi diri sendiri, bagaikan pematang sawah yang membatasi sepetak demi sepetak sawah, karena memiliki kewajiban terhadap keluarga. Karena itulah, yang bisa mereka lakukan terbatas. Jadi, saya mengatakan bahwa ini adalah potongan cinta kasih universal.

Hingga saat ini, yang selalu saya lihat adalah serpihan cinta kasih. Setiap orang di hadapan saya memiliki cinta kasih, tetapi cinta kasih setiap orang hanya bisa mengemban sebagian kecil tanggung jawab. Jadi, setiap orang memiliki batas masing-masing.

Kalian memiliki pekerjaan, kewajiban terhadap keluarga, karier, dan berbagai tanggung jawab lainnya yang membatasi kalian. Waktu kalian untuk menjalankan Tzu Chi terbatas. Saya hanya bisa menggunakan sedikit waktu kalian. Jadi, saya merasa bahwa cinta kasih ini belum cukup.

Meski kalian memberi saya banyak cinta kasih, tetapi jujur, saya merasa belum cukup. Berhubung kalian memiliki keluarga, saya harus memikirkan keluarga kalian, karier kalian, atau tanggung jawab kalian terhadap keluarga. Kalian juga memiliki kasih sayang antara orang tua dan anak, suami-istri, dan sebagainya. Karena itu, jalinan kasih sayang dengan Tzu Chi juga tidak bisa terus berlanjut tanpa celah.

Bodhisatwa sekalian, mendengar ceramah saat ini, kalian mungkin merasa setuju dan membangun tekad. Namun, waktu dan ruang dapat menggoyahkan-

nya. Begitu pula dengan jalinan jodoh. Bagaimana menemukan orang yang memiliki tekad seperti saya? Sangat sulit untuk menemukan orang yang memiliki tekad seperti saya. Namun, bagaimanapun, saya tetap yakin pada semua orang.

Saya yakin bahwa dengan berusaha segenap hati dan tenaga, kita dapat memperluas cinta kasih dan memperpanjang jalinan kasih sayang hingga ke seluruh dunia tanpa terputus. Semakin banyak orang yang terinspirasi, jalinan kasih sayang akan semakin erat dan cinta kasih akan semakin luas.

Saya berharap setiap orang yang mendengar ceramah saya dapat membangun tekad dan ikrar. Saya berharap setiap orang dapat menggenggam jalinan jodoh. Dimulai dari semangat untuk menjadi "penggali sumur" bagi orang yang membutuhkan, kini cinta dan kasih sayang Tzu Chi telah tersebar di seluruh dunia bagaikan embun.

Pada malam hari, kita tidak melihat embun, juga tidak turun hujan, tetapi saat bangun di pagi hari, kita bisa melihat tetesan air, yaitu embun, di ujung daun-daun. Embun tidak terlihat di lain waktu. Jadi, Bodhisatwa sekalian, kita harus menghargai cinta dan kasih sayang yang tidak terlihat. Kita harus menghargainya.

Bayangan terlihat, tetapi tidak merintang siapa pun. Kita hendaknya juga menjadi bayangan yang tidak merintang orang lain dan menjadi sandaran spiritual.

□ Ceramah Master Cheng Yen tanggal 2 Januari 2020
Sumber: Lentera Kehidupan - DAAI TV Indonesia
Penerjemah: Hendry, Karlana, Marlina

大哉教育益群生 行善人間致祥和

Memetik Pelajaran Besar demi Manfaat Semua Makhluk,
Mempraktikkan Kebajikan di Dunia demi Tercapainya Keharmonisan.

Master Cheng Yen Menjawab

Ada orang yang bertanya kepada Master Cheng Yen:

Ada yang berkata bahwa membangun wihara adalah menyelamatkan hati, sedangkan membangun rumah sakit adalah menolong orang, mana yang memiliki pahala lebih besar?

Master Cheng Yen menjawab:

Pada zaman Buddha, wihara masih sangat sedikit. Para anggota Sangha setiap hari berjalan kaki pergi menerima dana makanan. Setiap hari hanya makan sekali pada tengah hari dan beristirahat di bawah pohon. Oleh karena itu, pada zaman itu jika ada orang yang membangun

wihara agar para anggota Sangha dapat melatih diri dengan tenang maka pahalanya sangatlah besar.

Namun sekarang, di Taiwan bagian timur lebih membutuhkan kita untuk menolong orang dan menyelamatkan dunia, maka dengan semangat yang berlandaskan ajaran Buddha

mewujudkan misi pekerjaan besar yang mulia, ditambah lagi Buddha pernah berkata, "Dari delapan ladang berkah, pahala utama adalah merawat orang sakit."



Jembatan Simpay Asih Sungai Cikaso yang menghubungkan Desa Depok dan Desa Paas setelah dibangun ulang oleh Tzu Chi yang bekerja sama dengan TNI dan Vertical Rescue Indonesia. Insert: Suasana peresmian Jembatan Simpay Asih Sungai Cikaso.

TZU CHI BANDUNG: Peresmian Jembatan di Garut Berdirinya Kembali Jembatan Penghubung Dua Desa

Warga Desa Depok Kec. Cisompet, Kab. Garut bersukacita dengan kembali dibangunnya jembatan gantung yang menjadi urat nadi kehidupan ekonomi mereka. Pada bulan Oktober 2020 yang lalu, jembatan yang melintasi Desa Depok dan Desa Paas tersebut putus akibat banjir bandang. Sejak saat itu aktivitas warga terganggu karena jembatan tersebut merupakan satu-satunya akses menuju Kecamatan Cikajang dan Pameungpeuk, Garut.

Jembatan yang dibangun atas kerja sama Tzu Chi Bandung dan Kodam III/Siliwangi serta Vertical Rescue Indonesia tersebut diresmikan pada Rabu, 6 Januari 2021. Jembatan sepanjang 80 meter dan lebar 1,2 meter ini diresmikan oleh Wakil Gubernur Jawa Barat, H. Uu Ruzhanul Ulum, S.E. Turut hadir Pangdam III/Siliwangi Mayjen TNI Nugroho Budi Wiryanto, Bupati Garut Rudy Gunawan,

Wakil Ketua Tzu Chi Bandung Henking Warga, dan tamu undangan lainnya.

“Saya mengapresiasi tindakan nyata yang dipersembahkan oleh Yayasan Buddha Tzu Chi dalam membangun kembali jembatan di Kecamatan Cisompet ini. Sungguh luar biasa atas kepeduliannya dalam membantu sesama,” ucap Wakil Gubernur Jawa Barat, H. Uu Ruzhanul Ulum.

Henking Warga, Wakil Ketua Tzu Chi Bandung menyampaikan bahwa terwujudnya pembangunan jembatan ini berasal dari kepedulian para relawan dan donatur yang ikut menyumbangkan sebagian rezekinya.

“Besarnya kecilnya nominal bukan ukuran, namun niat dan cinta kasih yang tertanam untuk saling menolong dan memberi adalah wujud kemanusiaan,” kata Henking.

Galvan (Tzu Chi Bandung)

TZU CHI BATAM: Donor Darah

Sepenuh Hati Membantu Lewat Donor Darah

Tingginya permintaan stok darah di Kota Batam mendorong Tzu Chi Batam kembali bekerja sama dengan PMI mengadakan kegiatan donor darah pada Minggu, 17 Januari 2021. Kegiatan yang digelar di halaman Ruang Logistik, Aula Jing Si Batam ini juga menerapkan serangkaian protokol kesehatan terkait Covid-19.

Protokol kesehatan diantaranya pengecekan suhu di gerbang masuk, mencuci tangan sebelum masuk area, *screening* dengan wawancara, pengecekan suhu kedua, penggantian masker dengan masker bedah, dan peletakan meja yang diatur jaraknya. Selain itu, relawan Tzu Chi Batam juga selalu mensterilkan kasur serta mengganti alas bantal sebelum ditempati pendonor baru.

Drg. Juanna, koordinator kegiatan selalu menekankan pentingnya

menjalani protokol kesehatan Covid 19.

“Kami adakan kegiatan ini untuk menolong masyarakat di mana darah sangat dibutuhkan, jadi kita tetap mengadakan kegiatan donor darah ini. Tetapi kita tekankan protokolnya yang harus dijaga supaya pendonor tenang, datang ke sini sehat dan pulang pun dalam kondisi sehat,” ungkap drg. Juanna.

Maria (40), pendonor yang sudah empat kali berdonor mengapresiasi tim Tzu Chi Batam karena menciptakan rasa aman saat menjalani donor darah.

“Tzu Chi sangat menjalani protokol kesehatan terkait Covid-19 sehingga tidak perlu merasa takut untuk donor darah,” tuturnya. Dalam kegiatan donor darah kali ini berhasil mengumpulkan 189 kantong darah.

Supardi (Tzu Chi Batam)



Petugas PMI dan relawan Tzu Chi Batam memeriksa dan mendampingi warga masyarakat yang sedang mendonorkan darahnya di halaman Ruang Logistik, Aula Jing Si Batam.

TZU CHI MAKASSAR: Bantuan Gempa di Sulawesi Barat

Meringankan Duka Korban Gempa



Bekerja sama dengan TNI, bantuan Tzu Chi Indonesia untuk para korban gempa di Majene dan Mamuju dibagikan kepada warga-warga di berbagai lokasi pengungsian.

Mengetahui kabar bencana gempa melanda Mamuju dan Majene, Sulawesi Barat, Tzu Chi Makassar segera merespon peristiwa tersebut. Bekerja sama dengan Bekandam XIV Hasanuddin, Koopsau II, dan Lantamal VI, Tzu Chi Makassar segera meringankan beban yang dirasakan oleh warga terdampak dengan menyalurkan bantuan.

Dimulai pada 15 Januari 2021, beberapa relawan Tzu Chi mengantarkan bahan pokok berupa mi instan, beras, telur, dan air mineral ke Bekandam XIV Hasanuddin. Bahan pokok tersebut kemudian dikirim dengan pesawat Hercules ke Sulawesi Barat.

Kemudian pada 18 Januari 2021, Tzu Chi Makassar kembali menyerahkan bantuan melalui Koopsau II berupa mi instan, roti, biskuit, susu, minyak gosok, minyak kayu putih, dan jas hujan.

Lalu pada 19 Januari 2021, bantuan diberikan melalui Lantamal VI berupa beras, mi instan, minyak goreng,

bumbu masak, dan terpal. Dengan dibantu beberapa relawan Tzu Chi dan Tzu Ching (muda mudi Tzu Chi-red), bantuan diangkut menuju mobil Lantamal VI.

Hari berikutnya, 21 Januari 2021, kendaraan dari Koopsau II kembali datang untuk mengangkut bantuan berupa mi instan, beras, biskuit, susu, minyak goreng, dan air mineral. Bantuan tersebut diterima oleh Peltu Agus Mangga yang mewakili Koopsau II.

Pada tanggal yang sama, Tzu Chi Makassar juga menyerahkan bantuan kepada Dewan Ekonomi Indonesia Timur (DEIT). Bantuan berupa mi instan, terpal, tikar, dan air mineral. Hari itu pula, Tzu Chi Makassar menyerahkan bantuan berupa air mineral, selimut, dan terpal melalui Lantamal VI.

Semoga paket bantuan yang diberikan Tzu Chi Makassar dapat meringankan beban warga yang terdampak gempa di Mamuju dan Majene, Sulawesi Barat.

Henny Laurence (Tzu Chi Makassar)

TZU CHI MEDAN: Bantuan Bedah Rumah

Impian Rahman Mulai Terwujud

Pada Rabu pagi, 13 Januari 2021, tujuh relawan Tzu Chi Medan komunitas Hu Ai Medan Cemara sudah berkumpul di Dusun VI, Desa Rawa Badak, Pematang Johar, Labuhan Deli, Medan. Hari itu mereka melaksanakan pembongkaran rumah milik Rahman, seorang penerima bantuan Program Bedah Rumah dari Tzu Chi.

Sebelum memulai pembongkaran, relawan yang bekerja sama dengan warga setempat mengawali kegiatan dengan berdoa bersama menurut agama dan kepercayaan masing-masing. Usai berdoa, pembongkaran rumah milik Rahman dimulai dengan mengeluarkan barang-barangnya. Para relawan dan warga sekitar juga membantu dengan penuh sukacita.

“Saya seperti bermimpi mendapat bantuan bedah rumah dari Yayasan Buddha Tzu Chi,” ungkap Rahman dengan wajah haru menahan air mata. Menurut pengakuan Rahman, rumah

yang ia tempati adalah peninggalan dari orang tuanya. Rumah itu sudah ia tempati sejak lahir hingga mempunyai istri dan dua orang anak, namun ia belum mampu melakukan perbaikan karena keterbatasan ekonomi. Upah kerja Rahman yang bekerja sebagai karyawan pada salah satu lokasi wisata di sekitar tempat tinggalnya, hanya cukup untuk biaya kehidupan sehari-hari.

Kondisi rumahnya sebelum dibedah sangat memprihatinkan. Lantainya beralaskan tanah sedangkan atapnya seperti menembus langit. Saat musim hujan, lantai tanah menjadi becek. Hanya satu kamar saja tempat mereka berteduh yang terasa aman dari panas dan hujan. Rumah milik Rahman hingga kini masih dalam tahap renovasi. Ia sungguh bersyukur karena bantuan bedah rumah tentunya akan memberikan kehidupan yang baik untuk keluarganya.

□ Henny (Tzu Chi Medan)



Relawan Tzu Chi Medan bersama dengan warga membongkar rumah Rahman yang akan dibangun kembali oleh Tzu Chi.

Henny (Tzu Chi Medan)



Dok. Tzu Chi Sinar Mas

Relawan Tzu Chi Sinar Mas Xie Li Kalimantan Selatan 1 menyerahkan bantuan untuk warga Kecamatan Bati-Bati yang berada di pengungsian.

TZU CHI SINAR MAS: Bantuan Bagi Korban Banjir

Meringankan Duka Korban Banjir di Kalimantan Selatan

Relawan Tzu Chi Sinar Mas di Xie Li Kalimantan Selatan 1 menyalurkan bantuan bagi warga terdampak banjir Kalimantan Selatan pada Selasa, 19 Januari 2021. Pada penyaluran bantuan ini, relawan bekerja sama dengan pemerintah daerah melalui arahan BPBD Kabupaten Tanah Laut.

Bantuan yang disalurkan berupa 250 paket bahan makanan dan alat kebersihan yang disalurkan ke desa terdampak di Kecamatan Bati-bati. Paket bantuan terdiri dari beras, gula, minyak goreng, mi instan, dan masker.

Bupati Tanah Laut, Sukamta mengucapkan apresiasi yang sangat besar kepada Tzu Chi Sinar Mas yang berpartisipasi dalam penanggulangan bencana yang terjadi saat ini. Sepanjang perjalanan menuju Kecamatan Bati-Bati, relawan melalui jalur alternatif yang bisa dilalui.

Sesampainya di Kantor Kecamatan Bati-bati, Rudi selaku Sekretaris Camat Bati-Bati menyambut kedatangan

relawan dan menjelaskan lebih dari seribu orang telah diungsikan ke sejumlah rumah kerabat, masjid, dan sekolah di Kecamatan Bati-Bati.

Dalam kesempatan ini para relawan Tzu Chi Sinar Mas juga mengunjungi salah satu pos pengungsian untuk menyerahkan bantuan secara langsung. “Terima kasih untuk bapak dan ibu yang sudah membantu kami. Ini akan sangat membantu menaikkan semangat kami dalam pengungsian,” ucap salah seorang pengungsi.

Dengan adanya bencana yang terjadi, kiranya dapat meningkatkan rasa kepedulian kepada sesama yang membutuhkan. “Semoga bantuan yang diberikan dapat bermanfaat dan mengurangi beban saudara-saudara kita yang terdampak bencana banjir ini,” ungkap Julian Herlambang, relawan Tzu Chi Sinar Mas.

□ Ferdiansyah Hasibuan (Tzu Chi Sinar Mas)

TZU CHI TANJUNG BALAI KARIMUN: Pengumpulan Celengan Bambu

Tetap Bersumbangsih di Masa Pandemi

Tzu Chi Tanjung Balai Karimun mengadakan pengumpulan celengan bambu Tzu Chi di sepanjang Jl. Nusantara dan Trikora, Tanjung Balai Karimun, Minggu 17 Januari 2021. Pengumpulan celengan ini merupakan yang pertama sejak pandemi Covid-19. Biasanya kegiatan tersebut dilakukan setiap tiga bulan sekali.

Kegiatan pengumpulan celengan bambu ini dilakukan dengan tetap menerapkan protokol kesehatan. Setelah briefing, relawan berangkat menuju ruko-ruko di sepanjang Jl. Nusantara dan Trikora. Relawan mulai memasuki setiap ruko dengan meminta izin terlebih dulu kepada pemiliknya. Karena pada masa pandemi ini banyak pemilik toko yang membatasi area masuk ke tokonya.

Pembatasan aktivitas masyarakat di masa pandemi membuat perputaran ekonomi berubah drastis. Begitu juga yang dirasakan oleh Asril (64) yang setiap harinya bekerja sebagai tukang

sol sepatu. Pria yang lebih dari 40 tahun menyediakan jasa reparasi sepatu ini mengutarakan betapa sulitnya menjalani pekerjaannya selama masa pandemi Covid-19.

“Sekarang ini sangat susah. Sebelum adanya Covid-19, biasanya kita dapat makan dan menabung. Sekarang kadang ada orang yang datang dan kadang juga tidak ada. Apalagi dulu, ada orang-orang dari luar negeri yang datang, dapat tiga orang pelanggan saja sudah dapat untuk makan seminggu,” ujarnya.

Walau mengalami masa sulit tapi tak menghalangi keinginan Asril untuk melakukan perbuatan baik. Ia tetap memasukkan uang ke dalam celengan bambu Tzu Chi setiap harinya. “Walaupun saya sendiri ini bukan orang yang mampu, tetapi setiap hari saya tetap memasukkan uang ke celengan. Kadang saya juga mengajak pelanggan saya untuk ikut berdana,” jelas Asril.

□ Dwi Hariyanto (Tzu Chi Tanjung Balai Karimun)



Calvin (Tanjung Balai Karimun)

Relawan Tzu Chi Tanjung Balai Karimun melakukan kegiatan pengumpulan celengan bambu Tzu Chi yang pertama kali sejak pandemi Covid-19. Kegiatan dilakukan dengan tetap menerapkan protokol kesehatan.

Elin Juwita (Relawan Tzu Chi Tebing Tinggi)

Memaknai Kehidupan Dengan Bersumbangsih



Dok. Tzu Chi Tebing Tinggi

“...Tzu Chi bukan sekadar ladang untuk menciptakan berkah, namun juga ladang pelatihan diri...”

Sejak menjadi relawan Tzu Chi saya menemukan makna hidup yang sesungguhnya. Tzu Chi bukan hanya ladang untuk menciptakan berkah, namun juga ladang pelatihan diri menumbuhkan jiwa kebijaksanaan.

Di Tzu Chi, saya baru menyadari selain menciptakan berkah, kita harus menumbuhkan jiwa kebijaksanaan sehingga bisa membimbing diri sendiri dan orang lain.

Awal-awal berdirinya Tzu Chi di Tebing Tinggi, saya menjalankan Misi Amal dan Misi Kesehatan. Kemudian beberapa bulan kemudian Misi Pelestarian Lingkungan dimulai.

Karena relawan Tzu Chi di Tebing Tinggi belum begitu banyak, saya mengikuti berbagai kegiatan seperti, kunjungan kasih, daur ulang, baksos kesehatan, tanggap darurat, *Zhen Shan Mei*, isyarat tangan, membina kelas budi pekerti, bedah buku, dan *Xun Fa Xiang* (menghirup keharuman Dharma). Di sini saya belajar untuk memahami semua misi, selain belajar kebersamaan, dan lebih banyak berkah. Saat ini saya dipercaya sebagai penanggung jawab Misi Pendidikan.

Jalanan jodoh saya dengan Tzu Chi bermula di awal tahun 2009. Saya mengenal Tzu Chi dari ayah saya, Wardi. Saya mulai tertarik dengan Tzu Chi setelah menonton ceramah Master Cheng Yen dan juga drama kisah nyata di Da Ai TV. Melihat sosok Master Cheng Yen melalui program Lentera Kehidupan yang penuh dengan welas asih dan kebijaksanaan yang membuat saya tersentuh.

Di bulan April 2009, saya mulai aktif dalam kegiatan Tzu Chi Tebing Tinggi sebagai relawan Misi Amal. Mengenal Tzu Chi benar-benar mengubah arah hidup saya.

Awalnya saya merasa hidup saya monoton. Pada tahun 2004, setelah lulus pendidikan di Yogyakarta, orang tua menyuruh saya kembali ke Tebing Tinggi dan membantu usaha keluarga, kursus bahasa Inggris.

Aktivitas saya hanya mengajar dan ke vihara. Sulit menyesuaikan diri dengan aktivitas baru di Tebing Tinggi membuat saya tak betah, ingin kembali ke Yogyakarta. Namun, kedua orang tua saya hanya tinggal berdua, saya tak tega hingga timbul rasa tak puas dalam diri karena keinginan untuk kembali ke Yogyakarta tak terpenuhi.

Pelatihan Relawan Pemerhati RS Meningkatkan Pelayanan Berbudaya Humanis

Pelatihan kelima relawan pemerhati Tzu Chi Hospital yang diadakan melalui aplikasi Zoom, diikuti oleh 757 relawan Tzu Chi Indonesia, Minggu, 10 Januari 2021. Pelatihan kali itu diisi oleh *sharing* dari Shen Bi Hua dan Pan Liao Ye relawan pemerhati Rumah Sakit Tzu Chi asal Taiwan.

Dari *sharing* pengalaman tersebut, Indi, salah satu peserta mendapat pembelajaran bahwa ketika mendampingi pasien kita harus tulus dalam membantu pasien agar mereka tidak hanya sembuh secara fisik tapi juga sembuh secara batin. “Selain itu, pasien dapat mengubah kebiasaan buruk, memperbaiki komunikasi, dan jalinan jodoh baik dengan semua orang,” katanya.

Hal yang sama juga dirasakan dr. Ong Tjandra yang sejak awal sudah tertarik untuk menjadi relawan pemerhati Tzu Chi Hospital. Dokter Ong juga bercerita bahwa, ia sempat ikut menjadi relawan pemerhati rumah sakit di Taipei, Taiwan selama dua hari. Baginya, dari pengalaman para senior relawan pemerhati (asal Taiwan), mereka bisa melihat dan mencontoh ketulusan bersumbangsih, belajar, memahami dan membuktikan ajaran Master Cheng Yen.

□ Suyanti Samad



Suyanti Samad

Vaksinasi Covid-19 RS Cinta Kasih Tzu Chi Memulai Vaksinasi



Anand Yahya

Rumah Sakit Cinta Kasih (RSCK) Tzu Chi Cengkareng, Jakarta Barat mulai melakukan vaksinasi *Covid-19* pada Jumat, 15 Januari 2021. Pelaksanaan ini diutamakan untuk tenaga kesehatan (Nakes) dan para staf rumah sakit yang setiap hari kontak langsung dengan banyak orang dan para pasien.

Dr. Tony Cristianto, Direktur RSCK Tzu Chi mengatakan bahwa pelaksanaan vaksinasi pertama kali ini digelar di ruang UKS sekolah Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng. RSCK Tzu Chi sendiri sudah ditunjuk sebagai rumah sakit pelaksana program vaksinasi *Covid-19* ini.

“Kami akan siapkan 4 meja, pertama untuk validasi data peserta menggunakan aplikasi yang terhubung ke Dinas Kesehatan dan Kemenkes. Kedua untuk pengecekan riwayat kesehatan, ketiga untuk tindakan penyuntikan, dan keempat adalah ruang pemulihan dan pemberian kartu tanda suntik pertama,” kata dr. Tony.

RSCK Tzu Chi akan menjalani program vaksinasi ini sesuai aturan pemerintah, targetnya 40 orang per hari dan dilaksanakan 3 kali dalam seminggu, yaitu hari Selasa, Rabu, dan Jumat.

□ Anand Yahya

Kunjungan Kasih Beban yang Dipikul Menjadi Lebih Ringan

Venez (12) sangat senang jika dibawa keluar rumah sekedar mencari angin atau berjemur. Apalagi sudah sebulan ini Tzu Chi memberikan bantuan kursi roda. Jadi, ibu, nenek, dan pamannya tak susah lagi membawanya keluar rumah.

Sudah tiga bulan Vrederezia Veneziana yang mengidap *Cerebral Palsy* ini menjadi penerima bantuan jangka panjang Tzu Chi atau yang biasa disebut dengan *Gan En Hu*. Bantuan yang diterima Venez berupa biaya pengobatan yang tak ditanggung BPJS dan biaya transportasi berobat.

“Meringankan (beban saya), sangat-sangat meringankan karena tadinya saya benar-benar berat membawa anak ini, ongkosnya. Karena *kan* kami tidak bisa naik motor, harus mobil, jadi saat sudah dibantu Tzu Chi itu sangat meringankan saya,” kata Julianah, ibu Venez.

Julianah sudah tak bekerja karena fokus merawat Venez. Sementara penghasilan suaminya pas-pasan. Karena kondisi tersebut mulai bulan Februari, Venez juga mendapat bantuan biaya hidup.

□ Khusnul Khotimah



Khusnul Khotimah

Kilas

Lomba Mengajar Kreatif Lomba Mengajar Kreatif Guru Sekolah



Dok. SCK Tzu Chi Cengkareng

Empat guru SD Cinta Kasih Tzu Chi masuk dalam tujuh besar di Lomba Mengajar yang Kreatif dan Menyenangkan Bersama Menjadi Indonesia yang diadakan oleh Mentari Group.

Salah satu guru SD yang masuk tujuh besar adalah Giniung Permana, guru kelas 4 SD Cinta Kasih. “Rasanya luar biasa, *nggak* nyangka banyak teman dan saudara yang bantu dukung serta mendoakan saya,” kata Giniung.

Guru lainnya, Wahyu Safitri, juga bersyukur bisa ikut serta dalam lomba dan bisa mentransfer ilmu yang bermanfaat bagi muridnya secara kreatif.

Sejak pandemi *Covid-19*, para guru dituntut kreatif dengan teknologi untuk proses mengajar jarak jauh. “Harapannya guru-guru dapat terus berkembang dan berubah melihat masa depan karena kondisi sekolah sebelum *Covid-19* tidak tahu kapan akan ada lagi, bisa jadi tidak pernah ada lagi. Jadi kita harus menyesuaikan secepat mungkin,” tutur Timothy Athanasios Nalauw, Kepala SD Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng.

□ Metta Wulandari

Cermin

Perubahan Ulat Kecil

Suatu hari, seekor Ulat Kecil di taman dengan senangnya menggerogoti dedaunan hijau pohon mawar sambil menyenandungkan lagu di mulutnya. Pada saat yang sama, seekor kupu-kupu terbang di depannya, dan ulat kecil langsung berseru.

“Wow! Indah sekali!” Kupu-kupu itu mendengar suaranya lalu kembali melihat Ulat Kecil sambil mengerutkan dahi dan berkata, “Monster jelek dari mana itu? Kamu tidak pantas memanggil saya, ya!” kata Kupu-kupu lalu terbang menjauh setelah berbicara.

Ulat Kecil itu tersakiti oleh kesombongan dan ketidaksadaran kupu-kupu. Ia mulai menangis sedih. Hal ini terlihat oleh Burung Myna yang berdiri di atas sebuah pohon besar. Burung Myna kemudian menggelengkan kepalanya dan merasa bahwa walaupun kupu-kupu itu cantik, namun penampilannya yang angkuh dan kasar sungguh menyebalkan.

Ulat Kecil mengangkat kepalanya untuk melihat Burung Myna dan bertanya dengan sedih, “Apakah saya begitu jelek?”

Sebelum Burung Myna menjawab, Ulat Kecil itu menundukkan kepalanya lalu pergi dengan lesu, dia sudah tidak nafsu makan daun yang enak lagi. Saat berjalan, ia melihat Bibi Kerbau, kemudian buru-buru merangkak dan bertanya, “Bibi Kerbau, bagaimana agar

saya bisa menjadi lebih cantik dari kupu-kupu?”

Bibi Kerbau mengedipkan matanya yang besar dan bulat, menatap Ulat Kecil itu dan

berkata, “Kamu ingin lebih cantik dari kupu-kupu? Mustahil, kecuali kamu seperti manusia yang bisa berdandan dengan segala macam warna yang indah.” Bibi Kerbau kemudian sibuk makan rumput, tidak mempedulikan Ulat Kecil lagi.

Ulat Kecil itu berjalan dan berjalan lagi, dia berganti pakaian berkali-kali di

sepanjang jalan. Suatu hari, dia berjalan di bawah

Pohon Pir dan melihat bahwa pohon itu penuh dengan bunga putih yang harum, secara tidak sadar dia menarik napas dalam-dalam. Aromanya membuat Ulat Kecil merasa sangat nyaman. Ketika dia membuka matanya, dia melihat

Kakek Pohon Pir menatapnya dengan ramah. Ulat Kecil itu dengan senang hati memberi hormat kepada Kakek Pohon Pir dan bertanya, “Kakek Pohon Pir, bagaimana saya bisa menjadi lebih cantik dari pada kupu-kupu?”

Kakek Pohon Pir berkata. “Bocah konyol! Kamu itu adalah seekor kupu-kupu!” Ketika Kakek Pohon

Pir berkata, Ulat Kecil itu tiba-tiba menyadarinya.

Pada saat yang sama, Ulat Kecil merasa bahwa dia sudah berjalan lama dan sangat lelah. Dia ingin bisa tidur dengan nyaman. Oleh karena itu, Ulat Kecil berhenti di salah satu cabang pohon Kakek Pohon Pir dan membungkus dirinya dengan lapisan kepompong kuning. Setelah beberapa hari, ia pun keluar dari kepompongnya setelah cukup tidur.

Hal yang aneh terjadi. Ia bukan lagi seekor ulat, melainkan kupu-kupu yang cantik. Setelah berbalik badan dan mengucapkan, “Selamat tinggal!” kepada Kakek Pohon Pir, ia melebarkan sayapnya dan terbang ke langit. Ketika ia terbang kembali ke taman tempat ia dulu tinggal, tiba-tiba ia mendengar suara kecil di bawah daun. Seekor ulat melihatnya dengan iri dan berkata, “Wow! Cantik sekali!”

Kupu-kupu pun segera terbang ke arah ulat tersebut, memutar di sekitarnya dan berkata kepada ulat itu dengan ramah dan lembut. “Terima kasih! Kamu juga akan secantik aku di masa depan!” Ulat itu pun sangat senang.

Secara tidak sadar mulut Ulat Kecil itu tersenyum lebar. Ulat kecil itu merasa sangat bahagia karena ucapan kupu-kupu itu menyenangkan hatinya.

□ Penerjemah: Erlina Zheng Penyelaras: Arimami Suryo. A Sumber: Majalah Pengajaran Kata Perenungan



Ilustrasi: Arimami Suryo A.

Info Sehat



Bila Menderita Dermatitis

Dermatitis atau sering disebut eksim adalah nama umum untuk kelainan peradangan kulit sebagai respon dari pengaruh faktor eksogen maupun endogen. Gejala kelainan kulit yang timbul dapat berupa merah, bintil-bintil, retakan kulit, sisik, kulit menebal atau basah. Dermatitis biasanya diderita menahun dan kambuh-kambuhan.



Faktor eksogen: bahan kimia (detergen, asam, basa, oli, semen), fisik (sinar dan suhu), mikro-organisme (bakteri, jamur)

Faktor endogen: faktor genetik seperti dermatitis atopik.

Apa yang harus dilakukan saat kulit kita menderita dermatitis?

1. Cara mandi: Gunakan sabun yang mengandung pelembab dan hindari menggunakan sabun yang mengandung antiseptik, mandi dalam waktu singkat sekitar 5 – 10 menit, gunakan air suam-suam kuku atau air dingin
2. Jaga kelembaban kulit dengan mengoleskan krim pelembab minimal 2 kali sehari.
3. Cara mengoleskan pelembab yaitu pada saat kulit masih dalam keadaan lembab (5 menit setelah mandi) atau dapat dilakukan dengan membasahi kulit dengan air sebelum mengoleskan pelembab.
4. Bila berkeringat segera basuh atau lap keringat dengan handuk basah, agar kulit tidak teriritasi dengan keringat yang dapat menyebabkan gatal.
5. Hindari ruangan ber-AC terlalu lama dan gunakan pelembab selama di ruangan ber-AC.
6. Hindari menggaruk, mengorek, mengupas, atau menarik kulit saat dermatitis agar terhindar dari komplikasi. Karena semakin dimanipulasi, maka dermatitis akan menjadi semakin parah.
7. Hindari pakaian ketat dan berbahan wool, sebaiknya gunakan pakaian longgar, berbahan katun, dan mudah menyerap keringat.
8. Berkonsultasi dengan dokter Spesialis Kulit dan Kelamin agar mendapatkan obat yang sesuai.
9. Hindari mencari-cari pengobatan sendiri seperti internet yang sumbernya tidak dapat dipertanggungjawabkan. Cari di situs-situs terpercaya untuk informasi saja, tidak untuk pengobatan.

□ Sumber: dr. Deasy Thio Sp. KK, Dokter Spesialis Kulit dan Kelamin Rumah Sakit Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng

Sedap Sehat



Becky (Tzu Chi Surabaya)

NASI KUBIS CERIA

Bahan Kuah

- ♣ 1 ruas Jahe Cincang
- ♣ 2 buah Jamur Shitake
- ♣ 20 gram Kacang Polong
- ♣ 1 buah Baby Wortel
- ♣ 1 gelas takar Beras
- ♣ Kubis secukupnya
- ♣ Kecap secukupnya
- ♣ Penyedap Rasa secukupnya
- ♣ Penyedap Rasa Jamur secukupnya
- ♣ Lada Hitam secukupnya
- ♣ Minyak Wijen secukupnya
- ♣ Minyak Goreng secukupnya
- ♣ Garam secukupnya
- ♣ 1½ gelas takar Air Mineral

Cara Pembuatan:

1. Tumis jahe yang sudah disisir, kemudian masukkan jamur lalu tumis kembali sampai harum.
2. Masukkan sayuran kemudian tumis kembali. Setelah itu lalu masukkan beras.
3. Kemudian masukkan semua bumbu kecuali lada hitam dan minyak wijen.
4. Setelah ditumis, lalu masukkan lada hitam, minyak wijen, dan air.
5. Matikan api dan masukkan kedalam rice cooker lalu masak hingga matang.

□ Resep: Becky (Tzu Chi Surabaya)



Ragam Peristiwa



Arimami Suryo A

HUT RS CINTA KASIH TZU CHI (11 JANUARI 2021)

TIGA BELAS TAHUN MENABUR KASIH. Rumah Sakit Cinta Kasih (RSCK) Tzu Chi genap berusia 13 tahun. Perayaan HUT dilakukan secara virtual dan dihadiri 225 partisipan. Sebagai tradisi setiap tahun, RSCK memberikan bingkisan kepada bayi yang lahir di RSCK tepat tanggal 10 Januari sekaligus memberikan penghargaan kepada 16 karyawan yang sudah bekerja selama 10 tahun di rumah sakit tersebut.



Arimami Suryo A

TANGGAP GEMPA SULAWESI BARAT (15 JANUARI 2021)

PEDULI KORBAN GEMPA. Tzu Chi Indonesia bersama TNI menyalurkan barang bantuan berupa mi instan, air mineral, obat-obatan, selimut, masker medis, tenda, dan tikar untuk warga korban gempa Majene dan Mamuju di Sulawesi Barat. Gempa yang terjadi pada Jumat, 15 Januari 2021 dini hari, menyebabkan warga mengungsi ke wilayah yang aman karena sejumlah bangunan, rumah tinggal, dan fasilitas umum mengalami rusak berat.



Arimami Suryo A

BINGKISAN IMLEK SEKOLAH GARUDA DAN EMANUEL (28 JANUARI 2021)

PERHATIAN UNTUK GURU DAN MURID. Menjelang Hari Raya Imlek, Tzu Chi memberikan 360 paket Imlek di Sekolah Garuda dan SD Emanuel di Jakarta Barat. Paket berisi beras, minyak goreng, DAAI mi, masker, buku tulis, biskuit, gula, dan susu ini diberikan Tzu Chi untuk siswa, guru, dan staf sekolah yang terdampak secara ekonomi akibat Covid-19.







Metta Wulandari

PAKET SEMBAKO DESA CIRUMPAK, TANGERANG (30 JANUARI 2021)

PAKET BANTUAN KEMANUSIAAN. Relawan Tzu Chi Tangerang membagikan 90 paket bantuan untuk keluarga siswa Madrasah Darul Istiqomah di Cirumpak, Kronjo, Tangerang, dan warga lansia di sekitarnya. Tahun 2015, Tzu Chi membantu renovasi bangunan madrasah ini, dan hingga saat ini hubungan baik relawan dan warga terus terjalin.

Berdonasi Semakin Mudah

Mari berbagi kebaikan
melalui aplikasi Dompot Digital.

1. Buka aplikasi    
2. Scan QR code untuk melakukan donasi
3. Ketik jumlah donasi yang diinginkan
4. Klik bayar & konfirmasi

Terima kasih atas donasi yang telah diberikan.

*Orang yang selalu bersedekah akan senantiasa diliputi sukacita.
Orang yang selalu bersyukur akan senantiasa dilimpahi berkah.
~Master Cheng Yen~*



www.tzuchi.or.id



tzuchiindonesia



tzuchiindonesia