



日日都有福。
福，不是外求得來，

Berkah tidak bisa diperoleh dengan memohon dari luar, tetapi diperoleh dari perbuatan baik yang dilakukan.

Kata Perenungan
Master Cheng Yen

Download
Buletin Tzu Chi



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

Donasi Langsung
Via Go-Pay



Yayasan Buddha Tzu Chi
Indonesia



Binawan (He Qi Barat 2)

Peringatan Bulan Tujuh Penuh Berkah yang dilakukan relawan Tzu Chi komunitas He Qi Barat 2 yang berlangsung di Aula Jing Si, Tzu Chi Center, Jakarta Utara (25/8/19) dilakukan dengan cara membalas budi luhur orang tua. Peringatan Bulan Tujuh Penuh Berkah juga dilakukan relawan Tzu Chi di berbagai komunitas di Jakarta dan kota-kota lainnya.

Peringatan Bulan Tujuh Penuh Berkah Bulan Tujuh, Bulan Bakti

Bulan Tujuh adalah bulan yang penuh berkah sehingga masyarakat disarankan untuk bervegetaris, mencintai bumi, dan membalas budi luhur orang tua ataupun leluhur dengan cara pelimpahan jasa.

Peringatan Bulan Tujuh Penuh Berkah berlangsung di berbagai kantor Yayasan Buddha Tzu Chi, baik di Jakarta maupun di luar kota. Beraneka macam kegiatan dilakukan relawan untuk mensosialisasikan bahwa bulan tujuh dalam penanggalan lunar bukanlah bulan hantu, melainkan bulan yang penuh berkah.

Master Cheng Yen mengingatkan bahwa di bulan tujuh penanggalan lunar, setiap orang harus lebih bersungguh hati dan tidak terjerumus dalam takhayul karena hal itu dapat menciptakan pengaruh negatif bagi dunia, seperti keraguan dan ketakutan.

Demi meluruskan kembali makna bulan tujuh, relawan Tzu Chi pun tak hentinya melakukan sosialisasi bahwa bulan tujuh adalah bulan yang penuh berkah sehingga masyarakat disarankan untuk bervegetaris, mencintai bumi, dan membalas budi luhur orang tua ataupun leluhur dengan cara pelimpahan jasa.

"Kami mensosialisasikan bakti orang tua di bulan tujuh ini dengan mengadakan acara membasuh kaki orang tua," kata Johnny Chandrina, koordinator kegiatan Bulan Tujuh Penuh Berkah di komunitas relawan He Qi Barat 2. "Banyak sekali yang terharu. Karena mungkin ada yang hubungan antara anak dan orang tuanya kurang harmonis sehingga dalam momen ini mereka sekaligus meminta maaf," ungkap Johnny. "Harapannya semua yang datang menjadi bahagia dan berpola makan vegetaris, juga lebih berbakti kepada orang tua," lanjutnya.

Muliawati yang datang ikut dalam kegiatan tersebut bahkan tak menyangka ada sesi membasuh kaki pada kegiatan Tzu Chi. Baru kali ini ia merasa sangat terharu karena bisa secara langsung membasuh kaki mamanya yang telah berusia lanjut. "Dari acara membasuh kaki orang tua ini, saya semakin sadar bahwa sebagai anak harus lebih banyak memberikan waktu untuk berbakti dan mendampingi orang tua setiap hari," katanya.

Bertobat dari Masa Lalu yang Kelam

Pada kegiatan Bulan Tujuh Penuh Berkah, 25 Agustus 2019 lalu di Kantor Tzu Chi Tebing Tinggi, relawan mendengarkan *sharing* pertobatan dari seorang mantan narapidana bernama Aliang. Di hadapan para tamu undangan, ia meminta maaf sekaligus berterima kasih kepada orang tuanya.

Aliang dulu terjerumus dalam Narkoba. Pergaulan yang salah membuatnya merasakan kehidupan yang dingin dan menderita di dalam penjara. Sudah empat kali Aliang keluar-masuk penjara. Di dalam penjara juga batinnya selalu bergejolak karena harus menerima akibat dari perbuatan buruknya itu. Bahkan keluarganya tidak mau menerimanya kembali karena kesalahan yang berulang-ulang dilakukannya.

Ia tahu jalan yang ia tempuh salah, tetapi tidak ada yang mampu membimbing dan mengarahkannya. Pada saat itu, di Lapas Medan ada sebuah wihara dan di

sana ia melafalkan nama *Namo Amitofo* sebanyak 1.000 kali dalam satu hari.

Suatu hari, Aliang terpancung untuk dikirim ke Lapas Tebing Tinggi. Di Lapas Tebing Tinggi inilah jodohnya dengan Tzu Chi dimulai. Tzu Chi Tebing Tinggi yang saat itu mendirikan cetiya untuk warga binaan yang beragama Buddhis mempertemukan Aliang dengan relawan Tzu Chi. Relawan yang setiap minggu memberikan bimbingan di Lapas seakan memberikan angin segar bagi Aliang.

Saat bertemu Wardi, salah seorang relawan Tzu Chi, Aliang menanyakan alamat Kantor Tzu Chi Tebing Tinggi dan nomor telepon Wardi. Wardi juga berpesan kalau Aliang bebas untuk tidak lupa menghubunginya. Seminggu sebelum bebas, yang dirasakan Aliang bukan kebahagiaan, tetapi kerisauan batin. Ia bingung setelah bebas akan kemana dan siapa yang akan menerimanya. Dalam kebimbangannya, Aliang menghubungi Wardi dan pada saat hari kebebasannya, relawan pergi menjemput Aliang. Pada saat keluar Lapas Aliang hanya membawa satu baju yang melekat di tubuhnya dan satu bungkus plastik berisi buku-buku Dharma yang dibawa relawan. Itulah harta satu-satunya yang berharga.

Setelah bebas, relawan terus melakukan pendampingan. Setiap ada kegiatan relawan selalu mengajaknya, seperti daur ulang, bedah buku, *Xun Fa Xiang*, dan juga acara bulan tujuh ini.

Hal yang paling membahagiakan Aliang adalah ia memperoleh kesempatan untuk bertobat di hadapan kedua orang tuanya. Sebelum bebas, relawan menghubungi kedua orang tua Aliang dan memohon kepada mereka untuk membuka pintu maaf bagi putranya. Kedua orang tua Aliang juga menyambut baik. Mereka mau memaafkan dan menerima kembali Aliang.

Kedua orang tua Aliang tersentuh dan menangis melihat perubahan dalam diri putranya. "Saya bangga sekali anak saya bisa dibimbing oleh Tzu Chi dan malam ini anak saya ingin melakukan pertobatan maka saya selaku orang tua hari ini datang untuk mendukung dan memberinya semangat," kata Oerip Wibowo, orang tua Aliang.

Dengan haru Oerip mengatakan jika putranya sudah jauh lebih baik. "Tzu Chi sudah mau menerima dan membimbing anak saya. Saya sebagai orang tua kenapa tidak bisa membuka pintu maaf untuk anak saya. Saya juga melihat anak saya selama satu bulan ini sudah banyak berubah dan anak saya bisa berbicara Dharma. Itu yang saya banggakan. Harapan saya ke depannya bisa berjalan berdampingan dengan anak saya," kata Oerip lagi.

Ami Haryatmi, Yohanda, Yuliawati (He Qi Barat 2), Elin Juwita (Tzu Chi Tebing Tinggi)

Artikel lengkap tentang
Bulan Tujuh, Bulan
Bakti dapat dibaca di:
<http://bit.ly/2k29QFA>





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:

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

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

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

Buletin Tzu Chi

PEMIMPIN UMUM: Agus Rijanto.
WAKIL PEMIMPIN UMUM: Ivana Chang, Hadi Pranoto. **PEMIMPIN REDAKSI:** Arimami Suryo A.
REDAKTUR PELAKSANA: Yuliati.
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, **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.

Penerima Bantuan Tzu Chi

Semangat dan Tegar Menghadapi Kanker

“Dokter tidak bisa obati, berarti diri saya yang harus obati. Hati yang gembira adalah obat,” Kata Marmi.

Marmi (39) adalah seorang penerima bantuan Tzu Chi. Ia tidak memiliki riwayat keluarga kanker ovarium namun telah divonis dokter menderita CA (Cancer Antigen) 125 kanker ovarium stadium 1A pada tahun 2002 silam.

Di tahun 2000 Marmi sering mengalami sakit yang luar biasa ketika datang bulan hingga terpaksa dibawa ke rumah sakit. “Kata dokter kanker ganas jadi harus segera pengangkatan satu indung telur dan menjalani enam seri kemoterapi,” tutur Marmi.

Hasil dari kemoterapi seri ketiga, CA-125 (Cancer Antigen 125) sudah bagus, tidak ada lagi sel kanker. Kegembiraan atas kesembuhan dari kanker tidak berlangsung lama. Di tahun kedua usia perkawinannya, 2006, Marmi hamil 3 bulan. Selama kehamilan, Marmi rutin kontrol di RS Husada.

Dari hasil USG, ada benjolan besar di dalam perut dan membahayakan janin. Dokter merujuk Marmi ke Rumah Sakit Dharmais, namun Marmi enggan berobat karena tidak mempunyai biaya. Pada kehamilan bulan kesembilan, bidan mengatakan bayi Marmi harus di USG untuk mendapat bantuan medis.

Di rumah sakit di Cengkareng, dokter menyarankan operasi caesar. Berkat bantuan bidan, operasi caesar dilakukan di rumah sakit TNI dengan membayar setengah dari biaya normal.

Ujian kehidupan belum berhenti. Tiga bulan pascamelahirkan, perut Marmi kembali membengkak penuh cairan, kadang mengempis. Desember 2013, Tuhan menjawab doa Marmi, akhirnya ia mendapat KJS (Kartu Jakarta Sehat) sebagai kado terindah di hari Natalnya. RS. Pluit cabang



Relawan Tzu Chi komunitas He Qi Timur menemani Marmi dan keluarga saat gathering Gan En Hu (penerima bantuan Tzu Chi).

Teluk Gong merujuknya ke RSCM Jakarta. Marmi sangat gembira. Satu tahun kemudian (2014), Marmi menjalani kemoterapi seri kedua, hingga kritis akibat infeksi paru-paru (*shock septic*) selama 1 bulan.

Marmi berjuang dan menyakinkan dokter bahwa ia bisa menjalani kemoterapi hingga enam seri. Dokter mengatakan Marmi tidak mungkin menjalani operasi karena kankernya sudah menyebar ke seluruh organ tubuh. “Saya *shock*, menangis. Saya kembali menata hati saya untuk bangkit. Dokter tidak bisa obati, berarti diri saya yang harus obati. Hati yang gembira adalah obat,” kata Marmi, belajar mengucap syukur

Jalanan Jodoh Dengan Tzu Chi

Dua tahun silam (2017), Marmi bersama Alvin (43) suaminya, mendatangi Kantor Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia di Pantai Indah Kapuk, untuk mengajukan permohonan bantuan susu (peptisol) sebagai makanan tambahan dan obat yang tidak ditanggung BPJS.

“Senang akhirnya permohonan saya disetujui oleh Tzu Chi,” kenang

Marmi. Sementara itu sejak kecil, Josh (12) putra tunggal Marmi, telah dididik dengan cara disiplin, hidup mandiri, sederhana dan selalu bersyukur. Semua ini dibekali agar bila suatu hari Marmi tidak ada di sampingnya, Josh tegar dan kuat menghadapi semua ujian kehidupan.

Johan Kohar (65), bersama insan Tzu Chi komunitas *He Qi* Timur selalu melakukan pendampingan berupa kunjungan kasih ke rumah Marmi.

“Marmi memiliki motivasi diri yang kuat, tetap bersandar pada iman dan kepercayaan, Marmi juga menjadikan dirinya sebagai motivator (titik terang) dengan memberi semangat bagi orang-orang yang senasib dengannya serta bisa bersosialisasi dengan baik di lingkungan tempat tinggal,” tutur Johan Kohar.

□ Suyanti Samad (He Qi Timur)

Artikel lengkap tentang Semangat dan Tegar Menghadapi Kanker dapat dibaca di: <http://bit.ly/2kl33Hv>



Himpunan Berkah yang Terus Berjalan

Bulan tujuh dalam penanggalan Lunar dipercaya oleh masyarakat Tiongkok sebagai bulan yang tidak baik atau bulan hantu. Kepercayaan ini pun terus turun temurun diwariskan sehingga setiap bulan tujuh tiba masyarakat percaya akan takhayul. Master Cheng Yen, pendiri Yayasan Buddha Tzu Chi melihat hal ini sebagai sesuatu yang harus diubah pemahamannya, beliau meluruskan pemahaman yang keliru tentang Bulan Tujuh sebagai Bulan Berbakti dan Bervegetaris.

Master Cheng Yen menyarankan agar setiap bulan tujuh hendaknya masyarakat banyak berkegiatan positif. Gagasan inilah yang memunculkan istilah Bulan Tujuh Penuh Berkah di Tzu Chi dimana para insan Tzu Chi melakukan

berbagai kegiatan positif sekaligus mengumpulkan berkah. Harapannya supaya masyarakat tidak menganggap bulan tujuh sebagai bulan yang tidak baik, karena pada hakikatnya setiap bulan adalah bulan yang baik.

Bulan Tujuh Penuh Berkah adalah bulan bakti, bulan kebajikan, dan bulan penuh berkah. Sesungguhnya, setiap hari dan setiap saat adalah waktu yang baik untuk berbuat kebajikan, bukan menunggu hingga bulan tujuh baru berbuat kebajikan dan hal positif lainnya. Ini tidak benar. Namun, di bulan tujuh, kita harus lebih giat mensosialisasikan berbagai kegiatan positif.

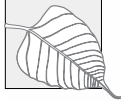
Berbagai kegiatan-kegiatan pun dilakukan oleh insan Tzu Chi dalam Bulan Tujuh Penuh Berkah seperti

sosialisasi pola hidup vegetaris. Sosialisasi ini pun dilakukan dalam berbagai kegiatan seperti bazar vegetarian dan hadirnya Tzu Chi Vegan *Catering*. Hal lain yang dilakukan insan Tzu Chi dalam Bulan Tujuh Penuh Berkah adalah doa bersama, serta kegiatan membasuh kaki sebagai sebuah bentuk rasa berbakti anak kepada orang tua.

Singkat kata, dalam bulan tujuh penanggalan Lunar, kita harus giat melakukan kebajikan seperti bervegetaris dan berdoa dengan tulus. Dengan mengubah pola pikir, maka setiap hari adalah hari baik dan segala sesuatu akan berjalan dengan lancar. Inilah yang harus kita lakukan.

Arimami Suryo A.
Pemimpin Redaksi

Dari Redaksi

—
上人開示
—


Pesan Master Cheng Yen

Bersikap dan Bertutur Kata Lembut

Memahami ajaran Buddha dan membina kebijaksanaan

Bersikap dan bertutur kata lembut serta menghargai jalinan jodoh Dharma

Berbagi keyakinan benar untuk melindungi kehidupan

Memiliki tekad pelatihan yang teguh dan tidak tergoyahkan



Artikel dan video dapat dilihat di:
<http://bit.ly/2lCosMn>



Bodhisatwa sekalian, saya berharap dengan memasuki silsilah Dharma Jing Si, kalian dapat menyerap Dharma ke dalam hati; dengan memasuki Mazhab Tzu Chi, kalian dapat terjun ke tengah masyarakat.

Dengan Dharma di dalam hati, kalian akan dipenuhi sukacita Dharma. Dengan terjun ke tengah masyarakat, kalian juga akan bahagia dan damai.

Namun, saya ingin memberi tahu kalian bahwa setiap kali berbicara, kita harus sangat waspada. Saya sering berkata bahwa kita harus bertutur kata baik. Kita juga harus bertutur kata baik untuk membimbing orang lain. Jika tidak bisa bertutur kata baik, bagaimana kita bisa membimbing orang?

Yang pertama dari Empat Metode Pendekatan ialah berdana. Berdana bukan hanya dengan uang, tetapi juga dengan sikap dan tutur kata. Sikap dan tutur kata yang baik dapat membuat orang lain dipenuhi sukacita saat melihat kita. Tutur kata, sikap, dan penampilan kita akan meninggalkan kesan bagi orang lain. Melihat kita begitu ramah, secara alami mereka akan bersedia bergabung dengan kita. Dengan demikian, kita telah membimbing orang. Ini yang disebut berdana dengan Dharma.

Dalam interaksi antarmanusia, kita harus berdana dengan cinta kasih dan bergandengan tangan. Kita harus bergandengan tangan dengan erat. Jika kita melepaskan tangan seseorang maka bukan hanya hubungan dengan orang tersebut yang terputus, hubungan dengan orang-orang di belakangnya juga mungkin terputus.

Kita tidak boleh menggoyahkan tekad pelatihan orang lain. Saya berharap kalian bisa merekrut Bodhisatwa dunia. Saat kita mengadakan kegiatan maka tugas juga

bisa dijalankan dengan mudah karena ada banyak orang.

Berbagi Keyakinan Benar untuk Melindungi Kehidupan

Saya melihat di berbagai tempat diadakan acara doa bersama dalam rangka Bulan Tujuh Penuh Berkah. Saya juga melihat para relawan kita terjun ke jalan untuk melakukan sosialisasi dan mengadakan acara doa bersama di komunitasnya. Meski turun hujan, acara tetap diadakan. Sungguh, kita melihat kekhidmatan yang tidak bisa digoyahkan oleh cuaca.

Jadi, sesungguhnya apa yang membuat tekad pelatihan kita goyah? Apa yang membuat kita menggoyahkan tekad pelatihan orang lain?

Saat berkumpul mengikuti kegiatan, insan Tzu Chi hendaknya saling bersyukur. Tanpa dukungan orang lain, bagaimana kita bisa mengadakan persamuhan Dharma yang penuh jalinan jodoh istimewa?

Saya berharap semua orang mengingat bahwa Sutra menunjukkan jalan dan jalan harus dipraktikkan. Kita telah menapaki jalan yang dibentangkan sesuai Sutra. Setiap Sutra mengajarkan kita bagaimana melangkah. Inilah Dharma.

Saya sering berkata pada semua orang untuk menyerap Dharma ke dalam hati, mempraktikkan Dharma dalam keseharian, dan membina konsentrasi. Jika kita bersungguh hati, kita bisa menyerap Dharma ke dalam hati dan menerapkannya dalam keseharian.

Kita meneladani Buddha dengan harapan mencapai Kebuddhaan. Demikianlah yang Buddha katakan pada kita. Buddha bukan berkata, “Kalian adalah ciptaan-Ku.” Bukan demikian.

Buddha memberi tahu kita bahwa setiap orang memiliki hakikat Kebuddhaan

dan kebijaksanaan yang setara dengan Buddha. Hanya saja, kita diselimuti kegelapan batin sehingga tidak bisa memahami banyak prinsip kebenaran tentang manusia, hal, materi, dan hukum alam. Kita mudah tersesat.

Di alam semesta ini terdapat hukum alam. Dalam hubungan antarmanusia juga terdapat nilai-nilai moral. Namun, makhluk awam bukan hanya melanggar hukum alam, tetapi juga melanggar nilai moral.

Kita bisa melihat kondisi banyak keluarga saat ini. Pendidikan masyarakat, nilai-nilai kekeluargaan, hubungan antara orang tua dan anak, dan sebagainya, semuanya sudah berbeda dari dahulu. Inilah yang saya khawatirkan. Jika manusia melanggar nilai moral dan tidak memahami hukum alam, maka empat unsur alam akan tidak selaras.

Kita harus sangat bersyukur ada orang yang berusaha untuk melenyapkan takhayul dan membimbing orang-orang menuju keyakinan benar. Kita terus mengimbau orang-orang untuk mengurangi pembunuhan hewan. Bulan Tujuh Imlek adalah bulan penuh berkah.

Bayangkanlah, jika satu keluarga bersembahyang dengan tiga jenis daging, berarti tiga nyawa terenggut. Jika kita dapat menginspirasi lebih banyak keluarga untuk tidak bersembahyang seperti itu, kita akan dapat menyelamatkan banyak kehidupan.

Kita harus menggunakan kekuatan cinta kasih untuk melenyapkan takhayul. Jika kita bisa melenyapkan takhayul maka masyarakat akan harmonis.

Untuk menjalankan misi *Demi Ajaran Buddha, Demi Semua Makhluk*, saya harus membimbing orang-orang untuk memahami ajaran benar. Setelah memasuki Mazhab Tzu Chi, kita harus terjun ke tengah masyarakat agar lebih memahami kondisi masyarakat. Dengan demikian, merekrut

Bodhisatwa di tengah masyarakat akan menjadi lebih mudah.

Bodhisatwa sekalian, menginspirasi relawan baru membutuhkan kerja keras. Karena itu, terhadap saudara se-Dharma, kita harus saling bersyukur dan menghormati serta memberikan bimbingan. Jika kalian bisa merekrut Bodhisatwa dunia dan membimbing mereka dengan baik, saya akan dipenuhi sukacita dan rasa syukur.

Tidak mudah terlahir sebagai manusia dan mengenal Dharma, apalagi menapaki Jalan Bodhisatwa. Kita hendaknya menghargai kehidupan ini dan jalinan jodoh di antara kita. Kita hendaknya saling bersyukur karena kalian semua merupakan murid saya yang baik. Saya menjalankan misi *Demi Ajaran Buddha, Demi Semua Makhluk*.

Bodhisatwa sekalian, tanpa kalian yang mengulurkan tangan dan mendedikasikan diri dengan sepenuh hati dan tenaga untuk bersumbangsih bagi masyarakat, saya tidak akan bisa membawa manfaat bagi masyarakat. Saya tidak bisa melakukannya sendiri. Berkat adanya kamu, dia, dan begitu banyak orang yang bersumbangsih, baru ada Mazhab Tzu Chi. Ajaran Jing Si ada berkat adanya Mazhab Tzu Chi. Karena itu, kita harus semakin mementingkan pewarisan ajaran Jing Si. Jadi, saya bersyukur pada kalian semua.

Di Jalan Tzu Chi tidak boleh kurang seorang pun dari kalian. Saya berharap Bodhisatwa sekalian dapat bersatu hati. Saya meneladani hati Buddha, kalian pun demikian. Kita harus menyatukan hati kita dengan hati Buddha.

□ Ceramah Master Cheng Yen tanggal 24 Agustus 2019
Sumber: Lentera Kehidupan - DAAI TV Indonesisa,
Penerjemah: Hendry, Karlana, Marlina
Ditayangkan tanggal 26 Agustus 2019

感恩尊重生命愛 和敬無諍共福緣

Bersyukur, Menghormati, dan Mengasihi Kehidupan.
Harmonis tanpa pertikaian, menciptakan berkah bersama.

Master Cheng Yen Menjawab

Apa Tujuan Berbuat Baik?

Ada seorang berkeluh kesah kepada Master Cheng Yen:
Tzu Chi telah melakukan banyak sekali kegiatan baik, apakah tujuannya hanya terletak pada perbuatan baik itu sendiri atau hendak mencapai tujuan yang lebih besar?

Master Cheng Yen menjawab:
Memotivasi orang berbuat kebajikan tujuannya adalah membangkitkan cinta kasih universal tanpa pamrih dalam diri setiap orang. Kekuatan cinta kasih ini adalah kekuatan yang paling berlimpah, juga merupakan penyangga paling besar dalam menolong orang lain.
Tanpa cinta kasih, bukan saja tidak menuntaskan masalah, malah akan membuat kelanjutannya tiada tenaga. Karena ada cinta kasih yang tulus baru bisa mengembangkan kekuatan. Dari itu saya berharap semua orang bisa memupuk cinta kasih yang tulus melalui kegiatan baik yang dilakukan, ini adalah persyaratan yang harus dipenuhi dalam melakukan sesuatu.

□ Dikutip dari Jurnal Harian Master Cheng Yen edisi musim panas tahun 1998.

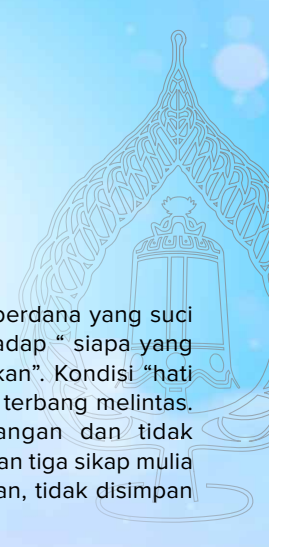
Genta Hati

【三輪體空】

Tiga Sikap Mulia dalam Berdana

行善時要做到清淨的布施，心中不執著有「布施的人、接受布施的人和布施的事及物」，「心如寒潭任雁渡，雁過而潭不留影」，不著任何痕跡，就是三輪體空。

Saat beramal harus bisa melakukannya dengan sikap berdana yang suci dan bersih. Di dalam hati tidak ada kemelekatan terhadap “siapa yang berdana, siapa penerima dana, dan apa yang didanakan”. Kondisi “hati seperti telaga dingin yang membiarkan burung belibis terbang melintas. Burung belibis melintas tanpa meninggalkan bayangan dan tidak meninggalkan jejak apa pun. Inilah yang dimaksud dengan tiga sikap mulia dalam berdana, penerima, pemberi dan yang didanakan, tidak disimpan di dalam hati.



TZU CHI MEDAN: Pelestarian Lingkungan**Mengajak Generasi Muda Mencintai Bumi**

Relawan Tzu Chi Medan pada 13 Agustus 2019, bersama tiga orang relawan Tanjung Morawa mengadakan sosialisasi pelestarian lingkungan dan manfaatnya dalam mengurangi *global warming* di Sekolah Dharma Bhakti di Lubuk Pakam. Acara ini diikuti 380 pelajar beserta 19 guru.

Acara berlangsung di lapangan sekolah. Tony Honkley, relawan Tzu Chi Medan, menyapa para guru dan pelajar dengan bersemangat. Materi pelestarian lingkungan menggunakan contoh-contoh yang ada dalam kehidupan sehari-hari. Salah satunya penggunaan barang yang sulit terurai dan membutuhkan waktu sangat lama. Ia juga mengimbau kepada para murid untuk berpedoman pada 5R yaitu *Rethink, Reuse, Repair, Reduce* dan *Recycle*.

Dari contoh yang mudah dicerna para siswa dihibau untuk memakai barang yang bisa dipakai ulang seperti memakai botol minum dan memakai sapu tangan daripada memakai tisu.

Setelah mendengar tentang 5R, salah satunya adalah *Re-think* maka

ke depannya jika saya ingin membeli sesuatu, saya harus bertanya pada diri sendiri, apakah barang yang ingin saya beli itu Karena kebutuhan atau keinginan. Kalau karena ingin maka saya akan batalkan membeli barang tersebut, karena keinginan seseorang tiada batasnya,” ujar Nicholas.

Imelda Fransiska, Kepala SMA Dharma Bhakti mengucapkan terima kasih kepada relawan Yayasan Buddha Tzu Chi yang telah mengingatkan para siswa untuk menjaga bumi untuk masa depan. “Untuk itu mulai sekarang kita harus mengurangi atau tidak lagi menggunakan barang-barang yang merusak lingkungan. Harapan saya, ke depannya anak-anak bisa menjadi duta pelestarian lingkungan hidup,” tutur Imelda.

Sekolah Dharma Bakti sendiri selalu mendukung program-program yang ditawarkan Tzu Chi, seperti Sosialisasi Misi Amal Tzu Chi (celengan bambu) dan pelestarian lingkungan.

□ Nuraina Ponidjan (Tzu Chi Medan)



Amir Tan (Tzu Chi Medan)

Sebagai tanda diresmikannya titik poin pengumpulan barang daur ulang di Sekolah Dharma Bhakti, para guru dan siswa memasukkan barang yang bisa didaur ulang ke tempat pengumpulan (green point).



Dok. Tzu Chi Tebing Tinggi

Salah satu warga binaan mendapatkan pelayanan kesehatan dalam kegiatan baksos kesehatan yang diadakan Tzu Chi Tebing Tinggi di di Lapas Kls II B Tebing Tinggi, Sumatera Utara.

TZU CHI TEBING TINGGI: Baksos Kesehatan**Pelayanan Kesehatan untuk Warga Binaan**

Umumnya masyarakat memandang Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) adalah tempat yang “gelap” dan mengerikan sehingga banyak orang yang tidak berani datang untuk memberi perhatian kepada warga binaan di sana. Namun tidak demikian dengan relawan Tzu Chi Tebing Tinggi.

Awalnya relawan melihat banyak masalah di Lapas, salah satunya masalah kesehatan penghuni Lapas. Pada Minggu, 18 Agustus 2019, 94 orang relawan Tzu Chi Tebing Tinggi dan Tzu Chi *International Medical Association* (TIMA) Medan mengadakan baksos kesehatan di Lapas Kls II B Tebing Tinggi, Sumatera Utara.

Niat baik ini disambut positif oleh pihak Lapas. “Kita berkoodinasi dengan TIMA Medan dan *He Qi* Medan untuk mengadakan baksos di sini, dan mereka sangat mendukung,” kata dr. Inggrawati, koordinator baksos.

Di dalam Lapas sebenarnya ada klinik, tetapi tidak mampu melayani seluruh penghuni yang melebihi kapasitas. “Penyakit paling banyak itu penyakit kulit sebagai dampak langsung dari overcrowded di Lapas. Minimnya air

bersih menjadi salah satu penyebab gangguan kulit warga binaan,” ungkap Theo Adrianus, Amd IP, SH, MH. Kalapas Tebing Tinggi.

Relawan Tzu Chi membuka Poli Umum, kulit, THT, dan gigi. Ada 26 orang dokter yang terlibat, 7 orang apoteker dan 8 orang perawat dalam kegiatan ini. Pada kegiatan ini tim medis melayani pengobatan kepada 772 warga binaan. Tim medis dengan penuh kesabaran juga menjelaskan pencegahan dan aturan pemakaian obat.

Salah satu warga binaan, Daniel Harahap terkesan dengan kegiatan ini. “Saya sangat berterima kasih, adanya pengobatan gratis ini membantu mengurangi sakit kulit dan telinga saya. Ini pengalaman pertama saya dilayani relawan dan tenaga medis dengan sangat manusiawi.”

Selain baksos kesehatan, relawan Tzu Chi juga memberikan 1.650 paket perlengkapan mandi, sabun antiseptik, dan pakaian layak pakai kepada warga binaan. Melalui kegiatan ini relawan berharap bisa menyentuh batin mereka.

□ Elin Juwita (Tzu Chi Tebing Tinggi)

TZU CHI LAMPUNG: Donor Darah**Meningkatkan Kepedulian Melalui Donor Darah**

Menyambut Bulan Tujuh Penuh Berkah, Tzu Chi Lampung mengadakan donor darah di Kantor Yayasan Buddha Tzu Chi Lampung, Bandar Lampung, pada Sabtu 10 Agustus 2019. Peserta donor menjalani beberapa pemeriksaan sebelum berdonor.

Beberapa warga tertarik bergabung bersama relawan Tzu Chi Lampung yang bekerja sama dengan Palang Merah Indonesia (PMI). Salah satunya Dewa Kadek Artha, asal Sukarame, Ia menuturkan manfaat donor darah. “Selain manfaat untuk diri sendiri, donor darah dapat menyelamatkan jiwa manusia. Selain itu, badan kita jadi sehat dan bisa menolong orang lain,” tegasnya.

Beberapa relawan Tzu Chi Lampung juga turut berpartisipasi. Salah satunya Anna Suryana. Ia adalah seorang muslimah. Puasa menjelang Hari Raya Idul Adha tak menyurutkan semangatnya untuk donor. “Ini pertama kali saya donor, dan di umur yang segini ternyata masih bisa. Senang, akhirnya bisa donor juga,” ungkapnya bahagia.

Melalui kegiatan donor darah ini, tentu menumbuhkan cinta kasih untuk terus berbagi, khususnya bagi mereka yang sedang membutuhkan. Dr. Firman juga sedang berpuasa, namun masih semangat menjalankan tugasnya dengan baik. Ia juga berbagi ilmu kepada salah satu relawan bagaimana berdonor bagi orang yang tekanan darahnya rendah.

“Untuk kasus seperti ini, kalau mau donor, setiap hari harus minum susu selama satu minggu sebelum donor. Kemudian pada saat hari-H minum susu dan kopi, atau bisa dicampur. Jadi supaya nanti waktu donor *nggak* pingsan,” jelasnya.

Pada donor kali ini, dari total 37 peserta, ada sebanyak 33 orang yang berhasil mendonorkan darahnya. Semoga setetes darah yang telah diberikan senantiasa bermanfaat bagi mereka yang membutuhkan, dan cinta kasih senantiasa berkembang dalam hati semua insan.

□ Ivon (Tzu Chi Lampung)



Ivon (Tzu Chi Lampung)

Dewa Kadek Artha, salah satu peserta donor yang aktif sejak menjadi mahasiswa. Badan sehat dan membantu orang lain menjadi alasannya terus berdonor.

TZU CHI PALEMBANG: Baksos Degeneratif

Pelayanan Kesehatan Bagi Lansia

Udara segar dan sejuk mengawali pagi di lapangan SLB Tuna Grahita Karya Ibu, Palembang, Sumatera Selatan, Minggu, 4 Agustus 2019. Relawan Tzu Chi Palembang sedang mempersiapkan baksos kesehatan degeneratif tahap dua.

Melalui baksos kesehatan ini juga masyarakat dapat berkonsultasi langsung dengan dokter tentang kondisi kesehatannya dan mendapatkan obat yang dibutuhkan. Dengan semangat dan penuh sukacita, para relawan melayani dengan memberikan obat dan 1 pack beras merah kepada pasien. Ada 117 pasien yang berobat dan memeriksakan kesehatannya. Para peserta baksos yang hadir diajak untuk menerapkan pola hidup sehat. Relawan mengajak para pasien untuk melakukan senam bersama untuk lebih memperkenalkan Tzu Chi sambil menunggu obat.

Salah satu pasien yang senang bisa ikut dalam kegiatan baksos kesehatan ini adalah Bama. “Hari ini, saya bahagia sekali bisa konsultasi dengan dokter hingga senam bersama. Para dokter di sini sangat ramah, mereka memberikan informasi

yang mudah dipahami dan kami dilayani dengan senyuman. Alangkah baiknya, apabila Tzu Chi sering mengadakan baksos di daerah ini. Kami pasti akan datang kembali dan mengenal lebih dalam tentang Tzu Chi,” ungkapny.

Melihat wajah penuh kebahagiaan dari para pasien, yang mengatakan kesehatannya semakin baik berkat adanya baksos kesehatan degeneratif ini, rasa letih dan lelah para relawan pun menghilang dalam sekejap. Joko, relawan yang menjadi koordinator baksos kesehatan ini merasa bahagia bisa membantu mereka yang membutuhkan.

“Saya sangat bahagia melihat semangat dan rasa syukur dari para pasien yang hadir. Mereka mengingatkan bahwa saya telah menggunakan waktu saya untuk hal yang baik dan benar. Selain itu, kerja sama Shixiong-Shijie semua juga luar biasa,” ungkap Joko.

□ Dewi Sartika (Tzu Chi Palembang)



Dengan ramah para dokter melayani dan memeriksa setiap pasien yang datang. Dokter dari Tzu Chi International Medical Association (TIMA) Indonesia memberikan resep obat untuk pasien baksos degeneratif yang diadakan Tzu Chi Palembang.

Dok. Tzu Chi Palembang



Lisa Kristiani (Tzu Chi Sinar Mas)

Relawan melaksanakan demo masak menu vegetaris pada kegiatan Program Penanggulangan Stunting yang pertama kali dilaksanakan di Desa Mantan pada 10 Juli 2018.

TZU CHI SINAR MAS: Program Penanggulangan Stunting Cegah Stunting di Desa Mantan

Setahun berjalan, relawan Tzu Chi Sinar Mas wilayah Semitau melaksanakan kegiatan Program Penanggulangan Stunting di Desa Mantan sejak 10 Juli 2018 hingga 4 Agustus 2019 bagi 101 Kepala Keluarga.

Kurang gizi kronis (Stunting) disebabkan kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama yang mengakibatkan gangguan pertumbuhan fisik pada anak yaitu kerdil dari standar usianya.

Seribu hari pertama anak dalam kandungan merupakan masa yang sangat penting untuk tumbuh dan berkembang dengan baik dan sehat.

“Banyak kebiasaan-kebiasaan dan kondisi warga di sini yang masih belum sejalan dengan upaya pencegahan Stunting. Seperti belum tersedianya MCK di setiap rumah, masih kurangnya makan makanan yang bergizi dan masih kurangnya kesadaran akan kebersihan lingkungan,” jelas Herman T.W relawan Tzu Chi komunitas wilayah Semitau.

Ada 78 rumah dari 101 Kepala Keluarga yang belum menjalani hidup sehat di Desa Mantan Kecamatan Suhaid Kabupaten Kapuas Hulu

Provinsi Kalimantan Barat.

“Warga di sini sebelumnya belum pernah mendapatkan sosialisasi atau program stunting. Bersyukur sekarang ada program seperti ini,” tutur Moses Sion, Kepala Desa Mantan.

Relawan Tzu Chi Sinar Mas dari wilayah komunitas Semitau bersama Pemerintah Daerah Kapuas Hulu dan Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan (TNP2K) turun bersama mencegah Stunting di Desa Mantan.

Memiliki visi yang sama dalam mencegah stunting di Kabupaten Kapuas Hulu membuat Desa Mantan menjadi satu desa binaan bersama karena merupakan salah satu desa yang terindikasi memiliki anak terdampak Stunting.

Melalui serangkaian kegiatan peningkatan kesehatan ibu dan anak, pekarangan keluarga sehat, dan pola hidup bersih dan sehat, relawan Tzu Chi berharap kualitas kehidupan masyarakat meningkat dan dapat membantu menjadikan generasi unggul di masa depan.

□ Moses Silitonga (Tzu Chi Sinar Mas)

TZU CHI BIAK: Pemasangan Jaring Sampah

Menjaga Kali Ruar Tetap Bersih

Sebanyak 22 relawan Tzu Chi Biak berangkat menuju Desa Rim, Distrik Biak Timur pada Sabtu, 31 Agustus 2019. Dalam kesempatan ini, para relawan melakukan kegiatan pelestarian lingkungan di Kali Ruar, Desa Rim yaitu pemasangan jaring apung untuk menahan sampah plastik. Kegiatan ini pun merupakan kerja sama antara Tzu Chi Biak, Dinas Lingkungan Hidup, dan Nexus Global.

Kali Ruar sendiri dipilih karena merupakan tempat bagi masyarakat Biak untuk mencuci baju ataupun kebutuhan bersih-bersih lainnya. Namun yang menimbulkan keprihatinan adalah banyaknya sampah plastik bekas yang tanpa disadari masyarakat terhanyut sampai ke laut.

Anthon Koo, relawan Tzu Chi Biak mengatakan, “Jangan karena kita melihat kali ini tidak kotor, terus untuk apa memasang jaring apung di sini? Sesungguhnya banyak sampah-sampah plastik yang sudah mengotori aliran kali. Banyak juga yang tersangkut di akar-akar

bakau dan menumpuk menjadi sampah.”

Jika hal ini dibiarkan terus menerus maka sampah plastik tersebut akan terus menumpuk hingga bisa mencemari dan membahayakan lingkungan dan bahkan menimbulkan bencana.

Ketua DPRD Biak, Numfor Zeth Sandy mengatakan, “Saya sangat mengapresiasi kegiatan ini. Saya mewakili masyarakat Biak Numfor berterima kasih kepada Tzu Chi Biak dan Nexus Asia yang memulai kegiatannya melestarikan lingkungan dengan pemasangan jaring apung untuk mencegah sampah-sampah plastik ke laut.”

Setelah selesai di Desa Ruar, relawan kemudian menuju ke pasar ikan di Kota Biak. Ditempat ini dipasang jaring pada salah satu selokan utama yang pembuangannya langsung mengarah ke arah laut. Dengan pemasangan jaring ini diharapkan dapat mencegah atau mengurangi jumlah sampah plastik yang mengotori laut Biak yang asri.

□ Marcopolo (Tzu Chi Biak)



Marcopolo (Tzu Chi Biak)

Relawan Tzu Chi Biak bekerja sama dengan Dinas Lingkungan Hidup Biak, dan Nexus Global melakukan pemasangan jaring apung di Kali Ruar untuk mencegah sampah-sampah plastik mencemari kali dan terbawa ke laut.

Lenny Mulya, Relawan Tzu Chi Bogor

Ada Kesempatan, Lakukanlah Kebajikan



Arimami Suryo A.

Jalanan jodoh saya dengan Tzu Chi waktu itu tahun 2005. Saat itu, saya bekerja di Jakarta dan kost di Grogol, Jakarta Barat. Dalam suatu kesempatan, seorang teman mengajak saya untuk bantu acara. “*Mau bantu gak acara Tzu Chi?*” katanya. Saya saat itu belum tau Tzu Chi itu apa. Ketika itu bantu Tzu Chi bagi paket sembako.

Setelah ikut kegiatan, saya merasa “*kok happy ya.*” Lalu saya bilang ke teman saya kalau ada kegiatan Tzu Chi lagi saya mau ikut. Semenjak itu saya berinisiatif ikut Sosialisasi Tzu Chi di *Jing Si and Books Café* Pluit. Karena saya kost di Grogol, saya masuk komunitas relawan di Pluit, sedangkan teman

saya ikut di komunitas Cengkareng.

Tahun 2006 saya sudah menjadi relawan Abu Putih. Hanya beberapa kali saja ikut kegiatan Tzu Chi di Pluit, karena Sabtu dan Minggu harus pulang ke Bogor. Di tahun 2009 saya baru bisa dilantik berseragam biru putih dengan mengemban tanggung jawab yang lebih besar.

Pada awal tahun 2010, saya memutuskan untuk berhenti bekerja dan pindah ke Bogor. Ketika itu saya coba cari relawan Tzu Chi di Bogor. Menurut kabar ada beberapa relawan Tzu Chi di Kota Bogor. Satu tahun vakum berkegiatan Tzu Chi, di tahun berikutnya (2011) saya menemukan relawan Tzu Chi di Kota Bogor. Ketika itu kawan saya mengajak ke panti

“Selama saya bisa bersumbangsih saya akan terus dalam barisan relawan Tzu Chi..”

asuhan, ternyata acaranya Tzu Chi.

Ikut kegiatan Tzu Chi di Kota Bogor, saya ditugaskan menjalani survei kasus (misi amal) dan pelestarian lingkungan. Enam tahun dalam barisan Tzu Chi banyak perubahan sikap yang terjadi pada diri saya. Dahulu saya memiliki sifat pemarah, namun lambat laun menurut kawan-kawan saya kini sifat pemarah dan emosi itu mulai hilang. Kebiasaan buruk saya dulu saya jika marah tidak melihat itu orang tua ataupun anak-anak.

Menjadi relawan Tzu Chi, saya mulai melatih diri, melatih emosi, mengedepankan rasa bersyukur, melatih kepedulian sosial di lingkungan dan belajar memahami orang. Menjadi relawan Tzu Chi belajar lebih peduli karena berinteraksi langsung dengan orang-orang yang kesusahan. Saya berpikir, “*Ini gimana ya? Bagaimana bantunya ya?*” Jadi lebih mikirin apa yang bisa kita perbuat dan bantu mereka.

Semua yang saya lakukan di Tzu Chi tidak lepas dari ajaran Master Cheng Yen sebagai guru. Beliau orang yang sangat luar biasa, beliau bisa memahami dan berpikiran jauh ke depan. “*Ada dua hal yang tidak bisa ditunda di dunia ini, berbakti kepada orang tua dan berbuat kebajikan*”, itulah kata-kata Master Cheng Yen

yang selalu saya ingat karena saya pernah memiliki pengalaman sedih jika berbicara orang tua.

Karena waktu saya kerja di Jakarta jarang pulang, kadang-kadang kalau banyak kegiatan 2-3 minggu baru pulang. Waktu dengar Kata Perenungan Master Cheng Yen tersebut itu ya belum ngeh. Saya baru sadar bahwa berbakti kepada orang tua memang tidak bisa ditunda. Saat itu saya menyadari kurang kesempatan untuk berbakti kepada orang tua.

Saya bilang ke Mama, kebajikan yang saya perbuat bersama Tzu Chi saya dedikasikan untuk kedua orang tua. Dari situ akhirnya mama mengerti.

Selain berkegiatan Tzu Chi saya mengajar les di rumah dari hari Senin sampai Kamis. Sedangkan hari Jumat, Sabtu, dan Minggu untuk kegiatan Tzu Chi, keluarga, dan ibadah. Cara membagi waktunya ya tidak terlalu sulit, karena sudah menjadi rutinitas dan harus konsisten supaya semuanya bisa berjalan.

Kalau ditanya sampai kapan mau jadi relawan Tzu Chi saya komitmen selama saya bisa bersumbangsih saya akan terus dalam barisan Tzu Chi. Apalagi komunitas relawan Tzu Chi di Kota Bogor sudah mulai banyak. Saya berpendapat dimana ada kesempatan berbuat baik lakukan saja dan jangan ditunda-tunda.

Seperti dituturkan kepada Arimami Suryo A.

Kilas



Arimami Suryo A.

Bantuan Kebakaran

Peduli Korban Kebakaran di Semanan

Kebakaran hebat melanda Kampung Bulak, RT 10/01, Kelurahan Semanan, Kecamatan Kalideres, Jakarta Barat pada Rabu siang, 28 Agustus 2019. Diduga sumber api berasal dari korsleting listrik di salah satu rumah kontrakan warga yang sedang ditinggal pulang kampung.

Relawan Tzu Chi yang mengetahui peristiwa kebakaran ini segera melakukan survei pemberian bantuan ke lokasi pengungsian warga korban kebakaran pada Jumat, 30 Agustus 2019. Dari hasil survei, relawan memutuskan untuk memberikan paket bantuan kebakaran untuk meringankan penderitaan para korban pascakebakaran.

Sabtu pagi, 31 Agustus 2019, relawan Tzu Chi dari komunitas *He Qi Barat 2* sudah berkumpul di lokasi yang tidak jauh dari tempat pengungsian untuk membagikan bantuan kepada warga yang menjadi korban kebakaran. “Kondisi para korban banyak yang tidak bisa menyelamatkan harta bendanya. Dengan bantuan ini, minimal kita bisa meringankan beban mereka,” ungkap Johnny Chandrina, relawan yang menjadi koordinator pemberian bantuan.

Sebanyak 115 keluarga mendapatkan paket bantuan kebakaran dari Tzu Chi,

□ Arimami Suryo A.

Donasi Tzu Chi Hospital Bersinergi Bersama, Mewujudkan Impian yang Mulia

Kamis, 28 Agustus 2019, 17 murid dengan didampingi guru beserta Direktur Sekolah Cinta Kasih Tzu Chi dan relawan pendamping mengunjungi Aula Jing Si untuk menyerahkan hasil donasi para murid dan guru kepada Ketua Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia, Liu Su Mei.

Freddy Ong, Direktur Sekolah Cinta Kasih menuturkan jika sejak Januari 2019, ia mengajak seluruh murid dan guru di sekolah untuk dapat menyumbang sebuah ranjang rumah sakit seharga 50 juta untuk Tzu Chi Hospital di Pantai Indah Kapuk (PIK), Jakarta Utara.

Impian besar ini tidak serta merta terkumpul dalam semalam. Untuk dapat menggalang dana tersebut, di setiap kegiatan Jumat Ibadah, anak-anak murid dan guru berkumpul, berdoa, dan kemudian mendonasikan uang mereka setiap minggunya secara sukarela.

“Hari ini kita secara simbolis menyerahkan hasil donasi kita untuk mendukung pembangunan rumah sakit dari Sekolah Cinta Kasih,” kata Freddy dengan gembira dapat mengajak seluruh murid dan guru bersinergi membantu pembangunan Tzu Chi Hospital.

□ Teddy Lianto



Arimami Suryo A.



Mery Hasan (He Qi Barat 2)

Kunjungan Kasih

Menyatukan Keping-Keping Kehidupan

Kehidupan bagai keping-keping puzzle yang terkadang porak poranda tanpa gambaran yang nyata. Namun ketika keping-keping itu disatukan akan terbentuk gambar indah dan sempurna. Itulah salah satu pelajaran yang dipetik dari Kunjungan Kasih yang dilakukan oleh insan Tzu Chi di komunitas *He Qi Barat 2* pada Minggu, 4 Agustus 2019.

Kunjungan Kasih ke Wisma Sahabat Baru yang terletak di Duri Kepa, Jakarta Barat ini diikuti oleh 17 insan Tzu Chi, dikoordinir oleh Ami Haryatmi. Wisma ini merawat oma dan opa yang sakit, dari sakit tua, sampai yang lumpuh raganya.

Relawan tidak hanya sekedar menghibur, namun juga memberi manfaat, semangat dan memberikan kepercayaan diri untuk menjalani usia lanjut. Melihat potret haru yang hadir dalam Kunjungan Kasih ini, mengingatkan pada ajaran Master Cheng Yen bahwa: “*Dua hal yang tidak boleh ditunda adalah berbuat kebajikan dan berbakti pada orang tua*”.

□ Ami Haryatmi (He Qi Barat 2)

Kelas Budi Pekerti

Bersama Dalam Momen Kemerdekaan

Seperti biasa, sebulan sekali relawan komunitas *He Qi Utara 1* mengadakan kelas pendidikan budaya humanis di Rusun Cinta Kasih Tzu Chi, Muara Angke untuk anak-anak rusun. Pada pertemuan kali ini, 25 Agustus 2019 diisi dengan perayaan Hari Kemerdekaan RI yang ke-74. Sebanyak 20 relawan, 3 guru Tzu Chi School, 26 anak rusun, serta dibantu oleh 17 kakak-kakak dari Edukita bergembira bersama.

Acara dimulai dengan kata sambutan dari Streisand, koordinator kegiatan. “Hari ini kita akan bermain dan bernyanyi bersama, dengan gembira dan semangat,” ungkapnya.

Permainan yang dimaksud adalah lomba makan kerupuk, permainan rebut kursi, lomba jepit rambut, berpacu dalam melodi. “Ini merupakan pertama kali saya ikut kegiatan di rusun ini. Saya merasa *happy* dan *enjoy* bisa berbagi kasih dengan kebersamaan dengan anak-anak di sini,” ujar Michelle Abellera, salah satu guru Tzu Chi School.

Setelah perayaan HUT RI ke-74 selesai, anak-anak pulang membawa macam-macam hadiah dari perlombaan.

□ Yuliana (He Qi Utara 1)



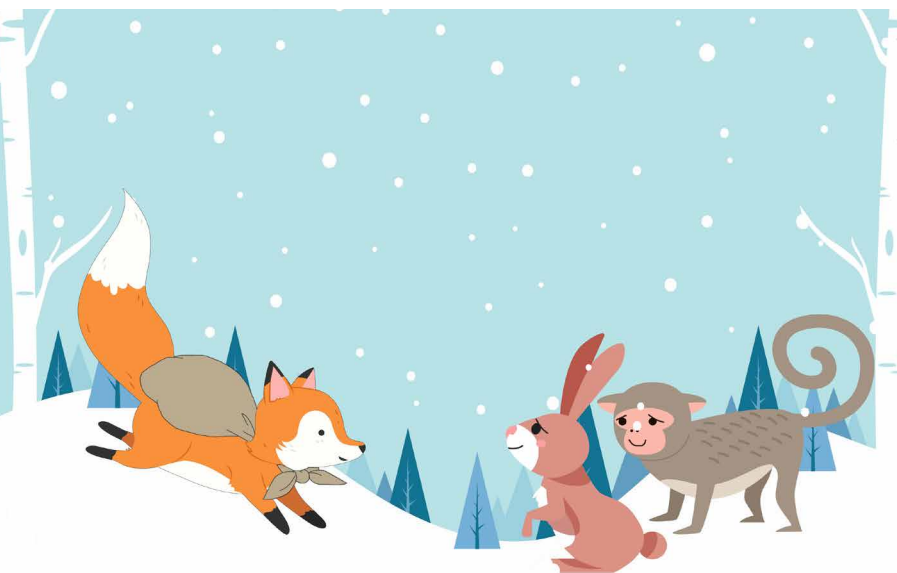
Yuliana (He Qi Utara 1)

Cermin

Rubah Kecil yang Baik Hati

Di dalam hutan yang sejuk dan damai, ada seekor rubah kecil yang menjadi penghuni baru hutan ini. Rubah ini memiliki bulu yang kurang baik, bulu di badannya banyak yang rontok dan menyerupai penyakit kulit yang mengakibatkan hewan yang lain melihatnya sangat menyeramkan. Semua binatang yang ada di hutan ini tidak berani mendekati rubah kecil. Suatu hari, rubah kecil sedang memungut padi-padian dan buah-buahan untuk disimpan di rumah. Dalam perjalanan pulang ke rumah rubah kecil bertemu Tuan Kelinci yang sedang mengendarai sepeda. Rubah kecil menyapa Tuan Kelinci dengan ramah “Selamat pagi, Tuan Kelinci!” Tuan Kelinci terkejut, seketika itu pula Tuan Kelinci segera pergi mengendarai sepeda. Tak lama kemudian, rubah kecil bertemu kembali dengan monyet dan tupai, Semua binatang yang rubah kecil ditemui tidak ingin berinteraksi dengan, mereka semua, takut tertular penyakit kulitnya. Hari demi hari berlalu, rubah kecil merasa sangat kesepian. Dia bergumam dalam hati, “Mengapa kemanapun saya pergi, tidak memiliki teman?” Rubah kecil berpikir dan merasa berkecil hati, ia menangis. Pada suatu hari, cuaca tiba-tiba berubah, jelas-jelas musim panas, tapi dari langit turun hujan salju. Salju turun semakin besar membuat rubah kecil

kedinginan dan mengigil. Didalam rumah, rubah kecil menyalakan api untuk mehangatkan badan, dan memakan makanan yang ia simpan. Tiba-tiba, dari luar rumah terdengar suara monyet yang lemah dan menggigil kedinginan, “Apakah ada orang di rumah? Saya sangat kedinginan, saya sangat....lapar! Tak lama berselang monyet itu jatuh pingsan sebelum selesai berbicara. Dirawatlah monyet oleh rubah kecil sampai kondisi badannya sehat kembali. Setelah sadar dari pingsannya, monyet baru menyadari bahwa rubah kecil yang kemarin- kemarin ia jauhi telah menyelamatkan hidupnya, dia merasa sangat malu. Dia merasa bersalah dulu sikapnya terhadap rubah kecil sangat buruk. Monyet dengan cepat berkata kepada rubah kecil, “Aku mohon Maaf! Rubah kecil, terima kasih kamu tidak sakit hati oleh sikap saya yang dulu dan kini kamu sudah menyelamatkan hidup saya” ujar monyet menyesali kesalahannya. Di tengah cuaca hujan salju itu rubah kecil dan monyet segera membawa sekantong besar buah-buahan dan padi-padian, pergi mencari binatang yang lain. Dengan susah payah rubah kecil tiba di rumah Tuan Kelinci, seluruh lubang tertutup salju. Rubah kecil segera menggali lubang sekuat tenaga. Setelah berjuang beberapa saat, dia melihat Tuan Kelinci telah terkapar



Ilustrasi: Rangga Trisnadi

lemah ditanah, dan di sisi lainnya seekor tupai kecil pingsan di sebelah tumpukan bara api. Monyet dan rubah kecil segera memberi pertolongan, monyet berlari keluar mengambil salju di panci dan merebusnya untuk mencairkan salju. Setelah mencair jadi air ia berikan untuk diminum ke Tuan kelinci dan tupai kecil. Melihat di lubang ada cahaya dari bara api, semua binatang datang untuk menghangatkan badan. Rubah kecil dengan sukarela mengeluarkan semua sisa makanan untuk berbagi bersama. Keesokan harinya tupai kecil

dan Tuan Kelinci terbangun oleh suara gembira semua binatang, karena di luar telah muncul sinar matahari yang hangat. Binatang-binatang hutan bahagia sambil melompat-lompat, semua berterima kasih pada rubah kecil. “Kamu adalah teman baik kami, sebagai hutang budi, kami membawa padi-padian yang besar dan kacang yang manis untukmu,” kata Tuan Kelinci.

□ Penerjemah: Lenah (He Qi Barat 2)
Penyalaras: Agus Rijanto Suryasim

Info Sehat



Sumber: dr. Patria Wardana Yuswar
(Dokter umum RSCK Tzu Chi)

BAHAYA DEHIDRASI BAGI KESEHATAN

Apakah Anda sering menahan rasa haus karena terlalu sibuk bekerja atau sebab lainnya? Hati-hati, kondisi dehidrasi dapat mengintai Anda. Dehidrasi adalah kekurangan cairan tubuh hingga mengganggu kerja normal tubuh. Setiap organ tubuh membutuhkan air agar dapat bekerja normal. Air dapat keluar dari tubuh melalui berkeringat, bernapas, serta buang air kecil dan besar. Air yang hilang tersebut harus digantikan melalui minum atau makanan. Saat air yang keluar lebih banyak, dehidrasi bisa terjadi.

Gejala dehidrasi:

- Rasa haus
- Mulut kering
- Urine pekat dan sedikit
- Sakit kepala
- Kram otot
- Dehidrasi berat bisa menyebabkan pingsan.

Dehidrasi berulang dan terus-menerus dapat menyebabkan penyakit serius, seperti:

- Infeksi saluran kencing
- Batu ginjal
- Gangguan ginjal

Pada anak-anak dan lanjut usia, dehidrasi bahkan bisa mengancam nyawa. Oleh karena itu, dehidrasi tidak boleh dianggap remeh. Agar terhindar dari dehidrasi, minumlah air mineral dalam jumlah cukup setiap hari. Targetnya, warna urine berwarna kuning jernih.

Sedap Sehat



Dok. Masak Sehat DAAI TV

Mango Pearl

Bahan:

- Jeruk bali
- Mangga harum manis
- Sagu mutiara

Cara Membuat:

1. Blender mangga, tuang ke dalam gelas/mangkuk saji.
2. Rebus sagu mutiara sampai bening lalu rendam di air dingin. Lalu tuangkan sirup dan teh
3. Beri topping blender manga dengan sagu mutiara dan jeruk bali.
4. Mango pearl siap dihidangkan.

□ Masak Sehat DAAI TV



Ragam Peristiwa



Henry Tando

SEMINAR KESEHATAN (10 AGUSTUS 2019)

EDUKASI SUMSUM TULANG. TIMA Indonesia mengadakan seminar tentang layanan transplantasi sumsum tulang. Seminar menguliti tentang tindakan transplantasi sumsum tulang, perawatannya, dan juga pengobatannya. Melalui seminar ini, TIMA Indonesia ingin menggerakkan hati orang-orang untuk mulai berpikir menjadi donor sumsum tulang.



Arimami suryo A.

BAZAR VEGETARIAN (17 AGUSTUS 2019)

BERBELANJA MAKANAN SEHAT. Dalam rangka memperingati Hari Kemerdekaan RI ke-74 dan Bulan Tujuh Penuh Berkah, Tzu Chi Bogor mengadakan bazar vegetarian di Plaza Lippo Ekalokasari, Bogor, Jawa Barat. Selama 3 hari pelaksanaan (17-19 Agustus 2019), juga diadakan *talkshow* pengenalan Tzu Chi. Hasil penjualan dari bazar ini juga akan dialokasikan untuk mendukung kegiatan kemanusiaan Tzu Chi.



Metta Wulandari

CLEAN UP JAKARTA DAY (25 AGUSTUS 2019)

AKSI NYATA BERSIHKAN LINGKUNGAN. Para siswa SMP dan SMA Tzu Chi School mengikuti kegiatan *Clean Up Jakarta Day* di sekitar Tzu Chi Center, PIK, Jakarta Utara. Melalui gerakan ini, 100 murid SMP dan SMA Tzu Chi School ini mengajak dan menggugah setiap orang untuk turut serta menjaga kebersihan lingkungan.



Anand Yahya

VERIFIKASI HUNTA PALU (24-26 AGUSTUS 2019)

VERIFIKASI WARGA. Tzu Chi Indonesia mulai melaksanakan verifikasi data warga korban bencana di kota Palu pada 24-26 Agustus 2019. Berlokasi di Aula Barua taman Vatulemo kota Palu, Verifikasi ini di saksikan langsung oleh Kol. TNI. Chk Berty Sumakud Satgas Pendampingan Pusat Penanggulangan Bencana Gempa Kemenko Polhukam, BNPB dan BPBD kota Palu. Total warga yang sudah terverifikasi oleh relawan Tzu Chi berjumlah 1.456 Kepala Keluarga.

Tzu Chi Internasional

Bantuan Bagi Korban Banjir di Myanmar

Mengantarkan Perhatian Penuh Cinta Kasih



Dok. Tzu Chi Amerika

Relawan Tzu Chi Myanmar berkoordinasi dengan pemerintah setempat dan militer di Provinsi Pegu, Myanmar untuk memberikan bantuan langsung untuk warga yang terdampak banjir.

Pada awal Agustus 2019, Provinsi Pegu dan kota lainnya mengalami bencana banjir akibat curah hujan yang tinggi. Di awal tahun ini (2019), Tzu Chi baru saja memberikan bantuan benih padi di Provinsi Pegu. Mendengar berita bencana banjir, relawan menghubungi Ling Mingqing seorang pengusaha lokal untuk berkoordinasi dengan pemerintah Kota Pegu dan mencari data jumlah pengungsi dan bahan bantuan yang diperlukan.

Bencana Banjir di Wilayah Sulit

Pada 9 Agustus 2019, relawan Tzu Chi dengan menempuh perjalanan lebih kurang 4 jam ke lokasi pengungsian untuk melakukan survei. "Kali ini datang untuk melakukan survei, karena pemberitaan di media bahan makanan sangat kurang di wilayah bencana," kata Li Jinlan, relawan Tzu Chi. Tiba di lokasi, relawan segera melihat kondisi wilayah terdampak banjir. "Pemberian bantuan

tidak bisa ditunda, warga sudah tidak punya bahan makanan. Bantuan Tzu Chi sangat tepat waktu. Mereka sangat gembira, hingga pegawai pemerintahan setempat bersedia membantu kami," kata Lin Mingqing.

Relawan juga melakukan survei dengan perahu didampingi Nyi Nyi Htwe, pegawai pemerintah wilayah khusus. "Pusat penampungan korban bencana sudah dibuka tiga hari, karena ketinggian air sudah melampaui batas berbahaya. Biasanya tinggi air pada musim hujan adalah 1.070 mm, kini mencapai 1.220 mm. Wilayah dataran rendah dan cekungan kebanyakan warga miskin, warga bekerja sebagai pekerja tidak tetap untuk mempertahankan hidup," jelas Nyi Nyi Htwe.

Tiba di wilayah bencana, beberapa warga desa mengungsi ke tempat penampungan. warga yang rumahnya agak tinggi tetap bertahan di dalam rumah. Relawan juga menemui beberapa warga yang tidak bersedia tinggal di penampungan sementara di wihara. Para warga mengeluh air tak kunjung surut.

Bantuan Untuk 1.150 Korban Banjir

Thet Nyunt Thet, Direktur Kementerian Pertanian Kota Nyaung Lay Pin membantu Tzu Chi dalam pembelian beras seribu paket untuk diberikan pada warga. "Kemarin Lin Mingqing menelepon, saya langsung menghubungi orang penggilingan beras, dan memilih jenis beras yang disukai penduduk desa," ungkap Thet Nyunt Thet. Selain beras, Thet Thet Nyunt juga membantu membeli sayuran, minyak goreng, dan bahan lainnya.

"Tzu Chi begitu bersungguh hati dalam membantu, saya dan pegawai lainnya ingin membantu semampu mungkin, memberi bantuan makanan kepada korban," ujar Thet Thet Nyunt. "saya sangat berterima kasih Tzu Chi datang tepat waktu. Relawan berhasil memberikan bantuan untuk 275 keluarga terdampak banjir, total berjumlah 1150 orang korban bencana banjir. relawan Tzu Chi pun berharap bantuan ini dapat mengatasi kesulitan warga untuk sementara.

□ Sumber: www.tzuchi.org
Diterjemahkan oleh: Novita (He Qi Utara 2)
Penyalaras: Agus Rijanto