



就是攝住人心的唯一方法，
就是溫柔關懷。

Satu-satunya cara untuk menarik hati orang dalam pergaulan adalah dengan bersikap lemah lembut dan penuh perhatian.

Kata Perenungan
Master Cheng Yen

Download
Buletin Tzu Chi



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

Donasi Langsung
Via Go-Pay



Yayasan Buddha Tzu Chi
Indonesia



Sri Eti sangat bersyukur dan berterima kasih kepada relawan Tzu Chi karena telah membantu merenovasi rumahnya menjadi layak huni di wilayah Cengkareng, Jakarta Barat. Insert: relawan bersama Sri Eti dan keluarga melihat kondisi rumah barunya setelah direnovasi Tzu Chi.

Dini Rantkyasari

Bantuan Renovasi Rumah oleh Tzu Chi

Sehat Rumahnya, Bahagia Penghuninya

Sri Eti dan keluarga begitu bahagia karena rumah mereka yang dulu selalu bocor saat hujan hanya tinggal cerita. Kini mereka menempati rumah yang telah direnovasi Tzu Chi sehingga menjadi lebih layak, kokoh, dan bersih.

Pagi itu, Sri Eti (74) dengan dibantu dua anak dan dua cucunya nampak sibuk mengepak barang-barang untuk pindah rumah. Sudah 3 bulan terakhir ia beserta anak cucunya tinggal di rumah kontrakan ini karena rumahnya sedang direnovasi. Hari itu, Senin pagi, 22 Juni 2020, merupakan hari yang bersejarah bagi Sri dan keluarga. Pasalnya, proses renovasi rumah mereka yang berlokasi di Jl. Jaya 5, Cengkareng, Jakarta Barat telah rampung dan kini mereka dapat kembali menempati rumah yang telah “disulap” menjadi lebih layak, kokoh, dan bersih melalui bantuan Yayasan Tzu Chi Indonesia.

Di saat mereka sedang bersiap-siap untuk pindah rumah, tiga orang relawan Tzu Chi datang guna meresmikan rumah yang telah dibedah, sebelum nantinya ditempati. Para relawan dan keluarga Sri pun berkumpul di teras rumah baru untuk menandatangani surat serah terima, penyerahan kunci kepada Sri, dan menempelkan stiker Tzu Chi di pintu masuk. Bahagia luar biasa, nampaknya itulah yang dirasakan Sri saat masuk ke rumahnya yang baru. Begitu masuk, langsung terlihat ruang tamu yang sekaligus berfungsi sebagai ruang keluarga berukuran 4 x 2,5 meter. Lalu terdapat 3 kamar tidur, dapur mungil, dan 1 kamar mandi. Ucapan syukur pun mengalir keluar dari mulut Sri.

“Sepuluh tahun di sini, kalo hujan kebocoran, sampai sekarang ada yang *nolong*. Saya banyak terima kasih, benar-benar. Bahagia saya senang, rumah sudah bagus,” ungkap Sri bahagia. Rumah layak yang diimpikannya bertahun-tahun kini terwujud.

Selalu Kebocoran dan Pernah Digigit Tikus

Sri kemudian bercerita, sebelumnya, ia dan anak-anaknya selalu kerepotan setiap turun hujan karena harus menyiapkan wadah-wadah untuk menampung air yang bocor dari atap. Bocornya air hujan juga kerap menyebabkan banjir. Setelah hujan reda ia harus membersihkan air hujan yang menggenangi lantai. “Ya rumah keadaan bocor saya *enggak* bisa apa-apa. Anak *belliin* karpet sudah dua kali tapi tetap masih bocor, ya sudah mau bagaimana. *Dibeliin* bocor lagi, ya sudah terima apa adanya. Kalau malam, kalau hujan bocor *nadangin* air berdua, *buangin*. *Entar* kalau (hujan) sudah berhenti baru bisa tidur,” ungkap Sri yang kini tak khawatir lagi digigit tikus dan bocor jika hujan datang.

Selain bocor, juga ada banyak tikus mengganggu. Pernah suatu hari, di saat Sri tidur di ruang tamu ada seekor tikus mengigit tangan kirinya hingga tangannya memerah dan bengkak hingga harus berobat ke Puskesmas.

Ketiadaan biaya yang membuat Sri dan keluarganya tak sanggup memperbaiki rumah. Sri yang sudah berusia lanjut masih tetap bekerja sebagai pengasuh anak dengan gaji 300 ribu rupiah sebulan. Anak laki-lakinya, Wandi (40) bekerja sebagai pengemudi ojek *online* yang selama wabah pandemi *Covid-19* penghasilannya menurun drastis. Sedangkan anak perempuannya mengalami keterbelakangan mental.

“Selain banjir, rumah bocor, juga kejadian *Poponya* (Sri) tidur digigit tikus. Itu yang membuat kita tergerak untuk memberikan suatu lingkungan yang lebih sehat, lebih layak untuk keluarga ini,” jelas Rudy Dharmawan, salah satu relawan Tzu Chi yang mengupayakan renovasi rumah Sri terwujud.

Jalinan Jodoh dengan Tzu Chi

Jalinan jodoh keluarga ini dengan Tzu Chi berawal sejak cucu Sri yaitu Yohana Sriyati (23) menjadi anak asuh Tzu Chi 5 tahun lalu. Saat itu Yohana yang duduk di bangku kelas 2 SMK mulai mengalami masalah ekonomi karena ibunya tak lagi bekerja karena mengalami gangguan mental. Namun semangatnya untuk bisa tetap bersekolah begitu kuat.

“Dari Cetiya aku ada yang saranin untuk coba ajukan bantuan ke Tzu Chi, siapa tahu ada jodoh baik di sana. Jadi

saya coba di sana, dan akhirnya terjalin aku dibantu sampai aku lulus SMK,” kenangnya sambil menahan tangis. Ujian berat rupanya kembali menimpa Yohana. Tiga tahun lalu, Yohana menjadi penerima bantuan Tzu Chi (*Gan En Hu*) karena menderita kista. Terpaksa ia pun berhenti bekerja dan fokus berobat untuk kesembuhan penyakitnya.

Yohana begitu bahagia mengetahui selain membantu dirinya, Tzu Chi juga bisa mewujudkan rumah impian nenek tercintanya. Ucapan syukur pun dilontarkan hingga tak kuasa membendung air matanya. “*Sadhu* impian *Popo* bisa punya rumah yang berkeramik, *enggak* bocor lagi, senang banget,” tutur Yohana sambil menangis bahagia.

Rudy mengatakan akan terus menjalin jodoh dengan keluarga ini, dan akan berupaya membantu mereka agar kehidupan mereka lebih baik lagi. “Tzu Chi dalam membantu selalu berupaya hingga tuntas, agar mereka bisa sembuh, bangkit, dan pulih kehidupannya. Kita harapkan mereka bisa lebih maju lagi,” pungkas Rudy.

□ Dini Rantkyasari

Artikel lengkap tentang
Sehat Rumahnya,
Bahagia Penghuninya
dapat dibaca di:
<https://qrqo.page.link/Eepj9>





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: Hadi Pranoto.
PEMIMPIN REDAKSI: Arimami Suryo A.
EDITOR: Anand Yahya.
STAF REDAKSI: Desvi Nataleni, Dini Rantikasari, Erli Tan, Erlina, Khusnul Khotimah, Nagatan, Metta Wulandari, Teddy Lianto
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, Willy Chandra
DITERBITKAN OLEH: Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia.
WEBSITE: Tim Redaksi.
Dicetak oleh: PT. Siem Lestari, Jakarta. (Isi di luar tanggung jawab percetakan)

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

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

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

Redaksi berhak mengedit tulisan yang masuk tanpa mengubah kandungannya.

Kisah Alfiansyah, Penerima Bantuan Biaya Pendidikan Tzu Chi

Karena Pendidikan adalah Sebuah Lentera

Alfiansyah (18) tak bisa membayangkan apa jadinya jika tak dibantu oleh Yayasan Tzu Chi selama tiga tahun ini. Pasalnya dengan kondisi ekonomi keluarga yang pas-pasan, anak kedua dari empat bersaudara ini terancam putus sekolah.

“Saya bersyukur, *Alhamdulillah* sudah dibantu sampai saya lulus sekolah. Saya ucapkan banyak-banyak terima kasih kepada Tzu Chi,” kata Alfian, begitu ia biasa disapa, yang baru saja lulus dari sebuah SMK swasta di bilangan Cibinong, Bogor, Jawa Barat.

Dengan lulusnya Alfian maka berakhir pula bantuan biaya pendidikan dari Tzu Chi. Alfian ingin melanjutkan kuliah, namun ia berencana bekerja dulu di sebuah pabrik sepeda di Sentul, Bogor demi memikul tanggung jawab membantu biaya sekolah kedua adiknya.

Bukan Sebuah Perpindahan

Minggu pagi itu, 21 Juni 2020, Alfian ditemani ibunya Nining (44) datang ke Kantor Sekretariat Tzu Chi Bogor. Selain menyelesaikan urusan administrasi, anak dan ibu ini secara khusus datang untuk menghaturkan terima kasih atas bantuan Pendidikan dan perhatian relawan Tzu Chi yang sudah diberikan selama ini.

“Dibilang perpindahan *sih* bukan. *Kan* nanti bisa balik lagi,” kata Alfian sambil tersenyum.

“Saya juga ingin bisa sempatkan ke sini. Kalau ke sini dan bertemu relawan saya agak tenang, bisa *ngobrol-ngobrol*,” kata Nining.

Masih sangat segar di ingatan Nining bagaimana ia bisa tahu tentang Tzu Chi. Suaminya, Sabirin, yang bekerja serabutan di bidang bangunan dan Nining yang berjualan nasi udak, sangat bersusah payah mencukupi biaya sekolah ketiga anaknya.

Saat itu anak mereka yang pertama sudah bekerja namun belum bisa banyak membantu. Untuk bisa membiayai sekolah ketiga anaknya, keluarga ini bahkan sampai harus berhutang.



Salah satu contoh keberhasilan dari pendampingan Tzu Chi kepada para penerima bantuan pendidikan adalah Alfiansyah. Ditemani ibunya, Alfiansyah datang ke Kantor Sekretariat Tzu Chi Bogor untuk menyelesaikan urusan administrasi dan menghaturkan terima kasih atas perhatian yang sudah diberikan selama ini.

Salah seorang tetangga yang kebetulan kenal dengan relawan Tzu Chi di Bogor memberitahu Nining tentang Tzu Chi, bahwa Tzu Chi kerap memberikan bantuan kepada warga kurang mampu. Nining ditemani tetangganya ini lalu mengajukan bantuan biaya sekolah untuk Alfian.

Singkat cerita, relawan Tzu Chi di Komunitas *Xie Li* Bogor pun menyurvei keadaan rumahnya, dan akhirnya memutuskan untuk membantu. Tzu Chi membantu biaya SPP dan menambah kekurangan biaya ujian.

“Alfian dibantu yayasan dengan harapan nanti kalau sudah lulus, bisa cari kerja, bisa bantu keluarga, dan adiknya. Soalnya adiknya juga masih sekolah, masih ada tanggungan,” terang Leni, relawan Tzu Chi.

Leni sendiri sangat bahagia akhirnya Alfian lulus, terutama karena Alfian juga anak yang sopan dan patuh kepada orang tua.

“Alfian *kan* sudah lulus ya, jangan lupa sama depo, sama teman-teman,

sama *Shigu-Shibo* di sini,” kata Leni yang diiyakan oleh para relawan.

“Pasti saya masih ke sini *Shigu*, kalau ada kesempatan pasti saya ke sini,” jawab Alfian yang sudah sangat akrab dengan para relawan Tzu Chi di Bogor.

Alfian bertekad untuk terus bersilaturahmi, menjalin komunikasi dengan para relawan Tzu Chi dan juga dengan penerima bantuan lainnya yang biasa ia jumpai saat *gathering* setiap bulannya.

“Saya juga sudah ada bayangan untuk jadi relawan. Soalnya kalau jadi relawan itu bisa membantu orang. Saya sebagai yang dibantu juga ingin membantu lagi,” pungkask Afian.

□ Khusnul Khotimah

Artikel lengkap Karena Pendidikan adalah Sebuah Lentera dapat dibaca di:
<https://qr.go.page.link/oau4Q>



Dari Redaksi

Berpola Hidup Sehat dan Terus Membantu Masyarakat

Menyikapi kondisi saat ini, dimana penyebaran *Covid-19* masih terus terjadi, masyarakat diwajibkan untuk menjalani kehidupan baru dengan protokol kesehatan atau *new normal*. Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia juga menerapkan protokol kesehatan dalam setiap kegiatan yang dilakukan oleh relawan di masa *new normal* tersebut.

Kegiatan yang melibatkan banyak orang pun diminimalisir. Para relawan berkegiatan dengan membatasi jumlah orang serta melakukan pertemuan melalui virtual. Sebagai contoh adalah Pelatihan Cakom (Calon Komite) Tzu Chi 2020. Dalam kegiatan ini, para relawan Tzu Chi dari seluruh Indonesia mengikuti pelatihan dan menyimak *sharing* dari para relawan melalui aplikasi *online*.

Hal ini untuk menghindari penyebaran serta risiko tertular *Covid-19*. Disisi lain, setiap berkegiatan yang mengharuskan keluar rumah, para relawan juga membekali diri dengan masker, sarung tangan, hand sanitizer, menjaga jarak fisik, serta berpola hidup sehat dengan bervegetarian.

Kegiatan-kegiatan Tzu Chi yang sudah berjalan di tengah pandemi *Covid-19* juga terus dilakukan. Salah satunya program bedah rumah yang tidak layak huni. Pertengahan Juni 2020 lalu, salah satu rumah yang dibantu Tzu Chi kembali diserahkan kepada pemiliknya. Di Bandung, 11 unit rumah juga telah rampung dan diserahkan kepada warga. Hal ini membawa kebahagiaan bagi penerima bantuan renovasi rumah dan

bagi para relawan karena masih bisa menjalin jodoh baik di tengah pandemi *Covid-19*.

Dalam masa *new normal* ini, Tzu Chi Indonesia juga terus menyalurkan bantuan-bantuan untuk penanganan *Covid-19*. Bantuan perlengkapan medis terus didistribusikan ke rumah sakit-rumah sakit dan bantuan sembako juga diberikan kepada masyarakat yang terdampak langsung secara ekonomi akibat pandemi *Covid-19*. Bantuan-bantuan tersebut dapat terwujud berkat dukungan dan donasi dari para pengusaha-pengusaha yang tergabung dalam Kamar Dagang dan Industri Indonesia (Kadin) serta para donatur lainnya.

Arimami Suryo A.
Pemimpin Redaksi

Pesan Master Cheng Yen

Bervegetaris Demi Menyelamatkan Dunia

*Akumulasi karma buruk kolektif memicu terjadinya bencana
Berdisiplin diri dan menenangkan pikiran
Menginspirasi setiap keluarga bervegetaris demi menyelamatkan dunia
Bervegetaris dan memahami kebenaran di balik vegetarisme*



Artikel dan video dapat dilihat di:
<https://qr.go.page.link/iWwFr>

Saya sungguh tidak berdaya melihat karma buruk semua orang terakumulasi menjadi karma buruk kolektif. Ini sudah tidak bisa dihindari. Satu-satunya yang bisa kita lakukan ialah membangkitkan kesadaran banyak orang. Jika orang-orang tidak tersadarkan, karma buruk akan terus terakumulasi dan menyatu sedikit demi sedikit. Saat semua karma buruk menyatu, kekuatannya akan sangat besar.

Pandemi kali ini sangatlah serius. Yang bisa kita lakukan ialah terus mengimbau orang-orang di zona aman untuk bersungguh-sungguh melindungi diri sendiri. Merasa takut tidak ada gunanya. Setiap orang harus berdisiplin. Janganlah berwisata. Kita cukup beraktivitas di wilayah masing-masing dengan tetap menjaga jarak fisik dan jangan berkumpul dalam jumlah banyak. Kita bisa beraktivitas seperti biasa, tetapi jangan melanggar aturan.

Dalam kehidupan sehari-hari, kita harus memperhatikan pola makan kita. Saat makan, kita harus menggunakan sumpit dan sendok saji. Di Griya Jing Si, sejak lebih dari setengah abad yang lalu, meski hanya dua atau tiga orang, kita selalu menggunakan sumpit dan sendok saji. Kita berharap setiap keluarga dapat menerapkan kebiasaan ini dan menjaga kebersihan saat makan.

Yang lebih penting ialah bervegetaris. Penyakit masuk melalui mulut dan bencana keluar melalui mulut. Banyak penyakit yang berasal dari makanan. Dalam interaksi antarmanusia, ucapan juga menciptakan banyak bencana serta noda dan kegelapan batin.

Kini setiap orang mengenakan masker. Kita hendaknya menenangkan pikiran. Mengapa pandemi ini berlangsung begitu lama dan kita masih harus mengenakan masker? Kita harus menjaga mulut kita dengan baik. Kita menarik dan mengembuskan napas ke udara. Begitu pula dengan hewan. Jika semua orang bisa menaati aturan, kita bisa melewati pandemi ini dengan selamat.

Yang lebih penting ialah bervegetaris. Penyakit masuk melalui mulut dan bencana keluar melalui mulut. Banyak penyakit yang berasal dari makanan. Dalam interaksi antarmanusia, ucapan juga menciptakan banyak bencana serta noda dan kegelapan batin.

Mari kita genggam kesempatan ini untuk menenangkan pikiran dan menaati aturan dalam keseharian. Selain mengendalikan pikiran diri sendiri, kita juga harus mengendalikan diri sendiri untuk tidak bepergian. Dengan mengendalikan pikiran dan bersungguh-sungguh menggenggam waktu, hidup kita tentu akan lebih tenteram.

Selain itu, kita juga harus menjaga jarak fisik dan menghindari keramaian. Jika orang-orang berkerumun, kualitas udaranya tentu tidak baik. Kini, dengan menjaga jarak fisik, kita bisa menghirup udara segar. Berhubung setuju akan hal ini, kini orang-orang di seluruh dunia menjaga jarak fisik.

Insan Tzu Chi terus menggalakkan vegetarisme dan mengajak orang-orang untuk bervegetaris. Dengan antusias, insan Tzu Chi berusaha untuk mengubah pandangan orang-orang terhadap makanan vegetaris. Insan Tzu Chi bersungguh hati untuk mengubah pola

pikir orang-orang. Yang terpenting ialah memperbaiki pola pikir orang-orang. Untuk itu, kita harus mengubah pola makan mereka. Demi mengubah pola makan orang-orang, kita mengajak mereka untuk bervegetaris.

Selain mengonsumsi makanan vegetaris yang lezat, orang-orang juga perlu paham tentang karma buruk kolektif membunuh. Karma buruk kolektif membunuh telah mendatangkan bencana

bagi dunia. Karma buruk membunuh telah terakumulasi menjadi karma buruk kolektif yang berat. Pada saat seperti ini, jika kita tidak memperbaiki pola hidup kita, kondisi akan semakin buruk.

Kini populasi manusia sangatlah banyak. Semakin banyak orang yang mengonsumsi daging, semakin banyak hewan yang terbunuh. Lihatlah, kini ada banyak relawan Tzu Chi yang merogoh kocek sendiri untuk bersedek dengan sukarela dan penuh sukacita. Namun, orang-orang hendaklah tahu bahwa bervegetaris tidak terbatas pada jam kerja atau saat ada orang yang mengantarkan nasi kotak vegetaris saja.

Saat mereka pulang ke rumah, mereka dan keluarga mereka juga hendaknya bervegetaris. Sekeluarga bisa bervegetaris, inilah pola hidup yang alami. Jangan hanya menyiapkan makanan vegetaris, lalu mengantarkannya kepada orang-orang pada jam kerja. Bukan demikian. Kita

hendaknya menginspirasi setiap keluarga untuk bervegetaris. Jika bisa demikian, dunia ini bisa diselamatkan dan kekuatan karma di dunia ini bisa diperbaiki.

Keburukan bisa diubah menjadi kebaikan dan kekeruhan bisa diubah menjadi kemurnian. Saat ini, kita masih sempat untuk melakukan perubahan. Dalam menggalakkan vegetarisme, kita bukan hanya mengajak orang-orang untuk bervegetaris, tetapi juga berbagi kebenaran dengan mereka. Ini bukan hanya tentang menu vegetaris yang dihidangkan. Orang-orang harus memahami kebenaran di balik vegetarisme.

Singkat kata, setiap gerakan mulut kita mengandung Dharma. Saat makan, kita juga membuka mulut dan menggerakkan lidah. Jika bisa memahami kebenaran di balik vegetarisme, kita bisa menciptakan pahala. Dengan bervegetaris saja, kita bisa memperbaiki ekosistem dan menciptakan pahala. Jika bisa memperbaiki kehidupan setelah membaca Sutra, berarti kita tersadarkan setelah mempelajari Dharma. Dengan bervegetaris saja, kita bisa memperbaiki ekosistem. Ini dapat menciptakan pahala.

Singkat kata, semua upaya untuk melakukan perubahan ke arah yang baik dapat menciptakan pahala. Bodhisatwa sekalian, kita harus terus mengembangkan kekuatan cinta kasih dan terus mengurangi perbuatan yang salah. Inilah kebenaran dari Sutra Teratai yang ingin saya sampaikan saat ini.

□ Ceramah Master Cheng Yen tanggal 14 Juni 2020
Sumber: Lentera Kehidupan - DAAI TV Indonesia
Penerjemah: Hendry, Karlana, Marlina, Stella
Ditayangkan tanggal 16 Juni 2020

誠正信實為大地 慈悲喜捨為和風

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

Master Cheng Yen Menjawab

Mengapa Ketika Saya Berbuat Salah Selalu Diminta untuk Memperbaiki Kesalahan?

Ada orang yang bertanya kepada Master Cheng Yen:

Master! Mengapa ketika orang lain melakukan kesalahan ia tidak perlu memperbaiki kesalahannya, sementara saya selalu saja diminta untuk memperbaiki kesalahan?

Master Cheng Yen menjawab:

Orang yang ingin mencapai Kebuddhaan, tentu saja harus terus melatih diri menjadi lebih baik, sedangkan orang yang tidak ingin mencapai Kebuddhaan boleh saja selalu berhitung dengan orang lain. Sebersit niat pikiran yang tercerahkan akan mengubah kita menjadi Buddha, sedangkan sebersit niat pikiran yang sesat, membuat kita tetap menjadi manusia awam.

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

Genta Hati

【濟世三力】

Tiga Kekuatan Dalam Menolong Dunia

一九八三年元月三十日，證嚴上人在委員聯誼會開示：
「發願必須要發利濟眾生的大願；既然發願，就必須隨時隨地身體力行；如果只用嘴巴說說，那是永遠也成不了佛的。而利濟眾生的事業，需要具備三種力量：一是自力，二是佛力，三是眾緣平等力。」

Pada tanggal 30 Januari 1983, dalam sebuah pertemuan anggota Komite Tzu Chi, Master Cheng Yen berkata, "Berikrar harus berupa ikrar luhur yang memberi manfaat bagi semua makhluk. Jika telah berikrar, tentu harus melaksanakannya dalam tindakan nyata di mana dan kapan saja. Jika hanya sekadar mengucapkan, tentu selamanya tidak akan menjadi Buddha. Sedangkan usaha untuk memberi manfaat bagi semua makhluk membutuhkan tiga jenis kekuatan: kekuatan diri sendiri, kekuatan Buddha, dan kekuatan kesetaraan jalinan jodoh semua makhluk.

TZU CHI BANDUNG: Bantuan Sembako

Touring Sambil Baksos untuk Atasi Covid-19

Relawan Tzu Chi Bandung bersama Gubernur Jawa Barat, Ridwan Kamil mengadakan *touring* pembagian paket sembako di Soreang dan Ciwidey, Kabupaten Bandung, 20 Juni 2020. Bergabung juga Pangdam III/Siliwangi Mayjen TNI Nugroho Budi Wiryanto, Kapolda Jabar Irjen Pol Rudy Sufahriadi, serta Bupati Bandung H. Dadang M. Nasser.

Dengan mengendarai kendaraan roda dua, *touring* dimulai dari RSUD Hasan Sadikin Bandung dan berakhir di kawasan Situ Patenggang, Ciwidey, dengan total perjalanan sepanjang 51.2 KM ke arah Selatan Bandung.

Selama rute, ada tiga *checkpoint*, yang setiap *checkpoint*-nya digelar penyerahan sembako. *Checkpoint* itu yakni di Kodim 0624/Kabupaten Bandung, lalu di alun-alun Ciwidey dan di EMTE Highland Resort Ciwidey. Total ada 2.000 paket sembako yang

dibagikan.

"Kali ini kegiatan baksosnya diisi dengan *touring* bersama menggunakan motor, ke lokasi yang telah ditentukan, namun tetap menjaga protokol kesehatan. Tentu sembako ini tak lepas dari peran serta Yayasan Buddha Tzu Chi yang peduli terhadap masyarakat yang membutuhkan," ucap Ridwan Kamil.

Uun (79), warga Desa Alam Endah, Kec. Rancabali bersyukur menerima sembako. Uun adalah buruh lepas tukang kebun di salah satu resort yang ditutup karena pandemi Covid-19. "Alhamdulillah, terima kasih bapak ucapkan atas bantuan sembako ini, bantuan ini bisa memenuhi kebutuhan untuk beberapa waktu ke depan," ujarnya.

Galvan (Tzu Chi Bandung)



Tzu Chi Bandung bersama Gubernur Jawa Barat, Ridwan Kamil mengadakan *touring* pembagian paket sembako di Soreang dan Ciwidey, Kabupaten Bandung.



Untuk memeriahkan tradisi Duan Wu Jie atau Festival Perahu Naga, Tzu Chi Batam mengadakan Penjualan Bacang Vegetarian pada tanggal 19 dan 20 Juni 2020 di Aula Jing Si Batam.

TZU CHI BATAM: Bazar Bacang Vegetarian

Mengajak Masyarakat Bervegetarian

Menikmati hidangan *Zong Zi* atau Bacang saat Perayaan *Duan Wu* atau Festival Perahu Naga merupakan salah satu tradisi yang dimiliki setiap keluarga etnis Tionghoa. Untuk memeriahkan perayaan ini, Tzu Chi Batam pada tanggal 19-20 Juni 2020 mengadakan Bazar Bacang Vegetarian di Aula Jing Si Batam.

"Kebetulan sebentar lagi Perayaan *Duan Wu* sehingga setiap keluarga pasti akan membeli *Zong Zi*. Master Cheng Yen mengatakan vegetarian harus dijalankan, sehingga setiap insan Tzu Chi harus mensosialisasikan vegetarian. Kita mengharapkan *Zong Zi* (bacang) vegetarian kita dapat berbeda dengan yang lain karena akan sangat enak," tutur Diana Loe, relawan Tzu Chi Batam yang aktif di bagian konsumsi.

Walau banyak relawan yang sangat ingin berpartisipasi dalam kegiatan ini, namun karena masih di masa pandemi, koordinator kegiatan tetap membatasi jumlah relawan yang dapat hadir pada kegiatan kali ini. Tidak hanya membatasi jumlah relawan, jumlah

pembeli yang dapat masuk ke dalam Aula Jing Si Batam juga dibatasi. Setiap pemesan diberitahukan kapan mereka bisa mengambil pesanan mereka sehingga kepadatan pembeli dapat dihindari.

"Saya suka makanan vegetaris dari Tzu Chi. Kebanyakan orang bisa terima, rasanya enak. Kalau kita tidak memakan hewan berarti kita telah melepas hewan itu," kata Delvina Piododa, salah satu pelanggan rutin Bazar Tzu Chi.

Mengajak masyarakat untuk mengadopsi pola makan vegetaris bukanlah sebuah perkara yang mudah. Oleh sebab itu, insan Tzu Chi perlu mengenggam setiap kesempatan untuk mensosialisasikan pola hidup vegetarian. Dengan menunjukkan keberagaman dan kenikmatan makanan vegetarian, Tzu Chi berharap dapat menanamkan pandangan bahwa bervegetarian itu mudah dan dapat dilakukan oleh siapapun juga.

Supardi, Roberto (Tzu Chi Batam)

TZU CHI PALEMBANG: Bantuan Nasi Kotak

Nasi Hangat untuk Warga yang Membutuhkan

Pandemi Covid-19 sangat berdampak terhadap kehidupan ekonomi masyarakat di Palembang. Prihatin dengan kondisi tersebut, berbagai pihak tergerak untuk membantu, mulai dari pemerintah daerah, TNI, Polri, dan masyarakat umum lainnya.

Salah satu yang dilakukan Tiga Gugus Pilar (TNI, Polri, dan Pemda) di Palembang adalah dengan membuat dapur umum di Pusat Perbekalan dan Angkutan Kodam (Bekandam) II Sriwijaya. Untuk mendukung Gugus Tiga Pilar, Tzu Chi Palembang pada 9 Juni 2020 memberikan bantuan seperti masker, telur, air mineral, dan *hand sanitizer* kepada Kabekandam untuk mendukung aktivitas dapur umum dalam mempersiapkan nasi kotak yang akan dibagikan kepada masyarakat Palembang yang membutuhkan.

Selain itu, relawan Tzu Chi Palembang juga memberikan bantuan berupa 210 nasi kotak siap saji pada 16 Juni 2020. "Karena Tzu Chi Palembang mau ikut berbagi langsung ke warga maka relawan Tzu Chi putuskan untuk memasak bersama-sama," kata Ellia, relawan Tzu Chi.

Adapun menu masakan ini terdiri dari nasi dengan empat lauk yaitu perkedel kentang, tahu sambal pete, telur, dan capcai.

Satu hari berbuat kebajikan, relawan Tzu Chi Palembang nyatanya juga tengah mensosialisasikan makanan vegetaris kepada masyarakat dengan cara membagikan nasi kotak ini. "Kita juga mengajak masyarakat dan donatur untuk bersama-sama bervegetarian," kata Ellia.

Putradi (Tzu Chi Palembang)



Relawan Tzu Chi Palembang membagikan 210 nasi kotak kepada masyarakat yang membutuhkan melalui Posko Dapur Umum Gugus Tugas Penanggulangan Covid-19 Provinsi Sumatera Selatan.

TZU CHI PEKANBARU: Bantuan Sembako

Bantuan untuk 500 Warga di Kecamatan Rumbai

Tzu Chi Pekanbaru menyalurkan bantuan dari rumah ke rumah kepada masyarakat terdampak Covid-19 di Kecamatan Rumbai, Kota Pekanbaru. Penyaluran bantuan ini bekerja sama dengan anggota TNI dan Polri (Babinsa-Bhabinkamtibmas) Kecamatan Rumbai dan Ketua RT/RW setempat.

Sebanyak 250 paket sembako dibagikan di Kelurahan Palas pada 4 Juni 2020, dan 250 paket sembako dibagikan di Kelurahan Rumbai Bukit pada 12 Juni 2020. Warga merasakan kebahagiaan ketika menerima paket sembako yang terdiri dari beras 10 kg, minyak 1 liter, mi telur 3 bungkus, DAAI MI 4 bungkus, bihun 1 bungkus, serta 2 lembar masker.

Linda Sianipar (38) sudah empat bulan ini tak bekerja karena rumah makan tempatnya bekerja tutup akibat wabah Covid-19. Ia sungguh senang

saat menerima paket cinta kasih dari Tzu Chi. "Sudah sangat membantu, sungguh senang," ungkap Linda.

Hal yang sama dirasakan Besian Riani Simamora (51) yang usaha ternaknya menurun penjualannya selama wabah Covid-19 ini. "Saya berterima kasih banyak, mudah-mudahan orang yang membantu banyak rezeki," kata Besian dengan mata berkaca-kaca.

Para Relawan bersama Babinsa, dan Bhabinkamtibmas sama-sama merasakan sukacita karena bantuan tersalurkan kepada warga yang benar-benar membutuhkan. Seperti yang dirasakan anggota Babinsa, Serka Ucok Armadansyah saat pembagian bantuan di Kelurahan Palas.

"Walaupun jalannya agak begitu parah masuk ke dalam, tapi karena tepat sasaran, terobati semuanya," ungkap Serka Ucok Armadansyah.

□ Kho Ki Ho (Tzu Chi Pekanbaru)



Relawan Tzu Chi bersama anggota TNI dan Polri memberikan bantuan paket sembako secara langsung ke rumah-rumah warga di Kecamatan Rumbai, Pekanbaru.

Dok. Tzu Chi Pekanbaru

TZU CHI SURABAYA: Bantuan Sembako untuk Nelayan

Pembagian Paket Sembako di Perairan Suramadu

Tzu Chi Surabaya bersama Koarmada II dan Kotama TNI Angkatan Laut di Wilayah Surabaya membagikan paket sembako bagi para nelayan tradisional di wilayah Bulak, Kenjeran, dan Batporon, Madura, Jawa Timur, 12 Juni 2020. Ini merupakan bentuk kepedulian Tzu Chi Surabaya kepada masyarakat yang terdampak Covid-19.

Paket sembako ini dibagikan di atas geladak KRI Makassar-590 yang lego di perairan Suramadu, Selat Madura. Ada 2.600 paket sembako yang dibagikan.

Acara ini dihadiri Gubernur Jawa Timur, Khofifah Indar Parawansa, Pangdam V Brawijaya Kapolda Jatim, Pangdiv 2 Kostrad, IKAL Komisariat Jatim, serta beberapa pejabat Forkopimda Jawa Timur lainnya. Dalam sambutannya, Laksda TNI Heru Kusmanto, Panglima Koarmada II

menjelaskan mengapa nelayan menjadi sasaran utama kegiatan tersebut yakni karena mereka selama ini berperan penting sebagai penyumbang perekonomian khususnya sektor perikanan di Provinsi Jawa Timur.

Pukul 06.00 WIB, para relawan Tzu Chi Surabaya menuju geladak KRI Makassar-590. Di bawah perahu tersebut sudah berjejer rapi kapal-kapal nelayan. Ratusan perahu nelayan di kawasan perairan Suramadu menyambut hangat uluran kasih ini.

"Kami berterima kasih banyak bantuan yang diberikan kepada nelayan, semoga segala amal perbuatan Ibu dan Bapak dibalas oleh yang Maha Kuasa," ujar Mat (41), salah satu nelayan. Selain diberikan kepada nelayan, paket tersebut juga diberikan kepada warga pesisir Kenjeran, Surabaya dan Madura.

□ Eka Suci R (Tzu Chi Surabaya)



Sebanyak 331 warga kurang mampu di Pati dan Jepara, Jawa Tengah menerima bantuan paket sembako dari Tzu Chi.

Dok. Tzu Chi Sinarmas

TZU CHI Sinarmas: Bantuan Sembako

Mengalirkan Cinta Kasih dari Pintu ke Pintu

"Mbah, ini ada sembako dari Yayasan Buddha Tzu Chi. Semoga dapat membantu Mbah sekeluarga," ucap Suwardi, relawan Tzu Chi. Setiap kali menyerahkan sembako dari rumah ke rumah penerima bantuan, Suwardi selalu mengatakan hal yang sama kepada mereka.

Pembagian sembako ini dilakukan oleh Tzu Chi Sinar Mas selama lima hari terhitung sejak tanggal 17-21 Juni 2020 secara door to door kepada 331 warga kurang mampu yang tersebar di Kabupaten Pati dan Kabupaten Jepara, Jawa Tengah. Sembako berisi beras 10 kg, minyak goreng 1 liter, gula pasir 1 kg, biskuit 1 bungkus, mi instan 4 bungkus, dan kopi instan 1 bungkus.

Tidak hanya membagikan sembako, pada kesempatan ini para relawan sekaligus memberikan pengenalan tentang Yayasan Buddha Tzu Chi dan Tzu Chi Sinar Mas serta program-programnya yang dijalankan di Pati yang sejauh ini telah berjalan seperti celengan bambu dan beasiswa pendidikan.

Mbah Sawinah (94) yang sedang duduk bersantai di teras rumahnya di Desa Karang Sari, Cluwak, Pati ter senyum melihat kehadiran relawan Tzu Chi yang membawa tas biru berlogo Tzu Chi Sinar Mas yang berisi paket sembako. Relawan pun segera menghampiri dan menyerahkan sembako, Mbah Sawinah pun menerimanya dengan penuh sukacita.

"Matur nuwun mpun diparingi sembako, keno go nyambung urip. Matur nuwun le (Terima kasih sudah memberikan sembako, bisa untuk menyambung hidup. Terima kasih, Nak)," ucap lansia yang dulu bekerja sebagai pembuat gedek (anyaman bambu), pengki, dan tede (tampah) tersebut.

Sembako yang dibagikan Tzu Chi Sinar Mas juga diberikan kepada 23 anak asuh Tzu Chi di Pati selain bantuan biaya sekolah. Purwoko Ariya Setiawan, salah satu anak asuh Tzu Chi mengatakan, "Sembako ini sangat membantu kami untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari," ujar Ariya, sapaan karibnya. □ Yulianti (Tzu Chi Sinar Mas)



Relawan Tzu Chi Surabaya bersama Koarmada II dan Kotama TNI Angkatan Laut Wilayah Surabaya menggelar aksi sosial Peduli Kasih Dampak Covid-19 TNI AL di atas geladak KRI Makassar-590.

Dok. Tzu Chi Surabaya

Rita Malia Widjaja (Relawan Tzu Chi Tangerang)

Menjadi Lebih Bersyukur dan Bervegetaris



Arimami Suryo A. (Dok. 8-12-2019)

Awal saya mengetahui Tzu Chi saat saya diajak suami saya menonton *channel* TV baru yaitu DAAI TV. Ada yang berkesan saat menonton DAAI TV pertama kali. Saya menyaksikan sosok laki-laki tua yang kehidupannya sangat sederhana namun dengan senang hati mengumpulkan botol-botol bekas untuk diberikan ke depo daur ulang Tzu Chi, bukan dijual untuk keuntungan sendiri. Dari tayangan itu saya melihat bahwa meskipun laki-laki tua itu orang kecil tapi peduli akan kepentingan orang banyak. Dia menyadari arti kehidupan. Hal ini membuat saya tertarik kepada Tzu Chi.

Saya lalu mengirimkan data diri saya ke *email* yang tertera di akhir tayangan.

Setelah beberapa waktu menunggu, kemudian ada relawan Tzu Chi yang menghubungi saya dan memberi tahu bahwa ada kegiatan sosialisasi Tzu Chi.

Setelah mengikuti pelatihan selama 2 jam itu mata hati saya terbuka saat seorang relawan *sharing* tentang perjalanan dia mendampingi para penerima bantuan. Karena itulah, sejak awal saya tertarik di misi amal dan bergabung di Tzu Chi pada Februari 2009.

Saya berminat di misi amal karena bisa langsung melihat kondisi kehidupan penerima bantuan dan bisa turut membantu. Terkadang saya mendampingi pasien di rumah sakit saat kontrol atau berobat. Dengan ikut

“...Saya mendengar ceramah Master Cheng Yen dan *sharing-sharing* dari relawan. Dari situ lah saya mulai belajar apa itu arti berteman, dan bersyukur. ...”

merasakan kesulitan mereka, membuat saya lebih bersyukur hidup ini dan menerima apa adanya.

Sebelum mengenal Tzu Chi, saya adalah sosok yang tertutup dan tak pandai bergaul. Saya lebih senang berbicara pada cermin karena merasa ada teman yang bisa diajak berbagi cerita. Saya juga kerap merasa hidup ini seperti numpang lewat saja. Sekolah dari kecil sampai besar, lalu kuliah, bekerja, menikah, membesarkan anak, menjadi tua dan meninggal.

Di awal berkegiatan di Tzu Chi tetap terasa ada yang kosong di hati saya. Bila ada gesekan, saya berusaha menghindari. Tapi saya pikir sampai kapan saya selalu lari dari masalah. Untungnya selama berkegiatan di Tzu Chi saya senang ikut pelatihan baik itu sosialisasi ataupun pelatihan relawan dimana saya mendengar ceramah Master Cheng Yen dan *sharing-sharing* dari relawan. Dari situlah saya mulai belajar apa itu arti berteman, dan bersyukur.

Hal yang sangat berkesan yaitu saat saya dilantik menjadi Komite di Hualien pada 16 November 2017 lalu. Campur

aduk antara senang dan sedih, merasa terharu dan membuat saya menangis. Sejak saat itu saya janji bahwa saya akan bervegetarian seumur hidup saya.

Kata perenungan Master yang paling saya ingat adalah “Dua hal yang tidak dapat ditunda yaitu berbakti kepada orang tua, dan melakukan kebajikan”. Karena hal itu, sudah diajarkan oleh orang tua saya sejak masih saya kecil, jadi pas banget dengan ajaran Master. Kami hidupnya sederhana sekali ya. Jadi kami dididik harus benar-benar membantu orangtua. Pada saat makan malam pun kami harus menunggu orang tua pulang dari berdagang, baru kami makan bareng-bareng.

Saya bersyukur puteri saya, anak kedua, setelah pulang dari Tzu Ching Camp di Hualien mengatakan bersungguh-sungguh kepada saya bahwa dia ingin bervegetarian seumur hidup. Mulanya saya ragu, namun sampai sekarang dia tetap bervegetarian. Itu yang membuat saya yakin, jika saya ingin mengubah orang lain, saya harus mengubah diri saya sendiri dulu. Saya harus tunjukkan bahwa saya berkegiatan di Tzu Chi dengan tujuan untuk menolong semua makhluk, karena itu saya percaya kelak suami dan anak saya yang pertama, kita bisa menjalin jodoh baik di Tzu Chi. Tak ada yang tak mungkin, kalau kita punya niat yang tulus pasti semua itu akan tercapai.

Seperti dituturkan kepada Dini Rantycasari



Khusnul Khotimah

Penyaluran APD

Menjaga Diri Dari Virus Corona

Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia terus mendukung pemerintah dalam penanganan *Covid-19*. Pada 5 Juni 2020 relawan Tzu Chi membawa puluhan dus bantuan kebutuhan medis untuk 13 Puskesmas yang ada di Kecamatan Tanjung Priok, Jakarta Utara.

Bertempat di Kantor Kecamatan Tanjung Priok, masing-masing Puskesmas menerima 10 APD, 3 kacamata medis, 100 buah sarung tangan, 100 pcs masker medis, dan 1 galon *hand sanitizer*. Selain bantuan peralatan medis, terdapat pula bantuan berupa tiga dus biskuit dan 10 botol minuman kemasan.

Ahrahayati Wildany, Kepala Puskesmas Kecamatan Tanjung Priok mengungkapkan bahwa peran Puskesmas berada di ujung tombak. “Bantuan ini membantu sekali apalagi sekarang banyak OTG (Orang Tanpa Gejala), saya tekankan kepada anggota kami untuk terus jaga diri, jangan coba-coba tidak memakai perlindungan yang tepat,” jelas Ahrahayati.

□ Khusnul Khotimah

Graduation Virtual Sebuah Memori Indah untuk Para Murid

SD Cinta Kasih Tzu Chi melakukan secara *graduation* secara *virtual* untuk mengobati rasa rindu para murid setelah menjalani pembelajaran dan ujian secara *virtual* selama empat bulan. Ada 142 murid yang dinyatakan lulus oleh para guru Sekolah Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng, Jakarta Barat.

Graduation secara *virtual* ini berlangsung pada 17 Juni 2020. Seremoni pelepasan siswa secara *virtual* ini dihadiri oleh 50 guru, 1 orang tua murid, dan 10 murid hadir dengan menerapkan protokol kesehatan, menyaksikan video ucapan dari Kepala Sekolah Dasar Cinta Kasih, testimoni orang tua, relawan pembimbing, dan Suku Dinas Pendidikan Jakarta Barat.

Timothy Athanasios Nalauw, S.Th, M.Min,D.D. Kepala sekolah SD Cinta Kasih Tzu Chi, menerangkan setiap tahun pelepasan murid melakukan kegiatan Pendewasaan, tetapi karena pandemi ini kegiatan itu urung dilakukan. “Kami ingin memberikan sebuah acara penutup yang berkesan untuk anak-anak murid, mengingat ada juga murid yang tidak melanjutkan pendidikan ke jenjang SMP Cinta Kasih Tzu Chi,” jelas Timothy.

□ Teddy Lianto



Teddy Lianto



Novita Natalia (He Qi Utara 2)

Kelas Budi Pekerti Online

Bersungguh Hati dan Tidak Terpengaruh oleh Kondisi Sekitar

Kelas Budi Pekerti di Komunitas *He Qi Utara 2* memulai lagi kegiatan mereka yang terhenti sejak awal Maret 2020 lalu. Kelas perdana secara *online* ini dimulai pada Minggu, 14 Juni 2020. Kegiatan ini diikuti oleh 25 orang peserta dan berlangsung selama 90 menit. Mereka tampak senang, mengobati kerinduan setelah empat bulan tidak bertemu *Shigu Shibo*-nya, (pembimbing).

Kelas dimulai dengan memberi hormat kepada Master Cheng Yen, meditasi dan menonton video Master Cheng Yen Bercerita yang berjudul “Cuka Manis dan Air”. Sedangkan materi yang diberikan bertema “Bersungguh hati dan tidak terpengaruh oleh kondisi sekitar” yang dipandu oleh Andrias Wijaya.

“Kami memilih tema ini karena sering kali kita berubah, untuk memiliki tekad yang kuat dibutuhkan pembelajaran. Di tengah masyarakat sekarang ini banyak orang hanya ikut apa kata orang, padahal kita harus kembali ke hati kita sebagai pusat kemudi kehidupan,” ucap Andrias.

□ Henry Yohannes (He Qi Utara 2)

Kilas

Penandatanganan MoU Tzu Chi Dukung Inovasi Anak Bangsa

Tzu Chi Indonesia bersama Kamar Dagang Indonesia (Kadin) menandatangani *MoU* tentang pemanfaatan produk-produk terkait penanganan *Covid-19*. Hadir dalam acara tersebut Menristek, perwakilan BUMN, swasta, dan filantropi berlangsung di RS Moh Ridwan Meuraksa Jakarta.

Ada 55 produk inovasi dalam negeri untuk menangani *Covid-19*. Sembilan produk unggulan yang sudah ditinjau oleh Presiden Joko Widodo dan siap diproduksi massal, *PCR Test Kit*, *Rapid Diagnostics Test IgG/IgM*, *Emergency Ventilator*, *Imunomodulator Herbal* asli Indonesia, *Plasma Convalescence*, *Mobile Lab BSL-2*, *Sistem AI* untuk deteksi *Covid-19*, *Medical Assistant Robot Raisa* dan *autonomous UVC Mobile robot*, dan *Powered Air Purifying Respirator*.

Hong Tjhin, relawan Tzu Chi Indonesia mengatakan hasil riset dan inovasi yang dimaksud berupa *polymerase chain reaction* (PCR), rapid test IgG/IgM dan ventilator serta alat kesehatan lain sesuai kesepakatan. “Kami lihat paling tidak ada tiga atau empat jenis yang lebih cocok untuk masyarakat Indonesia karena tesnya pun menggunakan sampel warga Indonesia,” ujarnya.

□ Khusnul Khotimah



Arimami Suryo A.

Cermin

Kucing Yang Suka Berdandan

Kucing hitam Bo Bo sangat suka berdandan dan sering pergi ke tepi kolam untuk bersolek. Melihat pantulan bayangan dirinya di permukaan air, ia berpikir dalam hati, "Aku begitu cantik, begitu menarik, aku seharusnya berdiri di atas panggung untuk menerima sorakan dan tepuk tangan dari semua orang."

Akhirnya sebuah kesempatan datang. Di depan "Pusat Kegiatan Kucing", ia melihat selebaran kontes kecantikan dengan tema Kucing yang Cantik. Bo Bo pun segera pulang untuk bersiap-siap.

Bo Bo menggunakan tulang ikan sebagai sisir, dan menyisir seluruh tubuhnya dengan sangat rapi. Ia juga menggunakan bunga sebagai pengganti parfum, mengoleskannya di seluruh tubuh, lalu menyematkan setangkai bunga merah kecil di sebelah telinganya. "Ya, ini terlihat jauh lebih baik," ungkap Bo Bo saat melihat pantulan bayangannya.

Setelah melihat-lihat, Bo Bo merasa kumisnya sedikit berantakan. Kedua sisinya tidak terlalu rapi, jadi dia pergi ke "Salon Kepiting" dan meminta Tuan Kepiting untuk memperbaikinya, agar dirinya terlihat lebih cantik.

Tuan Kepiting mengambil gunting besarnya, "Sisi kanan terlalu panjang!" "Sisi kiri terlalu panjang," ucap Bo Bo yang terus mengingatkan Tuan Kepiting.

"Lagi-lagi sisi kanan terlalu panjang!" "Sekarang sisi kiri yang terlalu panjang!" ujarinya lagi.

Tuan Kepiting lalu menggunting sedikit di sebelah kiri, sedikit di sebelah kanan berkali-kali sesuai instruksi. Kumis Bo Bo pun semakin lama semakin pendek, hampir tak terlihat lagi. Tuan Kepiting berkata. "Kumisnya begitu pendek, apakah tidak mempengaruhi gerakanmu?"

Bo Bo menjawab, "Tentu saja akan lebih repot, tetapi terlihat jauh lebih bersih dan segar, juga lebih istimewa." Lalu Bo Bo pun pergi ke lokasi kontes dengan penuh percaya diri. Selama kontes kecantikan, banyak sekali kucing yang datang.

Kompetisi dibagi menjadi dua kategori: "Penampilan" dan "Bakat". Di kategori "Penampilan", Bo Bo mendapat nilai yang sangat tinggi. Dia sangat bangga. "Hei! Aku tahu nilaiku pasti tidak akan jelek."

Kategori "Bakat" adalah lomba menangkap tikus. Bo Bo berpikir, "Asalkan gerakanku cepat sedikit, maka menjadi juara bukanlah masalah." Namun Bo Bo yang telah memotong kumisnya, kehilangan kemampuan untuk mendeteksi jarak dan menemukan target secara akurat.

Maka saat mengejar tikus, ia beberapa kali menabrak dinding atau pintu, walaupun sudah mengejar

lama namun tidak dapat menangkap seekor tikus pun. Dalam kategori ini, ia mendapat nilai "nol"! Hasil akhirnya tentu saja kalah.

Dalam perjalanan pulang, seekor kucing besar menghiburnya dan berkata, "Tidak masalah. Tunggulah sampai kumismu tumbuh, masih ada kesempatan berikutnya." Bo Bo mengangguk dan bersiap untuk meningkatkan teknik "menangkap tikus"!

Pesan cinta kasih:

"Penampilan" atau "Bakat", mana yang lebih penting? Bagaimana cara mengembangkan bakat? Apa bakatmu?

Apa yang dimaksud dengan kegagalan adalah awal dari kesuksesan? Ketika kamu gagal, apakah kamu akan terus bekerja keras di kesempatan berikutnya?

□ Penerjemah: Nagatan
Penyelaras: Desvi Nataleni



Ilustrasi: Airmami Suryo A.

Info Sehat



Mengonsumsi Makanan Sehat di Era New Normal



Dengan diterapkannya pola hidup baru (*New Normal*) sekarang ini, agar kita terus fit dan tidak mudah terpapar virus *Covid-19*, tentunya kita perlu juga menerapkan pola hidup bersih dan sehat, dalam kehidupan keseharian. Salah satunya adalah dengan makan makanan yang mengandung gizi seimbang. Di mana dalam piring gizi seimbang itu harus terpenuhi sebagai berikut:

1. Mengonsumsi makanan gizi seimbang dan Protein nabati seperti tahu, tempe, dan susu kedelai yang sumbernya berasal dari kacang-kacangan untuk vegetarian.
2. Rajin menyantap sayuran dan buah-buahan yang dipercaya sebagai salah satu sumber vitamin dan mineral serta baik untuk meningkatkan daya imunitas tubuh. Jenis Vitamin dan mineral yang berperan sebagai antioksidan antara lain vitamin C, E, dan unsur mineral Selenium (Se), dan Zink. Vitamin ini terdapat pada jeruk, pepaya, anggur, stroberi, tomat, jambu, dan untuk sayuran sebaiknya mengonsumsi sayuran berwarna hijau seperti sawi, brokoli, dan paprika.

Selain itu, tentunya supaya tubuh selalu bugar dan sehat sepanjang hari perlu diimbangi dengan istirahat yang cukup dan rutin berolahraga. Dan sangat disarankan untuk mengonsumsi vitamin dan mineral langsung dari buah-buahan atau sayur-sayuran yang sifatnya masih alami, dan bukan melalui suplemen.

□ Sumber: Veronika Sisilia A. Utama S.Gz (Ahli gizi RS. Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng)

Sedap Sehat



TERANG BULAN

Bahan Kulit

- ♣ 500 gr Tepung Terigu
- ♣ 100 gr Gula
- ♣ 480 ml Air Mineral
- ♣ 2 btr Telur
- ♣ 50 gr Fermipan

Bahan Isi

- ♣ Olahan kelapa parut dengan gula pasir
- ♣ Kacang tanah sangrai dan gula pasir
- ♣ Susu kental manis

Cara Membuat:

1. Masukkan tepung terigu, fermipan, gula kemudian aduk hingga merata
2. Masukkan air mineral bertahap, aduk sampai rata
3. Tambahkan telur, kemudian aduk hingga rata. Kemudian tutup adonan dengan kain dan diamkan selama 2 jam.
4. Panaskan penggorengan dengan api kecil. Kemudian masukkan adonan dan ratakan.
5. Tambahkan susu dan *topping* sesuai selera

□ Apo (Tzu Chi Surabaya)

Foto: Dok. Tzu Chi Surabaya



Ragam Peristiwa



PENYEMPROTAN DISINFECTAN DI MUARA BARU (12 JUNI 2020)

PEDULI KESEHATAN WARGA MUARA BARU. Bekerja sama dengan Polsek Metro Penjarangan dan Polres Jakarta Utara, Tzu Chi Indonesia melakukan penyemprotan disinfektan di 4 RT yang masuk dalam wilayah RW 17, Kampung Marlina, Muara Baru, Penjarangan, Jakarta Utara. Kegiatan ini dilakukan untuk mencegah penyebaran Covid-19 di lokasi-lokasi yang berpotensi menjadi titik penularan virus tersebut.

Anand Yahya



PAKET SEMBAKO DI BANTARGEBAWANG (16 JUNI 2020)

DUKUNGAN DAN PERHATIAN. Untuk membantu warga yang terdampak langsung Covid-19 dalam hal ekonomi, TNI-Polri bersama Tzu Chi Indonesia dan PT. Waskita menyalurkan 3.000 paket sembako di wilayah Kodim 05/07 Bekasi. Dalam kegiatan ini, relawan Tzu Chi Bekasi berkesempatan memberikan paket sembako kepada warga Kampung Sumur Batu Bantargebang, Bekasi, Jawa Barat.

Anand Yahya



PELATIHAN CALON KOMITE TZU CHI INDONESIA (28 JUNI 2020)

MENDALAMI DHARMA DI MASA PANDEMI. Tzu Chi Indonesia melaksanakan pelatihan relawan calon komite 2020 dengan tema "Mewujudkan Semangat Sutra Teratai di Dunia." Kegiatan yang diikuti oleh relawan Tzu Chi dari seluruh Indonesia ini diisi dengan *sharing* para relawan dan diadakan secara *online* untuk mencegah penyebaran dan penularan Covid-19.

Dok. Tzu Chi Indonesia



PEMBERIAN PAKET SEMBAKO DI JAKARTA TIMUR (30 JUNI 2020)

SEMBAKO UNTUK PETUGAS PEMAKAMAN. Tzu Chi Indonesia memberikan paket sembako kepada petugas Tempat Pengolahan Sampah Terpadu (TPST) dan pengurus masjid (Marbot) di lingkungan Lanud Halim Perdanakusuma sebanyak 187 paket. Dalam kegiatan yang sama, sebanyak 100 paket sembako juga diberikan kepada petugas pemakaman TPU Kebon Pala, Kampung Makasar, Jakarta Timur.

Anand Yahya



TIM MEDIS MASIH MEMBUTUHKAN DUKUNGAN KITA

Berkat dukungan para donatur, Tzu Chi Indonesia melalui Kementerian Kesehatan RI telah menyalurkan bantuan penanganan Covid-19 ke rumah sakit - rumah sakit yang membutuhkan di seluruh Indonesia. Selain itu Tzu Chi melalui kantor-kantor penghubungnya juga telah menyalurkan bantuan ke 232 Institusi dan 1.032 rumah sakit dan puskesmas yang tersebar di Jabodetabek dan 26 Provinsi di Indonesia

*Data per 1 Juli 2020 *Sumber: Sekretariat Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia

MASKER	MASKER N95	MASKER KN95	BAJU ISOLASI	RAPID TEST	VENTILATOR	CAIRAN DISINFECTAN	DISINFECTAN SPRAYER
2.805.900	40.520	52.030	108.731	1.000.000	335 Unit	16.640 liter	1.842 Unit

Dukungan Anda dapat disalurkan melalui:
BCA - 865 002 4681
 a.n. Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia
 Bank BCA cabang Pantai Indah Kapuk