



把握時間，
珍惜空間，
人與人之間要感恩，
尊重，愛。

Manfaatkan waktu dan hargaai ruang yang tersedia dengan sebaik-baiknya, di antara sesama harus bisa saling bersyukur, menghargai, dan mengasih.

Kata Perenungan
Master Cheng Yen

Download
Buletin Tzu Chi



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

Donasi Langsung

GPN QR Code Standar
Perbankan Nasional



Yayasan Buddha Tzu Chi
Indonesia



Menyambut Lebaran 2022, Tzu Chi Indonesia secara bertahap menyalurkan 74 ribu lebih paket lebaran ke wilayah DKI Jakarta, Banten, Jawa Barat, Jawa Tengah, dan Jawa Timur. Paket ini diharapkan dapat sedikit meringankan beban warga yang membutuhkan, khususnya dalam menyambut Hari Raya Idul Fitri.

Paket Lebaran 2022

Menebar Kasih di Bulan Berkah

"Kita adalah satu keluarga, kita harus saling peduli dan kita perlu menjaga silaturahmi ini, terlebih dalam bulan suci Ramadan. Semoga bantuan ini memberikan manfaat bagi penerimanya." (Sekretaris Umum Tzu Chi Indonesia, Hong Tjhin).

Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia bekerja sama dengan TNI dan Polri menggelar *Kick Off* Penyaluran Paket Cinta Kasih dalam rangka menyambut Hari Raya Idul Fitri 2022. Dalam kegiatan yang digelar di RPTRA Budi Mulia, Pademangan pada Sabtu, 9 April 2022 lalu ini, sebanyak 3.800 paket berisi 10 kg beras dan 10 bungkus Mi DAAI dibagikan kepada 207 RT di 15 RW di Pademangan, Jakarta Utara.

"Luar biasa hari ini, rasanya terbantu sekali," kata Nurdin seraya menenteng kantong putih berisi beras dan Mi DAAI di tangan kirinya, sedangkan tangan kanannya menggenggam celengan bambu. "Karena sudah lama *nggak* ada kegiatan, jadi celengan saya penuh. *Nah* kalau ada Buddha Tzu Chi kan pasti ada tuang celengan, jadi (celengan) ini haknya Tzu Chi, haknya penerima bantuan nantinya, makanya saya selalu isi dan bawa kalau ada kegiatan. *Nah*, tadi saya ikut tuang celengan dulu," lanjutnya sumringah.

Rasa sukacita Nurdin hari itu benar-benar terlukis di wajahnya. Walaupun ikut mengantre cukup panjang dalam keadaan cuaca yang sangat terik, ia tak mengeluh. Mantan penderita stroke ini bahkan masih membebat kaki kanannya yang terasa sedikit kaku karena penyakitnya, tapi ia tetap semangat tak ingin kalah dari mereka yang sehat.

"Terima kasih sekali kepada seluruh relawan. Kami semua terbantu dengan kegiatan sosial dari Buddha Tzu Chi ini.

Kalau boleh meminta, tolong jangan diputuskan jalinan jodohnya," kata Nurdin. "Kalau pun saya *nggak* dapat (bantuan) *nggak* masalah, tapi ada banyak warga lainnya yang lebih kekurangan yang seharusnya tetap mendapatkan bantuan," imbuhnya.

Dalamnya jalinan jodoh antara Tzu Chi dan masyarakat Pademangan memang tidak begitu saja terajut dengan cepat. Kiranya jodoh itu sudah berlangsung selama 14 tahun lamanya. Sejak Program Bebenah Kampung dimulai 14 Februari 2008 silam hingga kini.

Ungkapan Terima Kasih

"*Alhamdulillah*, relawan (Tzu Chi) *mah* *nggak* pernah lupa sama emak," kata Mak Asih (67). Ia adalah salah satu penerima paket yang begitu bersyukur karena berkesempatan menerima beras dan mi instan. Kebetulan relawan langsung datang ke rumahnya karena Mak Asih sudah tidak kuat berjalan jauh.

"Iya paketnya diterima. Tadi Emak *mah* *nggak* bisa ambil langsung, kakinya udah sakit kalau jalan jauh. Terima kasih ya Pak, Bu. Sejak dulu rumah saya dibedah (2013), sampai sekarang masih terus *diperhatiin*," imbuh Mak Asih ketika relawan mengantarkan beras langsung ke rumahnya.

Mak Asih yang sudah sepuh merasa sangat terbantu dengan beras dan mi instan dari relawan. Peralnya ia kini sudah tidak sekuat dulu. Kalau dulu ia

bisa menerima pekerjaan cuci gosok dan mendapatkan kira-kira 75 ribu setelahnya, kini ia hanya mampu duduk di rumah sambil menemani cucunya.

Dari 10 kilogram beras yang ia dapatkan, Mak Asih bisa menghemat pengeluaran keluarga selama dua bulan. Karena setiap harinya, ia hanya memasak beras setengah liter saja. "Kalau (bulan) puasa gini malah bisa lebih sedikit lagi. *Alhamdulillah* banget ini bisa hemat duit buat beli beras," katanya, "Terima kasih buat semua relawan, semoga berkah selalu, tetap bantu orang."

Senantiasa Mendampingi Warga

Keberadaan penerima bantuan yang merasa bersyukur dan terbantu dengan adanya paket ini senada dengan harapan dari Panglima Kodam Jaya Mayjen TNI Untung Budiharto yang hadir dalam *Kick Off* Penyaluran Paket Cinta Kasih ini. Ia dalam sambutannya memberikan apresiasi yang tinggi kepada Tzu Chi karena terus menebar cinta kasih dan kepedulian di tengah masyarakat.

"Ini merupakan bantuan yang patut kita hargaai dan kita dukung. Bantuan yang sangat berarti ini diharapkan dapat terus menjadi jalinan cinta kasih," tutur Mayjen TNI Untung Budiharto. "Seperti apa yang disampaikan Yayasan Buddha Tzu Chi, bahwa banyak hal yang bisa kita lakukan untuk membagikan kebahagiaan kepada masyarakat, kegiatan ini salah satunya.

Makanya ini menjadi sesuatu yang patut kita apresiasi dan dukung bersama. Terima kasih sebesar-besarnya kepada seluruh relawan dan tim yang telah menyukseskan kegiatan. Semoga bermanfaat untuk sesama dan bisa membantu kesulitan di masyarakat," lanjutnya.

Sementara itu Sekretaris Umum Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia, Hong Tjhin berharap bantuan ini bisa membantu mengisi kebutuhan warga di bulan Ramadan. "Kita adalah satu keluarga, kita harus saling peduli dan kita perlu menjaga silaturahmi ini, terlebih dalam bulan suci Ramadan. Semoga bantuan ini memberikan manfaat bagi penerimanya," ungkap Hong Tjhin.

No.	Wilayah Pembagian	Jumlah Paket
1	DKI Jakarta	35.701
2	Banten	20.990
3	Jawa Barat	11.000
4	Jawa Tengah	2.000
5	Jawa Timur	4.500
Total		74.191

Metta Wulandari

Artikel lengkap tentang
Menebar Kasih di Bulan
Berkah dapat dibaca di:
<https://bit.ly/3JRBMYa>





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 membantu di 127 negara, dan relawan Tzu Chi sudah tersebar di 66 negara.

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

Aktivitas Tzu Chi dibagi dalam 4 misi utama:

1. Misi Amal

Membantu masyarakat tidak mampu maupun yang tertimpa bencana alam/musibah.

2. Misi Kesehatan

Memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat dengan mengadakan pengobatan gratis, mendirikan rumah sakit, sekolah kedokteran, dan poliklinik.

3. Misi Pendidikan

Membentuk manusia seutuhnya, tidak hanya mengajarkan pengetahuan dan keterampilan, tapi juga budi pekerti dan nilai-nilai kemanusiaan.

4. Misi Budaya Humanis

Menjernihkan batin manusia melalui media cetak, elektronik, dan internet dengan melandaskan budaya cinta kasih universal.

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

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

Buletin Tzu Chi

PEMIMPIN UMUM: Agus Rijanto.
WAKIL PEMIMPIN UMUM: Hadi Pranoto. PEMIMPIN REDAKSI: Arimami Suryo A. EDITOR: Anand Yahya. STAF REDAKSI: Clarisa, Chandra Septiadi, Desvi Nataleni, Erli Tan, Erlina, Khusnul Khotimah, Nagatan, Metta Wulandari. SEKRETARIS: Bakron. KONTRIBUTOR: Relawan Zhen Shan Mei Tzu Chi Indonesia, Tim Dokumentasi Kantor Penghubung/Perwakilan Tzu Chi Indonesia. KREATIF: Erlin Septiana, Juliana Santy, Siladhamo Mulyono. DITERBITKAN OLEH: Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia. WEBSITE: Tim Redaksi. Dicitak oleh: CV. Gemilang Grafika (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.

Peresmian Program Bebenah Kampung Kamal Muara Tahap 2 Rumah Baru untuk Berlebaran

Apabila Hari Raya Idul Fitri identik dengan baju dan sepatu baru, lima warga Kamal Muara mempunyai berkah dan rezeki yang berlimpah dalam menyambut Lebaran di tahun 2022 ini, mereka menerima rumah baru. Jumat, 15 April 2022, Tzu Chi Indonesia meresmikan lima rumah melalui program Bebenah Kampung Tzu Chi tahap kedua di Kamal Muara, Jakarta Utara.

“Alhamdulillah Bu... Sudah 40 tahun kami hidup di rumah yang *nggak* layak. Rombeng kata saya *mah*. Sampai *nggak* bisa *ngomong* apa-apa lihat rumah baru ini. Cuma bisa nangis bahagia,” kata Kartini yang terharu kala membuka rumah barunya bersama relawan Tzu Chi.

Bagi Kartini, rumah baru ini adalah berkah Ramadan yang untuk memimpikannya saja ia tak berani. Makanya ketika mendapati rumahnya benar-benar dibangun kembali, bukan main kebahagiaan yang ia rasakan. “Kemarin, sebelum semuanya jadi, saya datang ke sini buat lihat-lihat. Saya menangis, sujud syukur saya *Buk* di depan wc-nya. Seumur-umur, saya *nggak* punya wc. *Alhamdulillah* ya Allah, ini semuanya bagus sekali,” lanjutnya menahan air mata bahagia. Kartini mengibaratkan ini adalah rezeki yang katanya sudah tertakar, juga tidak akan tertukar.

Sepanjang tinggal di Kamal Muara, Kartini dan suaminya, Mohammad tak punya tempat yang layak sekalipun untuk tidur. Walaupun ia memanggil bangunan reot yang mereka tinggali dengan sebutan rumah, tapi itu bukanlah rumah. Tak ada dinding yang kuat, tak ada kasur yang nyaman, tak ada atap yang cukup melindungi, tak ada dapur yang menjadi jantung kehidupan keluarga, dan tak ada toilet. Rumah seharusnya bisa menjadi tempat berlindung yang aman, tapi rumah Kartini dan Mohammad tidak demikian.

Kini Kartini dan Mohammad menempati rumah dengan tembok yang kokoh. Di dalam rumah berukuran 4,9 X 11 m² itu juga sudah ada dua kamar tidur, satu kamar mandi, dapur, dan juga ruang tamu. Rumah yang bagi mereka sudah sangat lapang dan cocok untuk momen



Tzu Chi Indonesia meresmikan lima rumah yang sudah selesai dibangun dalam Program Bebenah Kampung Tzu Chi tahap kedua di Kamal Muara, Jakarta Utara. Salah satunya adalah Mohammad, yang kini memiliki rumah yang sehat dan layak huni.

menyambut keluarga serta sanak saudara ketika momen Lebaran tiba.

“Bersyukur sekali nanti sebentar lagi Lebaran sudah nyaman, Bu. Sudah bisa dikit-dikit pakai dapur untuk masak ketupat,” tuturnya. “Kalau dulu lebaran selalu beli (ketupat) 20 ribu dapat 5 biji saja karena dimakan sendiri. Karena *nggak* ada kompor gas juga, masaknya dulu pakai kompor minyak yang sumbu 12, yang kecil pakai minyak tanah ½ liter. Sekarang *Alhamdulillah* ada diberikan kompor gas juga, *rice cooker*. Ya Allah... baik sekali,” kata Kartini kembali menangis, ia juga ingin sekali relawan bisa mampir ke rumahnya saat Lebaran nanti.

Melengkapi Kebahagiaan Warga

Selain bangunan rumah yang kokoh, relawan juga melengkapi kebahagiaan lima warga penerima bantuan bedah rumah dengan memberikan mereka perabotan rumah tangga. Relawan yang menginisiasi bantuan ini pun bukan tanpa sebab, mereka tahu betul bahwa perabotan di rumah lama para warga sudah tidak bisa digunakan kembali.

Selain para relawan Tzu Chi, Camat Penjaringan Depika Romadi juga turut hadir dalam peresmian program Bebenah Kampung tahap kedua di Kamal Muara. Ia tak lupa memberikan

ucapan selamat dan mewakili warga mengungkapkan terima kasih kepada seluruh relawan dan donatur.

“Saya sangat bahagia dan ingin berterima kasih juga mengapresiasi kegiatan ini karena Tzu Chi memberikan bantuan pembangunan rumah bagi warga. Rumah yang benar-benar dibutuhkan dan menjadi kebutuhan pokok mereka,” tutur Depika Romadi.

Di seluruh Indonesia, Program Bebenah Kampung Tzu Chi sudah dimulai sejak tahun 2006 dan telah berhasil membangun 1.041 rumah. Sementara di Kamal Muara, program ini dimulai sejak tahun 2018 dan hingga kini, sudah ada 15 rumah tak layak huni dibangun kembali.

“Program Bebenah Kampung bertujuan untuk menumbuhkan harapan dan menciptakan kehidupan yang jauh lebih baik bagi mereka yang benar-benar membutuhkannya. Kami berharap masyarakat memiliki hunian yang nyaman, aman, baik, dan sehat karena semua hal baik berawal dari rumah,” tutur Lo Hok Lay, relawan Tzu Chi.

Metta Wulandari

Artikel lengkap Rumah Baru untuk Berlebaran dapat dibaca di:
<https://bit.ly/3L2VrAu>



Dari Redaksi

Menyambut Hari Raya Dengan Bersumbangsih

Memasuki bulan Ramadan dan menyambut datangnya Hari Raya Idul Fitri, Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia membagikan Paket Lebaran 2022 berupa sembako. Kegiatan yang berlangsung sejak awal Ramadan ini menasar kepada warga terdampak pandemi *Covid-19* serta warga prasejahtera di beberapa wilayah di Pulau Jawa.

Bantuan paket sembako berupa 10 kg beras, 10 bungkus mi DAAI, dan 1 liter minyak goreng ini merupakan kumpulan cinta kasih dari para donatur Tzu Chi. Sekaligus sebagai wujud solidaritas untuk meringankan beban sesama yang mengalami kesulitan. Di sisi lain, eratnya toleransi

antar umat beragama juga terus di pupuk dari kegiatan pembagian paket sembako ini.

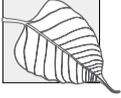
Jadi selama Ramadan di bulan April 2022, relawan Tzu Chi di berbagai komunitas secara bertahap membagikan paket sembako kepada masyarakat yang membutuhkan di wilayah Jakarta, Banten, Jawa Barat, Jawa Tengah, dan Jawa Timur. Bantuan Paket Lebaran 2022 ini pun akan habis pada saatnya, tetapi cinta kasih dari Tzu Chi yang terselip didalamnya akan terus ada di hati para penerima bantuan.

Masih dalam menyambut Hari Raya Idul Fitri, Tzu Chi juga memberikan “bingkisan” (kejutan) kepada warga Kamal Muara, Penjaringan, Jakarta

Utara di bulan April 2022. Kejutan penuh berkah ini berupa peresmian rumah yang telah direnovasi dalam Program Bedah Kampung Tzu Chi di Kamal Muara Tahap Ke-2.

Sebanyak 5 rumah diserahkan kembali kepada pemiliknya setelah beberapa bulan direnovasi Tzu Chi. Rumah yang tadinya kondisinya tidak layak huni, kotor, bocor, dan lebih rendah dari jalan, kini sudah berubah menjadi rumah yang sehat, bersih, dan layak huni. Semoga warga penerima bantuan bedah rumah ini dapat merayakan Lebaran dengan penuh sukacita di rumah yang baru.

Arimami Suryo A.
Pemimpin Redaksi



Pesan Master Cheng Yen

Berdoa untuk Keharmonisan Dunia dengan Cinta Kasih

*Antarumat beragama saling menolong dan memiliki arah yang sama
Membentangkan jalan dengan welas asih dan mempraktikkan kebajikan bersama
Berusaha yang terbaik untuk memababarkan Dharma dan membimbing semua makhluk
Semoga keharmonisan dunia dapat terwujud*



Artikel dan video dapat dilihat di:
<https://bit.ly/36q88pU>

"**J**adi kali ini karena menjelang Ramadan, kita membagikan paket beras di Kelurahan Semanan tepatnya di daerah Kampung Bulak. Karena daerah ini memang terkenal ekonominya agak rendah dan sering terjadi banjir dan macam-macam," kata Elvina relawan Tzu Chi.

"Saya berterima kasih sekali diadakan acara bantuan cinta kasih ini ya khususnya di bulan Ramadan. Saya berharap mudah-mudahan bantuan yang diberikan bisa bermanfaat dan meringankan beban warga kami yang tidak mampu di Kelurahan Semanan khususnya di RW 01," kata Bayu Fadayan Gantha, Lurah Semanan.

Saya sering kali berkata bahwa kita tidak boleh memandang perbedaan agama. Semua orang membutuhkan agama ataupun keyakinan sebagai pedoman. Asalkan keyakinan seseorang itu benar, kita harus menunjukkan rasa hormat kita.

Bulan ini merupakan bulan Ramadan bagi umat Islam. Mereka menjalankan puasa dari subuh hingga matahari terbenam. Mereka menaati aturan dengan menjaga mulut, pikiran, dan tubuh mereka. Demikianlah mereka menyucikan tubuh, mulut, dan pikiran mereka. Di bulan Ramadan ini, umat Islam harus menaati aturan, berbuat baik, dan tulus menjalankan ibadah. Inilah bulan Ramadan umat Islam.

Menggalang Dana untuk Pembangunan Masjid di Turki

Kita melihat bagaimana Hu Guang-zhong, relawan kita di Turki,

menjalankan Tzu Chi dan juga membantu warga kurang mampu di sana. Beliau bertanggung jawab atas bantuan Tzu Chi di sana. Untuk menyelesaikan pembangunan tahap akhir sebuah masjid di sana, beliau pun memberi bantuan dengan cara Tzu Chi.

Ketika beliau mengusulkan untuk menggalang dana demi pembangunan masjid, banyak orang yang mengatakan bahwa itu hal yang mustahil. Namun, menurutnya, itu tidaklah mustahil jika dilakukan dengan cara Tzu Chi. Kemudian, beliau pun mengajak para pengungsi dari Suriah untuk berdonasi. Tak disangka, banyak orang yang antusias untuk berdonasi.

Baik anak-anak, orang dewasa, maupun mereka yang lanjut usia (Lansia), semuanya bersedia untuk berdonasi semampu mereka meski mereka hidup kekurangan. Jadi, inilah yang disebut butiran padi dapat memenuhi lumbung; tetesan air dapat membentuk sungai. Lihatlah jumlah donasi yang terus bertambah di sana.

Inilah yang dikatakan oleh Buddha bahwa setiap orang memiliki hakikat yang sama, yakni hakikat kebuddhaan. Sifat hakiki setiap orang setara dengan Buddha. Jadi, semua makhluk memiliki hati Buddha yang seperti hati para Bodhisatwa dan hati orang tua.

Lihatlah, mereka saling merangkul seperti orang tua dan anak yang saling merangkul dan mengasih. Cinta kasih seperti itu dimiliki oleh agama apa pun. Asalkan kita memiliki tekad, semua kesulitan dapat teratasi. Asalkan sesuatu itu benar dan baik, maka lakukan saja.

Melihat apa yang dilakukan oleh relawan kita, saya juga sangat tersentuh.

Relawan kita terus mengimbau semua orang untuk membantu orang-orang yang menderita seperti yang dilakukan Tzu Chi. Relawan kita mendirikan sekolah agar anak-anak di sana dapat mengenyam pendidikan. Untuk mendukung keyakinan warga di sana, relawan kita juga membantu membangun masjid. Saya sungguh sangat mengagumi relawan kita. Mereka bersedia untuk bersedia.

Memberi Perhatian Kepada Para Pengungsi Ukraina

Saya juga telah memberi tahu ketua misi amal kita bahwa kita harus terus memberikan bantuan kepada mereka yang sangat membutuhkan saat ini. Akibat perang antara Rusia dan Ukraina, banyak orang telah melarikan diri. Kita juga harus menyalurkan bantuan bagi mereka. Setiap hari, saya bertanya tentang para pengungsi dan memperhatikan kondisi mereka. Lebih dari empat juta warga Ukraina telah melintasi perbatasan ke negara lain. Ke manakah mereka harus pergi?

Kita semua berharap perang bisa segera berakhir. Meskipun rumah mereka telah hancur, tetapi mereka tetap menaruh harapan. Meskipun negara asal mereka masih dalam kondisi yang sangat berbahaya, tetapi mereka yang sulit untuk bertahan hidup di negara lain terpaksa kembali ke negara asal dan menunggu situasi membaik. Betapa tak berdayanya mereka. Entah bagaimana

mendesripsikan penderitaan dan kondisi kehidupan mereka.

Setiap hari, ketika menyaksikan tayangan tentang kondisi mereka, saya selalu menghela napas karena merasa kita sungguh tak berdaya. Jadi, Bodhisatwa sekalian, teruslah mengimbau semua orang untuk bersedia. Tidak peduli tekad mereka terbangkitkan atau tidak, yang terpenting ialah kita sudah mengusahakan yang terbaik dengan sepenuh hati dan tenaga.

Setiap hari, setelah memberikan ceramah, saya selalu merasa lebih tenang. Ketika saya memberikan ceramah dan mengimbau semua orang untuk bersedia, tentu insaan Tzu Chi di seluruh dunia dapat mendengar apa yang saya sampaikan. Jadi, setelah menyampaikannya, saya pun merasa lebih tenang. Jika tidak menyampaikannya, saya akan merasa bahwa saya tidak menunaikan tanggung jawab saya dan saya pun akan merasa sangat sedih.

Saya bersyukur kepada kalian semua yang telah bertekad untuk bersedia. Kita memiliki ikrar yang sama. Tidak peduli seberapa besar kekuatan yang kita miliki, dengan berusaha sepenuh hati dan tenaga untuk menjalankan ikrar yang sama, kita dapat mewujudkan keharmonisan dunia.

□ Ceramah Master Cheng Yen tanggal 12 April 2022
Sumber: Lentera Kehidupan - DAAI TV Indonesia
Penerjemah: Hendry, Karlana, Marlina, Devi
Ditayangkan tanggal 14 April 2022

茹素護生勤造福 共善愛灑信願行

Bervegetaris, Melindungi Kehidupan, dan Ciat Menciptakan Berkah; Bersama Menebarkan Kebajikan serta Cinta Kasih dengan Keyakinan, Ikrar, dan Praktik

Master Cheng Yen Menjawab

Tanpa Pamrih Baru Akan Mendatangkan Pahala Kebajikan yang Sesungguhnya

Ada orang yang bertanya kepada Master Cheng Yen:

Saya ingin menyumbangkan lebih banyak uang dan melakukan lebih banyak perbuatan baik, dengan harapan agar diberikan tubuh yang sehat dan tidak lagi sakit-sakitan.

Master Cheng Yen menjawab:

Jika Anda sakit, seharusnya Anda berobat ke dokter. Saat melakukan perbuatan baik, jangan menyimpan sikap dan pemikiran jika nantinya ada sesuatu yang akan diperoleh. Jangan menjadikan perbuatan baik sebagai syarat pertukaran, kalau bersedia tanpa pamrih, baru mendatangkan pahala kebajikan yang sesungguhnya.

□ Sumber: Buku Master Cheng Yen menjawab pertanyaan dari para tamu (Bagian I. Lahir, Menjadi Tua, Sakit dan Mati)

Genta Hati

Makna Tanpa Batas di Hati Semua Orang

Orang banyak mampu menghimpun cinta kasih dan kekuatan tak terhingga, bagaikan semut kecil yang mendaki Gunung Sumeru atau kunang-kunang yang membawa cahaya; berikrar menyelamatkan semua makhluk yang tak terbatas, berikrar senantiasa mempelajari pintu Dharma yang tak terhingga, bergandeng tangan menapaki Jalan Bodhisatwa hingga mencapai pencerahan yang sama dengan Buddha; terjun ke tengah masyarakat untuk memahami kebenaran, menjalankan praktik nyata untuk menolong mereka yang menderita, dengan cinta kasih membentangkan jalan yang lurus dan lapang.

Wejangan Master Cheng Yen dalam Pemberkahan Akhir Tahun Taiwan Utara sesi ke-4, 7 November 2021



TZU CHI ACEH: Kunjungan Kasih

Perhatian untuk Anak-Anak Rumah Singgah C-Four

Memasuki bulan suci Ramadan, relawan Tzu Chi Aceh melakukan kunjungan kasih ke Rumah Singgah C-Four yang berlokasi di Banda Aceh. Rumah singgah ini merupakan tempat tinggal sementara bagi anak-anak penderita kanker yang berdomisili di luar daerah Banda Aceh seperti Sigli, Takengon, Subuh Salam, Lhokseumawe, Aceh Tamiang, dan daerah lainnya. Mereka datang ke Banda Aceh untuk berobat ke RSUDZA (Rumah Sakit Umum Daerah dr. Zainoel Abidin) dan menjalani kemoterapi rutin setiap bulan.

Pada Minggu, 10 April 2022, sebanyak 15 relawan Tzu Chi Aceh berangkat pukul 17.30 WIB menuju Rumah Singgah C-Four yang beralamat di Jl. Sepat, Lampriet, Banda Aceh. Dalam kunjungan ini relawan membawakan kebutuhan sehari-hari berupa sembako, susu, roti, kue, biskuit, baju layak pakai, sirup, serta makanan dan minuman untuk berbuka puasa.

Tiba di rumah singgah, relawan disambut baik oleh Ketua Pengurus Rumah Singgah C-Four, Ratna dan para pengurus. Ratna sendiri adalah sosok wanita yang ramah, lembut dan

penuh welas asih, yang telah berjuang keras mendirikan rumah singgah untuk membantu anak-anak penderita kanker. Bukan hanya memberikan tempat bernaung, namun juga memenuhi kebutuhan makan sehari-hari bagi anak-anak dan orang tua yang mendampingi.

Jumlah anak-anak yang saat ini berada di Rumah Singgah C-Four sebanyak 13 orang. Kondisi penyakit anak-anak yang berada di rumah singgah ini juga berbeda-beda, seperti kanker darah, kanker mata, talasemia, hidrosefalus, kanker mulut, dan kanker getah bening.

Kegiatan diawali dengan sambutan dari Ratna, dimana beliau sangat terharu dan berterima kasih kepada Tzu Chi atas kunjungan dan bantuannya. "Sangat tersentuh dengan bantuan Tzu Chi ini, tentunya sangat bermanfaat bagi para penghuni di sini," ungkap Ratna. Ketua Tzu Chi Aceh Fenny juga berterima kasih kepada semua pengurus yang sudah memberikan kesempatan kepada Tzu Chi untuk berbagi kasih di bulan suci umat Islam ini.

□ Akiem (Tzu Chi Aceh)



Relawan Tzu Chi Aceh melakukan kunjungan kasih ke Rumah Singgah C-Four di Banda Aceh. Relawan juga membawa bantuan berupa kebutuhan sehari-hari untuk para penghuni Rumah Singgah C-Four, yang rata-rata menderita kanker.



Jembatan Simpay Asih Cikawung merupakan jembatan ke-6 yang dibangun Tzu Chi Bandung untuk membantu aktivitas warga. Insert: Perwakilan Pemkab Cianjur dan relawan Tzu Chi Bandung menandatangani prasasti Jembatan Simpay Asih Cikawung.

TZU CHI BANDUNG: Peresmian Jembatan Simpay Asih Cikawung Jembatan Baru, Harapan Baru

Pada Selasa, 29 Maret 2022, relawan Tzu Chi Bandung, Cianjur, dan Jakarta menghadiri peresmian Jembatan Simpay Asih Cikawung di Desa Sukabungah, Kec. Campakamulya, Kab. Cianjur, Jawa Barat. Jembatan ini merupakan jembatan ke-6 yang dibangun Tzu Chi Bandung. Jembatan sepanjang 70 meter dan lebar 1,2 meter ini diresmikan oleh Budi Rahayu Toyib selaku Asisten Daerah (Asda) Bidang Perekonomian & Pembangunan Kab. Cianjur bersama relawan Tzu Chi.

Menurut Budi, pembangunan jembatan ini sangat baik dan bermanfaat bagi warga. "Saya atas nama Pemerintah Kabupaten Cianjur mengucapkan terima kasih kepada Yayasan Buddha Tzu Chi, Satgas Citarum Harum yang telah membangun Jembatan Simpay Asih Cikawung. Tentunya ini banyak manfaatnya buat warga Desa Sukabungah, juga untuk pendidikan sehingga anak sekolah bisa memanfaatkan jembatan ini," ucap Budi.

Bermula dari informasi warga, maka relawan Tzu Chi Cianjur dan Bandung melakukan survei pada 21

Oktober 2021. "Jembatannya hanya mengandalkan dua batang bambu. Bulan November 2021 kita rencanakan mulai pembangunan jembatan ini. Kita berharap jembatan ini dijaga dirawat sehingga bisa meningkatkan perekonomian warga," ungkap At Sutardi, relawan Tzu Chi Cianjur.

Salah satu warga yang mengandalkan jembatan ini adalah Firman (18). Siswa SMK Cibanggala ini harus menyeberang jembatan yang terbuat dari dua batang bambu untuk bisa sampai ke sekolah. "Tiap hari ke sekolah harus menyeberang jembatan bambu itu, karena kalau memutar jalan bisa lebih dari satu jam untuk sampai sekolah. Jadi mau *gak* mau ya saya lewati jembatan ini," ujar Firman.

Warga lainnya yang merasakan manfaat pembangunan jembatan ini adalah Andi (32), seorang penjual makanan keliling dari Desa Cibanggala. "Sekarang sudah ada jembatan jadi lebih nyaman buat menyeberang ke desa ini (Desa Sukabungah). *Alhamdulillah* enak, *gak* susah lagi buat nyeberang," ucap Andi gembira.

□ Rizki Hermadinata (Tzu Chi Bandung)

TZU CHI BATAM: Peresmian Kantor Baru Tzu Chi Tanjung Pinang

Memupuk Berkah di Rumah Baru

Setelah penantian selama 8 tahun, akhirnya Tzu Chi Tanjung Pinang mempunyai *rumah batin* sendiri yang diresmikan pada Sabtu, 16 April 2022. Kegiatan peresmian ini terlaksana berkat jalinan jodoh baik dan kemurnian hati seorang donatur Tzu Chi yang menawarkan rukonya untuk dijadikan Kantor Tzu Chi Tanjung Pinang.

"Selama ini Tzu Chi di Tanjung Pinang sewa tempat untuk dijadikan kantor, mana boleh seperti itu. Tzu Chi adalah wadah membantu orang lain, masak harus sewa terus," tegas Koei Ngo, salah satu donatur Tzu Chi.

Sungguh berkah yang luar biasa bagi Tzu Chi Tanjung Pinang mendapatkan *rumah batin* yang bisa merangkul lebih banyak relawan. Kepercayaan Koei Ngo dan pemindahan Kantor Tzu Chi Tanjung Pinang ke lokasi yang baru menjadi dorongan yang lebih kuat bagi Ketua Tzu Chi Tanjung Pinang, Dewiningsih.

"Selama ini merasa langkah agak lambat tidak bisa mengikuti langkah Master Cheng Yen. Jadi kita harus kejar langkah itu supaya yang akan datang lebih baik. Tzu Chi lebih berkembang sehingga kita menetapkan kegiatan pelestarian lingkungan supaya bisa merangkul lebih banyak relawan bergabung di Tzu Chi," jelasnya.

Acara peresmian Kantor Tzu Chi Tanjung Pinang di tempat yang baru ini dihadiri oleh 31 relawan Tzu Chi Tanjung Pinang dan 7 relawan Tzu Chi Batam. "Harapannya, semoga bisa membantu lebih banyak orang lagi di Tanjung Pinang. Mudah-mudahan dengan adanya rumah sendiri ini relawan segera bertambah banyak sehingga mempunyai kekuatan besar untuk melakukan Misi-Misi Tzu Chi ke depannya," ungkap Ketua Tzu Chi Batam, Rudi Tan.

□ Suwati (Tzu Chi Batam)



Relawan Tzu Chi Tanjung Pinang dan relawan Tzu Chi Batam bersama-sama menarik kain merah penutup papan nama dalam acara Peresmian Kantor Penghubung Tzu Chi Tanjung Pinang di tempat yang baru.



Marcopolo AT (Tzu Chi Biak)

Relawan Tzu Chi Biak mengadakan Sosialisasi Misi Amal Tzu Chi (SMAT) dengan membagikan celengan bambu kepada para karyawan Swiss-Belhotel Cendrawasih, Biak, Papua.

TZU CHI BIAK: Sosialisasi Misi Amal Tzu Chi

Menabur Ladang Berkah Baru

Untuk menumbuhkembangkan pengetahuan akan Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia maka Tzu Chi Biak mengadakan Sosialisasi Misi Amal Tzu Chi (SMAT) di Swiss-Belhotel Cendrawasih, Biak. Hal ini penting dilakukan karena masih banyak masyarakat di Biak yang belum mengenal atau mengetahui Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia. Sehingga ke depannya apabila mempunyai misi yang sama maka Tzu Chi Biak akan bergandeng tangan dengan Swiss-Belhotel Cendrawasih melayani masyarakat Biak.

Sosialisasi ini diadakan lagi setelah sekian lama kegiatan yang melibatkan masyarakat dihentikan akibat pandemi Covid-19. Namun demikian, protokol kesehatan masih diterapkan dengan menjaga jarak dan memakai masker. Dalam sosialisasi ini relawan juga menerangkan Visi dan Misi Tzu Chi yaitu untuk mewujudkan masyarakat yang aman tentram dan dunia bebas dari bencana.

Susanto Pirono, Ketua Tzu Chi Papua dan Papua Barat dalam pesan cinta kasihnya mengatakan, "Marilah kita bersama-sama bermanfaat bagi masyarakat sebagai insan dunia serta menolong masyarakat yang perlu dibantu untuk mendapatkan pertolongan."

Relawan Yohan Anton Khoo yang pada kesempatan itu memberikan *sharing* tentang perubahan diri setelah bergabung di Tzu Chi. "Perilaku dan perbuatan saya banyak mengalami perubahan setelah mengikuti Tzu Chi, saya lebih sabar dalam ucapan dan perbuatan," ucapnya.

Dalam sosialisasi ini sebanyak 50 celengan bambu berhasil didistribusikan kepada pihak manajemen dan karyawan hotel. Selain itu juga diberikan buku Kata Perenungan Master Cheng Yen yang diletakkan di dalam setiap kamar di Swiss-Belhotel Cendrawasih, Biak.

□ Marcopolo AT (Tzu Chi Biak)

TZU CHI JAMBI: Bantuan Bagi Korban Kebakaran

Perhatian untuk Korban Kebakaran di Danau Sipin

Kebakaran yang terjadi pada Selasa, 12 April 2022 di Lorong Cendana, RT 02, Solok Sipin, Danau Sipin, Jambi meninggalkan duka bagi warga yang rumahnya terbakar. Setelah mendapat informasi adanya kebakaran, esoknya yaitu Rabu, 13 April 2022, Rusman relawan Tzu Chi Jambi langsung turun ke lapangan untuk melihat kondisi rumah warga yang terbakar.

Dari hasil survei diketahui ada 12 rumah warga yang terbakar. Tzu Chi Jambi kemudian berinisiatif memberikan bantuan sembako dan pakaian layak pakai untuk para korban musibah kebakaran. Pembagian bantuan tersebut diadakan pada Jumat, 15 April 2022 dan dihadiri 19 relawan. Acara pembagian bantuan berjalan lancar dan tetap menerapkan protokol kesehatan.

"Saya sangat gembira melihat kebersamaan para relawan Tzu Chi Jambi yang tulus dalam berbagi kebahagiaan kepada saudara-saudara kita yang sedang membutuhkan. Saya juga merasa bahagia melihat wajah para

warga yang damai dan bahagia dengan kehadiran teman-teman Tzu Chi," kata Suwarni, koordinator kegiatan.

Sumbangan sembako dan pakaian layak pakai ini disambut hangat oleh para warga yang menjadi korban kebakaran, salah satunya adalah Lidya. "Saya sangat berterima kasih kepada Tzu Chi yang sangat peduli kepada kami yang lagi *ketimpa* musibah ini. Terima kasih untuk sumbangan sembako dan pakaian yang menurut saya memang sangat kami butuhkan saat ini," ungkap Lidya penuh haru dan bahagia.

Ketua RT 02 Solok Sipin, Soneta sangat bersyukur dengan kedatangan relawan Tzu Chi yang memberikan sumbangan ini. "Saya sangat berterima kasih kepada teman-teman dari Yayasan Buddha Tzu Chi untuk sumbangannya kepada warga kami yang sedang kena musibah. Semoga teman-teman dari Yayasan Tzu Chi sehat selalu, dan sekali lagi mewakili warga saya mengucapkan banyak terima kasih," ungkapnya

□ Suriyanto Wijaya (Tzu Chi Jambi)



Ortwen (Tzu Chi Jambi)

Relawan Tzu Chi Jambi menyerahkan bantuan berupa sembako dan pakaian layak pakai kepada 12 warga Lorong Cendana, RT 02, Solok Sipin yang rumahnya terbakar pada 12 April 2022.

TZU CHI MAKASSAR: Berbagi di Bulan Ramadan

Berbagi Berkah dengan Berbagi Takjil

Dalam menyambut bulan Ramadan, Tzu Chi Makassar melaksanakan pembagian *takjil* (makanan kecil atau minuman untuk berbuka puasa) pada Selasa, 12 April 2022. Kegiatan ini menyasar kepada para pedagang kaki lima, pengemudi ojek *online*, pemulung, dan tukang parkir yang tengah menjalankan aktivitasnya di bulan puasa.

Mulai dari setelah waktu salat Ashar, para relawan Tzu Chi sudah berkumpul di Kantor Tzu Chi Makassar untuk menyiapkan *takjil* yang dibuat sendiri oleh relawan Tzu Chi. Sebanyak 120 gelas es buah dan 120 paket mi DAAI (isi 10 bungkus) dibagikan dalam kegiatan ini. Pembagian *takjil* kemudian tersebar dalam beberapa titik lokasi. Sebanyak 24 relawan menyebar ke lokasi yang ditentukan lalu mulai membagikan *takjil* pada pukul 17.00 WITA.

"Kami ingin berbagi syukur kepada saudara kami umat Islam yang melaksanakan puasa. Apalagi para

pengemudi ojek *online* yang biasanya saat buka puasa masih melayani pelanggan dan tidak sempat beli menu buka puasa. Kami berharap *takjil* dari kami dapat membantu," kata Nuraisyah, relawan Tzu Chi.

Lebih lanjut Nuraisyah mengungkapkan bahwa kegiatan pembagian *takjil* ini akan digelar selama 3 kali selama bulan Ramadan dengan menu yang berbeda-beda. "Minggu depan kami berbagi lagi, tentunya dengan menu yang berbeda," ucapnya.

Dengan berbagi *takjil*, relawan Tzu Chi Makassar berharap dapat memberikan sedikit berkah kepada mereka yang sangat membutuhkan. Apalagi memberikan makanan buka puasa kepada orang lain tentunya bernilai pahala. "Kami bahkan berharap jumlah menu untuk pembagian selanjutnya dapat bertambah sehingga yang dapat bisa lebih banyak," tutup Nuraisyah.

□ Sutriani (Tzu Chi Makassar)



Syanny Wijaya (Tzu Chi Makassar)

Relawan Tzu Chi Makassar menyiapkan *takjil* yang akan dibagikan kepada pedagang kaki lima, pengemudi ojek *online*, pemulung, dan tukang parkir di beberapa lokasi di Kota Makassar.

Johan (Relawan Tzu Chi Jakarta)

Berusaha Mengemban Tugas dengan Baik



Dok. He Qi Pusat

Tahun 2015 saya diberikan hadiah buku oleh tetangga, dari buku itulah saya mengenal Master Cheng Yen dan Tzu Chi. Jadi waktu itu tetangga saya yang juga relawan Tzu Chi sedang menggalang dana, jadi saya ikut berdonasi. Setelah itu dia memberikan buku *Teladan Cinta Kasih* sebagai ungkapan terima kasih.

Setelah membaca buku itu, saya sangat terharu melihat perjuangan Master Cheng Yen. Saya tertarik dan tanya ke tetangga saya itu. "Ci, yayasan ini ada gak sih di Indonesia?" Lalu dijawab ada. Setelah mendapat informasi tentang pendaftaran relawan Tzu Chi, saya berinisiatif datang ke ITC Mangga Dua (Kantor Relawan Tzu Chi Komunitas He Qi Pusat). Waktu saya datang kebetulan sedang ada kegiatan

bedah buku, saya pun langsung ikut kegiatan tersebut.

Sejak tahun 2015 itulah, setiap kali ada kegiatan relawan Tzu Chi di Kantor He Qi Pusat, saya selalu datang. Setelah cukup *familiar*, beberapa relawan juga menghubungi saya dan diminta ikut membantu kegiatan misi pendidikan khususnya di Kelas Teratai. Kemudian di tahun 2016, saya sudah berseragam Abu Putih. Pelatihan relawan, kunjungan kasih, baksos, dan berbagai kegiatan relawan Tzu Chi di komunitas He Qi Pusat saya ikuti sampai dilantik menjadi relawan Calon Komite di tahun 2018.

Di Tzu Chi, saya merasa masuk ke dalam suatu komunitas yang baik, lalu pelan-pelan sikap dan karakter kita ikut berubah menjadi baik tentu itu satu hal

"Master Cheng Yen itu contoh nyata dan teladan cinta kasih."

yang patut disyukuri. Sebelum kenal Tzu Chi, kehidupan saya ya hanya kerja dan cari uang. Setelah itu *happy-happy* sama teman. Kayaknya ya *nggak* bermanfaat banget. Setelah masuk Tzu Chi saya banyak melihat orang-orang yang kurang beruntung. Jadi akhirnya tergerak hati saya untuk menjadi orang yang lebih bermafaat bagi orang lain, sambil belajar mengontrol emosi, kesabaran dan lainnya.

Bagi saya sosok Master Cheng Yen bukan hanya sebagai guru, tetapi juga seorang ibu bagi saya. Beliau memberikan cinta kasih kepada semua orang secara adil dan universal tanpa membeda-bedakan. Contoh nyata dan teladan cinta kasih yang bisa kita lihat di kehidupan saat ini. Maka dari itu, saya pun mulai berpola hidup vegetaris sejak September 2016 karena sudah bertekad mengikuti ajaran Master Cheng Yen.

"Kita tidak mampu mengendalikan panjangnya sebuah kehidupan, tetapi kita sendiri mampu merintis dan mengembangkan potensi dalam kehidupan yang bermanfaat bagi banyak orang." Itulah Kata Perenungan Master Cheng Yen yang terus saya pegang teguh. Sebelumnya kehidupan saya jarang digunakan untuk hal yang bermanfaat, selalu menghabiskan waktu untuk kesenangan diri sendiri.

Keluarga ikut mendukung saya dalam berkegiatan di Tzu Chi, walaupun awalnya anak-anak saya agak aneh. Kok pergi-pergi terus, selalu berseragam, jadi mereka agak cemburu. Cuma seiring berjalannya waktu, mereka menerima dan mengetahui kalau Tzu Chi adalah komunitas yang baik. Selain di keluarga, Tzu Chi juga sering saya kenalkan kepada teman dan kolega di lingkungan pekerjaan saya. Intinya harus bisa mengontrol waktu antara keluarga, pekerjaan, dan menjadi relawan Tzu Chi.

Tentunya bisa menjadi murid Master Cheng Yen adalah salah satu anugerah dalam hidup saya. Sejak dilantik menjadi relawan Komite Tzu Chi pada tahun 2019, saya pun bertekad akan mengikuti ajaran Master Cheng Yen seumur hidup saya. Dengan tekad tersebut, saya pun berusaha dengan baik dalam mengemban tugas sebagai Ketua Relawan Tzu Chi Komunitas He Qi Pusat periode 2022-2023 ini.

Dan tentunya ke depannya, saya bersama-sama dengan relawan lainnya, akan selalu bersatu hati dan bergotong royong dalam memberi perhatian dan bantuan bagi yang memerlukan. Tetapi tidak menutup kemungkinan jika saya dibutuhkan dimana saja saya akan berusaha untuk selalu siap menyumbangkan tenaga, pikiran, sekaligus menjadi mata dan telinga Master Cheng Yen.

□ Seperti yang dituturkan kepada Arimami Suryo A.

Kunjungan Kasih Mendukung Marcel untuk Sembuh

Marcel Melky Ainusi (8), pasien asal Manokwari Selatan, Papua Barat menjalani pengobatan dan operasi di RSCM Jakarta. Tzu Chi membantu biaya akomodasi, tindakan medis atau obat yang tidak ditanggung oleh BPJS, dan biaya makan selama di Jakarta. Marcel bersama sang Ibu Yuliance Mathelda Ainusi (39) yang mendampingi sudah 6 bulan berada di Rusun Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng dalam rangkaian pengobatan penyakit *Higroma coli* (kelainan genetik berupa kista pada leher atau kepala—red) yang dideritanya sejak lahir.

Pada 22 Maret 2022 operasi benjolan di leher sebelah kanan Marcel dilakukan. Operasi berjalan dengan baik. Saat dikunjungi oleh Weni Yunita, Koordinator perawat TIMA pada Jumat 8 April 2022, kondisi leher kanan Marcel yang dulu tampak besar dan menggantung ke bawah kini sudah berangsur mengecil.

"Dari keluarga besarnya Marcel, kami ucapkan terima kasih banyak untuk Tzu Chi yang sudah bantu Marcel dari Papua sampai ke Jakarta untuk menjalani operasinya," ungkap Yuliance. □ Arimami Suryo A.



Arimami Suryo A.

Penerima Bantuan Khusus Agatta Kini Jadi Relawan Tzu Chi



Khusnul Khotimah

Keinginan Agatta Meralda Stevanya Montolalu untuk menjadi relawan Tzu Chi akhirnya terlaksana pada Minggu, 3 April 2022. Kegiatan pertama yang ia ikuti adalah *Gathering* Penerima Bantuan Tzu Chi di Komunitas He Qi Timur yang dilaksanakan di Depo Pelestarian Lingkungan Tzu Chi di Pegangsaan Dua, Kelapa Gading. "Malah aku *excited* ingin tahu lebih dalam bagaimana cara relawan menjalankan tugasnya. Dan dari pas masuk lihatnya auranya sudah enak, seru, *happy*. Jadi saya juga terbawa langsung semangat jadinya," kata Agatta berbinar-binar.

Pada hari pertama dia melihat sendiri ternyata banyak sekali orang yang dibantu Tzu Chi dengan berbedabeda kesulitan hidup yang dialami. Meski memikul masalah, para *gan en hu* ini tetap bersemangat, baik melalui celengan bambu atau menjadi donatur bulanan Tzu Chi. Agatta adalah pasien penanganan khusus Tzu Chi sejak November 2017. Pada 2016 lalu dia mengalami kecelakaan di kampusnya yang mengakibatkan kelumpuhan dari pinggang ke bawah.

□ Khusnul Khotimah

Kunjungan Kasih Dukungan dan Semangat Solihah untuk Zeba

Lima orang relawan Tzu Chi komunitas He Qi Barat 1 berkunjung ke rumah Zeba yang menderita *herniated nucleus pulposus* (saraf terjepit) dan tuberkulosis (TB) tulang yang mengeroposkan ruas tulang belakangnya. Relawan ingin memperkenalkan dan mempertemukan Zeba dengan Solihah lewat *Video Call* melalui aplikasi *WhatsApp*. Solihah yang juga menderita tuberkulosis (TB) tulang serta tidak bisa berjalan kini bisa bangkit kembali untuk menjalani hidup dengan segala keterbatasannya.

"Perjuangan Solihah itu sangat baik dan menginspirasi kita (relawan Tzu Chi). Kondisi penyakit Zeba dan Solihah tidak jauh berbeda TB tulang juga," ujar Rudi. Dalam perbincangan itu, Solihah dengan tegas memberi semangat untuk Zeba.

"*Hai Zeba, kamu harus tetap semangat, tetap bergembira. Karena selalu gembira itu yang akan membuat kamu sembuh. Tuhan sayang sama kamu Zeba, jangan berprasangka buruk dulu dengan keadaan, cobalah berdamai dengan diri sendiri dan coba berdamai dengan keadaan,*" ucap Solihah lewat *video call*. □ Anand Yahya



Anand Yahya

Kilas

Gathering Gan En Hu Relawan Misi Amal Kembali Menggelar Gathering



Dok. He Qi Utara 2

Relawan Misi Amal Tzu Chi komunitas He Qi Utara 2 kembali mengadakan *gathering* di lantai basement gedung DAAI TV, Tzu Chi Center, PIK, Jakarta Utara pada Minggu, 3 April 2022. Kegiatan yang mengundang 26 orang *Gan En Hu* (penerima bantuan Tzu Chi) ini dilaksanakan dengan menerapkan protokol kesehatan yang ketat.

Menurunnya angka penularan *Covid-19* dan semakin banyaknya orang yang telah divaksinasi, membuat relawan Tzu Chi merasa dapat kembali berinteraksi dengan para *Gan En Hu*. Momen *gathering* ini pun penuh kehangatan dan sukacita. Hal ini terlihat dari antusiasme para relawan yang telah hadir sejak pukul 07.30 WIB untuk mempersiapkan kegiatan.

Sebelum masa pandemi *Covid-19*, setiap bulan relawan Tzu Chi di berbagai komunitas rutin mengadakan *gathering* bersama para penerima bantuan. Namun sejak pandemi *Covid-19* di Indonesia, kegiatan tersebut untuk sementara ditiadakan. Bersyukur, kini pelan-pelan berbagai kegiatan Tzu Chi kembali bisa dilakukan.

□ Vincent Salimputra (He Qi Utara 2)

Cermin

Di Kota Padang Es yang tertutup es dan salju sepanjang tahun, ada Papa Penguin yang suka minum minuman keras. Setiap hari dia pergi ke bar kecil di kota hanya untuk minum-minum.

Dia mempunyai seorang anak bernama Dudu yang sedang belajar berjalan, masih sering terhuyung-huyung tidak seimbang, dan terjatuh. Papa Penguin sering memegang tangan Dudu dan mengajarnya berjalan.

"Dudu, apakah kamu melihat jejak kaki di salju? Asalkan kamu mengikuti jejak kaki ayah dan berjalan selangkah demi selangkah, maka sudah bisa belajar berjalan loh!"

Papa Penguin kemudian berjalan selangkah, Dudu juga ikut berjalan selangkah.

Keesokan harinya, seperti biasanya Papa Penguin pergi ke bar kecil untuk minum sendirian. Selama perjalanan ke bar, Papa Penguin melewati beberapa persimpangan jalan dengan lampu merah. Ketika sedang menyeberang jalan, ia pun berhati-hati memperhatikan kendaraan yang lewat agar bisa melalui jalan dengan aman.

Ketika Papa Penguin sedang melewati sebuah persimpangan jalan, ia bertemu dengan Kusir Anjing Laut yang sedang duduk di atas kereta kuda yang tinggi dan menyapanya.

"Wah, pergi ke bar lagi! Oh! Jarang-jarang ada yang ikut berbarengan!"

Papa Penguin sangat bingung ketika mendengarnya dan berpikir dalam hati, "Aku kan sendirian? Mungkin Kusir Anjing Laut sedang

bercanda?" Ia kemudian menoleh ke belakang dan melihat Dudu mengikuti jejak kakinya, berjalan terhuyung-huyung mengikutinya.

"Kenapa kamu keluar mengikuti ayah?" kata Papa Penguin dengan sangat terkejut.

"Aku mengikuti jejak langkah ayah! Ke mana ayah pergi, aku juga akan pergi ke sana."

Setelah mendengar jawaban Dudu, Papa Penguin kemudian tersadar. "Setiap tindakan orang tua adalah contoh yang akan dipelajari anak-anak. Saya mana boleh membawa anak-anak ke bar?"

Maka dia berkata kepada Dudu. "Kamu berjalan dengan sangat baik, ayo kita pulang!"

Saat perjalanan pulang, mereka bertemu lagi dengan Kusir Anjing Laut.

Jejak Kaki



Illustrasi: Arimami Suryo A.

"Kamu hari ini tidak pergi ke bar? Kenapa pulang begitu cepat? Ayo, aku bisa memberi kalian tumpangan!" Kusir Anjing Laut tersebut juga mengajak Papa Penguin, "Nanti datanglah ke rumahku, aku punya sebotol minuman anggur yang enak, minumlah beberapa gelas denganku."

Mendengar ajakan tersebut, Papa Penguin lalu melambaikan tangannya dan berkata, "Sudah tobat! Sudah tobat! Saya tidak akan minum-minum lagi!" Sejak saat itu, Papa Penguin berhenti pergi ke bar dan tidak mau lagi minum-minuman beralkohol.

□ Penerjemah: Erlina, Penyelaras: Arimami Suryo A.
Sumber: Buku 真心寶貝 (Zhēn Xīn Bǎo Bèi)

Info Sehat



CARA MENCEGAH SAKIT TENGGOROKAN

Oleh: dr. Christine Yohana S (Dokter Umum RS Cinta Kasih Tzu Chi)

Tenggorokan adalah salah satu organ pada sistem pernapasan yang menjadi tempat mengalirnya udara dari dan menuju trakea dan paru-paru, sekaligus sistem pencernaan yang memungkinkan makanan dan minuman sampai ke area kerongkongan. Mengingat peran dan letak tenggorokan, beberapa hal seperti infeksi virus, bakteri dan jamur, paparan polusi udara dan alergen dapat menyebabkan seseorang rentan mengalami sakit tenggorokan. Sakit tersebut dapat berupa rasa nyeri, tidak nyaman, gatal, maupun kering di daerah faring, laring, maupun tonsil/amandel.

LAKUKAN

- ✓ Memenuhi kebutuhan cairan dengan konsumsi air putih yang cukup.
- ✓ Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir sebelum makan dan minum.
- ✓ Konsumsi buah dan sayur, probiotik, vitamin dan mineral, seperti zinc, vitamin C, vitamin D.
- ✓ Membersihkan mulut dengan sikat gigi dua kali sehari atau setelah makan.
- ✓ Membersihkan tenggorokan dengan berkumur tiga kali sehari dengan antiseptik khusus.
- ✓ Menjaga kelembaban udara sekitar.
- ✓ Menjaga jarak dengan orang sakit.
- ✓ Melakukan vaksinasi influenza.

HINDARI

- ✗ Merokok dan menghirup asap rokok serta udara berpolusi.
- ✗ Mengonsumsi minuman beralkohol dan minuman yang mengandung kafein, karena dapat meningkatkan dehidrasi.
- ✗ Mengonsumsi makanan bertekstur terlalu kasar, makanan yang asam, terlalu pedas, maupun terlalu manis.
- ✗ Berbagi makanan, minuman, dan peralatan makan dengan orang lain.
- ✗ Berbicara terlalu banyak atau dengan suara yang keras (berteriak).
- ✗ Alergen atau pemicu alergi.

Sedap Sehat



Semur Jamur Pedas

Bahan-bahan:

- 12 buah jamur merang
- 4 buah jamur tiram
- 3 buah jamur kuping hitam (rendam lunak)
- 3 sdm minyak goreng
- 1 sdt minyak wijen
- 4 buah cabai rawit hijau (iris serong)
- 3 buah cabai merah keriting (iris serong)
- 100 ml air
- 2 sdm kecap manis
- 1 sdm kecap asin encer
- Garam dan kaldu jamur (secukupnya)

Cara Membuat:

1. Cuci bersih semua jamur, potong jamur, ukuran sesuai selera, sisihkan.
2. Panaskan minyak goreng dan minyak wijen, tumis cabai merah dan cabai rawit hingga wangi.
3. Masukkan jamur kuping hitam, tumis sebentar, masukkan jamur tiram dan jamur merang, tumis kembali.
4. Tambahkan air, kecap manis, kecap asin, garam dan kaldu jamur, aduk merata, koreksi rasa.
5. Masak hingga jamur matang. Angkat dan sajikan.

□ Lina Lecin (Tzu Chi Pekanbaru)



Ragam Peristiwa



Suyanti Samad (He Qi Timur)

PEMBAGIAN 1.500 PAKET SEMBAKO DI BEKASI (10 APRIL 2022)

MENEBAR KASIH DI BULAN BERKAH. Relawan Tzu Chi komunitas He Qi Timur membagikan 1.500 paket Lebaran 2022 kepada warga prasejahtera yang tinggal di Kelurahan Pejuang, Kec. Medan Satria, Bekasi. Paket sembako berisi beras 10 kg dan 10 bungkus Mi DAAI ini diharapkan dapat sedikit meringankan beban warga, khususnya di bulan Ramadan dan menjelang Lebaran.



DONOR DARAH DI BULAN RAMADAN (14 APRIL 2022)

MEMBANTU KETERSEDIAAN STOK DARAH. Momen bulan Ramadan digunakan Tzu Chi Cabang Sinar Mas untuk berkegiatan donor darah sekaligus mengenang 100 tahun Pendiri Sinar Mas, Eka Tjipta Widjaja. Kegiatan yang diadakan di Sinar Mas Land Plaza, Thamrin, Jakarta Pusat ini berhasil mengumpulkan 122 kantong darah dan juga dibarengi dengan penuangan celengan bambu Tzu Chi.

Widodo (Tzu Chi Cabang Sinar Mas)



Jak Po (Tzu Chi Singkawang)

BUKA PUASA BERSAMA TZU CHI SINGKAWANG (14 APRIL 2022)

BERBAGI BERKAH DI PANTI ASUHAN. Relawan Tzu Chi Singkawang mengadakan acara buka puasa bersama di Panti Asuhan Achmad Yani Singkawang dengan melibatkan relawan dari Sekolah Cinta Kasih Tzu Chi Singkawang, Kalimantan Barat. Melengkapi kebahagiaan penghuni panti, relawan Tzu Chi juga memberikan 60 paket bingkisan berupa beras, telur, dan perlengkapan mandi.



PEMBAGIAN 2.000 PAKET LEBARAN DI JAKARTA BARAT (17 APRIL 2022)

BERSATU HATI MENEBAR CINTA KASIH. Menyambut Hari Raya Idul Fitri, relawan Tzu Chi komunitas He Qi Barat 2 membagikan 2.000 paket Lebaran berupa beras 10 kg dan 10 pcs Mi DAAI kepada warga yang membutuhkan di wilayah Bojong Indah, Kel. Rawa Buaya, Jakbar. Selain di wilayah ini pembagian juga dilakukan di Kebon Jeruk, Tomang, Taman Ratu, Kosambi, dan Semanan.

Mery Hasan (He Qi Barat 2)

Tzu Chi Internasional

Pemberian Bantuan Tzu Chi di Turki

Pengungsi Suriah Membantu Pembangunan Masjid



Zhou Ruyi

Relawan Tzu Chi asal Suriah, Profesor Cuma Serya mengimbau semua orang untuk giat melakukan perbuatan baik selama bulan Ramadan. **Insert:** Anting-anting emas yang disumbangkan untuk membantu pembangunan masjid.

Tzu Chi Turki secara rutin menyelenggarakan kegiatan pembagian barang bantuan untuk pengungsi Suriah. Relawan memberikan perhatian kepada keluarga kurang mampu, keluarga miskin, pelajar dan kelompok lain yang kesulitan. Tahun ini pembagian barang bantuan tahap

kedua dimulai tanggal 9 April 2022, total diadakan 36 sesi selama 9 hari.

Yang istimewa adalah pembagian kali ini juga bertepatan dengan bulan Ramadan. Selama Ramadan, umat Islam akan merenung dan mendekatkan diri dengan Allah, selain itu juga memperbanyak amal ibadah. Selama

bulan ini, umat Islam harus bekerja dengan rajin dari matahari terbit hingga terbenam, serta pantang makan dan minum di siang hari.

Ini adalah proses menyucikan tubuh dan pikiran, sehingga orang-orang bisa berintrospeksi, mengendalikan hawa nafsu, dan lebih berempati kepada kaum miskin, bahkan berinisiatif membantu orang-orang kesulitan di sekitarnya. Relawan Tzu Chi Turki pun memanfaatkan jalinan jodoh baik ini untuk menggalang dana untuk pembangunan masjid.

Keajaiban Anting Emas

Kegiatan pembagian barang bantuan dilakukan di lantai basemen dan lantai satu El Menahil International School. Relawan Suriah, Profesor Cuma Serya juga mengumumkan bahwa sebuah masjid sedang dibangun di dekat sekolah, tetapi dananya belum cukup. Meskipun semua orang yang hadir memiliki kesulitan hidup masing-masing, tetapi mereka tetap berharap bisa turut bersedek.

Lalu seorang wanita ditemani putrinya melangkah maju ke depan, ia mengeluarkan sepasang anting-anting emas untuk disumbangkan. Ia berkata, "Saya tidak punya apa-apa selain ini!"

Ini adalah satu-satunya cendera mata berharga yang ditinggalkan ibunya saat masih hidup. "Atas nama almarhumah ibu saya, anting-anting ini saya sumbangkan untuk pembangunan masjid," tegasnya.

Saat berbincang dengan putri wanita tersebut, relawan mengetahui bahwa biasanya ayahnya yang datang mengambil barang bantuan. Namun, kemarin ayahnya tiba-tiba pingsan karena serangan jantung dan dinyatakan sakit kritis oleh dokter. Seluruh keluarga merasa sangat khawatir. Setelah tahu ada kesempatan membantu pembangunan masjid, ia menemani ibunya untuk turut bersedek.

Profesor Cuma Serya sangat tersentuh, beliau mendoakan dan memberi semangat kepada orang-orang yang hadir. Tak disangka, setelah acara pembagian barang bantuan selesai, terjadi kejutan yang menggembirakan. Wanita yang menyumbangkan anting-anting itu diberitahukan bahwa detak jantung suaminya telah kembali normal. Mendengar hal ini, semua relawan merasa terkejut dan bahagia, turut bersukacita dan bersyukur untuk keluarga yang penuh cinta kasih ini