



有些人常常起煩惱，
因為別人一句無心的話，
他卻有意的接受。

"Ada orang yang sering merasa risau, hanya karena menanggapi serius perkataan orang lain yang diucapkan secara tidak sengaja."

Kata Perenungan
Master Cheng Yen

Download
Buletin Tzu Chi



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

Tzu Chi
Indonesia



Di lingkungan sekolah dan kantin, seluruh siswa dan guru Sekolah Cinta Kasih Tzu Chi tidak menggunakan kantong plastik sebagai bentuk dukungan terhadap pelestarian lingkungan. Mereka membawa wadah makan dan minum sendiri.

Metta Wulandari

Aksi Pelestarian Lingkungan di Sekolah Cinta Kasih Tzu Chi

Sekolah Tanpa Kantong Plastik

Plastik adalah sampah yang membutuhkan waktu panjang untuk terurai, juga membahayakan lingkungan dan kesehatan manusia. Semua lini mulai menerapkan kebijakan plastik berbayar hingga no plastic campaign sebagai bentuk peduli lingkungan.

Sejak 21 Februari 2016, Pemda DKI Jakarta telah memberlakukan kebijakan plastik berbayar di berbagai gerai pasar swalayan dan minimarket. Kebijakan plastik berbayar seharga 200 rupiah ini disambut berbagai tanggapan, ada yang setuju, ada pula yang kurang setuju.

Salah satu yang setuju adalah Dyah Widayati Ruyoto, Direktur Sekolah Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng, Jakarta Barat. Ia mengaku senang kala mendengar siaran berita mengenai kebijakan plastik berbayar. "Tapi ada yang kurang. Kurang mahal," ucapnya diikuti tawa.

Bagi Dyah, nilai 200 rupiah dirasa masih terlalu murah untuk memberikan edukasi kepada masyarakat mengenai dampak mengerikan yang timbul dari sampah plastik. "Saya rasa masih banyak masyarakat yang menganggap 200 rupiah itu tidak bernilai apa-apa. Kalau mau benar-benar membuat masyarakat berpikir dua kali untuk memakai kantong plastik, ya sekalian dimahalkan saja harganya," tambahnya.

Namun, berapa pun harga yang diberlakukan untuk kantong plastik berbayar, Dyah mengingatkan bahwa ada hal penting lainnya yang harus disosialisasikan kepada masyarakat yaitu praktik pelestarian lingkungan. "Harus mengingat bahwa tujuannya adalah untuk pelestarian lingkungan, bukan malah mengambil keuntungan dari satu kebijakan," tegas Dyah.

Praktik Pelestarian Lingkungan

Jauh sebelum pemerintah menerapkan kebijakan yang bertujuan untuk mengurangi produksi sampah plastik ini, Sekolah Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng sudah terlebih dahulu melakukan hal serupa di lingkungan sekolah. "Bukan dengan cara plastik berbayar, tapi dengan cara meniadakan penggunaan plastik (*no plastics campaign*) di lingkungan sekolah," ucap Eko Rahardjo, salah guru SMA Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng.

Sudah dua tahun lamanya, *no plastics campaign* ini dicanangkan di sekolah dengan kantin sekolah sebagai fokus lokasinya. Di kantin, semua siswa wajib menggunakan tempat dan alat makannya sendiri. "Namun kantin juga meminjamkan tempat makan untuk siswa yang tidak membawa," kata Eko.

Para siswa juga mendukung program ini. Mereka merasa aksi ini penting untuk menciptakan lingkungan yang sehat. Seperti Vana, siswi kelas 8 SMP Cinta Kasih Tzu Chi yang mengatakan bahwa ia sudah terbiasa untuk tidak menggunakan plastik di sekolah maupun di tempat lain. "Karena selain plastik, ada tempat yang bisa dipakai berkali-kali. Lebih hemat dan tidak merusak lingkungan," ujarnya singkat. Risky pun demikian. Siswa kelas 12 SMK Cinta Kasih Tzu Chi ini mengaku tidak terbebani dengan peraturan sekolahnya untuk meniadakan penggunaan plastik di

sekolah. "Ya saya rasa, saya sudah cukup dewasa untuk mengetahui berapa lama waktu yang dibutuhkan plastik untuk bisa terurai. Makanya saya ikut mendukung untuk mengurangi penggunaan plastik," jelasnya.

Selain siswa, Lim Ferie, relawan Tzu Chi yang bertugas di kantin sekolah pun sebisa mungkin meniadakan penggunaan plastik dalam produksi makanannya. "Kami juga ingin memberikan contoh untuk anak-anak, makanya dalam memproduksi makanan kami juga meminimalisir penggunaan plastik," ucap Lim Ferie. Ia ingin ajaran pelestarian lingkungan yang diajarkan oleh Master Cheng Yen tidak hanya menjadi sesuatu yang hanya dibicarakan, namun sudah seharusnya dipraktikkan oleh semua. "Jadi kantin selalu bersih kan, *nggak* ada sampah plastik," tukasnya tersenyum.

Kurikulum Baru

Selain *no plastics campaign* yang dilakukan di kantin sekolah, pihak sekolah juga memasukkan kurikulum Pendidikan Lingkungan Kehidupan Jakarta (PLKJ) yang mempelajari gaya hidup di Kota Jakarta yang sangat kompleks, mulai dari kebersihan lingkungan hingga tata krama bersosialisasi di kota metropolitan.

Dalam kurikulum PLKJ, Supangat, guru PLKJ secara persuasif mengajak siswa untuk mengubah pola pikir, perilaku, dan kebiasaan. "Tujuannya

agar dapat mengurangi volume sampah dan melakukan prinsip 5R yaitu: *Rethink* (memikirkan kembali sebelum membeli), *Reduce* (mengurangi), *Reuse* (memakai kembali), *Repair* (memperbaiki), dan *Recycle* (mendaur ulang)," ujarnya.

Kurikulum yang dimulai sejak tahun 2015 ini bekerja sama dengan relawan Tzu Chi dan Depo Pendidikan Pelestarian Lingkungan Tzu Chi Cengkareng dalam pelaksanaannya. Sekali dalam sebulan, siswa, mulai dari tingkat SD, SMP, SMU, dan SMK mendapat pelajaran cara memilah atau menggolongkan barang-barang yang dapat didaur ulang.

Mereka pun secara rutin dijadwalkan untuk membawa barang-barang daur ulang yang sudah tidak terpakai lagi di rumah untuk dibawa ke sekolah setiap hari Selasa dan Jumat. "Jika siswa menjalankan program pemanfaatan sampah di lingkungan mereka masing-masing, minimal mereka sudah membantu program pemerintah dalam hal penanggulangan sampah yang saat ini sangat mengkhawatirkan," tutup Supangat.

□ Anand Yahya, Metta Wulandari

Artikel lengkap ini
dapat dibaca di:
bit.ly/1Rba7Hf





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 51 negara.

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

Aktivitas Tzu Chi dibagi dalam 4 misi utama:

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

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

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

Buletin Tzu Chi

PEMIMPIN UMUM: Agus Rijanto.
WAKIL PEMIMPIN UMUM: Ivana Chang.
PEMIMPIN REDAKSI: Teddy Lianto.
REDAKTUR PELAKSANA: Yuliati.
EDITOR: Hadi Pranoto, Juliana Santy.
ANGGOTA REDAKSI: Arimami SA, Erlina, Metta Wulandari, Willy.
REDAKTUR FOTO: Anand Yahya.
SEKRETARIS: Bakron.
KONTRIBUTOR: Relawan *Zhen Shan Mei* Tzu Chi Indonesia.
TIM DOKUMENTASI: Kantor Penghubung/Perwakilan Tzu Chi Indonesia.
DESAIN GRAFIS: Erlin Septiana, Rangga Trisnadi, Ricky Suherman, Siladhamo Mulyono, Suheni, Urip Junoes.
TIM WEBSITE: Heriyanto.
DITERBITKAN OLEH: Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia. **Dicetak oleh:** Gemilang Grafika, Jakarta. (Isi di luar tanggung jawab percetakan)

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

Bakti Sosial Kesehatan Tzu Chi ke-111

Harapan Baru Tulang Punggung Keluarga

Menderita hernia selama bertahun-tahun membuat sang kepala keluarga kesulitan dalam mencari nafkah. Terbebas dari hernia membuatnya bisa bekerja lebih keras demi menggapai impian keluarga.

Adalah Bunyamin (29), warga Desa Sukawangi, Kecamatan Warung Kondang, Kabupaten Cianjur yang menderita penyakit hernia selama 3 tahun. Pria yang kesehariannya menjual *basreng* (bakso goreng) ini menjalani hari-harinya dengan penyakit hernia.

Berjuang Demi Keluarga

Ayah dari tiga anak ini setiap hari berjalan kaki mendorong gerobak untuk menjajakan dagangannya. Awalnya ia tidak mengetahui jika dirinya menderita penyakit hernia. Selama ini ia mengira hanya sakit biasa saja, saat kecapekan dan lelah baru gejala itu muncul. Ketika ada sosialisasi Baksos Kesehatan Tzu Chi sekaligus pendataan warga yang menderita penyakit oleh Bintara Pembina Desa (Babinsa) setempat, atas inisiatif sang istri akhirnya Bunyamin mendaftarkan diri dan mengikuti *screening* di Kodim 0608 Cianjur (12/3/2016). "Saya baru tahu kalau saya sakit hernia dari pemeriksaan ini," ungkap Bunyamin.

Demi menafkahi keluarga, Bunyamin kerap tidak memedulikan rasa sakit yang dideritanya. Jika kambuh pada saat berjualan, ia akan berhenti sejenak, dan kemudian mengurut pangkal perut bagian bawah ke atas dengan tangannya. "Ya sakit. Kalau *pas* jualan *ya* saya berhenti dulu sambil urut-urut sebentar, *abis* itu lanjut lagi," ungkapnya. Medan yang harus dilalui Bunyamin berjualan memang cukup berat. Ia harus mendorong gerobaknya sejauh 2 kilometer di jalan menanjak dan menurun karena kondisi geografis Kabupaten Cianjur yang terletak di kaki gunung.

Selain berjualan *basreng*, Bunyamin juga membuat bilik dari bambu untuk menambah penghasilan. "Apa *aja* *saya* *kerjain*, yang penting anak bisa sekolah dan makan. Jangan seperti saya yang tidak



Bunyamin (tiga dari kanan) bersama keluarga dan relawan Tzu Chi di depan rumahnya. Ia bersyukur dengan adanya baksos ini telah memberikan harapan baru baginya untuk maju.

melanjutkan sekolah," tegas pria lulusan sekolah dasar ini.

Setiap hari selepas salat Subuh, Bunyamin berbelanja untuk kebutuhan dagangannya. Kemudian jam 8 pagi, ia berangkat untuk berjualan hingga jam 5 sore, bahkan di kala dagangannya sepi, ia berjualan terus hingga jam 10 malam. "Kalau jualan *kan* tidak seperti orang kantoran, kalau lagi ramai *ya* untung, kalau sepi *ya* pas-pasan *aja*," ungkap Bunyamin.

Dengan adanya baksos kesehatan ini, Bunyamin sangat berterima kasih kepada dokter-dokter yang telah menangani pasien kurang mampu termasuk dirinya. Ia merasa sangat terbantu. "*Alhamdulillah*, saya senang penyakit saya sekarang bisa disembuhkan. Kadang buat makan *aja* susah, apalagi buat berobat, sampai dioperasi *enggak* kebayang biayanya," jelas Bunyamin.

Lebih Giat Mencari Nafkah

Bunyamin adalah satu dari ratusan pasien yang berbahagia usai melakukan operasi pada Baksos Kesehatan Tzu Chi ke-111 yang diadakan di Rumah Sakit Umum Daerah Cianjur, Jawa Barat sejak tanggal 18-20 Maret 2016. Bakti sosial ini bekerja sama dengan Tentara Nasional Indonesia (TNI) dan Pemerintah Kabupaten (Pemkab)

Cianjur dan berhasil melayani 337 pasien yang terdiri dari 146 katarak, 33 *pterygium*, 64 hernia, 40 minor lokal, 41 minor GA, dan 13 bibir sumbing.

Saat ini, Bunyamin tinggal di rumah mertua, di mana dalam satu rumah terdapat 3 kepala keluarga. Ia berharap setelah dioperasi (hernia), kesehatannya kembali pulih dan ia dapat berjualan lagi tanpa terganggu dengan rasa sakit. Impiannya adalah bisa memiliki tempat tinggal sendiri. "Biar *cepat* sembuh, bisa jualan lagi tanpa sakit-sakit buat nafkahi keluarga. *Pengen* lebih maju usahanya, saya mau tinggal sendiri, *enggak* numpang sama mertua lagi," tukasnya.

Nyinyi Azizah (34), istri Bunyamin juga sangat bersyukur dengan adanya Baksos Kesehatan Tzu Chi ini. Suaminya yang awalnya sering mengeluhkan sakit ketika penyakit hernianya kambuh akhirnya bisa sembuh. "Dulu suka mengeluh sakit, jadi jaluannya *nggak* penuh sehari. Sekarang *alhamdulillah*, bahagia banget sudah di-operasi, terima kasih. Semoga jaluannya juga bisa lebih lancar," harap Nyinyi.

□ Arimami SA



Artikel lengkap dapat dibaca di:
bit.ly/1S4uNck

Dari Redaksi

Menghargai Air

Peringatan Hari Air Sedunia yang jatuh setiap tanggal 22 Maret seolah menjadi upaya pengingat kita akan pentingnya air bersih dan usaha penyadaran untuk pengelolaan sumber air bersih yang berkelanjutan. Karena air merupakan bagian dari hidup setiap makhluk, termasuk manusia.

Thales, seorang filsuf yang lahir antara tahun 624–625 SM menyatakan bahwa air adalah sumber kehidupan. Argumentasi Thales adalah karena bahan makanan semua makhluk hidup mengandung air dan semua makhluk hidup memerlukan air untuk hidup. Contohnya makanan yang tersaji di atas meja makan kita. Agar masakan tersebut dapat tersaji diperlukan air untuk memasaknya.

Menurut riset *thirstofwater.org*, 92 % konsumsi air digunakan untuk mengolah makanan. Tetapi sayangnya penggunaan air untuk memenuhi kebutuhan hidup

tidak diimbangi dengan perilaku yang positif dari manusia. Masih banyak yang menyia-nyiakan penggunaan air, termasuk menyia-nyiakan makanan. Di negara maju, begitu banyak makanan yang dibuang setiap harinya. Bukan hanya makanan yang tersisa di piring, tetapi juga makanan di lemari es yang akhirnya tidak sempat diolah dan dikonsumsi. Dalam hal ini, manusia secara tidak langsung melakukan pemborosan sumber daya air secara sia-sia.

Lalu apa yang dapat kita lakukan? Pertama kita harus belajar mengubah kebiasaan dalam membeli barang. Belilah barang atau bahan makanan secukupnya, jangan berlebihan sehingga akhirnya menjadi terbuang percuma. Kedua mengurangi masakan yang membutuhkan banyak air untuk membuatnya, contohnya daging, di mana untuk mendapatkan satu pon daging, dibutuhkan konsumsi 1.850

galon air. Bandingkan dengan sayuran yang hanya membutuhkan 39 galon air (saat ditanam hingga panen). Dan yang terakhir jangan membuang atau menyia-nyiakan makanan.

Untuk mendukung pelestarian lingkungan, terutama mengurangi dampak krisis air, relawan Tzu Chi telah menerapkan pola bersih dari sumbernya, yaitu budaya makan dengan membersihkan mangkuk dengan sedikit air dan melapnya dengan kain sehingga tidak butuh banyak air untuk membersihkannya.

Karena air adalah komponen utama kehidupan, mari tingkatkan penghargaan dengan tidak berlaku sesuka hati terhadap air, dengan cara menghemat penggunaan air dan juga menghargai makanan yang ada di meja kita.

Pesan Master Cheng Yen

Menolong dengan Tulus dan Cinta Kasih Tanpa Batas

*Mengingat kebaikan relawan lokal yang membantu mengirimkan laporan ke Taiwan
Memberikan bantuan dengan ketulusan dan cinta kasih yang tak terbatas
Menyediakan nasi Jing Si sesuai selera pengungsi
Menyebarkan konsep pelestarian lingkungan demi mengantisipasi bencana*



Video ceramah ini dapat ditonton di:
bit.ly/1MV3mdl

“Saya ingin mengungkapkan rasa terima kasih yang terdalam atas segala yang Tzu Chi lakukan. Sebelumnya, selama lima tahun ini, kami belum pernah bertemu (organisasi sosial) yang seperti kalian,” ujar Vladimir Cucic, Ketua Komisi Penanganan Pengungsi Serbia. Melihat laporan dari relawan kita di Serbia, saya sangat bersyukur. Sesungguhnya, di keinginan para relawan kita, akses internet sedang diperbaiki sehingga mereka tidak bisa mengirimkan laporan. Beruntung, di sana sudah ada relawan lokal. Seorang relawan lokal mengajak mereka ke rumahnya sehingga mereka dapat mengirimkan laporan lewat internet di rumahnya.

Pada pukul enam pagi, kita sudah menerima laporan mereka. Lewat laporan kemarin, kita tahu bahwa Komisi Penanganan Pengungsi Serbia mengundang belasan Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) untuk mengadakan rapat. Ketua Komisi Penanganan Pengungsi Serbia, Vladimir Cucic mengatakan bahwa beliau bersyukur dalam jangka waktu yang cukup panjang, ada banyak organisasi non pemerintah yang menjangkau negara mereka dan menolong para pengungsi. Beliau berterima kasih kepada semua organisasi yang telah membantu ini.

Dengan penuh ketulusan, beliau mengungkapkan rasa terima kasih sebanyak tiga kali kepada insan Tzu Chi yang telah bersumbangih dan menjangkau para pengungsi dengan cinta kasih yang tulus. Beliau berkata bahwa saat dibutuhkan, insan Tzu Chi selalu segera memberikan bantuan dengan penuh ketulusan dan kehangatan.

Setiap kali, beliau selalu menjelaskan hal-hal yang dilakukan insan Tzu Chi di sana. Penjelasan menunjukkan pemahamannya terhadap kekuatan cinta kasih Tzu Chi. Beliau juga mengulas tentang insan Tzu Chi yang menyediakan

makanan hangat bagi pengungsi.

Berhubung bahan pangan di Serbia agak terbatas maka insan Tzu Chi segera menunjukkan nasi Jing Si dan cara penyajiannya kepada Komisi Penanganan Pengungsi Serbia. Mereka juga menjelaskan bahwa nasi Jing Si dirancang untuk digunakan dalam penyaluran bantuan internasional agar orang-orang tidak kelaparan saat berada di lingkungan dan kondisi yang sulit.

Selain itu, nasi Jing Si juga lezat, higienis, bergizi, dan terdiri dari berbagai rasa. Saya sangat bersyukur relawan kita selalu membawa nasi Jing Si. Karena itu, mereka bisa menunjukkan berbagai rasa nasi Jing Si yang mereka bawa kepada Komisi Penanganan Pengungsi. Relawan kita juga menyeduhnya di sana agar orang-orang bisa mencicipinya. Mereka yang mencicipinya merasa sangat gembira. Yang paling digemari adalah nasi Jing Si rasa tomat.

Saya kemudian meminta Chor-siong, *qingxiushi* (murid Master Cheng Yen yang tinggal di Griya Jing Si) Divisi Kerohanian kita, untuk mempelajari bagaimana cara menyajikan nasi Jing Si. Berhubung tidak diizinkan memasak di Serbia, kita tidak memasak di sana. Kita cukup memasukkan air panas dan nasi Jing Si ke dalam panci besar, lalu mengaduk dan menutup pancinya agar nasi Jing Si tetap hangat. Pukul 11 siang kemarin, Chor-siong mulai menyiapkan nasi Jing Si. Pada pukul tiga sore, dia memperlihatkan nasi dan bubur kepada saya dan meminta saya mencicipinya. Ternyata makanannya masih hangat dan sangat lezat. Sungguh, baik bubur maupun nasi, semuanya sangat lezat dan masih hangat. Dari pukul 11 siang hingga pukul tiga sore, sudah hampir empat jam berlalu dan makanannya masih hangat. Saya merasa ini sangat bagus.

Kita juga telah menerima laporan dari Ketua Komisi Penanganan Pengungsi Serbia Vladimir Cucic bahwa para

pengungsi mungkin akan berada di Serbia hingga bulan November atau awal tahun depan (2017). Beliau berencana untuk mendirikan fasilitas yang dapat membantu pendidikan anak-anak dan kelangsungan hidup para pengungsi. Beliau juga ingin para pengungsi yang tinggal di kamp pengungsian memiliki kualitas hidup yang baik. Serbia sungguh merupakan negara yang penuh semangat kemanusiaan.

Beliau memberitahukan berbagai fasilitas yang akan mereka dirikan bagi para pengungsi kepada organisasi-organisasi non pemerintah. Kita juga sudah mengetahui hal ini. Saat ini, kita telah mempersiapkan bahan pangan selama 10 hari bagi pengungsi, yang beratnya sekitar dua ton.

“Kita sudah mulai mempersiapkan nasi Jing Si di Griya Jing Si. Kita berencana menyediakan 2.000 porsi nasi Jing Si per hari. Kita akan mengirimkannya lewat udara karena harus dikirimkan dengan cepat,” kata Chor-siong.

Qingxiushi yang akan pergi ke Serbia ini telah mempelajari cara penyajian nasi Jing Si dan akan mengajarkannya kepada orang lain. Selain mengajari orang lain, dia juga akan membawa rasa syukur dan perhatian saya terhadap setiap orang di Serbia. Dia merupakan Bodhisatwa yang bertekad untuk menuntaskan misi.

Perhatian untuk Korban Banjir di Indonesia

Kita juga melihat bencana banjir di Bandung, Indonesia. Meluapnya air sungai mengakibatkan banjir setinggi tiga meter. Selama beberapa hari ini, insan Tzu Chi di Bandung terus bekerja sama membantu para korban banjir. Setiap orang sibuk menyalurkan bantuan dan bersumbangih dengan sepenuh hati. Mereka dengan cekatan menolong para korban.

Namun, yang terpenting adalah menjaga kelestarian lingkungan. Dengan mengurangi sampah dan menjaga kebersihan mulai dari sumbernya, barulah kita bisa

melindungi bumi dari pencemaran dan mengurangi emisi karbon. Jika tidak maka bencana akibat kerusakan alam akan terus terjadi.

Di Shanghai (Tiongkok), kita juga bisa melihat insan Tzu Chi terjun ke jalan di wilayah perkotaan yang ramai untuk mensosialisasikan konsep daur ulang. Jadi, tiada hal yang tidak bisa dicapai. Asalkan berniat dan bertindak secara nyata maka tidak ada yang mustahil. Polusi udara yang merusak bumi ditimbulkan oleh pikiran dan tindakan manusia. Jadi, untuk melindungi bumi, kita juga harus memulainya dari pikiran dan tindakan. Kita harus menumbuhkan kesadaran lingkungan, mengulurkan sepasang tangan dan membungkukkan badan untuk mengumpulkan dan memilah barang daur ulang, serta mensosialisasikan konsep daur ulang.

Dalam salah satu ceramah, saya juga mengulas bahwa murid-murid Buddha mempelajari Dharma dengan harapan dapat mewariskan Dharma. Sesungguhnya, dengan bersumbangih, kita sendiri akan memperoleh manfaat. Setelah bersumbangih, hati kita akan terasa damai dan tenang. Saat kita memberikan barang bantuan, penerima bantuan mendapatkan materi, sedangkan kita mendapatkan pahala (karma baik). Setelah bersumbangih, kedamaian dan ketenangan batin yang kita peroleh berbeda dari biasanya.

Singkat kata, orang yang bersumbangih memperoleh pahala. Intinya, kita harus sepenuh hati memahami bahwa dunia ini penuh dengan penderitaan. Kita membutuhkan lebih banyak Bodhisatwa yang bekerja sama dan bersatu hati untuk terus bersumbangih dengan kekuatan cinta kasih.

□ Ceramah Master Cheng Yen tanggal 16 Maret 2016
Sumber: Lentera Kehidupan - DAAI TV Indonesia,
Diterjemahkan oleh: Hendry, Karlana, Marlina.

大愛之道廣披寰宇 • 長情之路古往今來

Jalan Cinta Kasih Universal Membentang Luas ke Seluruh Dunia,
Jalinan Kasih Sayang Terus Bertahan untuk Selamanya.

Master Cheng Yen Menjawab

Apakah Manfaat Berbagi Kasih kepada Murid-murid?

Seorang Pria muda bertanya:

Master Cheng Yen, apakah Anda yakin jika membangun sekolah kedokteran dan menanamkan cinta kasih yang begitu berlimpah pada murid-murid akan bermanfaat?

Master Cheng Yen menjawab:

Sangat bermanfaat. Karena Tzu Chi adalah organisasi yang penuh cinta kasih maka setiap orang dapat memberikannya tanpa syarat dan menjadikan para murid yang masih belia ini merasakan kasih sayang yang tulus. Di masa mendatang, mereka akan berterima kasih dan berbalik mengasihi orang lain. Jadi kasih dan usaha yang diberikan adalah tulus tanpa pamrih, bukan memikirkan bermanfaat atau tidaknya hal ini.

□ Sumber: www.tzuchi.org
Diterjemahkan oleh: Susy Grace Subiono (Tzu Chi Sinarmas)

TZU CHI BANDUNG: Kunjungan Kasih Perhatian untuk Kakek dan Nenek

Pada hari Rabu, 23 Maret 2016, relawan Tzu Chi Bandung mengunjungi Panti Wreda Senjarawi di Jl. Jeruk No. 7 Bandung, Jawa Barat. Sebanyak 15 relawan menghibur dan melayani kakek dan nenek dengan penuh kasih sayang.

Sehari-hari, para relawan Tzu Chi tak lepas dari kesibukan pekerjaan masing-masing. Namun di tengah kesibukannya itu, para relawan senantiasa meluangkan waktunya untuk berbagi kasih dengan sesama. Kunjungan rutin ini merupakan bentuk kepedulian relawan Tzu Chi terhadap para penghuni panti yang umumnya sebatang kara ataupun jauh dari keluarga.

Sebagai pembuka dari kunjungan kasih ini para relawan Tzu Chi mempersembahkan isyarat tangan *Satu Keluarga dan Sebuah Dunia Yang Bersih*. Setelah itu, para relawan melayani kakek dan nenek dengan memijat, membagikan makanan, serta mencukur rambut dan janggut. Untuk membuat suasana lebih meriah, para relawan mengajak mereka untuk bernyanyi bersama.

Dalam kesempatan ini juga relawan mengajak para kakek dan nenek untuk menyaksikan video inspiratif tentang pelestarian lingkungan. Video ini menceritakan tentang relawan pelestarian lingkungan yang telah lanjut usia, tetapi sangat bersemangat mengikuti pemilahan sampah di Depo Pelestarian Lingkungan Tzu Chi. Diharapkan, nantinya ketika Depo Pelestarian Lingkungan Tzu Chi Bandung telah selesai, para kakek dan nenek ini dapat mengisi waktu luang mereka sekaligus bersumbangsih dalam pelestarian lingkungan.

Wujud kasih sayang yang ada dalam diri kita hendaknya bisa diberikan kepada siapa saja. Berbagi kasih dengan menganggap kakek dan nenek penghuni panti jompo layaknya orang tua sendiri merupakan suatu tindakan yang mulia. Semoga apa yang telah dilakukan oleh relawan Tzu Chi dapat memberikan inspirasi untuk saling mengasihi terhadap sesama.

□ Galvan (Tzu Chi Bandung)



Relawan Tzu Chi disambut hangat para kakek dan nenek saat tiba di Panti Wreda Senjarawi pada Minggu, 23 Maret 2016. Mereka saling berpelukan dan menyapa hangat.



Relawan Tzu Chi Padang bekerja sama dengan Palang Merah Indonesia (PMI) kembali mengadakan donor darah untuk ketiga belas kalinya di Kantor Tzu Chi Padang pada Minggu, 20 Maret 2016.

TZU CHI PADANG: Donor Darah Setetes Darah, Sejuta Kasih yang Mengalir

Pada Minggu, 20 Maret 2016, relawan Tzu Chi Padang bekerja sama dengan Palang Merah Indonesia (PMI) mengadakan kegiatan donor darah yang ke-13 kalinya di Kantor Tzu Chi Padang, Jl. H.O.S Cokroaminoto No. 98, Padang. Kegiatan ini rutin diadakan setiap tiga bulan sekali. Sejak pukul 07.30 WIB, relawan Tzu Chi telah berkumpul untuk mempersiapkan lokasi dan perlengkapan kegiatan ini.

Tepat jam 8 pagi, kegiatan donor dimulai. Relawan Tzu Chi dan masyarakat antusias mengikuti kegiatan ini. Setiap calon donor yang akan mendonorkan darah mesti melakukan pemeriksaan awal. Kemudian setelah dinyatakan memenuhi syarat kesehatan barulah mereka dapat mendonorkan darahnya. Relawan juga telah menyediakan makanan (vegetarian) untuk para donor yang telah menyumbangkan darahnya.

Sembari menikmati makanan, para relawan juga berbincang-bincang dengan para donor mengenai donor darah dan

manfaatnya bagi kesehatan. Salah satu donor, Lim Po San tidak pernah absen dalam mengalirkan cinta kasihnya. Terhitung sudah 13 kali ia ikut mendonorkan darahnya sejak awal Tzu Chi mengadakan kegiatan sosial ini. Pria 40 tahun ini juga memberikan *sharing* manfaat yang dirasakan setelah mengikuti donor darah. "Setelah saya rutin mengikuti kegiatan donor darah ini, tubuh saya merasa lebih sehat dan bersemangat dalam melakukan kegiatan. Selain membuat saya lebih sehat, saya juga merasa sangat bahagia karena ikut bersumbangsih kepada sesama atau kepada saudara yang membutuhkan," ujar Lim Po San penuh semangat.

Donor darah hari itu berhasil mengantongi 122 kantong darah. Kegiatan ini memberikan kebahagiaan tersendiri bagi para relawan dan masyarakat karena mereka dapat bersumbangsih dan menyelamatkan kehidupan kepada sesama yang membutuhkan.

□ Monica (Tzu Chi Padang)

TZU CHI PEKANBARU: Kunjungan Kasih Memaknai Berkah dengan Berbagi

Berbagi dengan sesama menjadi cara murid-murid Kelas Budi Pekerti Tzu Chi Pekanbaru memaknai berkah tahun baru Imlek dengan mengunjungi Panti Asuhan Kemuliaan pada Minggu, 13 Maret 2016. Panti ini berlokasi di pinggiran kota dan dikelilingi oleh perkebunan sawit. Anak-anak juga membawa bingkisan yang mereka beli dari angpau (uang pemberian orang tua maupun saudara yang lebih tua -red) mereka masing-masing.

Dengan menempuh setengah jam perjalanan dari Kantor Tzu Chi Pekanbaru, sebanyak 177 orang yang terdiri dari relawan, orang tua, dan anak-anak yang berkunjung disambut hangat oleh Pendeta Simamora di aula gereja yang berada persis di sebelah panti asuhan.

Sebagai awal perkenalan, baik dari pihak Tzu Chi maupun panti asuhan sama-sama menyuguhkan penampilan kesenian. Selanjutnya, gereja yang berada di samping panti dijadikan tempat silaturahmi sekaligus tempat di mana anak-anak kelas budi pekerti menyerahkan bingkisan yang dibeli dari uang angpau

mereka untuk anak-anak panti.

Dalam kegiatan itu anak-anak juga berkesempatan merasakan kehidupan di panti asuhan dan mendengar latar belakang anak-anak yang akhirnya harus ditiptikan di panti asuhan. Mendengar hal tersebut, Ryu Kedgan, salah seorang murid kelas budi pekerti mengatakan, "Saya sudah melihat kehidupan di panti asuhan. Sekarang saya sangat bersyukur karena punya orang tua dan rumah yang nyaman. Saya sekarang sudah tahu kesusahan di panti asuhan."

Inilah pendidikan kehidupan, di mana melalui kegiatan ini anak-anak diharapkan dapat selalu menanamkan rasa syukur di dalam hati dan bersumbangsih dengan tulus melalui berkah yang dimiliki. Pendidikan kehidupan akan dapat menambah kebijaksanaan kita, jika kita dapat terjun langsung ke masyarakat dengan melihat, mendengar, merasakan, dan melakukan dengan tulus untuk mengurangi penderitaan dan memberikan kebahagiaan.

□ Mettayani, Meiliana (Tzu Chi Pekanbaru)



Murid-murid Kelas Budi Pekerti Tzu Chi berbagi kebahagiaan dengan para anak di Panti Asuhan Kemuliaan dengan cara memberi perhatian dan bingkisan kepada mereka.

TZU CHI BALI: Bedah Buku

Mengenal Ajaran Kehidupan

Idealnya, akan luar biasa jika segala sesuatu berjalan sesuai keinginan kita, tetapi kenyataannya, banyak hal terjadi di luar kuasa kita. Itulah sepenggal kalimat awal (bagian kedua) di dalam buku *The Power of the Heart* karangan Master Cheng Yen. Adalah sebuah kenyataan bahwa di kehidupan ini segala sesuatunya berupa gejala yang sering membuat batin senantiasa tidak damai. Untuk memberikan pemahaman tentang *Kekuatan Hati*, Minggu, 3 April 2016, Tzu Chi Bali mengadakan kegiatan bedah buku.

The Power of the Heart merupakan buku yang padat akan makna kehidupan, di mana Master Cheng Yen menggunakan cerita-cerita agar pembaca dapat lebih mudah memahaminya. Di awal bagian kedua "Pelatihan Diri" dijelaskan hendaknya kita dapat melatih diri dengan pengendalian pikiran karena pikiran adalah pelopor dari segala sesuatu. Untuk mendapatkan kebahagiaan atau tetap terjerat penderitaan, semuanya berpulang ke diri masing-masing.

"Tidak mau keluar dari lingkungan yang nyaman karena takut berubah,"

ujar Suriaty, relawan Tzu Chi mencoba merangkum apa yang telah dibacanya. Dewangga menambahkan bahwa banyak keraguan yang muncul akibat kerisauan batin, kebodohan, dan tidak mau berpikir panjang. Karena itulah kita hendaknya menyerap ajaran Buddha ke dalam hati dan dapat menyentuh kedamaian dan ketenangan batin.

Dalam pelatihan diri, kita memerlukan mitra bajik. "Bersyukur bertemu dengan orang yang bisa membimbing. Bertemu dengan yang baik maka bisa menjadi lebih baik karena saling mengingatkan atau memberitahu jika telah berbuat salah," ujar Dewi sewaktu *sharing* mengenai mitra bajik ini.

Sementara itu Daniel menambahkan, "Kebiasaan-kebiasaan buruk akan sirna jika kita terus berkegiatan baik." Dalam kesempatan itu, Anna yang seorang Muslimah mengatakan bahwa apa yang dipaparkan di dalam buku ini adalah sebuah ajaran kebenaran dan berharap kita semua dapat melatih diri ke arah yang lebih baik.

□ Leo Samuel Salim (Tzu Chi Bali)



Relawan dengan bersemangat mengikuti kegiatan bedah buku *The Power of the Heart* (*Kekuatan Hati*) dan menyelami makna yang terkandung di dalamnya.

TZU CHI MEDAN: Pameran *Jing Si Books and Cafe* dan DAAI TV

Harumnya Dharma, Indahnnya Menjadi Sahabat DAAI

Sejak diresmikan pada 7 November 2015, rumah kedua insan Tzu Chi Medan di Kompleks Jati Junction, selain digunakan untuk gedung Kantor DAAI TV, juga ada *Jing Si Books and Cafe* yang terletak di lantai dasar. Agar masyarakat Kota Medan tahu apa itu *Jingsi Books and Cafe* dan peran DAAI TV dalam menebarkan cinta kasih, pada 25-27 Maret 2016, insan Tzu Chi Medan mengadakan pameran di Cambridge City Square Ground Floor Medan. Relawan mensosialisasikan mengenai *Jing Si Books and Cafe* dan DAAI TV dengan harapan masyarakat bersedia menjadi Sahabat DAAI.

Pameran ini menarik perhatian para pengunjung mal, salah satunya adalah Peter. Melihat ada pameran Tzu Chi, Peter pun datang menghampiri. Stan pertama yang dia hampiri adalah stan DAAI TV. Mendengar penjelasan dari staf DAAI TV tentang tayangan DAAI TV yang selalu menyajikan siaran yang mendidik dan penuh cinta kasih maka Peter akhirnya bersedia menjadi

Sahabat DAAI TV. "Saya memang suka membantu, jadi mendengar bahwa dengan menjadi sahabat DAAI, kita juga menjadi bagian dari menyebarkan cinta kasih maka saya ikut," ujar Peter.

Nurlita, pengunjung lainnya mengaku memang suka dengan produk-produk *Jing Si*. Ia sendiri mengetahui pameran ini dari salah seorang relawan. "Saya suka membeli produk *Jing Si*, termasuk buku-buku Master Cheng Yen dan juga produk dari Daai Tech yang ramah lingkungan," ujar Nurlita.

Melihat antusias pengunjung, Sylvia Chuwardi selaku koordinator acara pameran bersama Jusni Lina merasa senang dan bersyukur. "Dengan adanya pameran ini dapat memperkenalkan kepada masyarakat produk *Jing Si* dan buku karangan Master Cheng Yen tentang Dharma, sekaligus mensosialisasikan bahwa semua produk ini dapat dibeli di *Jing Si Books and Cafe*. Kita juga berharap masyarakat banyak yang bersedia menjadi Sahabat DAAI TV," kata Sylvia.

□ Nuraina Ponidjan (Tzu Chi Medan)



Untuk menanamkan kejujuran sejak dini, para relawan memberikan materi tentang pentingnya kejujuran kepada murid Kelas Budi Pekerti Tzu Chi.

TZU CHI TANJUNG BALAI KARIMUN: Kelas Budi Pekerti Melatih Kejujuran Sejak Dini

Relawan Tzu Chi Tanjung Balai Karimun mengadakan Kelas Budi Pekerti, kali ini dengan tema "Bertekad tidak mengambil barang yang tidak diberikan". Kegiatan ini dilakukan pada Minggu, 13 Maret 2016, dengan tujuan agar para siswa memahami bahwa mencuri dapat merugikan diri sendiri dan orang lain.

Penyampaian materi diberikan oleh Yogie, relawan pendidikan Tzu Chi. Ia menyampaikan bahwa mengambil barang orang lain, sekecil apapun yang tidak diberikan adalah termasuk mencuri. "Meminjam barang tanpa seizin pemiliknya juga disebut mencuri," ucap Yogie menegaskan. Selain itu Yogie juga menjelaskan bahwa niat yang serakah juga akan menciptakan penderitaan.

"Suatu perbuatan pencurian dapat terjadi bila terdapat 5 faktor," katanya. Faktor tersebut antara lain: barang itu milik orang lain, mengetahui bahwa barang itu ada pemiliknya, berniat untuk mencurinya, melakukan usaha untuk mengambilnya, dan berhasil mengambil melalui usaha itu. Di tengah acara, Yogie juga memutarakan sebuah video tentang orang yang mencuri dan

perbuatannya itu diketahui oleh warga, akhirnya pencuri itu mendapatkan hukuman dari perbuatannya itu.

Di akhir acara, beberapa siswa menampilkan sebuah drama yang disaksikan dengan penuh antusias oleh siswa lainnya. Drama itu menceritakan tentang dua orang anak yang sering mencuri di kelas dan tidak pernah mengakui perbuatannya. Tetapi saat gurunya menanyakan akhirnya kedua anak itu mau mengakui dan meminta maaf atas perbuatannya.

Tcering, salah satu siswa yang duduk di bangku kelas 5 sekolah dasar mengatakan, "Saya selalu bilang saat pinjam barang di kelas sama teman, dan teman-teman juga melakukan hal yang sama, jadi jarang sekali terjadi pencurian di kelas saya," tutur Tcering. Dengan melakukan dan melatih sifat baik dalam diri sejak kecil maka akan dapat menciptakan suasana yang aman, damai, dan jauh dari perselisihan.

□ Yogie Prasetyo (Tzu Chi Tj. Balai Karimun)



Relawan Tzu Chi dan staf DAAI TV Medan mensosialisasikan Tzu Chi dan kiprah DAAI TV di Indonesia kepada para pengunjung mal yang mampir di stan Tzu Chi.

Relawan Tzu Chi Jakarta: Lily Brahma Suryadiningrat

Melatih Diri Sekaligus Menjaga Bumi



Arimami S.A

Saya adalah anak pertama dari empat bersaudara. Awal mula mengenal Tzu Chi pada tahun 2006, dimana pada saat itu adik saya yang sakit *cerebral palsy* (gangguan gerak otot) dibantu pengobatannya oleh Tzu Chi. Waktu itu relawan Tzu Chi datang untuk survei ke rumah saya. Setelah itu hubungan baik terus berkembang sampai akhirnya saya bertemu seseorang yang sudah saya anggap kakak sendiri, Suryani *Shijie*, yang kini menetap di Banda Aceh. Suryani sering mengajak saya ikut kegiatan Tzu Chi waktu masih sama-sama tinggal di Bandung. Pada tahun 2007, Suryani pindah ke Banda Aceh dan saya juga ikut ke sana. Di sana saya juga kuliah dan kemudian sempat bekerja di Aceh.

Rasa kagum adalah hal pertama yang memicu saya tertarik dengan Tzu Chi. Dulu sewaktu keluarga saya dibantu, relawan sering datang ke rumah. Bahkan

Saya percaya Tzu Chi adalah lingkungan yang baik dan bisa membawa saya menjadi pribadi yang lebih baik.

setelah selesai pengobatan, para relawan tetap rutin berkunjung satu atau dua bulan sekali memberi perhatian. Hal ini yang membuat saya terharu. Dari situlah benih-benih cinta kasih mulai melekat sampai sekarang. Supaya jalinan kasih itu tidak terputus maka saya memutuskan untuk bergabung menjadi relawan Tzu Chi. Apalagi kemudian saya mendapatkan pemahaman bahwa meskipun dalam kondisi keterbatasan (kurang mampu) kita juga masih bisa membantu orang lain.

Menjadi relawan juga merupakan suatu bentuk rasa terima kasih dan syukur saya

sebagai salah satu penerima berkah. Master Cheng Yen dalam salah satu pesannya mengatakan bahwa yang membahagiakan itu adalah menerima berkah, menghargai berkah, dan menciptakan berkah kembali. Di Tzu Chi saya bertemu orang-orang yang baik. Saya percaya Tzu Chi adalah lingkungan yang baik dan bisa membawa saya menjadi pribadi yang lebih baik. Perubahan terbesar dalam hidup saya adalah saya kini menjadi pribadi yang lebih bersyukur dengan apa yang kita miliki. Dulu saya cuma tahu artinya saja, tetapi sekarang lebih mendalami makna kata bersyukur, bukan hanya di mulut, tapi juga dalam tindakan.

Melatih Diri dan Menjaga Bumi

Tahun 2014 saya kembali dari Aceh dan mendapatkan pekerjaan sebagai akunting di Jakarta. Saya bekerja dari hari Senin sampai Sabtu, dan hari Minggu khusus saya dedikasikan untuk Tzu Chi. Walaupun ada rasa capek dan lelah, ikut kegiatan di Tzu Chi membuat saya bahagia sehingga rasa lelah menjadi tidak terasa.

Saya aktif di misi pelestarian lingkungan. Saya aktif di misi ini karena ingin melatih diri sekaligus menjaga bumi. Saya tidak ada rasa jijik jika harus bergelut dengan sampah karena depo kita sangat bersih. Ini karena kita menerapkan prinsip bersih dari sumbernya, artinya "sampah" yang dikirim ke Depo Pestaarian Lingkungan Tzu Chi umumnya sudah bersih dan benar-benar bisa dimanfaatkan kembali. Karena saya cukup konsisten maka saya diberi kepercayaan sebagai Koordinator (PIC) Pestaarian Lingkungan di Depo Pestaarian Lingkungan Tzu Chi, Cengkareng, Jakarta Barat. Pelajaran lain

yang saya petik sebagai relawan pelestarian lingkungan adalah pola hidup sederhana dan hemat. Saya belajar membedakan antara "keinginan dan kebutuhan", karena kebanyakan orang membeli barang bukan karena membutuhkan, tapi hanya karena keinginan untuk memiliki saja.

Saya selalu mensosialisasikan semangat pelestarian lingkungan kepada semua orang. Tujuannya agar prinsip 5R (*Rethink*: memikirkan kembali, *Reduce*: mengurangi, *Repair*: memperbaiki, *Reuse*: menggunakan kembali, dan *Recycle*: memanfaatkan kembali) ini bisa dipahami dan diterapkan semua orang. Pertama kali saya sosialisasikan di kantor ternyata tidak mudah karena pemahaman setiap orang berbeda-beda. Setelah beberapa kali mencoba, barulah ada perubahan sedikit demi sedikit. Saat ini teman-teman di kantor sudah mulai menghemat kertas dan mau memilah sampah sesuai jenisnya: organik dan non organik.

Terkadang ada rasa lelah karena sosialisasi itu tidak cukup hanya sekali. Setelah beberapa kali baru ada sedikit perubahan. Dari situ saya bercermin bahwa saya tidak akan bisa mengubah orang lain jika saya tidak mengubah diri saya sendiri dulu. Jadi saya juga memberi contoh, salah satunya dengan menghemat kertas, memilah sampah, dan membuang sampah pada tempatnya. Saya ingin semua orang bisa peduli pada pelestarian lingkungan dan akan terus menjadi "pilar" penjaga bumi ini, seperti kata Master Cheng Yen yang menjadi penyemangat saya, "Jika sudah benar jalannya maka lakukan saja."

Seperti dituturkan kepada Arimami Suryo A.

Kilas

Kamp Pelatihan Komite dan Calon Komite 2016 Menjadi Terbiasa dengan Tzu Chi

Akhir pekan di pertengahan bulan Maret (12-13/3/16), Tzu Chi Indonesia mengadakan Kamp Pelatihan Komite dan Calon Komite 2016 di Tzu Chi Center, Pantai Indah Kapuk, Jakarta Utara. Kamp diikuti oleh 82 relawan komite dan 81 relawan calon komite.

Konsep yang diusung dalam kamp kali ini bertujuan untuk memperdalam akar Tzu Chi dalam diri para relawan komite dan calon komite. Dengan tema "Giat Bercerita Tentang Tzu Chi, Senang Bercerita Tentang Tzu Chi, Terbiasa Bercerita Tentang Tzu Chi". Like Hermansyah, relawan Tzu Chi sekaligus Koordinator Kamp ini ingin mengajak relawan Tzu Chi bisa lebih banyak bercerita tentang kegiatan kemanusiaan Tzu Chi kepada masyarakat luas.

□ Metta Wulandari



Metta Wulandari

Bantuan Bagi Korban Kebakaran Bentuk Uluran Kasih

Akibat amukan "si jago merah" yang terjadi pada 10 Maret 2016, sebanyak 60 rumah di daerah Kedoya Utara, Jakarta Barat ludes dilalap api. Akibatnya, sebanyak 70 keluarga harus mengungsi di tenda-tenda darurat.

Melihat hal ini, pada Minggu 13 Maret 2016, sebanyak 26 relawan Tzu Chi membagikan paket bantuan kepada warga yang tertimpa musibah kebakaran ini. Bantuan berupa barang kebutuhan sehari-hari seperti sarung, selimut, sikat gigi, pasta gigi, sabun mandi, ember, gayung, dan juga terpal plastik yang dikemas rapi dalam kontainer plastik.

Zainabun, salah seorang warga menyampaikan rasa terima kasihnya atas perhatian dari relawan Tzu Chi ini. "Sangat membantu sekali, terlebih semua barang-barang saya habis terbakar. Cuma surat-surat penting yang bisa diselamatkan," ungkapnya haru.

□ Subandi Chandra (He Qi Barat)



Vimandi (He Qi Barat)



Yuliati

Akreditasi Rumah Sakit Khusus Bedah (RSKB) Cinta Kasih Tzu Chi Demi Peningkatan Mutu dan Pelayanan

Selama tiga hari sejak tanggal 29 - 31 Maret 2016, Tim Survei Akreditasi dari Komite Akreditasi Rumah Sakit (KARS) yang terdiri dari 6 orang melakukan penelusuran dokumen dan observasi seluruh elemen di RSKB Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng, Jakarta Barat.

Akreditasi menjadi kewajiban bagi setiap rumah sakit. Hal ini diatur dalam undang-undang rumah sakit. Dalam akreditasi pun tidak sekadar memberikan penilaian dalam sekali ataupun dua kali survei, tetapi lebih mendalam. "Kami menelaah dokumen, melihat kelengkapan-kelengkapan standar yang terdiri dari panduan, pedoman-pedoman program, dan standar prosedur nasional sudah dipenuhi atau belum," ujar dr. Henry, Ketua Tim Survei.

□ Yuliati



Rosy Velly Salim (He Qi Pusat)

Pelestarian Lingkungan Tzu Chi Tindakan Sederhana Menyelamatkan Bumi

Minggu, 20 Maret 2016 relawan Tzu Chi komunitas Sunter dan Jembatan Lima kembali melakukan kegiatan pelestarian lingkungan yang berlokasi di Taman Kantor RW.04, Sunter Metro, Jakarta Utara. Kegiatan yang rutin diadakan pada minggu ketiga setiap bulannya ini diikuti oleh 10 orang relawan.

Kegiatan pemilahan sampah ini mendapat dukungan dari warga sekitar, tidak sedikit dari warga yang turut datang berpartisipasi dengan menyumbangkan barang-barang daur ulang mereka. "Saya jadi tahu bahwa sampah-sampah ini ada yang bisa dimanfaatkan kembali, jadi tidak dibuang sembarangan. Lebih baik sampah daur ulang ini kita kumpulkan dan didaur ulang, yang hasilnya bisa untuk membantu orang lain," kata Lina (45), salah satu warga.

□ Rosy Velly Salim (He Qi Pusat)

Cermin

Sang Penebang Kayu



Ada seekor gorila bernama Axiong yang bekerja di tempat pemotongan kayu Man Niu sebagai penebang kayu. Axiong bekerja dengan giat dan sungguh-sungguh. Tapi entah mengapa, hasil pekerjaannya kian lama kian memburuk. Jumlah kayu yang berhasil dipotongnya selalu berkurang setiap hari. Dia dianggap bermalas-malasan sehingga majikannya memberhentikannya. Axiong kemudian pergi melamar pekerjaan ke tempat pemotongan kayu Dong Gu. Singa, sang mandor, melihat

badan Axiong yang besar dan kekar merasa tertarik. Ia langsung menerima Axiong untuk bekerja. Karena harus secepatnya mengirim barang, para pekerja di tempat pemotongan kayu sibuk membelah kayu. Karena Axiong seorang pekerja baru maka sang mandor merasa Axiong harus dibimbing dan diawasi. Kemudian sang mandor berjalan menuju ke tempat Axiong bekerja. Ia melihat Axiong bermandikan keringat dengan kayu-kayu yang berserakan di tanah, sepertinya Axiong telah bekerja sangat giat.

Sang mandor bertanya, "Hai Axiong! Kamu sudah berhasil membelah berapa banyak?" Dengan malu Axiong menjawab, "Satu potong." Mendengar jawaban Axiong, sang mandor kaget dan berkata, "Kamu bekerja sudah begitu lama, mengapa baru berhasil membelah satu potong? Apa kamu bermalas-malasan?"

Axiong pun menjawab dengan gugup, "Pak Mandor, saya tidak bermalas-malasan, mohon berikan saya kesempatan sekali lagi untuk membuktikannya." Axiong berkata dengan lirih, "Kayu-kayu ini kerasnya seperti batu. Saya sudah berusaha sekuat tenaga, berkali-kali berusaha untuk membelah, tetapi tetap saja tidak berhasil. Saya bahkan hampir mati kelelahan."

Setelah sang mandor melihat sendiri kayu-kayu tersebut memang tidak berhasil dibelah oleh Axiong, ia kemudian mengambil kapak di tangan Axiong dan dengan sekuat tenaga mencoba untuk membelah sepotong kayu. Tapi potongan kayu tersebut sama sekali tidak terbelah. "Aduh...! Kapak seperti ini tentu saja sudah tidak bisa digunakan!" kata sang mandor kepada Axiong sambil mengelus permukaan kapak, "kapak ini sudah digunakan terlalu lama, apakah kamu tidak pernah mengasahnya?"

Dengan terkejut Axiong menjawab, "Oh, apakah kapak juga perlu diasah?"

Pantas saja saya sering dianggap bermalas-malasan walaupun saya sudah bekerja sekuat tenaga." Axiong tiba-tiba sadar, "di tempat kerja sebelumnya saya diberhentikan karena hal ini."

Sang mandor kemudian berkata, "Kamu harus memiliki peralatan kerja yang baik, baru pekerjaanmu bisa lebih baik dan lancar." Sang mandor kemudian mengajak Axiong ke tepi sungai untuk mengajarkannya cara mengasah kapak yang benar. Setelah kapak selesai diasah, Axiong terheran-heran dan berkata, "Kapaknya menjadi tajam dan berkilauan, seperti baru dibeli."

Axiong pun menjadi sangat percaya diri memegang kapak yang sudah diasah, dan mulai membelah kayu sambil berseru, "Satu, dua, belah!" Dengan ringan dan santai ia berhasil membelah kayu. Dalam waktu tidak begitu lama, ia telah berhasil mengejar ketinggalannya dari rekan-rekan kerjanya. Sang mandor dengan perasaan senang berkata, "Kamu membelah kayu selain tepat sasaran, juga sangat cepat, sungguh orang berbakat yang jarang ditemukan."

□ Sumber: Buku "Pesan Tulus untuk Permata Hati" (真心寶貝)
Diterjemahkan oleh: Jennifer Lee (He Qi Utara)
Penyelar: Agus Rijanto
Ilustrasi: Rangga Tresnadi

Info Hijau



Ecodriving

(Mengemudi Ramah Lingkungan)

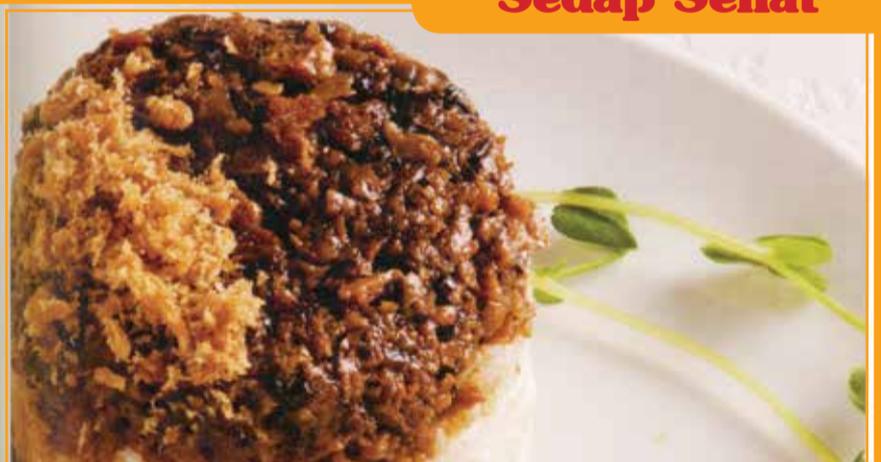
Ecodriving adalah cara mengemudi yang ekonomis dengan cara menyesuaikan diri dengan teknologi mesin kendaraan. Selain menghemat bahan bakar (BBM), ecodriving juga menghemat biaya perawatan kendaraan, membuat penumpang lebih nyaman dan aman, mengurangi stres pengemudi, dan juga mengurangi polusi udara.

Tips Ecodriving :

1. Pindahkan transmisi ke posisi yang lebih tinggi secepat mungkin dengan halus dan lembut (gas pada 2.000 - 2.500 rpm). 
2. Jangan akselerasi (menekan pedal gas) secara mendadak. 
3. Di jalan bebas hambatan (tol), pacu kendaraan dalam kecepatan sekitar 60 sampai 80 kilometer per jam. 
4. Posisikan transmisi pada posisi N (netral) saat kendaraan dalam keadaan berhenti dan mesin hidup. 
5. Hindari pengereman mendadak. 
6. Periksa tekanan angin ban secara teratur. 
7. Kurangi barang bawaan yang tidak perlu di mobil. 
8. Gunakan AC dengan bijak. 
9. Matikan mesin kendaraan bila berhenti dalam waktu yang cukup lama. 
10. Servis kendaraan secara berkala. 

Dari berbagai sumber: www.nadinatrans.co.id, Antara News, Forum Hijau Indonesia.

Sedap Sehat



Nasi Tim Vegetarian

- Bahan:**
- Nasi Jing Si : 1 porsi
 - Ham vegetarian : 2 sendok makan
 - Abon vegetarian : 1 sendok makan
 - Peterseli : sedikit
 - Minyak sayur : sedikit

Cara pembuatan:

1. Gunakan air panas sebanyak 120 cc untuk menyeduh nasi Jing Si. Setelah itu, ambil mangkuk dan oleskan minyak ke dalam mangkuk.
2. Masukkan ham vegetarian ke dalam dasar mangkuk, setelah itu masukkan nasi putih secukupnya ke dalam, dan tekan secara merata dengan menggunakan sendok. Setelah itu, balikkan wadah ke atas piring, dan taburkan abon vegetarian ataupun peterseli. Makanan siap disajikan.

Tips koki:

Ham vegetarian juga dapat dibuat sendiri dengan bahan: Ham cincang vegetarian (3 potong), kaki jamur yang dibumbui (cincangan kaki jamur ditambah kecap dan air secukupnya dan tumis hingga harum), Caipo (sepertiga mangkuk), Saos BBQ vegetarian (1sendok makan), air (2 mangkuk).

Cara pembuatan:

1. Ham cincang vegetarian direndam air agar menjadi lunak.
2. Tuang setengah mangkuk minyak ke dalam panci, masukkan kecap setengah mangkuk ke dalamnya.
3. Didihkan 2 mangkuk air kemudian masukkan kaki jamur yang dibumbui dan caipo, sajikan.

□ Sumber: Buku Resep "Masakan Jing Si"
Diterjemahkan oleh Natalia



Ragam Peristiwa



Elysa Wu (Me Qi Utara)

BAKSOS KESEHATAN TZU CHI KE-111 DI CIANJUR

DEMI KESEMBUHAN PASIEN. Linda, relawan Tzu Chi memberikan obat tetes mata (Mydriatil) setiap 20 menit sekali agar pasien siap menjalani operasi katarak. Obat tetes ini berfungsi untuk menghindari luka gores pada pasien dengan memperlebar pupil mata dalam operasi katarak.



Metta Wulandari

TRAINING KOMITE DAN CALON KOMITE 2016

BELAJAR MENGINSPIRASI ORANG LAIN. Relawan diajak untuk praktik menulis dan melakukan *public speaking* secara langsung setelah menerima materi dari pembicara. Tema ini diharapkan dapat membuat para relawan terbiasa bercerita tentang Tzu Chi sehingga bisa menginspirasi orang lain untuk bersama-sama menebar cinta kasih.



Willy

PEMBERIAN KACAMATA UNTUK ANAK-ANAK PANTI

MENGECEK KESEHATAN MATA. Relawan Tzu Chi melakukan tes kesehatan mata kepada anak-anak Yayasan Kasih Mandiri Bersinar di Pasar Minggu, Jakarta Selatan pada Minggu, 16 Maret 2016. Hari itu, relawan memberikan 25acamata kepada anak-anak di Yayasan Kasih Mandiri Bersinar dan LPA Guna Nanda Cakung, Jakarta Timur.



Arimami SA

KUNJUNGAN MAHASISWA UNIVERSITAS BINUS

BELAJAR MENYELAMATKAN BUMI. Sebanyak 26 mahasiswa dari Universitas Bina Nusantara (Binus) yang tergabung dalam *Teach For Indonesia* memilah sampah daur ulang dalam kunjungannya (03/4/16) di Depo Pelestarian Lingkungan Tzu Chi di Cengkareng, Jakarta Barat.

Tzu Chi Internasional

Penyaluran Bantuan untuk Pengungsi Suriah di Serbia

Makanan Hangat untuk Para Pengungsi

Maryam dan keluarganya menunggu dengan cemas di Posko Pengungsian Sid, Serbia. Sudah 20 hari lamanya ia berada di sana, ditemani udara dingin yang menusuk tulang. "Saya hanya berharap dapat menetap di negeri yang damai, tanpa berperang," ucapnya. Keluarga Maryam adalah bagian kecil dari gelombang pengungsi asal Suriah yang tertahan di Serbia menyusul kebijakan pengetatan perbatasan oleh negara-negara Eropa.

Jumlah pengungsi di Serbia kian hari kian meningkat. Komisi Penanganan Pengungsi Serbia kewalahan. Berbagai organisasi non pemerintah juga turun tangan mengatasi krisis pengungsi ini, termasuk Yayasan Buddha Tzu Chi. Sejak 1 Maret 2016, relawan Tzu Chi yang berasal dari 12 negara berada di Serbia untuk menyalurkan bantuan. Relawan Tzu Chi menyalurkan langsung 2.060 set baju hangat, topi, sarung tangan, syal dan kaus kaki kepada para pengungsi. Udara dingin

memang menjadi kekhawatiran karena para pengungsi berpotensi terserang hipotermia.

Krisis pangan juga mengkhawatirkan. Setelah berdiskusi dengan Komisi Penanganan Pengungsi, relawan Tzu Chi memutuskan untuk menyalurkan makanan hangat kepada para pengungsi. Pada 12 Maret 2016, relawan Tzu Chi menyalurkan 900 makanan hangat kepada para pengungsi di Posko Pengungsian *Adasevci* dan *Sid*. Pada hari kedua bantuan, banyak pengungsi yang menghaturkan rasa syukur mereka. Bahkan ada yang dengan sukarela membantu relawan mengangkut logistik dan membersihkan lokasi makan bersama.

Penyaluran bantuan oleh Tzu Chi mendapat perhatian khusus dari Vladimir Cucic, Ketua Komisi Penanganan Pengungsi Serbia. Awalnya dia ragu dengan kontribusi Tzu Chi, namun ia menyaksikan sendiri kedisiplinan relawan Tzu Chi dalam menyalurkan bantuan. "Saya



Xu Dao Fang

Para pengungsi tersentuh dengan ketulusan para relawan. Mereka mengungkapkan rasa syukur mereka dengan ikut membantu relawan mengangkut logistik serta membersihkan lokasi makan bersama.

ingin mengungkapkan rasa terima kasih yang terdalam atas segala yang Tzu Chi lakukan. Sebelumnya, selama lima tahun ini, kami belum pernah

bertemu (organisasi) yang seperti kalian," ujarnya.

□ Sumber: <http://tw.tzuchi.org/en/>
Diterjemahkan oleh Willy