



因為有福，
所以能付出；
因為有力量，
所以能救人。

Karena memiliki berkah, kita bisa bersembangsih. Karena memiliki kemampuan, kita bisa menolong orang lain.

Kata Perenungan
Master Cheng Yen

Download
Buletin Tzu Chi

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

Donasi Langsung
Via Go-Pay

Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia



Relawan Tzu Chi membawa makanan hangat langsung ke wilayah banjir untuk dibagikan kepada warga yang masih bertahan di rumah-rumah mereka. Selain ke perumahan warga, bantuan juga diberikan di posko-posko pengungsian

Arimami Suryo A.

Bantuan Bagi Korban Banjir di Jabotabek dan Banten

Meringankan Duka Korban Banjir

Banjir yang melanda Jabotabek dan Banten di awal tahun 2020 menyisakan dampak yang cukup parah. Selain kerugian materi, banjir juga menimbulkan korban jiwa dan ribuan orang mengungsi. Mengurangi penderitaan warga, relawan Tzu Chi di berbagai komunitas bergerak membantu para korban banjir dan pascabanjir.

Kesibukan tampak di rumah Eddyana, seorang relawan Tzu Chi dari He Qi Tangerang sejak pukul 7.30 WIB. Mengawali awal tahun 2020, Senin 6 Januari 2020, rumah Eddyana disulap menjadi dapur umum dadakan. Saat itu relawan Tzu Chi tengah menyiapkan memasak 500 porsi makan siang dan 500 porsi makan malam untuk warga di Perumahan Ciledug Indah 1 dan Ciledug Indah 2 yang kondisinya masih memprihatinkan karena banjir pada 1 Januari 2020.

Warga masih disibukkan dengan membersihkan rumah mereka masing-masing. Sementara alat masak warga korban banjir hampir semua rusak akibat banjir. Rumah Eddyana sendiri yang berada di Perumahan Ciledug Indah 1, sudah dibersihkan sehingga bisa digunakan relawan Tzu Chi untuk memasak seribu porsi makanan siap saji. Ada 43 relawan Tzu Chi yang bergotong royong dan berbagi tugas untuk menyiapkan bahan masakan, memasak, membungkus hingga membagikannya langsung kepada warga yang terdampak.

Emawani (53) mendapatkan dua bungkus nasi hangat dari relawan. "Saya terima nasinya dengan perasaan senang. Biaya buat bersih-bersih rumah kan masih banyak, jadi dapat nasi gratis saya senang sekali. Sejak banjir saya belum bisa masak

lagi, harus beli. Kompor rusak, mesin cuci rusak, kulkas rusak, air dalam rumah saya setinggi pagar ini, tinggi sekali," katanya sambil menunjuk pagar depan rumahnya.

Tak hanya warga, makan siang ini juga dinikmati para petugas kebersihan yang bekerja keras mengangkat sampah dan perabotan rumah tangga yang di buang warga pascabanjir. Di Perumahan Ciledug Indah 1 dan Ciledug Indah 2 ini, barang-barang yang hancur dan rusak milik warga menumpuk di depan rumah mereka. Para petugas kebersihan bekerja ekstra keras untuk menangani problem baru pascabanjir ini.

Melihat relawan Tzu Chi datang membawakan nasi bungkus, mereka sangat antusias. "Terima kasih bapak dan ibu untuk makan siangnya," ujar salah seorang petugas kebersihan.

Bantuan Logistik Menyeluruh

Bencana banjir yang melanda Jabodetabek pada 1 Januari 2020 telah menyisakan dampak yang begitu parah. Bencana ini menyebabkan kerugian materi, juga menimbulkan korban jiwa, dan mengakibatkan ribuan orang mengungsi.

Di wilayah Lebak, Banten, curah hujan menyebabkan terjadinya banjir bandang dan tanah longsor di enam kecamatan yaitu Kecamatan Lebak Gedong, Cipanas, Sajira, Curug Bitung, Maja, dan Kecamatan Cimarga.

Sebanyak 17.200 jiwa atau 4.368 Kepala Keluarga (KK) harus mengungsi ke lokasi yang aman.

Di Posko Pengungsian Gedung Serba Guna Kecamatan Lebak Gedong, Tim Tanggap Darurat (TTD) dan Tzu Chi *International Medical Association* (TIMA) Indonesia memberikan bantuannya pada Sabtu, 4 Januari 2020.

Selain itu, Tzu Chi juga memberikan bantuan logistik dengan menggunakan helikopter TNI untuk warga yang berada di perbukitan. Sedangkan pada 5 Januari 2020, relawan Tzu Chi kembali memberikan bantuan untuk pengungsi di enam kecamatan di Kabupaten Lebak.

Dari pembagian bantuan yang dilakukan relawan sejak tanggal 2 hingga 19 Januari 2020 sudah terdapat lebih dari 20 lokasi terdampak bencana, Tzu Chi sudah membagikan 8.940 makanan hangat, 236 dus air mineral, 548 dus minyak goreng, 27.100 kg beras, 1.866 paket bantuan pascabanjir, baju layak pakai, roti, selimut, sarung, LED tenaga Surya, pompa air, terpal, dan pembersih antiseptik.

Bersih-Bersih Usai Banjir

Selain memberikan bantuan logistik, relawan juga membantu membersihkan rumah seorang penerima bantuan Tzu Chi setelah rumahnya di wilayah Pejagalan, Penjaringan, Jakarta Utara tergenang

banjir setinggi 1,5 meter.

Di rumah Zulliafy (72), Ayah dari Dicky Darwis (40), penerima bantuan Tzu Chi, pasca banjir menyisakan air kotor bercampur lumpur di seluruh ruangan dalam rumah. Relawan bergotong royong membersihkan seluruh ruangan pada Selasa, 7 Januari 2020. Mereka mengeluarkan perabotan untuk dijemur agar bisa digunakan kembali. Relawan berharap kehadiran mereka bisa memberikan bantuan yang berarti untuk keluarga Zulliafy. Apalagi keluarga tersebut masih harus merawat Darwis yang menderita penyakit *autoimun* yang mengakibatkan kelumpuhan sejak umur 20 tahun.

"Biasanya hanya rembes dari saluran air kamar mandi, saya tutup sudah aman. Ternyata pagi harinya (1 Januari 2020) air *nerobos* dari depan jalan, besar sekali, ya saya mau bagaimana. Beruntung sehari sebelumnya Darwis sudah saya ungsikan ke Tangerang, tempat kokonya," tutur Zulliafy.

"Saya sangat *kamsia* (terima kasih) kepada relawan Tzu Chi. Terima kasih kepada Yayasan Buddha Tzu Chi yang sudah membantu saya," lanjut Zulliafy haru.

Tim Redaksi

Artikel lengkap tentang Tzu Chi Sigap Menyalurkan Bantuan dapat dibaca di: <https://bit.ly/2RPrKv>





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: Ivana Chang, Hadi Pranoto.
PEMIMPIN REDAKSI: Arimami Suryo A.
EDITOR: Anand Yahya.
STAF REDAKSI: 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, Rangga Trisnadi, Siladhamo Mulyono, Willy Chandra
DITERBITKAN OLEH: Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia.
WEBSITE: Tim Redaksi.
Dicetak oleh: PT. Siem Lestari, 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.

Bantuan Perumahan Cinta Kasih Tzu Chi di Tadulako, Palu

Ketegaran Hati Menjalani Hidup Pascagempa

Setahun lebih tinggal di Huntara, kini Karmel dan putranya bisa bernapas lega. Kepastian memiliki rumah di Perumahan Cinta Kasih Tzu Chi Tadulako semakin nyata.

Awal tahun 2020 menjadi harapan baru untuk 553 keluarga warga Kota Palu. Mereka sudah menandatangani Surat Perjanjian Penghuni Perumahan Cinta Kasih Tzu Chi Tadulako, Palu, Sulawesi Tengah pada Sabtu dan Minggu, 11-12 Januari 2020. Karmel Dawati salah satunya. Surat perjanjian itu ditandatangani di hari pertama bersama warga Huntara Duyu lainnya. Bersama itu pula kepastian kepemilikan rumahnya jadi nyata, Blok C 8 menjadi nomor rumah yang akan segera ditematinya..

Hati Karmel penuh sukacita, meski rasa sedih kerap membayangi. Hatinya senang karena kepastian memperoleh rumah kini semakin nyata, namun rasa sedihnya kerap muncul ketika mengingat keluarganya yang tak utuh lagi. Apalagi saat sesi foto bersama, Karmel hanya bisa berfoto bersama buah hatinya saja, Muhammad Dian Zulham. "Senang, *alhamdulillah* bakal bisa punya rumah lagi, tapi sedih *kalo* ingat suami," ungkapnya haru.

Suami Karmel, Alfian (47) meninggal akibat likuefaksi di perumnas Balaroa. Parahnya jenazah sang suami baru bisa dievakuasi 4 hari kemudian. Setelah menguburkan sang suami, Karmel menumpang sementara di rumah adiknya.

Jika banyak rumah di Balaroa yang tak bisa dikenali lagi posisinya, rumah Karmel masih bisa dikenali. Sementara itu mobilnya yang sebagian badannya menancap ke tanah, sudah dijarah orang dengan memotong bagian-bagian pada mobil.

Semangat untuk Bangkit

Kehilangan suami, rumah, dan materi membuat batin Karmel terguncang. Bahkan, 6 bulan pascamusibah, Karmel masih kerap menyesali nasibnya. "Sering



Karmel Dawati beserta putranya Muhammad Dian Zulham berfoto bersama se usai menandatangani Surat Perjanjian Penghuni Perumahan Cinta Kasih Tzu Chi Tadulako, Palu, Sulawesi Tengah.

tiba-tiba nangis," ungkapnya. Satu hal yang menguatkan Karmel adalah putranya, yang masih kuliah di Universitas Tadulako, Fakultas Kehutanan. Meski untuk biaya kuliah semua korban bencana di universitas negeri di Palu ini digratiskan, namun tetap membutuhkan biaya transpor dan lainnya. "Untuk setahun pascabencana (kuliah) gratis, tapi tidak tahu tahun berikutnya," terang Karmel.

Bermotivasi tekad dan semangat, Karmel mencoba memulai usaha berdagang kecil-kecilan di Pasar Biromaru yang berjarak 10 Km dari Huntara Duyu. "Kalau dulu dagang pakaian dan obat-obatan, *kalo* sekarang obat-obatan saja," ungkapnya. Meski tak seramai dan sebesar dulu pendapatannya, setidaknya kesibukan ini pelan-pelan bisa mengubur kesedihannya.

Karmel pulang dan pergi menumpang dengan tetangga yang memiliki mobil. Dulu Karmel dan suami berdagang di berbagai pasar di wilayah Palu, Sigi, dan Donggala. Dengan menggunakan mobil, mereka berpindah-pindah pasar setiap harinya. Hasilnya pun lumayan, terbukti Karmel bisa merenovasi rumahnya, memiliki mobil, dan tempat usaha.

Tapi pascabencana kini semua lenyap. Karmel mesti memulai dari nol. "Kalau mau dagang ikut mobil teman buat angkut barang, saya nanti menyusul naik motor," ungkapnya saat ditemui di Huntara Duyu pada Minggu, 12 Januari sehari setelah menandatangani surat perjanjian Rumah Cinta Kasih Tzu Chi Tadulako.

Kini Karmel sudah lebih ikhlas dan sabar. "Harus sabar, ini ujian, mau diapakan lagi, jalani saja, *toh* banyak yang ngalamin bukan saya aja. Dan *alhamdulillah*, (sekarang) dah mulai ada terbuka jalan, bisa mulai usaha dan dapat rumah juga," ungkapnya.

Karmel bersyukur, di tengah-tengah musibah yang menyimpannya, banyak pihak-pihak yang peduli dan perhatian kepada korban bencana. Salah satunya adalah Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia "Terima kasih banyak ke Tzu Chi, sudah dibantu dan diberi rumah. Bahagia, *Alhamdulillah*, saya akan jaga dan rawat rumah ini," ungkapnya.

□ Khusnul Khotimah, Hadi Pranoto

Artikel lengkap Ketegaran Hati Menjalani Hidup Pascagempa dapat dibaca di:

<https://bit.ly/2RXRLp1>



Dari Redaksi

Bersatu Hati Menghilangkan Penderitaan

Banjir akibat curah hujan yang tinggi di awal tahun 2020 membuat beberapa wilayah di Jabotabek tergenang air. Ribuan warga terdampak banjir pun harus mengungsi ke tempat yang aman. Gelombang bantuan untuk para pengungsi pun berdatangan. Salah satunya dari Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia yang menyalurkan langsung bantuannya ke lokasi pengungsian.

Para relawan bersatu hati untuk memberikan perhatian dan bantuan untuk para warga yang terdampak banjir. Hal tersebut menjadi sebuah ladang berkah untuk relawan sekaligus membangkitkan cinta kasih dengan cara memberikan nasi hangat, paket bantuan banjir, serta

berinteraksi dan berempati dengan para pengungsi.

Pelayanan medis dari TIMA (Tzu Chi *International Medical Association*) Indonesia dilakukan dengan mengunjungi lokasi pengungsian korban tanah longsor dan banjir bandang di Kecamatan Lebak Gedong, Lebak, Banten. Hal ini dilakukan supaya warga yang memiliki keluhan kesehatan di pengungsian dapat terbantu dan terobati.

Selain itu, Tzu Chi Indonesia juga ikut berkontribusi mencegah penyebaran *novel coronavirus* (2019-nCoV) dengan memberikan bantuan perlengkapan medis ke Wuhan, Tiongkok.

Doa bersama juga dilakukan

oleh staf dan relawan Tzu Chi Indonesia untuk seluruh masyarakat yang terdampak virus corona dan membaiknya kondisi di Wuhan serta negara terdampak lainnya.

Bencana yang terjadi menjadi salah satu sumber penderitaan, bersatunya insan Tzu Chi untuk memberikan bantuan adalah sebuah cara menghilangkan penderitaan. Para relawan Tzu Chi diseluruh dunia selalu berupaya menolong korban bencana dengan harapan para korban bisa pulih dan bangkit untuk melanjutkan kehidupannya.

Arimami Suryo A.
Pemimpin Redaksi

Bervegetaris demi Ketenteraman Dunia

*Aktivitas manusia menimbulkan karma buruk kolektif
Saat terjadi bencana, kita hendaknya memetik hikmah darinya
Menjadikan diri sendiri sebagai teladan dan mengendalikan nafsu keinginan
Bervegetaris dan bersama-sama bertindak secara nyata*



Artikel dan video dapat dilihat di:
<https://bit.ly/38EoQNA>

Segala sesuatu di alam semesta ini tidak terlepas dari empat fase perubahan. Semua materi yang berwujud tak luput dari pembentukan, keberlangsungan, kerusakan, dan kehancuran. Semua makhluk hidup tak lepas dari hidup, tua, sakit, dan mati. Pada akhirnya, segala sesuatu akan kembali kosong.

Karena itulah, Buddha mengajarkan kekosongan sejati dan eksistensi ajaib. Kebenaran yang terkandung di dalamnya sangatlah dalam. Namun, ada orang yang merasa bahwa ajaran Buddha hanyalah takhayul. Ajaran Buddha bukanlah takhayul. Buddha telah sepenuhnya menyadari kebenaran yang terkandung di alam semesta.

Buddha memahami segala sesuatu mengalami empat fase perubahan. Materi mengalami fase terbentuk, berlangsung, rusak, dan hancur. Tubuh kita mengalami fase lahir, tua, sakit, dan mati. Pikiran mengalami fase timbul, berlangsung, berubah, dan lenyap. Empat fase perubahan ini bisa dilihat di dunia ini.

Semua aktivitas manusia disebut Dharma yang berkondisi. Aktivitas-aktivitas manusia selalu menimbulkan kerusakan bagi bumi. Demi mengembangkan teknologi, manusia menciptakan sesuatu yang tadinya tidak ada dan menimbulkan kerusakan karenanya. Proses ini menimbulkan bencana alam akibat ulah manusia. Buddha berkata ini karma buruk kolektif semua makhluk. Semua makhluk yang melakukan, semua makhluk juga yang akan menanggung akibatnya.

Kini perubahan iklim ekstrem. Unsur tanah, air, api, dan angin juga tidak selaras. Ini membawa dampak bagi segala sesuatu di dunia ini. Semua materi, baik besar maupun kecil, dikumpulkan untuk mendukung aktivitas manusia. Akibat perbuatan manusia, terjadilah pencemaran dan bencana besar. Sungguh, saat terjadi bencana yang menggemparkan dunia, kita hendaknya memetik hikmah darinya.

Kini saya ingin berkata bahwa bencana yang menggemparkan dunia telah terjadi, tetapi orang-orang belum memetik hikmah darinya. Orang-orang masih hidup di tengah ketidaktahuan. Hal yang mengkhawatirkan sungguh banyak. Masa depan penuh dengan ketidakkekalan dan tidak kita ketahui. Inilah yang Buddha katakan. Saya sangat percaya dan khawatir akan hal ini.

Orang-orang harus memetik hikmah darinya. Saya telah memetik hikmah darinya, tetapi bagaimana saya mengimbau orang lain? Saya merasakan berbagai kesulitan karena kita harus memulai dari menyucikan hati manusia dan membimbing mereka. Tzu Chi telah berdiri setengah abad lebih, tepatnya 54 tahun. Saya merasa bahwa saya telah mengerahkan seluruh kekuatan saya untuk membentangkan jalan hingga kini. Namun, berapa banyak orang yang tersadarkan?

Populasi dunia lebih dari 7,7 miliar jiwa dan terus meningkat setiap hari. Sungguh, kita harus sadar dan mengendalikan nafsu makan kita. Bayangkanlah, populasi dunia yang berjumlah lebih dari 7,7 miliar jiwa

mengonsumsi lebih dari 200 juta ekor hewan setiap hari. Setiap hari, lebih dari 200 juta ekor hewan kehilangan nyawa demi memenuhi nafsu makan lebih dari 7,7 miliar orang. Berapa banyak hewan yang dibutuhkan untuk memenuhi nafsu makan manusia?

Jika sudah sepaham dan sepakat, kita hendaknya bertindak secara nyata. Sungguh, saya sangat bersyukur badan misi kita menyediakan makanan vegetaris. Di sekolah kita, kita menyediakan makanan vegetaris. Di rumah sakit kita, kita juga menyediakan makanan vegetaris. Singkat kata, saya sangat bersyukur di badan misi Tzu Chi, kita bisa menyediakan makanan vegetaris. Alangkah baiknya jika semua orang bisa memiliki kesadaran untuk bervegetaris.

Bencana yang menggemparkan dunia telah terjadi, sudahkah kita memetik hikmah darinya? Kita hendaknya mengendalikan nafsu makan. Itu hanya butuh waktu sejenak. Kita tetap bisa makan kenyang dan kesehatan kita terjaga. Bukankah ini sesuai dengan tujuan kita? Rasa makanan hanya bertahan beberapa detik di dalam mulut kita. Makanan vegetaris juga bermanfaat untuk stamina dan terasa sangat lezat.

Setelah mengenal Dharma, saya terus bervegetaris hingga kini. Bukankah saya masih hidup? Berhubung kini saya sudah lanjut usia, tentu fungsi tubuh saya akan menurun. Namun, saya sungguh merasa bahwa bervegetaris bermanfaat untuk kesehatan jiwa dan raga saya.

Bodhisatwa sekalian, harapan saya selalu sama. Saya berharap dunia aman dan tenteram serta empat unsur alam selaras. Saya berdoa semoga pikiran semua orang selaras dan masyarakat tenteram. Saya juga berdoa semoga semua orang dapat menyucikan hati dan bekerja sama dengan harmonis. Inilah kondisi kehidupan yang terbaik.

Di dalam badan misi Tzu Chi, semua orang hendaknya menjadikan diri sendiri sebagai teladan. Kita hendaknya menjadi teladan di tengah masyarakat. Inilah harapan terbesar saya. Waktu terus berlalu. Mari kita genggam waktu dan jalinan jodoh untuk bersumbangsih bagi masyarakat. Saya mendoakan kalian dengan tulus.

Mari kita mengantar tahun yang lama dan menyambut tahun yang baru dengan tulus. Semoga tahun ini menjadi tahun yang penuh kebaikan, berkah, dan kebijaksanaan. Mari kita mengembangkan kekuatan cinta kasih untuk mewujudkan masyarakat yang damai dan harmonis bagi dunia.

□ Ceramah Master Cheng Yen tanggal 11 Januari 2020
Sumber: Lentera Kehidupan - DAAI TV Indonesia
Penerjemah: Hendry, Karlana, Marlina, Stella
Ditayangkan tanggal 13 Januari 2020

誠正信實為大地 慈悲喜捨為和風

Ketulusan, kebenaran, keyakinan, dan kesungguhan laksana tanah yang subur. Cinta kasih, welas asih, sukacita, dan keseimbangan batin laksana angin yang sejuk.

Master Cheng Yen Menjawab

Bagaimana cara menghadapi semua kesulitan?

Ada orang bertanya kepada Master Cheng Yen:

Selama puluhan tahun mendirikan Tzu Chi, pasti kesulitan yang ditemui sangat banyak, lalu bagaimana cara Master menghadapi semua kesulitan itu?

Master Cheng Yen menjawab:

Hanya sepatah kalimat "Berbuat dengan ikhlas dan menerima apa pun hasilnya dengan suka cita." Karena merupakan jalan yang dipilih sendiri, maka harus dilakukan dengan penuh keikhlasan, tak peduli menemui kesulitan apa pun, semuanya harus diterima dengan sukacita.

□ Dikutip dari buku "Membabarkan Dharma Tanpa Batas dengan Makna Tanpa Batas" karangan Master Cheng Yen

Genta Hati

【新春三願】

Tiga Ikrar di Tahun Baru Imlek

一九八三年元月二日，證嚴上人在慈濟醫院開工動土前，向慈濟人恭賀新禧時發了三個願望：「一、不求身體健康，只求智慧敏睿；二、不求事事如意，但求信心、毅力和勇氣；三、不求減輕負擔，但求增加力量。」

Tanggal 2 Januari 1983, sebelum upacara peletakan batu pertama pembangunan gedung Rumah Sakit Tzu Chi, saat Master Cheng Yen mengucapkan Selamat Tahun Baru kepada insan Tzu Chi, Master telah mengucapkan tiga ikrar: Pertama, tidak memohon diberi tubuh yang sehat, hanya memohon bertambah kebijaksanaan. Kedua, tidak memohon segala sesuatu berjalan sesuai dengan keinginan, melainkan memohon diberi keyakinan, keuletan dan ketabahan. Ketiga, tidak memohon untuk diringankan tanggung jawab, tetapi memohon diberikan kekuatan."

TZU CHI BIAK: Pemberkahan Akhir Tahun 2019

Ungkapan Syukur Atas Berkah yang Diterima

Mengawali kegiatan di awal tahun 2020, relawan Tzu Chi Biak Papua mengadakan Pemberkahan Akhir Tahun 2109. Kegiatan yang berlangsung di Aula Wihara Buddha Dharma Biak Papua ini berlangsung pada Sabtu 11 Januari 2020. Acara ini bukan semata mengawali kegiatan relawan Tzu Chi di tahun 2020, melainkan perwujudan dan ungkapan rasa syukur atas berkah yang diterima selama satu tahun ini.

Relawan Tzu Chi Biak, Sarah dan Trisno yang membawakan acara ini mengucapkan terima kasih kepada relawan dan donatur yang telah bersama relawan Tzu Chi mendukung dan bersama-sama menggarap ladang berkah. Mereka juga mengajak para peserta yang hadir untuk menyaksikan tayangan kilas balik kegiatan relawan Tzu Chi di tahun 2019.

Ada 62 relawan dan 150 tamu undangan turut melantunkan doa cinta damai bersama-sama. Sanggar seni Manyouri Biak mementaskan drama pelestarian lingkungan serta menampilkan bahasa isyarat tangan. Para relawan wanita tak ketinggalan

menampilkan isyarat tangan yang bertemakan *Senyum Terindah*.

Sarah dan Trisno, pemandu acara mengucapkan terima kasih kepada relawan dan donatur yang sudah bersama Tzu Chi menggarap ladang berkah. Ketua Tzu Chi Biak, Susanto Pirono dalam sambutannya mengatakan, di dunia ini yang dibutuhkan adalah cinta kasih, welas asih, dan keseimbangan batin.

"Kita bersumbangsih dengan cinta kasih terus membangun kebahagiaan bagi semua makhluk itulah cinta kasih. Bervegetaris sebagai wujud cinta kasih kita terhadap hewan, dan alam, janganlah kita menimbulkan pencemaran," ujarnya.

Acara Pemberkahan Akhir Tahun 2019 diakhiri dengan pembagian Angpau berkah dari Master Cheng Yen kepada seluruh tamu undangan yang hadir.

"Terima kasih atas sumbangsih Tzu Chi dalam membangun dan membantu tanpa pamrih masyarakat di Biak Numfor," kata Kusnanto yang hadir mewakili Kepala Kantor Kementerian Agama Kabupaten Biak Numfor.

□ Marcopolo AT (Tzu Chi Biak)



Pemberkahan Akhir Tahun 2019 Tzu Chi Biak diadakan di Aula Wihara Buddha Dharma Biak, dihadiri 62 relawan Tzu Chi dan 150 tamu undangan.



Relawan Tzu Chi Makassar memberikan bantuan 636 bingkisan Imlek kepada masyarakat yang kurang mampu.

TZU CHI MAKASSAR: Bingkisan Imlek

636 Bingkisan Imlek untuk Warga Prasejahtera di Makassar

Merayakan tahun baru Imlek merupakan tradisi masyarakat etnis tionghoa. Pada momen Imlek ini setiap keluarga berkumpul dan berbagi kebahagiaan bersama keluarga. Bagi relawan Tzu Chi, tahun baru Imlek merupakan momen berbagi kasih kepada masyarakat yang kurang mampu untuk bersama-sama merasakan kebahagiaan dalam merayakan Tahun Baru Imlek 2571.

Minggu pagi, 12 Januari 2020 relawan Tzu Chi Makassar memberikan bingkisan Imlek di Kantor Tzu Chi Makassar. Sehari sebelumnya, relawan sudah membagikan kupon dengan turun langsung melihat kondisi warga yang betul-betul sangat membutuhkan. Kupon bingkisan ini ditujukan bagi anak yatim piatu, janda, lansia, dan masyarakat prasejahtera di kota Makassar.

Meski suasana turun hujan lebat, warga yang sudah menerima kupon sejak pagi hari sudah mendatangi Kantor Tzu Chi Makassar dengan tertib. Ada 49 relawan Tzu Chi yang

menyambut mereka dengan ramah. Tenda untuk penerima sembako sudah disiapkan untuk warga yang sudah mendapatkan kupon, demikian pula dengan barang-barang bantuan yang sudah tertata rapi.

Pembagian dilakukan dalam dua sesi. Sesi pertama sejak pukul 08.00 sampai 11.00 WITA. Sementara sesi dua, mulai pukul 13.00 sampai 16.00 WITA. Adapun jumlah penerima bingkisan 636 orang.

Para penerima bingkisan tampak sangat bahagia mendapatkan uluran tangan dari Tzu Chi Makassar. Mereka bukan hanya menerima bingkisan saja, tapi mereka diajak untuk turut bersumbangsih dengan hati yang tulus.

Dalam kegiatan ini relawan juga mendapat bantuan pengamanan dari Koramil Wajo, Kodim 1408/BS. Sebanyak lima personel TNI ikut membantu mengatur para penerima bantuan sehingga prosesnya tetap tertib dan lancar.

□ Sutriani (Tzu Chi Makassar)

TZU CHI LAMPUNG: Bingkisan Imlek

Bingkisan Kecil untuk Cinta Kasih yang Besar

Menyambut tahun baru Imlek, relawan Tzu Chi Lampung memberikan 204 paket sembako cinta kasih untuk warga yang membutuhkan. Pemberian paket sembako ini berlangsung pada Minggu, 12 Januari 2020 di Gedong Tataan, Gedong Air, dan Panjang. Sebagian lagi dibagikan di Kantor Tzu Chi Lampung pada 13 Januari 2020.

Rumah Darmawan, salah satu warga desa Penengahan, Kecamatan Gedong Tataan, Pesawaran digunakan sebagai tempat pembagian sembako oleh tim relawan Tzu Chi. Darmawan menyampaikan betapa bersyukur atas bantuan yang diberikan Yayasan Buddha Tzu Chi untuk warga desa Penengahan.

"Saya mengucapkan syukur kepada Tuhan karena hari ini kami mendapatkan perhatian lebih dengan mendapatkan bantuan sembako untuk merayakan Tahun baru Imlek," ungkapnya.

"Di manapun kita dilahirkan, kita semua adalah saudara tanpa

harus ada hubungan darah," kata Junaedy, relawan Tzu Chi. "Beras ini juga akan habis pada saatnya, namun cinta kasih dan rasa syukur yang terkandung di dalamnya akan berlangsung sepanjang masa," sambungnya.

Antony, salah satu umat Wihara Sariputra, Gedong Air juga mengungkapkan rasa harunya melihat tim relawan Tzu Chi bersama umat Wihara memperagakan bahasa isyarat tangan yang bertemakan "Satu Keluarga".

"Saya teringat keluarga saya. Rindu berkumpul bersama saudara-saudara. Beruntung ada relawan Tzu Chi, meski baru bertemu tetapi juga sudah seperti saudara dan keluarga kita sendiri," kata Antoni haru.

□ Junaedy Sulaiman & Ivon (Tzu Chi Lampung)



Tzu Chi Lampung membagikan 204 paket Imlek bagi warga yang membutuhkan di Kecamatan Gedong Tataan, Gedong Air, dan Panjang, Lampung.

TZU CHI PALEMBANG: Pemberkahan Akhir Tahun

Membangun Keluarga Tzu Chi Yang Saling Mendukung

Ketulusan, Kebenaran, Keyakinan, dan Kesungguhan Laksana Tanah yang Subur. Cinta Kasih, Welas Asih, Sukacita, dan Keseimbangan Batin Laksana Angin yang Sejuk,

Tulisan ini menjadi tema Pemberkahan Akhir Tahun Kantor Penghubung Tzu Chi Palembang di tahun 2019. Acara pemberkahan ini merupakan ungkapan rasa syukur dan tanda terima kasih Master Chen Yen kepada seluruh relawan dan donatur Tzu Chi yang selama ini membantu mewujudkan semua misi Tzu Chi tanpa pamrih.

Di Palembang, Pemberkahan Akhir Tahun Tzu Chi 2019 diadakan pada 10 Januari 2020 di Hotel Royal Asia Palembang. Acara diawali dengan penampilan bahasa isyarat tangan yang bertemakan *Qian Shou Lai Qian Shou* (Bersama-sama Bergandeng Tangan Melakukan Kebaikan Agar tercipta Dunia Harmonis).

Herman The dan Indra Muliawan mengajak para donatur untuk ikut bersama relawan Tzu Chi membantu orang yang membutuhkan. Master Cheng Yen mengatakan, "Kenapa banyak

orang kurang mampu? Karena di dunia ini banyak sekali orang sakit yang membutuhkan uluran tangan," ungkap Herman mengutip ceramah Master Cheng Yen.

"Apalagi nanti di bulan Maret relawan Tzu Chi Palembang akan mengadakan baksos kesehatan pengobatan penyakit katarak untuk warga kurang mampu dan berharap semua peserta yang hadir di sini dapat hadir dan bersumbangsih untuk menggarap ladang berkah dalam berbuat kebajikan," ujar Herman The.

Pemberkahan Akhir Tahun Tzu Chi 2019 ini diisi dengan berbagai *sharing* dari penerima bantuan. Mereka antara lain: Robiansyah (bantuan pengobatan), Irene (bantuan beasiswa pendidikan), dan Itut (bantuan bedah rumah). Mereka sangat berterima kasih atas bantuan yang diberikan para donatur melalui Tzu Chi.

Selain penerima bantuan, relawan juga berbagi kisah tentang jalinan jodohnya bergabung menjadi relawan. Ia adalah Suharjo yang saat ini bertanggung jawab sebagai koordinator pelestarian lingkungan di Palembang.

□ Meity Susanti (Tzu Chi Palembang)



Pemberkahan Akhir Tahun Tzu Chi 2019 di Palembang diisi *sharing* dari penerima bantuan. Mereka sangat berterima kasih atas bantuan yang diberikan para donatur melalui Tzu Chi.

Dok. Tu Chi Palembang



Dok. Tzu Chi Sinar Mas

Relawan Tzu Chi Sinar Mas Jakarta memberikan perhatian dan bantuan kepada 11 karyawan Sinar Mas yang terdampak banjir di wilayah Jabodetabek.

TZU CHI Sinar Mas: Bantuan Bagi Korban Banjir Rasa Satu Keluarga

Banjir yang melanda Jakarta dan sekitarnya di awal tahun 2020 menyisakan kesedihan bagi warga yang terdampak. Sebanyak 16 orang relawan Tzu Chi Sinar Mas di wilayah komunitas *Head Office* Jakarta memberi bantuan dan perhatian kepada 11 orang karyawan Sinar Mas yang terdampak bencana banjir ini.

Para karyawan yang menerima bantuan pada 4 Januari 2019 itu merupakan karyawan Bank Sinarmas dan Sinar Mas Land yang tersebar di wilayah Kampung Melayu, Cileduk, Serpong, Depok, Mangga Dua, dan wilayah lainnya. Mereka semua mengalami terdampak banjir yang terjadi pada 1 Januari 2020 lalu.

Banjir yang menggenangi rumah para karyawan Sinarmas ini sudah surut, namun kondisi rumah dan perabotan rumah tangga mereka di dalamnya masih harus dibersihkan. Aktifitas para karyawan Sinarmas pasca banjir adalah membersihkan seisi rumah dan perabotan rumah tangga yang terendam.

Dengan peristiwa banjir ini relawan Tzu Chi perwakilan Sinar Mas ingin berbagi untuk meringankan

beban penderitaan mereka, relawan Tzu Chi Sinar Mas memberikan handuk, ember, sikat dan bantuan lainnya. Kunjungan ini menjadi momen bagi relawan Tzu Chi Sinar Mas untuk menjalin silaturahmi dengan para karyawan Sinar Mas, memberikan semangat kepada para karyawan yang terkena musibah.

"Kemarin itu banjirnya tinggi sekali, lantai satu sudah tinggi airnya. Sekarang kami bersih-bersih. Terima kasih kami sudah dikunjungi dan diberikan bantuan ini," ujar Bunga, karyawan Sinar Mas yang tinggal di Kampung Melayu Kecil, Jakarta Timur.

Selanjutnya Tzu Chi Sinar Mas terus mendata para korban lainnya yang membutuhkan bantuan. Para relawan secara bertahap bergerak menyalurkan bantuan. Diperkirakan terdapat lebih dari 200 orang karyawan Sinarmas yang terdampak. Kiranya dampak bencana banjir ini dapat segera teratasi dan perhatian serta bantuan yang diberikan relawan Tzu Chi bisa mengurangi beban kesulitan mereka.

□ Moses Silitonga (Tzu Chi Sinar Mas)

TZU CHI TANJUNG BALAI KARIMUN: Earth Ethical Eating Day (111)

Membudayakan Pola Makan Vegetaris Untuk Selamatkan Bumi

Pemanasan global (perubahan cuaca ekstrim) yang sering terjadi harus disadari oleh setiap manusia. Melestarikan lingkungan dengan bervegetaris adalah langkah kecil untuk mencegah perubahan cuaca ekstrim.

Salah satu caranya adalah dengan mengubah pola makan menjadi vegetaris. Relawan Tzu Chi mengajak masyarakat untuk menjalankan pola makan vegetaris, yang bertemakan "Earth Ethical Eating Day (111)" pada 11 Januari 2020.

Pukul 04.00 WIB, pagi dapur Kantor Tzu Chi Karimun mulai mengepul. Relawan memasak sarapan pagi untuk warga Karimun. Satu persatu warga Karimun berdatangan ke kantor Tzu Chi untuk menikmati dan mengambil menu sarapan pagi yaitu *sandwich*.

Menjelang siang, ruang dapur Kantor Tzu Chi Karimun menggeliat kembali. Relawan lebih bersemangat lagi dalam memasak berbagai menu

makanan yang bergizi. Warga sangat antusias. Mereka menikmati masakan relawan dari berbagai hidangan masakan.

Martono (35) yang pertama kali mengikuti *Earth Ethical Eating Day* (111) terinspirasi untuk mencoba mengubah pandangannya tentang makanan vegetaris.

"Saya bisa merasakan makanan vegetaris yang enak. Tidak seperti pandangan pada umumnya yang merasa vegetaris adalah makanan yang cita rasanya tawar saja, padahal makanan vegetaris juga enak," ujarnya.

Menjelang sore relawan kembali memasak menu makan malam untuk para partisipan.

Antusias warga Karimun membuat relawan lupa dengan kelelahan yang terkuras dari pagi hingga malam. Tzu Chi Tanjung Balai Karimun berharap kegiatan ini bisa mengajak masyarakat Karimun untuk bervegetaris.

□ Calvin, Siti Aminah (Tzu Chi Tanjung Balai Karimun)



Calvin (Tzu Chi Tanjung Balai Karimun)

Tzu Chi Tanjung Balai Karimun mengadakan kegiatan *Earth Ethical Eating Day* (111) untuk mengajak masyarakat membudayakan pola hidup bervegetaris guna menyelamatkan bumi.

Lauw Diana Yanti (Relawan Tzu Chi Jakarta)

Bersesemangat Kembali Setelah *Ikut Xun Fa Xiang*



Arimami Suryo A.

Jalanan jodoh saya dengan Tzu Chi bermula ketika saya mendaftarkan anak saya ke SD Tzu Chi Indonesia (Tzu Chi School) yang ketika itu baru dibuka. Saat itu saya benar-benar tidak tahu Tzu Chi itu apa, kemudian pada tahun 2013 dibentuklah DAAI Mama yang berjumlah 30 orang dan saya ikut di dalamnya. Saat itu ya belum tahu apa-apa, *taunya* ya kita membantu kegiatan-kegiatan di sekolah. Tidak tahu relawan itu apa, dan tidak tahu Master Cheng Yen itu siapa.

Karena ketidaktahuan itu saya sekadar ikut berkegiatan saja sebagai salah satu anggota DAAI Mama. Sampai pada akhirnya di tahun 2014, saya mulai jenuh berkegiatan DAAI Mama. Dari situ

saya hanya mengantar anak saja setiap pagi tanpa ikut berkegiatan DAAI Mama. Hingga pada suatu hari saya bertemu dengan Tina *Shijie*, anggota DAAI Mama lainnya saat mengantar dan menunggu anak saya. "Sudah dari pada duduk-duduk saja mendingan ikut *Xun Fa Xiang* (menghirup keharuman Dharma di pagi hari) yuk?" ajak Tina saat itu.

Saya duduk ikut mendengarkan *Xun Fa Xiang* mendengarkan *sharing* dari para relawan Tzu Chi yang hadir tentang apa yang diucapkan oleh Master Cheng Yen. Mulai sejak itulah saya mulai mengenal Master Cheng Yen dan dunia kerelawanan Tzu Chi. Setiap ikut *Xun Fa Xiang*, apa yang dibicarakan Master Cheng Yen itu hampir sama dengan

Menjadi relawan Tzu Chi itu jangan dijadikan beban, jalani saja semuanya dengan senang hati, yang penting happy.

masalah-masalah yang saya alami. Dari *Xun Fa Xiang* inilah saya mendapat pencerahan untuk masalah-masalah dalam kehidupan saya.

Kemudian pada tahun 2015 saya sudah mulai menggunakan seragam Abu Putih, mengikuti serangkaian pelatihan-pelatihan relawan Tzu Chi, dan ikut kunjungan kasih ke rumah para *gan en hu* (penerima bantuan Tzu Chi). Selain itu saya juga aktif dan berkegiatan pelestarian lingkungan di depo pelestarian lingkungan PIK bersama para DAAI Mama.

Saya sangat bersyukur dapat di terima dengan baik menjadi murid Master Cheng Yen menjadi Relawan Komite Tzu Chi pada tahun 2018. Ketika pelantikan Komite Tzu Chi saya dapat melihat langsung Master Cheng Yen. Beliau berjalan di dekat saya dan saya sangat terharu hingga menangis karena saat itu saya berpikir Master Cheng Yen yang sudah berusia lanjut masih mau memikirkan manusia di seluruh dunia. Ketika itu hati saya begitu senang bercampur haru.

Bagi saya, sosok Master Cheng Yen itu seperti orang tua saya sendiri. Sepertinya beliau itu tahu saya punya perasaan seperti apa, pokoknya tahu segala hal. Dan salah satu kata

perenungan beliau yang begitu berkesan buat saya adalah "Jangan meremehkan diri sendiri, setiap orang punya potensi yang tidak terhingga." Kata-kata tersebut yang selalu saya ingat karena semua orang pasti bisa melakukan banyak hal kalau mau dan ada niat.

Sebelum mengenal Tzu Chi saya itu orang yang galak, namun setelah bergabung menjadi relawan Tzu Chi perlahan sifat-sifat buruk saya berkurang. Hal tersebut juga tidak terlepas dari peran keluarga yang selalu mendukung saya berkegiatan Tzu Chi. Selalu saja ada jalan untuk berkegiatan Tzu Chi. Intinya saya harus bisa membagi waktu antara keluarga dan Tzu Chi.

Di komunitas relawan, banyak dinamika yang saya hadapi. Setiap kegiatan pasti ada perselisihan, tetapi selalu introspeksi diri di akhir kegiatan. Kalau berkegiatan Tzu Chi saya tidak berpikiran harus berapa jam dan berapa lama, tetapi kalau berkegiatan saya jalani saja dengan baik. Selain di komunitas, hampir setiap hari saya juga ikut membantu di kantin Tzu Chi Center sekaligus menunggu anak saya selesai bersekolah.

Menjadi relawan Tzu Chi itu jangan dijadikan beban, jalani saja semuanya dengan senang hati, yang penting *happy*. Jadi mumpung masih ada kesempatan, mumpung masih sehat, setiap hari ya harus menggenggam jodoh baik.

Seperti dituturkan kepada: Arimami Suryo A.

Kilas



Suyanti Samad (He Qi Timur)

Bantuan Bagi Korban Banjir

Uluran Tangan untuk Saudara

Relawan *He Qi* Timur menyisir wilayah Bekasi untuk memberikan bantuan pascabanjir di wilayah Bekasi. Bekerja sama dengan OMK (Orang Muda Katolik) untuk mendistribusikan bantuan ke berbagai wilayah terdampak banjir di wilayah Bekasi.

Enam relawan Tzu Chi *He Qi* Timur berangkat ke Bekasi pada 3 Januari 2020, untuk mendata warga yang terdampak banjir. Hari itu, *He Qi* Timur menyalurkan bantuan berupa 20 karung beras (@ 20 kg) 200 lembar selimut, 20 dus air mineral, 25 kotak obat, dan 100 ember yang diserahkan kepada Gereja Katolik Santo Arnoldus Janssen, Bekasi. Gereja ini mengalokasikan barang-barang bantuan dari sumbangan masyarakat untuk warga korban banjir yang mengungsi maupun memilih bertahan di rumahnya.

Bukan hanya ke beberapa posko, relawan Tzu Chi juga menyalurkan bantuan langsung ke warga. Sebanyak 7 relawan *He Qi* Timur menyalurkan barang bantuan ke warga Desa Wanasari, Tambun Cibitung, Minggu, 5 Januari 2020.

□ Suyanti Samad (He Qi Timur)

Pembagian Bingkisan Imlek Bingkisan Imlek untuk Warga Kampung Simpak, Bogor

Relawan Tzu Chi dari *He Qi* Tangerang membagikan bingkisan Imlek di Kampung Simpak, Parung Panjang, Bogor, Minggu 19 Januari 2020. Ada 305 bingkisan Imlek yang dibagikan di sini. Masing-masing terdiri dari beras 5 kilogram, 1 liter minyak goreng, dan 10 bungkus DAAI Mi. Wey Alam, koordinator pembagian paket ini berharap, bingkisan bermanfaat bagi warga yang merayakan Tahun Baru Imlek.

"Jelang Imlek ini kami berbagi dengan warga di sini juga mempererat jalinan jodoh supaya lebih berkembang lagi. Kita harapkan nantinya warga Simpak juga bisa ikut berpartisipasi dan ikut berkegiatan bersama relawan Tzu Chi Tangerang" ujar Wey Alam.

Warga Kampung Simpak sendiri sudah sangat *familiar* dengan Tzu Chi mengingat telah menjadi warga binaan *He Qi* Tangerang sekitar enam tahun ini. "Senang, saya ucapkan banyak-banyak terima kasih. Ini sangat membantu, bisa untuk makan seminggu," kata Lie Kim Sui (64).

□ Khusnul Khotimah



Khusnul Khotimah



Dok. Sekolah Tzu Chi Indonesia

Pelatihan Budaya Humanis Menedepankan Cinta Kasih dalam Pendidikan

Dalam menyambut tahun dan semester yang baru, sebanyak 320 guru dan staf Sekolah Tzu Chi Indonesia berkumpul bersama dalam pelatihan budaya humanis yang mengusung tema *Compassion in Action* di Auditorium Internasional Hall, Aula Jing Si pada 6 Januari 2020. Kegiatan ini bertujuan untuk membagikan kembali pendekatan humanis yang dapat diterapkan dalam kegiatan belajar mengajar.

Selain penyampaian materi budaya humanis, ada pula pertunjukan drama untuk menekankan kembali empat misi Tzu Chi yakni Misi Amal, Misi Kesehatan, Misi Pendidikan, dan Misi Budaya Humanis. Empat misi ini ditampilkan lewat pertunjukan drama tentang ibu dan anak-anak di negara yang berperang.

Rollies, sebagai seorang guru TK Sekolah Tzu Chi Indonesia mengaku memang tidak ada yang lebih penting dalam mendidik selain cinta kasih. "Dengan cinta kasih yang kita pancarkan akan membuat anak-anak lebih mudah berinteraksi dengan guru dan teman sehingga lebih mudah menerima materi dalam kelas." Menurut Rollies, hal ini tidak lepas dari cinta kasih dan penerimaan yang baik dari pendidik.

□ Chrestella Budyanto (Sekolah Tzu Chi Indonesia)

Gathering Anak Asuh Tahun Baru Resolusi Baru

Anak-anak asuh Teratai Tzu Chi berkumpul di ITC Mangga Dua pada Januari 2020. Mereka belajar Bersama bagaimana merencanakan suatu keinginan dan harapan dengan baik. Ria Sulaiman dan Yanny Sukadarya, dua dari 15 relawan Tzu Chi yang hadir, mengajak anak-anak untuk berlatih membuat keputusan atau tekad tentang hal-hal apa yang ingin dicapai di tahun depan.

Natalia Wulandari, salah satu anak asuh Teratai kelas 1 SMK membuat pernyataan, dia berjanji untuk memperbaiki nilai-nilai mata pelajarannya, selain itu akan patuh terhadap orang tua dan terus memperbaiki diri agar kedepan bisa menjadi lebih baik lagi.

Perjuangan dari para mentor untuk mengubah *mindset* anak-anak tidak sia sia, mereka mendapat banyak manfaat dari pertemuan ini. "Perhatian dan pendidikan budi pekerti memang seharusnya dimulai dari hal kecil yang sederhana. Ini mungkin tidak didapatkan lagi dari sekolah, tetapi di Teratai para relawan melakukan dengan bersungguh hati". kata Ida Sabrina, relawan Tzu Chi asal Surabaya yang hadir dalam kegiatan ini.

□ Johanes Tandoro (He Qi Pusat)



Johanes Tandoro (He Qi Pusat)

Cermin

Kerbau Besar dan Bangau Putih Kecil



Ilustrasi: Rangga Trisnadi

Ahui adalah seekor kerbau besar berwarna abu-abu, sedangkan Xiaomo adalah seekor bangau putih yang mungil. Mereka berdua sering berjalan-jalan santai bersama di tepi kali untuk mencari sesuatu yang bisa mereka makan.

Setiap kali Ahui menundukkan kepalanya sambil memakan rumput hijau, jika Ahui melihat ada beberapa serangga kecil, ia akan bergegas memanggil Xiaomo datang, karena serangga adalah makanan kesukaan Xiaomo.

Begitu juga dengan Xiaomo. Ketika Xiaomo terbang kesana-kemari di tepi sungai, jika ia melihat di mana ada rumput yang segar dan hijau, ia juga akan terbang ke Ahui untuk memberitahukannya.

Pada satu ketika, karena kurang hati-hati ketika memakan rumput, mata Ahui terluka karena rumput miskantus yang membuat dirinya sangat tidak leluasa untuk berjalan.

Xiaomo lalu bertengger di atas punggung Ahui untuk membantu 'mengatur lalu lintas' kerbau itu dan memberi aba-aba. "Di sebelah kiri ada ladang semangka, jangan ke sana! Di sebelah kanan ada sebatang pohon besar, hati-hati! Terus berjalan ke depan, ada sebidang lahan berumput." Dengan seperti inilah Xiaomo selalu menemani Ahui setiap hari.

Pada suatu pagi, Ahui seperti biasanya berdiri di depan pintu menunggu Xiaomo membawanya keluar rumah. Namun setelah menunggu sangat lama, tetap saja ia tidak melihat Xiaomo datang. Di dalam hati ia berpikir, "Aneh? Matahari sudah setinggi ini, kenapa Xiaomo belum juga datang?"

Satu hari telah berlalu, Ahui tetap menunggu Xiaomo yang tak kunjung datang. Ahui kembali berpikir, "Jangan-jangan telah terjadi sesuatu dengan Xiaomo?"

Pada hari kedua, seekor merpati putih terbang ke arahnya, Ahui menganggap itu adalah Xiaomo, hampir saja ia salah mengenalinya. Si merpati berkata pada Ahui, "Temanmu Xiaomo telah terlilit oleh jala perangkap burung pemburu di hutan, bergegaslah pergi menolong dia."

Ahui mengikuti si merpati, berlari! Terus berlari! Berlari ke dalam hutan untuk menyelamatkan temannya Xiaomo.

Ketika mereka sampai ke tempat perangkap burung berada, Xiaomo dan burung-burung kecil lainnya sudah tidak terlihat. Merpati berkata, "Mungkin sudah ditangkap oleh pemburu." Ahui menangis karena hatinya sangat cemas, ia terus menerus memanggil nama Xiaomo dengan suara keras. "Mo... Mo... Mo...!"

Setelah para teman Ahui sesama kerbau mengetahui hal ini, semuanya secara spontan membantu Ahui mencari Xiaomo. Setiap ekor kerbau berteriak memanggil, "Mo... Mo... Mo...!"

Sampai sekarang, semua kerbau masih mencari Xiaomo, semuanya berteriak, "Mo... Mo...! Mo... Mo...!"

□ Penerjemah: Nagatan
Penyalaras: Agus Rijanto Suryasim

Info Sehat



Sumber: dr. Patria Wardana Yuswar
(Dokter umum RS. Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng)

MENGENAL NOVEL CORONAVIRUS DAN PENCEGAHANNYA

Baru-baru ini, telah terjadi kasus radang paru-paru akibat infeksi (pneumonia) yang menimbulkan korban jiwa akibat virus jenis baru di kota Wuhan, Tiongkok. Infeksi tersebut disebabkan oleh *coronavirus* tipe baru, sementara ini dinamakan *novel coronavirus* (2019-nCoV).

Belum diketahui secara pasti mengenai metode penularan 2019-nCoV, namun diperkirakan awalnya berasal dari hewan (kasus pertama ditemukan pada orang di pasar hewan).

Saat ini, diperkirakan pula bahwa virus ini mampu menular antarmanusia, melalui batuk dan bersin. Gejala yang ditimbulkan adalah sesak napas disertai dengan demam dan batuk.

Belum ada vaksin untuk mencegah infeksi 2019-nCoV. Berikut cara untuk mencegah tubuh tertular 2019-nCoV ini:

1. Membersihkan tangan secara rutin menggunakan air dan sabun, minimal 20 detik. Jika tidak ada air dan sabun, gunakan *hand sanitizer* berbasis alkohol
2. Hindari menyentuh mata, hidung, dan mulut jika belum cuci tangan
3. Hindari kontak dengan hewan liar atau hewan ternak
4. Hindari kontak langsung dengan orang sakit
5. Tutupi mulut dan hidung dengan tisu atau siku ketika batuk atau bersin
6. Mengonsumsi makanan vegetaris

Sedap Sehat



Pene Okra Jamur

Bahan:

200 gr pasta pene, direbus dan tiriskan	1 sdm mentega
100 gr okra, potong bulat	50 gr bawang bombay, dicincang
60 gr jamur kancing	2 siung bawang putih, dicincang
50 gr paprika merah	1 sdt oregano bumbu
50 gr kacang polong	1 sdt garam halus
100 gr keju <i>quick melt</i>	1 sdt lada halus
100 ml krim kental	1 sdm keju parmesan bubuk

Cara Membuat:

1. Panaskan margarin, tumis bawang bombay dan bawang putih hingga harum, tuang krim kental, bumbu-bumbu lainnya dan pene. Aduk hingga merata.
2. Tambahkan sayuran, keju, dan jamur. Aduk-aduk hingga semua bahan matang.
3. Tuang ke dalam piring saji dan hidangkan hangat.

□ Masak Sehat DAAI TV



Ragam Peristiwa



Halim Ong (He Qi Barat 1)

HUT RSCK TZU CHI KE-12 (10 JANUARI 2020)

DUA BELAS TAHUN BERSUMBANGSIH. Di HUT ke-12 RS Cinta Kasih Tzu Chi, manajemen rumah sakit memberikan bingkisan kepada lima bayi yang baru lahir bertepatan dengan Hari Ulang Tahun RSCK Tzu Chi. Sejak 5 Juli 2019, RS Cinta Kasih Tzu Chi sudah menyanggah predikat paripurna (Bintang 5) dari Komite Akreditasi Rumah Sakit (KARS).



James Yip (He Qi Barat 1)

PEMBERKAHAN AKHIR TAHUN (12 JANUARI 2020)

MENSYUKURI BERKAH, MENYATUKAN TEKAD. Pemberkahan Akhir Tahun 2019 di Aula Jing Si, Pantai Indah Kapuk, Jakarta Utara bertepatan dengan *Ketulusan, Kebenaran, Keyakinan, dan Kesungguhan Laksana Tanah yang Subur*. Ada 4.338 peserta hadir terdiri dari staf badan misi, relawan, donatur, dan masyarakat umum memanjatkan doa agar masyarakat harmonis, aman dan damai, serta dunia bebas dari bencana.



Arinami Suryo A.

BANTUAN BAGI KORBAN BANJIR DI TANGERANG (19 JANUARI 2020)

MERINGANKAN BEBAN. Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia membagikan 4.830 paket bantuan pascabanjir di Kecamatan Teluk Naga dan Kecamatan Pakuhaji, Tangerang, Banten. Bantuan yang diberikan berupa beras, minyak goreng, dan Mi DAAI yang diserahkan langsung kepada warga Desa Tanjung Pasir, Desa Muara, Desa Lemo, dan Desa Kohod.



Anand Yahya

PERLENGKAPAN MEDIS UNTUK WUHAN (1-3 FEBRUARI 2020)

BANTUAN UNTUK WUHAN, TIONGKOK. Prihatin dengan mewabahnya virus corona di Wuhan, Tiongkok, Tzu Chi Indonesia memberikan bantuan masker, baju isolasi, *Surgical Mask, Eye Protection*, topi, antiseptik (2.400), dan *bed cover* sekali pakai. Bantuan ini wujud partisipasi Tzu Chi Indonesia dalam membantu korban bencana di berbagai negara.

Tzu Chi Internasional

Peduli Kebakaran Hutan di Australia

Sumbangan Mobil Pemadam Kebakaran



Dok. Tzu Chi Australia

Relawan Tzu Chi Australia menyumbangkan sebuah mobil pemadam kebakaran ke Dinas Pemadam Kebakaran Negara bagian Queensland, untuk membantu pemadaman api

Status kondisi darurat keluar dari pemerintah Australia sejak 19 Desember 2019 akibat kebakaran hutan dan lahan (Karhutla) yang melanda negara Australia. Kebakaran hutan dan lahan ini terus meluas akibat suhu udara panas yang ekstrim

dan tiupan anginnya yang sangat kencang.

Secara total, lebih dari 7,3 miliar hektar lahan terbakar di enam negara bagian di Australia. Hingga saat ini, total ada 27 orang korban jiwa meninggal akibat kebakaran hutan yang tengah terjadi. Selain

itu, diperkirakan ada 1 milyar satwa (spesies hewan alami yang mendiami suatu wilayah atau daerah tertentu) di Australia juga mengalami kematian akibat dari kebakaran hutan dan lahan tersebut.

Bencana kebakaran hutan dan lahan ini telah mengancam ekosistem manusia, hewan dan tumbuhan yang belum pernah terjadi sebelumnya. Menanggapi bencana Karhutla ini, relawan Tzu Chi di Kota Gold Coast mengumpulkan donasi cinta kasih dari semua lapisan masyarakat, bersama dengan tim relawan Tzu Chi Brisbane untuk mengunjungi Dinas Pemadam Kebakaran Negara bagian Queensland, untuk menyumbangkan mobil pemadam kebakaran.

Mengumpulkan Tetesan Air untuk Membantu Memadamkan Api

Relawan Wu Zhaofeng mewakili Tzu Chi menempelkan logo Yayasan Tzu Chi ke truk pemadam kebakaran. Seorang Humas pemadam kebakaran menanyakan nama mobil itu. "Tzu Chi, mobil ini disebut mobil Tzu Chi." Wu Zhaofeng menjelaskan: "Tzu adalah

welas asih dan Chi adalah menolong."

Wakil Direktur Pemadam Kebakaran Queensland John Borg juga mengapresiasi apa yang dilakukan Tzu Chi. "Hari ini adalah hari yang spesial, karena Dinas Pemadam Kebakaran Queensland memiliki tambahan mobil pemadam kebakaran yang disumbangkan oleh Yayasan Buddha Tzu Chi," ungkapnya.

Mobil pemadam kebakaran ini dapat membawa 1.600 liter air, serta memiliki sistem busa peredam tahan api. Kebakaran hutan di Australia telah menjadi bencana yang mengerikan. Relawan Tzu Chi di Kota Gold Coast telah mengumpulkan 220.000 dolar Australia, yang setara dengan 4,55 juta dolar Taiwan (sekitar 2 miliar rupiah), untuk membantu pemadaman api.

Sumber: <http://tw.tzuchi.org/>
Penerjemah: Nagatan
Penyelarass: Agus Rijanto