



Oase di Tengah Pandemi



Foto: Tim Redaksi

Wabah Covid-19 menimbulkan beragam dampak terhadap kehidupan, salah satunya terpuruknya ekonomi masyarakat. Di masa pandemi, solidaritas dan kepedulian antar sesama perlu terus dijaga. Relawan Tzu Chi turut meringankan beban masyarakat dengan memberikan bantuan sembako. Memang beras itu akan habis pada waktunya, namun cinta kasih yang terkandung di dalamnya takkan pernah habis.

Wabah Covid-19 selain menimbulkan masalah kesehatan, juga berdampak terhadap kehidupan masyarakat. Selama tiga bulan lebih roda ekonomi melambat, yang berdampak pada merosotnya pendapatan masyarakat. Di tengah kondisi ini, insan Tzu Chi Indonesia bekerja sama dengan TNI, Polri, dan pemerintah di berbagai daerah memberikan bantuan paket sembako (beras, gula, minyak goreng, dan mi instan) kepada masyarakat kurang mampu.

Aktivitas Terbatas, Penghasilan Terkurus

Hingga saat ini (3 Juni 2020), tercatat sudah 262.295 paket sembako yang telah disalurkan kepada masyarakat di Jakarta, Bogor, Tangerang, Bekasi, Bandung, Surabaya, Lampung, Palembang, Medan, Pekanbaru, Batam, Aceh, hingga Biak, Papua. Seperti pesan Master Cheng Yen, pendiri Tzu Chi bahwa beras ini mungkin akan habis dalam hitungan minggu atau bulan, namun cinta kasih yang terkandung di dalamnya tidak akan pernah habis. *Beras boleh habis, tapi cinta kasih takkan pernah habis.*

Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) yang diterapkan Pemerintah DKI Jakarta dan kota-kota besar lainnya membatasi aktivitas warga, termasuk dalam mencari nafkah. Mereka yang bekerja di sektor informal paling terdampak, meski kemudian merambah juga ke para pekerja lainnya.

Salah satunya dialami Cicih Sukarsih (37), seorang ibu rumah tangga dengan 3 orang anak. Suami Cicih bekerja sebagai pengemudi ojek online. "Sekarang *nge-grab* susah, kadang sehari *nggak* dapat orderan. Makanya *alhamdulillah* hari ini dapat bantuan sembako," ucap Cicih.

Sama halnya dengan Lo Lilik (42), penjual nasi uduk dan mi pangsit di depan rumahnya. Kini, usaha dagangannya terhenti sejak dua bulan lalu. "Sejak ribut Corona jualan saya parah, sehari cuma 3 mangkuk mi aja," aku Lilik. Sebelum wabah Covid-19, penghasilan Lilik bisa mencapai 500 ribu ribu sehari, namun kini menurun lebih dari separuhnya. Karena itu Lilik merasa bersyukur mendapatkan sembako dari Tzu Chi. "Seneng, bersyukur banget. Sekarang beli beras berasa (mahal)," tegas Lilik.

Ada juga Lia Listiawati (35), seorang penerima bantuan jangka panjang Tzu Chi (*Gan En Hu*) yang mendapatkan paket sembako dan uang sukacita menyambut Hari Raya Idul Fitri. Suami Lia, Marwan menderita sakit kelenjar tiroid, jantung, dan juga lambung. Sejak tahun 2019, keluarga ini mendapat perhatian dari Tzu Chi. Lia mengaku sembako dan uang lebaran ini sangat membantu kehidupan keluarganya, terlebih di tengah pandemi ini.

"Sejak virus Corona ini saya *nggak* bisa mulung lagi di perumahan karena pada ditutup jalannya," jelas Lia. Beruntung Lia masih punya penghasilan

lain sebagai buruh cuci gosok. Penghasilannya 500 ribu sebulan. "Sembako ini sangat-sangat membantu sekali. Saya bersyukur, *Alhamdulillah*..., sangat terbantu banget. Apalagi anak saya mau masuk SMU. Uang ini saya simpen buat anak saya masuk sekolah nanti," kata Lia haru.

Bahagia Kita, Bahagia Mereka

Pemberian bantuan di masa pandemi ini memberi kesan mendalam bagi para relawan yang terlibat dalam penyalurannya. Cinta kasih mengalahkan kekhawatiran untuk berbuat kebajikan. Dalam berkegiatan, relawan juga menerapkan aturan yang ketat, seperti mengenakan masker, sarung tangan, dan menjaga jarak yang aman.

"Rasa khawatir pasti ada, namun karena begitu banyak masyarakat yang membutuhkan uluran tangan karena dampak Covid-19 ini, seperti mereka tidak bisa lagi bekerja. Rasa tidak tega akan kondisi yang dialami mereka mengalahkan perasaan kekhawatiran saya," kata Rudi Suryana, relawan Tzu Chi. Rudi berharap bantuan ini bisa membantu masyarakat melewati masa-masa sulit ini.

Edi Sheen, relawan Tzu Chi di Tangerang mengatakan, "Penyaluran bantuan ini menurut saya sudah sangat tepat, kita lihat sendiri mereka secara ekonomi memang sangat kurang. Mereka sangat terdampak Covid-19 ini," kata Edi Sheen.

Fanny, relawan Tzu Chi lainnya merasa senang bisa ikut membantu meringankan beban masyarakat. "Saya merasa tersentuh, kalau bisa ya ingin lebih banyak berbagi ke mereka. Kalau kita senang, kita juga mau liat orang senang, kalau kita liat orang menderita, rasanya *nggak* tega," ungkap Fanny.

Setiap orang hendaknya dapat menyadari berkah, menghargai berkah, dan menciptakan berkah kembali. Wabah ini adalah masalah bersama, sehingga kita juga perlu bersama-sama untuk mengatasinya. Bersama Kita Bisa Atasi Wabah Corona.

□ Tim Redaksi

Hingga saat ini (3 Juni 2020), sebanyak 262.295 paket sembako sudah diberikan ke masyarakat di berbagai wilayah di Indonesia.

Wilayah	Jumlah (Paket Sembako)
Jabotabek (Jakarta, Bogor, Tangerang, Bekasi)	154.585
Sumatera Utara	36.927
Bandung	18.044
Kepulauan Riau	13.417
Surabaya	12.000
Palembang	10.000
Lampung	6.422
Pekanbaru	4.845
Aceh	4.100
Biak	1.578
Bali	377

*Sumber: Sekretariat Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia



Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia yang menebar cinta kasih di Indonesia sejak tahun 1993, merupakan kantor cabang dari Yayasan Buddha Tzu Chi yang berpusat di Hualien, Taiwan. Sejak didirikan oleh Master Cheng Yen pada tahun 1966, hingga saat ini Tzu Chi telah memiliki cabang di 53 negara.

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

Aktivitas Tzu Chi dibagi dalam 4 misi utama:

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

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

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

Buletin Tzu Chi

PEMIMPIN UMUM: Agus Rijanto.
WAKIL PEMIMPIN UMUM: Hadi Pranoto.
PEMIMPIN REDAKSI: Arimami Suryo A.
EDITOR: Anand Yahya.
STAF REDAKSI: Desvi Nataleni, Erli Tan, Erlina, Khusnul Khotimah, Nagatan, Metta Wulandari, SEKRETARIS: Bakron.
KONTRIBUTOR: Relawan Zhen Shan Mei Tzu Chi Indonesia, Tim Dokumentasi Kantor Penghubung/Perwakilan Tzu Chi Indonesia.
KREATIF: Erlin Septiana, Juliana Santy, Siladhamo Mulyono, Willy Chandra
DITERBITKAN OLEH: Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia.
WEBSITE: Tim Redaksi.
Dit cetak oleh: PT. Siem Lestari, Jakarta.
(Isi di luar tanggung jawab percetakan)

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

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

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

Redaksi berhak mengedit tulisan yang masuk tanpa mengubah kandungan isinya.

Peringatan Hari Waisak, Hari Ibu Internasional, dan Hari Tzu Chi Sedunia

Doa Jutaan Insan dalam Suasana yang Berbeda

Peringatan Tiga Hari Besar (Hari Waisak, Hari Ibu Internasional, dan Hari Tzu Chi Sedunia) pada Minggu 10 Mei 2020 berlangsung dalam suasana yang berbeda dari biasanya. Karena wabah virus Corona, peringatan Tiga Hari Besar ini pun diselenggarakan secara *Live Streaming* di media sosial (YouTube, Facebook, dan Instagram Tzu Chi Indonesia).

Ketua Tzu Chi Indonesia, Liu Su Mei menyampaikan pesan cinta kasihnya kepada seluruh relawan Tzu Chi Indonesia. “Walau kita tidak bisa berkumpul seperti tahun-tahun sebelumnya, tapi saya yakin kita semua bersatu hati, kita semua melakukan ritual Waisak dengan tulus dan mawas diri di manapun kita berada,” ujar Liu Su Mei.

“Karena pandemi ini, kebanyakan relawan hanya bisa di rumah saja, tidak bisa melakukan kegiatan Tzu Chi. Tapi saya yakin tali persaudaraan ini tidak akan putus. Karena kita tetap ada bedah buku *online*, kita tetap ada saling mencurahkan perhatian antara relawan. Saya yakin setelah pandemi ini berakhir, semua relawan pasti akan kembali bersumbangsih melalui kegiatan Tzu Chi,” kata Liu Su Mei.

Prosesi Waisak dimulai dengan pemandian Rupang Buddha, *talkshow*, dan *sharing* dari penanggung jawab pemberian bantuan medis Tzu Chi di masa pandemi corona.

Bergerak Cepat Tangani Wabah

Dalam sesi *talkshow*, materi yang dibahas adalah kegiatan Tzu Chi Indonesia pada bulan Maret 2020 terkait penanganan pandemi *Covid-19*. Tim Sekretariat Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia kemudian melakukan koordinasi untuk pengadaan logistik dan pendistribusian Alat Pelindung Diri (APD) ke rumah sakit-rumah sakit rujukan pemerintah.

Menanggapi hal tersebut, Wakil Ketua Tzu Chi Indonesia, Sugianto Kusuma mengungkapkan kinerja Tzu Chi Indonesia dalam merespon cepat dan tepat dalam memberikan bantuan untuk kebutuhan rumah sakit. “Kita berlomba dengan waktu. Dan salah satu



Doa Jutaan Insan tahun ini diselenggarakan secara live Streaming melalui media sosial (YouTube, Facebook, dan Instagram Tzu Chi Indonesia).

mengapa saya bisa mengambil tindakan dengan cepat dan tepat karena saya di Tzu Chi. Saya bersyukur bisa masuk dan mengenal Tzu Chi,” kata Sugianto Kusuma mantap.

Wakil Ketua Tzu Chi Indonesia, Franky O. Widjaja merasa bersyukur bahwa Tzu Chi sangat tanggap membantu tugas pemerintah. Atas dukungan dan arahan Master Cheng Yen langkah Tzu Chi Indonesia menjadi sangat jelas. “*Gan En* kepada Master Cheng Yen yang telah mendirikan Tzu Chi sehingga kita di Indonesia bisa merasakan kebaikan ini,” kata Franky.

Dalam kesempatan yang sama, Hong Tjhin, Koordinator Pembagian Bantuan Penanganan *Covid-19* Tzu Chi menuturkan upaya Tzu Chi Indonesia dalam membantu pemerintah pada tahap pertama adalah dengan membeli satu juta rapid test kit.

Kemudian pada tahap kedua, Tzu Chi bersama para pengusaha yang tergabung dalam Pengusaha Peduli NKRI juga membantu pengadaan alat bantu pernapasan ventilator atas arahan dari Kepala Gugus Tugas Percepatan Penanganan *Covid-19*, Doni Monardo.

Ribuan Relawan Ikuti Waisak Online

Peringatan Tiga Hari Besar secara *live streaming* ini juga diikuti ribuan relawan Tzu Chi di berbagai kota di Indonesia. Mereka memiliki kesan yang mendalam dan belum pernah terjadi sebelumnya.

Ketua Tzu Chi Tanjung Balai Karimun, Sukmawati mengakui momentum doa jutaan insan merupakan hari yang selalu ia tunggu-tunggu, begitu pula oleh insan Tzu Chi lainnya. Walaupun dalam kondisi keterbatasan, ia tetap khidmat mengikutinya.

“Saat berdoa saya merasa sedih, karena menghadapi pandemi ini. dari awal sampai hari ini, kami relawan Tzu Chi Tanjung Balai Karimun siap membantu masyarakat dan tim medis. Di sisi lain kita bersyukur karena masih bisa bersumbangsih untuk sesama,” kata Sukmawati.

□ Khusnul Khotimah/Hadi Pranoto

Artikel lengkap Doa Jutaan Insan dalam Suasana yang berbeda:
<https://qr.go.page.link/LjnbF>



Dari Redaksi

Bersatu Hati Menangani Dampak Pandemi

Memasuki bulan Juni 2020, grafik penyebaran *Covid-19* terus meningkat di Indonesia. Masyarakat semakin terdampak (secara ekonomi) dengan penyebaran virus tersebut. Tzu Chi Indonesia selain memberikan bantuan peralatan dan perlengkapan medis untuk rumah sakit-rumah sakit rujukan *Covid-19* di seluruh Indonesia, Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia juga menyalurkan paket sembako untuk masyarakat yang terdampak dari penyebaran *Covid-19* ini.

Banyaknya pengurangan tenaga kerja serta kebijakan pembatasan sosial, membuat masyarakat merasakan langsung dalam kehidupan sehari-hari. Menanggapi hal tersebut, pemerintah Indonesia kemudian

menyalurkan bantuan sembako yang disebarluaskan ke seluruh Indonesia. Tzu Chi Indonesia sebagai salah satu organisasi kemanusiaan, ikut ambil bagian dalam pengadaan dan penyaluran bantuan sembako untuk masyarakat.

Peran serta Tzu Chi dalam menyalurkan paket sembako tidak lepas dari peran para donatur. Himpunan kebajikan yang dikumpulkan dari para donatur kemudian diwujudkan dalam ribuan paket sembako. Hal ini sebagai bentuk dukungan kepada pemerintah untuk membantu masyarakat yang terdampak *Covid-19*.

Dari data yang dirangkum hingga awal Juni 2020, tercatat sebanyak 262.295 paket sembako dibagikan

kepada masyarakat yang terdampak *Covid-19* di wilayah di Jakarta, Bogor, Tangerang, Bekasi, Bandung, Surabaya, Lampung, Palembang, Medan, Pekanbaru, Batam, Aceh, hingga Biak, Papua.

Pemberian paket sembako cinta kasih ini mendapat dukungan dari TNI dan Polri. Para prajurit TNI dan Polri ikut berkontribusi dalam menyalurkan paket sembako secara *door to door* ke masyarakat dan mengedukasi warga untuk beraktivitas di rumah, selalu menggunakan masker, sering mencuci tangan, dan menjaga jarak fisik dalam kehidupan sehari-hari untuk mencegah penularan *Covid-19*.

Arimami Suryo A.
Pemimpin Redaksi

上人開示

Pesan Master Cheng Yen

Ikrar Welas Asih Menerangi Dunia

Bersumbangsih tanpa pamrih menjawab kebutuhan
Bekerja sama dengan harmonis untuk menciptakan berkah
Menjalankan ajaran dengan penuh keyakinan
Memutar roda Dharma di Indonesia



Artikel dan video
dapat dilihat di:
[https://qrqo.page.link/
PXyoo](https://qrqo.page.link/PXyoo)

“Kepedulian yang saat ini kita perlukan, bukan saatnya untuk saling menyalahkan. Saatnya kita saling bersinergi, bekerjasama untuk menolong teman-teman kita yang memerlukan, yang sedang sakit,” kata Brigjen TNI dr. A. Budi Sulistya, Wakil kepala Rumah Sakit Pusat Angkatan Darat (RSPAD) Gatot Soebroto.

“Kita sangat mengharapkan barang ini bisa langsung dimanfaatkan, mungkin mereka juga (tenaga medis) sangat membutuhkan,” kata Yopie, relawan Tzu Chi.

“Bantuan dari Tzu Chi untuk rumah sakit adalah dukungan untuk tim medis, dimana mereka sangat membutuhkan Alat Pelindung Diri untuk bekerja di rumah sakit,” kata Joe Riadi, Ketua Tim Tanggap Darurat Tzu Chi Indonesia.

Di Indonesia, merebaknya wabah Covid-19 mulai terlihat jelas sejak bulan Maret 2020. Insan Tzu Chi di Indonesia sebelumnya sudah memiliki perkiraan dan telah melakukan berbagai persiapan. Begitu dibutuhkan, mereka segera bergerak dan bersumbangsih.

Mereka menyediakan berbagai kebutuhan bagi institusi dan tenaga medis setempat. Karena kurangnya persediaan di dalam negeri, mereka harus membeli barang dari luar negeri.

Ketua Tzu Chi Indonesia, Liu Su Mei, menjalankan pengaturan dengan sangat baik dan tepat. Namun, saat dibutuhkan kekuatan lebih, Wakil Ketua Tzu Chi Indonesia, Sugianto Kusuma, meski sedang berada di Singapura juga segera mengerahkan kemampuannya untuk menggerakkan para pengusaha di Indonesia. Beliau sendiri berada di Singapura, tetapi tetap melakukan koordinasi jarak jauh. Koordinasinya sangat lancar sehingga di Indonesia,

barang dan sumber daya manusia bisa tersedia dan Tzu Chi bisa segera menyalurkan bantuan.

Selain itu, ada Bapak Franky O. Widjaja dari Sinar Mas yang juga merupakan Wakil Ketua Tzu Chi Indonesia. Beliau memiliki koneksi luas dan bisnis yang besar. Beliau juga mengerahkan sumber daya yang dimilikinya untuk menggalang kekuatan. Beliau menggalang para pengusaha untuk turut bersumbangsih. Mereka di Indonesia bertekad untuk menggalang dana 500 miliar rupiah. Para pengusaha setempat sangat antusias.

Selain para pengusaha besar, para relawan Tzu Chi di berbagai komunitas juga sangat bersatu hati menggalang dana. Mereka menghimpun hati, orang, dan cinta kasih serta mensosialisasikan pola hidup vegetaris. Orang-orang di berbagai komunitas juga mengerahkan kekuatan hati mereka untuk turut bersumbangsih. Karena itu, kali ini nama Tzu Chi Indonesia bergema di mana-mana.

Selain para pengusaha besar, para relawan Tzu Chi di berbagai komunitas juga sangat bersatu hati dalam menggalang dana. Mereka menghimpun hati, orang, dan cinta kasih serta mensosialisasikan pola hidup vegetaris. Mereka membagikan kisah ini satu per satu. Mereka yang berkemampuan besar menyumbangkan kekuatan besar. Orang-orang di berbagai komunitas juga mengerahkan kekuatan hati mereka untuk turut bersumbangsih. Karena itu, kali ini nama Tzu Chi Indonesia bergema di mana-mana.

Mereka mendapat pengakuan dan pujian dari pemerintah, presiden, hingga warga masyarakat. Semua ini terwujud di Indonesia karena Tzu Chi telah bersumbangsih bagi masyarakat. Para pengusaha yang bergabung dengan Tzu

Chi telah mengerahkan kekuatan besar untuk menciptakan berkah bagi masyarakat. Saat bersumbangsih, mereka juga tidak merasa sombong. Jadi, tidak ada rintangan apa pun. Inilah rasa sukacita yang terunggul dan menakjubkan. Perasaan sukacita itu begitu halus dan menakjubkan. Ini bukanlah kesombongan. Karena bukan kesombongan atau keangkuhan maka disebut menakjubkan. Rasa sukacita dan antusias itu adalah yang terunggul dan menakjubkan. Cahaya batin ini menyinari dunia.

Bukan hanya insan Tzu Chi di Indonesia, kalian di negara lain juga seharusnya mengetahuinya dan turut memuji. Jadi, mereka telah sungguh-sungguh menyebarkan Dharma terus-menerus. Ini adalah pemutaran roda Dharma dengan suara. Segala yang mereka lakukan telah tersebar di kalangan masyarakat setempat. Kebajikan ini terus berputar bagaikan roda. Ini disebut roda Dharma kebajikan. Ada orang yang bersumbangsih, ada pula yang menyebarkan.

Kita juga mendengar Wen Yue, relawan Komite Tzu Chi Indonesia melaporkan tentang bagaimana media massa setempat memberitakan dan memuji Tzu Chi. Ini adalah pemutaran roda Dharma dengan suara. Jadi, dengan bersumbangsih, mereka

memperoleh manfaat, bersukacita, dan mendapat pujian dari banyak orang. Bagaimana mereka dapat mewujudkan ini dengan mantap?

Bapak Franky O. Widjaja dan Sugianto Kusuma berkata, “Kami harus berterima kasih kepada Master Cheng Yen. Masterlah yang telah memberi tahu kami untuk berkontribusi bagi masyarakat.”

Tzu Chi di Indonesia telah berdiri selama 27 tahun. Tahun ini adalah tahun ke-27. Dua puluh tujuh tahun yang lalu, di saat-saat yang paling dibutuhkan, Tzu Chi hadir di Indonesia. Para relawan ini mengenal Tzu Chi dan menjalin jodoh dengan saya. Bagaimana jalinan jodoh ini terjalin? Semua pasti ada sebabnya. Jadi, sejak saat itu mereka membangun keyakinan.

Segala yang saya katakan, mereka pahami, yakini, terima, dan jalankan. Mereka menjalankannya hingga sekarang. Jika direnungkan dengan tenang, karena memiliki keyakinan, mereka dapat memahami maksud ucapan saya. Mereka menerima ajaran dan bersandar pada Dharma. Jadi, mereka telah mendapat keluarbiasaan dari keyakinan dan pemahaman atas Dharma. Mereka telah menyerap kebenaran ke dalam hati sehingga rela bersumbangsih. Ini menggambarkan tingkatan Bodhisatwa pertama, yakni Bhumi Sukacita.

Sungguh, mereka menciptakan berkah di dunia sehingga senantiasa mendapat pujian. Berada di tanah yang penuh berkah itu, mereka menjadi Bodhisatwa yang penuh sukacita.

□ Ceramah Master Cheng Yen tanggal 16 Mei 2020
Sumber: Lentera Kehidupan - DAAI TV Indonesia
Penerjemah: Hendry, Karlana, Marlina, Stella
Ditayangkan tanggal 18 Mei 2020

誠正信實為大地 慈悲喜捨為和風

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

Master Cheng Yen Menjawab

Bagaimana Sikap Kita Dalam Menghadapi “Istirahat” dan “Bekerja”?

Ada orang yang bertanya kepada Master Cheng Yen:

Sebagai manusia, bagaimana seharusnya sikap kita dalam menghadapi “istirahat” dan “bekerja”?

Master Cheng Yen menjawab:

Makna daripada istirahat seharusnya adalah berganti sikap dalam bekerja, juga bisa dikatakan menggunakan cara lain untuk bekerja, bukannya duduk diam tanpa bergerak. Kita hendaknya memanfaatkan kehidupan ini secara lebih maksimal, dengan semakin banyak kita berkontribusi, semakin besar pula pencapaian kita nantinya.

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

Genta Hati

【三輪體空】

Tiga Sikap Mulia Dalam Berdana

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

Saat beramal harus bisa melakukannya dengan tulus tanpa pamrih, di dalam hati tidak ada kemelekatan terhadap “siapa yang berdana, siapa penerima dana, dan apa yang didanakan”, kondisi hati seperti telaga yang membiarkan burung belibis terbang melintas. Burung belibis melintas tanpa meninggalkan bayangan, tidak meninggalkan jejak apa pun, inilah yang dimaksud dengan tiga sikap mulia dalam berdana.

TZU CHI BANDUNG: Bantuan Sembako**Kolaborasi Tzu Chi, TNI, Polri dan Pemprov Jabar dalam Penyaluran Sembako**

Sejak pandemi *Covid-19*, banyak perusahaan dan UKM di Kota Bandung menutup sementara usahanya. Hal ini menjadi perhatian Tzu Chi Bandung.

Pada 19 Mei 2020 lalu, Tzu Chi Bandung bekerja sama dengan Pemprov Jabar, Kodam III/Siliwangi, dan Polda Jabar membagikan 2.000 paket sembako beserta 5.000 masker. Paket sembako berisi 10 kg beras, 1 liter minyak goreng, dan 5 bungkus DAAI Mi.

Pembagian 2.000 paket sembako ini berlangsung di Makodam III/Siliwangi yang dihadiri oleh Gubernur Jawa Barat Ridwan Kamil, Pangdam III/Siliwangi Mayor Jenderal TNI Nugroho Budi Wiryanto, Kapolda Jawa Barat Irjen Pol. Rudy Sufahriadi, dan tamu undangan. Mereka secara simbolis menyerahkan paket sembako kepada perwakilan petugas gabungan dari TNI, Polri, Satpol PP, dan relawan.

Paket tersebut dibagikan langsung oleh petugas kepada warga penerima bantuan di wilayah Bandung dan sekitarnya.

"Adalah kolaborasi pemerintah Provinsi Jawa Barat, TNI, Polri, dan

khususnya Yayasan Buddha Tzu Chi. Kita berharap di Jawa Barat semua yang terdampak *Covid-19* bisa terbantu," kata Ridwan Kamil.

Pemberian paket sembako langsung dilakukan petugas Koramil 1812 di wilayah Jl. Taman Sari, Bandung. Salah satu warga penerima sembako adalah Entin Salmah (60).

"*Alhamdulillah* ibu mengucapkan terima kasih atas bantuan yang diberikan oleh Yayasan Tzu Chi. Bantuan ini benar-benar sangat membantu meringankan beban saya beserta keluarga," kata Entin yang selama pandemi *Covid-19* dan pemberlakuan PSBB, tidak dapat berjualan nasi kuning dan nasi udak.

Sehari sebelumnya, 18 Mei 2020, Tzu Chi Bandung menyerahkan 500 paket sembako melalui Pemerintah Kota Bandung yang diterima oleh Wakil Walikota Bandung H. Yana Mulyana.

"Saya ucapkan terima kasih atas nama masyarakat Kota Bandung khususnya atas perhatian dan bantuan bagi masyarakat yang membutuhkan," ujarnya.

Galvan (Tzu Chi Bandung)



Bersama Gubernur Jawa Barat, Ridwan Kamil para relawan Tzu Chi Bandung melepas rombongan prajurit TNI yang akan memberikan paket sembako kepada warga penerima bantuan, 19 Mei 2020.



Nuraina Ponidjan (Tzu Chi Medan)

Relawan Tzu Chi Medan bersama dengan Babinsa menyerahkan bantuan paket sembako cinta kasih kepada warga. Bantuan ini pun juga dibagikan di Medan, Deli Serdang, dan Langkat.

TZU CHI MEDAN: Bantuan Sembako**Meringankan Beban Masyarakat Kota Medan, Langkat, Dan Deli Serdang**

Penyaluran sembako Tzu Chi cabang Medan terus berlanjut. Penyaluran sembako tahap dua ini dilakukan pada 15 Mei 2020, bekerja sama dengan Komando Daerah Militer I/Bukit Barisan. Di masa pandemi *Covid-19* ini banyak warga sulit memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari.

Acara berlangsung di lapangan Kodam I/Bukit Barisan yang di hadiri oleh 10 relawan Tzu Chi Medan, 100 anggota Babinsa, 10 anggota Babinkamtibmas dan 3 unit truk yang membawa paket sembako. Pelepasan Tim Babinsa dalam menyalurkan bantuan sembako ini dipimpin langsung oleh Pangdam I/Bukit Barisan, Mayor Jenderal TNI Mohamad Sabrar Fadhilah.

Sembako yang disalurkan kali ini sebanyak 680 paket, di antaranya 220 paket untuk warga Medan dan sekitarnya, 80 paket untuk Deli Serdang, dan 100 paket untuk Langkat, 80 paket yang dibawa Babinkamtibmas untuk Polres. Semua paket ini dibawa para Babinsa dengan kendaraan roda dua. Sementara itu ada tiga truk lainnya membawa 100

paket sembako untuk Pesantren Al Kausar dan 100 paket untuk dua panti asuhan di Jalan Pintu Air Medan.

"Kepada seluruh Babinsa yang bertugas, diharapkan menjalankan tugas mulia ini dengan hati yang tulus. Bukan hanya memberikan sembako begitu saja, tapi berikanlah edukasi pada warga sesuai anjuran dan himbauan pemerintah," kata Pangdam I/Bukit Barisan, Mayjen (TNI) Mohamad Sabrar Fadhilah dalam kata sambutannya.

Sesampainya di rumah warga, relawan dan anggota Babinsa tetap menjalankan sistem jaga jarak, bantuan sembako diletakkan di meja atau kursi yang tersedia, kemudian relawan mundur, barulah warga maju mengambil bantuan sembako tersebut.

Mudiati yang kesehariannya menjual bakso, sejak ada wabah *Covid-19* ini tak bisa berjualan lagi karena sepi pembeli. Karena itu dengan bantuan ini, ia sangat terbantu.

"*Alhamdulillah*, hari ini dapat bantuan beras, mi instan, dan masker," tutur Mudiati. □ Nuraina Ponidjan (Tzu Chi Medan)

TZU CHI PALEMBANG: Bantuan Penanganan Covid-19**Dukungan kepada Pemprov Sumatera Selatan**

Wujud dukungan Tzu Chi Palembang kepada Pemprov Sumatera Selatan dalam menangani wabah *Covid-19*, salah satunya adalah dengan memberikan bantuan peralatan medis ke Kantor Gubernur Sumatera Selatan pada 12 Mei 2020.

Bantuan peralatan medis berupa 4.010 baju hazmat, 1.280 kacamata, 8.000 sarung tangan, 1.200 shoe cover, 10.000 masker medis, dan 4.000 boks obat Lianhua.

Bantuan ini diserahkan langsung oleh Pembina Tzu Chi Palembang, Chandra Antonio kepada Gubernur Sumatera Selatan, Herman Deru. Acara dihadiri oleh relawan Tzu Chi Palembang beserta tamu undangan di Auditorium Graha Bina Praja, Palembang.

Dalam sambutannya, Herman Deru menyampaikan ucapan terima kasih atas nama masyarakat Sumatera Selatan kepada Yayasan Buddha Tzu Chi. "Cara kami berterima kasih pada donatur yakni dengan semaksimal tepat sasaran, tepat

waktunya, dan termanfaatkan oleh si penerima," kata Herman Deru.

Kemudian pada 13 Mei 2020, Tzu Chi Palembang juga memberikan bantuan kepada Kodim 0418 Palembang berupa 10 set *portable washtaffle* (tempat cuci tangan) dalam mendukung petugas keamanan di setiap Koramil atau daerah tugasnya.

Pada *Washtaffle Portable* ini telah terpasang himbauan tata cara mencuci tangan. Hal ini dibuat untuk mengedukasi masyarakat tentang tata cara mencuci tangan yang baik dan benar.

Wakil Ketua Tzu Chi Palembang, Suharjo menyampaikan tujuan bantuan 10 unit *Washtaffle Portable* untuk memutus mata rantai *Covid-19*. "Semoga apa yang kami salurkan ini dapat digunakan dengan baik dan bermanfaat," ungkapnya.

Putradi (Tzu Chi Palembang)



Putradi (Tzu Chi Palembang)

Tzu Chi Palembang memberikan bantuan peralatan medis kepada Pemprov Sumatera Selatan dalam menangani wabah *Covid-19*.

TZU CHI SINAR MAS: Bantuan Sembako

Sembako Cinta Kasih untuk Penyandang Disabilitas

Wabah Covid-19 selain menjangkiti kesehatan manusia, berdampak pula pada kondisi ekonomi masyarakat. Para pekerja di sektor informal sangat terdampak akibat pandemi Covid 19. Tzu Chi Sinar Mas menyalurkan 1.000 paket sembako kepada warga terdampak ini secara bertahap.

Pada tahap pertama (8 Mei 2020), bantuan diberikan untuk 127 keluarga tunanetra. Para tunanetra ini bekerja sebagai tukang pijat, penyanyi keliling, dan pedagang kerupuk keliling.

Empat orang tunanetra diundang ke Sinar Mas Land Plaza, Jakarta Pusat pada 8 Mei 2020 untuk menerima paket sembako ini. Mereka mewakili 127 keluarga penerima bantuan. Paket sembako ini mereka terima dengan rasa bahagia diliputi haru.

Pada tahap dua (9 Mei 2020), relawan Tzu Chi Sinar Mas dari APP Sinar Mas wilayah Serpong menyalurkan 160 paket sembako kepada para penyandang disabilitas di kawasan Tangerang dan Tangerang Selatan. Bantuan ini diberikan kepada Rumah Disabilitas Tuna Daksa Kitorato,

Komunitas Disabilitas Tuna Daksa dan Rungu YDM Cipondoh, dan Disabilitas Tuna Netra Yayasan Makfufin Ciater.

Pada tahap tiga (13 Mei 2020), relawan Tzu Chi Sinar Mas menyalurkan paket sembako kepada 55 Kepala keluarga di Desa Jagabita, Parungpanjang, Bogor. Bantuan ini disalurkan untuk wargayang sebelumnya menerima bantuan bedah rumah oleh Tzu Chi pada tahun 2016-2017. Selain itu, bantuan juga diberikan kepada warga sekitar yang kehidupannya terdampak secara ekonomi selama masa wabah Covid-19 saat ini.

“Semoga 1.000 paket yang disalurkan relawan secara bertahap ini dapat mengurangi beban masyarakat yang terdampak. Terima kasih kepada Master Cheng Yen yang telah memberikan kami kesempatan untuk berbagi melalui Tzu Chi,” kata Tawang Sotya Djati, Koordinator Tzu Chi Sinar Mas.

Relawan Tzu Chi Sinar Mas secara bertahap terus bergerak memberikan perhatian bagi masyarakat yang terdampak melalui bantuan bahan-bahan makanan ini.

□ Moses Silitonga (Tzu Chi Sinar Mas)



Tzu Chi Sinar Mas mengulurkan tangan bagi teman-teman tunanetra yang saat ini kesulitan mencari nafkah dampak dari wabah corona. Pada kesempatan ini, Tzu Chi Sinar Mas memberikan paket sembako cinta kasih kepada 127 keluarga tunanetra.

Dok. Tzu Chi Sinar Mas



Dok. Tzu Chi Surabaya

Relawan Tzu Chi Surabaya dan anggota TNI menyerahkan secara langsung paket sembako cinta kasih Tzu Chi kepada warga Surabaya.

TZU CHI SURABAYA: Bantuan Sembako

Gotong Royong Bantu Kesulitan di Tengah Pandemi

Sebanyak 12.000 paket sembako telah tuntas dibagikan kepada warga terdampak Covid-19 di wilayah Surabaya dan sekitarnya pada 12 Mei 2020. Paket bantuan tersebut secara bertahap dikirimkan ke berbagai instansi untuk kemudian disalurkan ke masyarakat.

Instansi tersebut di antaranya Polda Jatim, Divif 2 Kostrad Malang, Kodam V Brawijaya, Pemprov Jatim, Pasukan Marinir 2 dan Lantamal V Armada Surabaya. Seluruh bantuan tersebut dibagikan secara menyeluruh kepada warga prasejahtera dan warga terdampak Covid-19 secara ekonomi.

Pengemasan 12.000 paket sembako ini tidak luput dari kerja keras seluruh relawan Tzu Chi Surabaya. Relawan mulai mengemas paket bantuan ini sejak 22 April 2020 di Depo Pendidikan Pelestarian Lingkungan Tzu Chi Surabaya. Seluruh relawan bekerja sama dan saling bahu-membahu.

Bantuan paket sembako ini berisi beras 5 Kg, minyak 2 liter, gula 2 Kg, mi instan 5 bungkus, kopi bubuk 1 renceng,

masker kain non medis, dan satu lembar surat dari Master Cheng Yen.

Mengingat 12.000 paket sembako tidaklah sedikit dan bahan sembako di dalamnya adalah barang-barang berat dan memerlukan tenaga yang ekstra, relawan melibatkan beberapa pegawainya untuk membantu memuat barang ataupun angkut barang.

Karena pembatasan sosial di masa pandemi ini diperpanjang, tak semua relawan bisa datang. Karena itu ada relawan yang membantu dari rumah seperti, Ida Sabrina dan keluarganya yang membantu melipat surat dari Master Cheng Yen.

Para relawan setiap hari dapat mengemas paket sembako sebanyak 800 hingga 1.500 paket sembako.

“Setelah melihat foto dokumentasi bahwa bantuan paket sembako telah sampai kepada warga yang terdampak, saya sangat sangat senang dan terharu,” ungkap Becky relawan komite Tzu Chi Surabaya.

□ Eka Suci R (Tzu Chi Surabaya)

TZU CHI TANJUNG BALAI KARIMUN: Bantuan Sembako

Kepedulian kepada Warga di Pulau-pulau Kecil

Sebanyak 170 karung beras yang disalurkan ke Pulau Tanjung Batu Kecil dan Pulau Tanjung Utan pada Minggu 10 Mei 2020. Setiap karung ini berisi 10 Kg beras.

Relawan Tanjung Balai Karimun harus menggunakan kapal dengan waktu tempuh 30 menit. Karena harus menggunakan kapal maka proses pengangkutan hingga pendistribusian beras memerlukan banyak tenaga dan tidak mudah.

Sebagian besar warga di dua pulau ini bekerja sebagai Tenaga Kerja Indonesia (TKI) di Malaysia. Di Malaysia sedang menerapkan kebijakan lockdown maka, para TKI ini kembali ke kampung halaman karena tak bisa bekerja lagi. Sementara masyarakat lainnya di kedua pulau ini bekerja sebagai petani karet.

Warga sangat mengandalkan bantuan sembako dari pemerintah atau yayasan kemanusiaan meski itu tak mencukupi kebutuhan warga karena sudah hampir 3 bulan mereka tidak bekerja.

Muhammad Habibie (21) salah satu relawan yang berdomisili di Pulau Tanjung mengakui, warga di tempat tinggalnya sangat membutuhkan bantuan beras cinta kasih karena minim penghasilan.

“Semoga Covid-19 segera berlalu sehingga masyarakat dapat bekerja seperti biasanya,” harap Habibie .

“Saya banyak berterima kasih kepada Yayasan Buddha Tzu Chi yang telah memberikan bantuan. Sekarang semua serba susah,” ujar Adam Abdullah (50) salah satu warga.

“Kami sangat berterima kasih, ini betul-betul dapat meringankan kehidupan kami, dan kami mengharapkan bantuan seperti ini dapat berlanjut,” harap Nuraini, seorang petani karet.

Pandemi Covid-19 telah mempengaruhi semua sektor kehidupan masyarakat termasuk sektor ekonomi. Semoga wabah ini cepat berlalu, sehingga masyarakat bisa menjalani aktivitas sehari-hari seperti biasanya.

□ Dwi Hariyanto (Tzu Chi Tj Balai Karimun)



Dwi Hariyanto (Tzu Chi Tj Balai Karimun)

Relawan Tzu Chi Tanjung Balai Karimun memberikan bantuan beras kepada masyarakat di Pulau Tanjung Batu Kecil dan Tanjung Utan. Akibat wabah Covid-19, bayak warga di dua pulau ini yang tidak bisa lagi bekerja di Negeri Jiran (TKI).

Veriyanto The (Ketua Xie Li Cikarang)

Ingin Menggalang Lebih Banyak Hati



"...Saya bertekad ingin menggalang lebih banyak orang untuk bergabung dalam barisan Tzu Chi dan membentuk satu tim yang solid..."

terpenting, apapun keputusannya kita harus terima dengan lapang dada.

Saya sangat terkesan dengan penyebaran cinta kasih Tzu Chi yang universal tanpa pamrih. Seperti, Budaya Humanis Tzu Chi yang mengenalkan saya tentang keindahan tata krama, dalam menjalankan kegiatan Tzu Chi. Budaya pelestarian lingkungan juga membuat saya termotivasi dan turut mengajak orang lain untuk melakukan daur ulang dengan konsep 5R yaitu *Rethink, Reduce, Reuse, Repair, Recycle*.

Saya yakin bahwa Tzu Chi tempat berbuat kebajikan dan sarana pelatihan diri saya untuk menjadi pribadi yang lebih baik. Tzu Chi juga menjadi sebuah keluarga bagi saya karena saya dapat belajar banyak hal yang baik dari Tzu Chi. Saya memiliki prinsip bekerja dengan sukarela, menerima dengan suka cita.

Perubahan yang terjadi pada diri saya sejak menjadi relawan Tzu Chi, saya lebih mampu mengendalikan diri dalam menghadapi persoalan dan menjadi pribadi yang sabar.

Dalam berkegiatan Tzu Chi, saya kerap mengajak keluarga, teman, di lingkungan sekitar, seperti mengajak

mereka dalam kegiatan baksos kesehatan atau pelestarian lingkungan agar mereka lebih mengenal Tzu Chi.

Saya merasa senang ketika melakukan kegiatan Tzu Chi dengan kompak dan harmonis. Tidak ada rasa duka, melainkan terus berupaya memotivasi relawan lain untuk tetap aktif berkegiatan.

Saya bertekad untuk ke depannya ingin menggalang lebih banyak orang untuk bergabung ke dalam barisan Tzu Chi dan membentuk satu tim yang solid untuk menjalankan Tzu Chi, khususnya di Cikarang.

Cara saya memotivasi adalah dengan mendorong relawan untuk mendengarkan ceramah Master Cheng Yen, mengikuti *training*, serta bedah buku. Kegiatan ini agar para relawan bisa terisi dengan Dharma, sehingga mereka mempunyai pemahaman Dharma. Selain itu, di dalam setiap kegiatan kami suka melakukan diskusi (bertukar pikiran satu sama lain) agar relawan dapat aktif mengikuti kegiatan.

Sosok Master Cheng Yen bagi saya adalah sosok Bodhisatwa yang penuh welas asih, menyebarkan cinta kasih ke seluruh dunia dan rela berkorban dengan jiwa dan raga. Kata perenungan dari Master Cheng Yen yang paling mengena di hati saya adalah *"Ada dua hal di dunia ini yang tidak bisa ditunda, berbakti kepada orang tua, dan berbuat kebajikan."*

Seperti dituturkan kepada Lili Tedja (He Qi Pusat)

Jalanan jodoh saya dengan Tzu Chi berawal ketika saya menonton tayangan DAAI TV Indonesia tentang kegiatan Tzu Chi dan juga ceramah Master Cheng Yen yang sangat menggugah hati saya tentang ketidakkekalan hidup. Bahwa kehidupan kita yang begitu singkat di dunia ini hendaknya dapat kita manfaatkan untuk berbuat baik.

Ceramah Master Cheng Yen ini yang memotivasi saya untuk mengunjungi Kantor Tzu Chi di ITC Mangga Dua, Jakarta. Di kantor Tzu Chi saya bertemu Lulu Shijie yang memperkenalkan saya tentang Tzu Chi. Sejak itu, pada tahun 2012 saya bergabung sebagai relawan Tzu Chi. Ketertarikan saya untuk bergabung karena Tzu Chi merupakan yayasan

sosial kemanusiaan yang membantu masyarakat yang membutuhkan tanpa membedakan suku, agama, dan ras.

Mulanya saya bergabung di Misi Amal, aktivitasnya adalah memberi bantuan kepada orang yang tidak mampu hingga perhatian batin. Sehingga saya turut merasakan apa yang dirasakan orang yang menderita.

Pertama kali saya ikut survei, saya diberi kesempatan dan kepercayaan untuk melakukan survei sehingga saya dapat merasakan penderitaan pasien. Jika ada permohonan yang diterima dalam survei kasus, saya anggap semua adalah jalinan jodoh baik (sebuah *karma*). Namun, jika belum ada jalinan jodoh dengan Tzu Chi tak ada kekecewaan di hati saya. Bagi saya perjuangan dan usaha adalah hal

Kilas



Bingkisan Lebaran

Bingkisan Lebaran untuk Tim Medis Wisma Atlet

Dalam rangka mengapresiasi kerja keras paramedis dalam menangani pasien *Covid-19*, Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia pada 19 Mei 2020 mengirimkan 650 Bingkisan Lebaran ke Wisma Atlet yang kini dijadikan rumah sakit darurat *Covid-19* di Kemayoran, Jakarta Pusat.

Bingkisan Lebaran berisi 5 kg beras, 1 liter minyak goreng, 1 kg gula pasir, 1 kaleng biskuit, 1 botol susu, dan 4 pak tisu basah medis ini diserahkan relawan Tzu Chi kepada Koordinator Rumah Sakit Darurat Wisma Atlet Mayjen TNI dr. Bambang Dwi Hasto dan Pengawas Kegiatan Mayjen TNI dr. Ben Yura Rimba, untuk disalurkan ke seluruh tenaga kesehatan yang ada di Wisma Atlet.

"Semoga bantuan ini bisa bermanfaat dan meningkatkan semangat para petugas dan tenaga kesehatan yang ada di sini," ucap Bambang.

Pemberian bingkisan ini bertujuan berbagi kebahagiaan untuk paramedis yang tetap bertugas di Hari Raya Idul Fitri.

□ Dini Rantykasari

Bantuan Sembako Paket Sembako Untuk Para Guru PAUD Di Matraman

Ani Zuhriyati (53), Kepala PAUD Raflesia, Kayu Manis Jakarta Timur tak bisa berkata-kata saking bahagiannya. Perjuangannya mencari bantuan sembako bagi guru-guru PAUD di Kecamatan Matraman Jakarta Timur yang rata-rata bergaji minim, akhirnya terwujud pada Jumat, 22 Mei 2020.

Ani Zuhriyati tak menyangka, niatnya itu terwujud hanya tiga hari setelah ia sampaikan kepada Komandan Koramil (Danramil) 02 Matraman, Ahmad Yuwono, yang kemudian menghubungi relawan Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia.

"Sungguh bahagia, saya bisa berbuat untuk teman-teman. Walau itu bukan karena saya, saya hanya mengusulkan kepada Danramil. Terima kasih saya pada Yayasan Buddha Tzu Chi," ujar Ani Zuhriyati.

Total bantuan sembako yang dibagikan untuk para guru PAUD dan *office boy* di wilayah Kayumanis, Utan Kayu Utara, Utan Kayu Selatan, Pisangan Baru, Kebon Manggis, dan Palmeriam ini ada 321 paket sembako.

□ Khusnul Khotimah



Khusnul Khotimah



Bantuan Sembako

Seribu Paket Sembako untuk Warga Kamal Muara

Kelurahan Kamal Muara di Penjaringan, Jakarta Utara merupakan daerah binaan Tzu Chi Indonesia. Selama ini, Tzu Chi terus membenahi wilayah ini dengan membangun kembali rumah-rumah yang tidak layak dihuni agar warganya bisa lebih maju.

Dalam kondisi sulit yang dialami warga Kamal Muara akibat pandemi virus Corona, Minggu, 3 Mei 2020 Tzu Chi memberikan 1.000 paket sembako untuk anak yatim, para lansia, janda, dan warga yang sangat kurang mampu.

Sobri, salah satu warga yang menerima bantuan ini amat bersyukur, "Kami sangat berterima kasih. Kami tidak lihat jumlahnya, tapi niat baiknya," ucap Sobri.

Selain paket sembako yang berisi 5 kilogram beras, 1 kilogram gula, 2 liter minyak goreng dan 10 bungkus mi instan, Tzu Chi juga memberikan dua alat pengukur suhu untuk masjid dan sekolah. Lalu empat unit alat disinfektan serta cairan disinfektan untuk RW 1, RW 4, masjid, dan sekolah.

□ Khusnul Khotimah

Bantuan Sembako Meringankan Beban Warga Terdampak Covid-19 di Tangerang

Kamis, 30 April 2020 Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia bekerja sama dengan Polres Metro Tangerang Kota membagikan 2.000 paket sembako kepada warga yang terdampak pandemi *Covid-19* di Kota Tangerang.

Kapolres Metro Tangerang Kota, Kombes Pol. Sugeng Hariyanto, S.I.K., M. Hum mengapresiasi Yayasan Tzu Chi karena telah membantu masyarakat khususnya Kota Tangerang. Paket sembako berisi 5 kg beras, 1 liter minyak goreng, 2 kg gula, dan 6 bungkus mi instan ini lalu diserahkan secara *door to door* ke masyarakat.

Ika Jayanti (31), warga Batu Ceper, merasa senang dengan bantuan ini. "Sangat terbantu sekali dengan bantuan ini. Di bulan Ramadan ini sangat berguna sekali," ungkapnya.

Begitupun Siti Nurhayati (30), warga Timbangan, Batu Ceper. Suaminya sudah 2 bulan diliburkan dari tempat kerja. Kondisi ekonomi Siti pun terganggu. "Makan seadanya saja. Ada bantuan ini membantu sekali buat kebutuhan keluarga," jelas Siti.

□ Arimami Suryo A.



Arimami Suryo A.

Cermin

Penyebab Kekalahan Kelinci

Pada kisah lomba lari Kelinci dan Kura-kura, kita semua tahu bahwa Kelinci tertidur di tengah-tengah lomba, sedangkan Kura-Kura selangkah demi selangkah mencapai garis *finish*. Ketika Kelinci terbangun, dia sudah tidak sanggup mengejar Kura-Kura dan akhirnya sang Kelinci kalah. Mengapa kelinci tertidur saat lomba? Ternyata ini ada hubungannya dengan kebiasaan Kelinci.

Kelinci adalah murid Sekolah Hutan yang memiliki kemampuan berlari paling cepat, tetapi dia sering tidur larut malam dan bangun kesiang. Setiap sudah terlambat, barulah tergesa-gesa memasuki ruang kelas. Karena tiap pagi terlambat bangun, maka Kelinci pun tidak ada waktu untuk sarapan, sehingga saat jeda pagi untuk makan *snack*, dia selalu makan dengan terburu-buru.

Seringkali perut Kelinci merasa sakit karena makan terlalu cepat. Oleh karena itu, dia sering ke kamar kecil dan ruang kesehatan di sekolah, akibatnya Kelinci tidak bisa mengikuti mata pelajaran musik yang paling disukainya.

Ketika makan siang, Kelinci malah mengobrol kesana-kemari. Saat semuanya sudah selesai makan, gosok gigi, dan siap-siap untuk tidur siang, barulah Kelinci mulai makan. Ketika Kelinci sudah selesai makan, siswa-siswa lain sudah bangun dan bersiap-

siap ke lapangan untuk mengikuti lomba lari, namun Kelinci yang baru selesai makan siang pun mulai mengantuk.



Nah, setelah Pak Guru meniup peluit tanda dimulainya lomba, Kelinci pun berpikir. “Aku berlari sangat cepat, sedangkan lawanku

Kura-Kura sangat lamban, aku akan tidur sejenak di tengah-tengah lomba, setelah itu barulah lari ke garis *finish*,” pikirnya.

garis *finish*, Kelinci baru terbangun dan tergesa-gesa lari ke garis *finish*.

Saat Kelinci sampai ke garis *finish*, semuanya terkejut melihat Kelinci kalah dari Kura-Kura. Selesai lomba, Pak Guru pun menasehati Kelinci mengapa dia bisa kalah dari Kura-Kura. “Kura-Kura tidur lebih awal dan bangun lebih pagi sehingga dia lebih bersemangat. Kura-Kura juga makan tepat waktu, itu membuat staminanya bagus, sehingga bisa selangkah demi selangkah menyelesaikan lomba,” kata Pak Guru.

Namun demikian, Pak Guru juga menyemangati dan menasehati Kelinci, “Kamu harus mengubah kebiasaan tidur serta makan yang tidak tepat waktu. Dengan begitu, staminamu pasti jadi lebih baik, sehingga badan jadi lebih sehat,” lanjut Pak Guru.

Dari kejadian ini, Kelinci pun mendapat pelajaran bahwa dengan menjaga kebiasaan baik yang teratur akan membuatnya lebih bersemangat, lebih berstamina, sehingga dapat menyerap pelajaran dengan lebih baik.

□ Penerjemah: Nagatan
Penyalaras: Desvi Nataleni

Info Sehat



Kiat Menghadapi New Normal di Era Pandemi COVID-19



- Dengan semakin sering didengungkannya isu normal baru atau *new normal*, ada baiknya kita mulai bersiap-siap. Artinya, protokol kesehatan pencegahan Covid-19 tidak boleh dilupakan walaupun harus mulai kembali bekerja atau bersekolah lagi. Berikut anjuran untuk pencegahan diri terhindar dari virus Covid-19 dalam situasi *new normal* ketika beraktivitas:
- Selalu mengenakan masker dengan benar saat keluar rumah. Ingat, virus penyebab Covid-19 menyebar melalui hidung, mulut, dan mata, yaitu di area wajah. Oleh karena itu, daerah wajah harus selalu terlindungi dengan masker. Setelah melepas masker, cucilah tangan dengan sabun.
 - Hindari menyentuh daerah wajah jika belum mencuci tangan dengan sabun. Virus tersebut dapat bertahan beberapa jam hingga hari di permukaan benda (termasuk tangan).
 - Menjaga jarak fisik, hindari kerumunan orang, bila bepergian ke tempat umum, pasar, atau menggunakan transportasi umum. Upayakan untuk menghindari tempat keramaian walaupun sudah mengenakan masker.
 - Bila baru beraktivitas di luar rumah usahakan jangan menyentuh benda apapun yang ada di dalam rumah, apalagi menyentuh anak atau manula.
 - Segera mandi setelah sampai di rumah. Virus dapat menempel di permukaan pakaian dan tubuh Anda. Jangan lupa masukkan pakaian yang dikenakan segera ke tempat cucian.
 - Menjalankan pola hidup sehat. makan makanan yang bergizi.
 - Menjaga kebersihan rumah dan lingkungan di sekitar kita.

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

Sedap Sehat



Pudding Susu dengan Buah Segar

Bahan-bahan:

1. Satu bungkus agar-agar
2. Gula pasir secukupnya
3. Susu cair 600 ml
4. Buah-buahan sesuai selera
5. Madu secukupnya.

Cara Membuat:

1. Masukkan satu bungkus agar-agar ke dalam panci.
2. Tambahkan gula pasir dan susu 600 ml, kemudian panaskan hingga mendidih dan aduk hingga merata.
3. Setelah selesai, tuangkan ke dalam loyang dan dinginkan.
4. Tambahkan *topping* buah-buahan yang sudah diiris dan tuangkan madu secukupnya

□ Masak Sehat DAAI TV

Dok. Masak Sehat DAAI TV



Ragam Peristiwa



PAKET SEMBAKO UNTUK WARGA CIKARANG (13 MEI 2020)

DUKUNGAN DAN PERHATIAN. Sebagai wujud kepedulian kepada warga terdampak pandemi Covid-19 di wilayah Cikarang, Kab. Bekasi, relawan Tzu Chi komunitas Xie Li Cikarang memberikan 1.000 paket sembako di wilayah Cikarang dan sekitarnya. Pemberian bantuan dilakukan bekerja sama dengan TNI dan Polri.

Arimami Suryo A.



PROSES PENGEMASAN PAKET SEMBAKO UNTUK WARGA (14 MEI 2020)

BERSAMA-SAMA BERBUAT KEBAJIKAN. Relawan dan karyawan Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia bersama-sama mengemas paket sembako yang akan dibagikan kepada warga terdampak Covid-19 di Indonesia. Paket sembako cinta kasih ini berisi beras (5 kg), minyak goreng (2 liter), gula pasir (1 kg), dan mi instan. Dengan bersatu hati, semua bisa dilakukan dengan cepat, tepat, dan menyenangkan.

Arimami Suryo A.



PERHATIAN UNTUK MASYARAKAT BOGOR SELATAN (18 MEI 2020)

MERINGANKAN BEBAN. Efek pandemi Covid-19 juga dirasakan warga Bogor Selatan, khususnya yang bekerja di bidang informal dan buruh. Hal ini menjadi perhatian relawan Tzu Chi komunitas Hu Ai Bogor yang bekerja sama dengan TNI, Polri, dan Pemkot Bogor dengan menyalurkan 500 paket sembako cinta kasih di 16 kelurahan di Kecamatan Bogor Selatan.

Arimami Suryo A.



SERAH TERIMA KUNCI & DOKUMEN 160 RUMAH DI PALU (21 MEI 2020)

RUMAH BARU, HARAPAN BARU. Rasa haru dan bahagia dirasakan 160 warga penerima kunci dan dokumen di Perumahan Cinta Kasih Tzu Chi Tadulako, Palu, Sulawesi Tengah. Perumahan ini merupakan sumbangsih Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia bekerja sama dengan Eka Tjipta Foundation dan Indofood untuk warga korban gempa, likuefaksi dan tsunami di Sulawesi Tengah yang terjadi pada 28 September 2018 lalu.

Dok. Tzu Chi Indonesia

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 191 Institusi serta 965 Rumah Sakit dan Puskesmas yang tersebar di Jabodetabek dan 25 Provinsi di Indonesia.



MASKER
2.353.650



MASKER N95
40.220



MASKER KN95
43.590



BAJU ISOLASI
100.350



RAPID TEST
1.000.000



VENTILATOR
198 Unit



CAIRAN DISINFECTAN
12.960 liter



DISINFECTAN SPRAYER
1.731 Unit

Dukungan Anda dapat disalurkan melalui:

BCA - 865 002 4681

a.n. Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia
Bank BCA cabang Pantar Indah Kapuk

*Data per 3 Juni 2020 *Sumber: Sekretariat Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia